

JAHRES- BERICHT 2025

INHALT

Einleitung

TelefonSeelsorge macht sich stark gegen Einsamkeit

Förderverein der TelefonSeelsorge

Studie zur Wirksamkeit der TelefonSeelsorge veröffentlicht

Statistiken und Zahlen im Jahr 2025

Rückmeldungen von Ratsuchenden in der TelefonSeelsorge

ÜBER UNS

Mit mehr als 7.700 geschulten Ehrenamtlichen in 104 Städten oder Regionen ist die TelefonSeelsorge deutschlandweit tätig. Um möglichst vielen Menschen den Zugang zu ermöglichen, stehen Mitarbeitende ganzjährig rund um die Uhr am Telefon zur Verfügung.

Die TelefonSeelsorge berät Menschen jeder Nationalität, jedes Geschlechts, jeder Konfession und jedes Alters. Sie verpflichtet sich zu weltanschaulicher Neutralität.

Alle Beratungsangebote, auch die Vorort-Beratung, sind anonym und kostenfrei.

Seit 1995 bietet die TelefonSeelsorge auch Online-Beratung an.



„Nicht das Alleinsein macht einsam, sondern das Gefühl, allein zu sein“

Arthur Schopenhauer

Liebe Leserinnen und Leser,

die TelefonSeelsorge ist für Menschen rund um die Uhr da und auch in diesem Jahr ist die Zahl der Seelsorgekontakte hier in Osnabrück weiter gestiegen. Dies unterstreicht den Bedarf an

niedrigschwelliger Unterstützung, denn immer mehr Menschen finden bei uns Gehör und Halt. Aber wie wirksam ist unsere Arbeit wirklich, kann das auch mit empirisch belegten Instrumenten untermauert werden? Diesen Auftrag hat eine Studie im Auftrag der TelefonSeelsorgestellen in der Region Bayern angenommen. Mehr dazu lesen Sie auf der dritten Seite dieses Berichtes.

Im Rahmen der Veröffentlichung der Studie würdigte die Bayerische Gesundheitsministerin Judith Gerlach die TelefonSeelsorge und ehrenamtlich Mitarbeitenden als „Symbol für Hoffnung und Menschlichkeit.“

Die TelefonSeelsorge stehe für Grundwerte wie Solidarität, Nächstenliebe und Respekt.

„Lassen Sie uns weiter gemeinsam dafür Sorge tragen, dass die Menschen mit ihren Sorgen und Nöten nicht allein

gelassen werden. Die TelefonSeelsorge ist und bleibt dabei ein Fels in der Brandung für alle, die Hilfe suchen. Gut, dass es sie gibt.“

Ein weiteres Thema welches uns schon immer beschäftigt, aber nun auch in der breiten Öffentlichkeit viel Anerkennung und Wahrnehmung erhält ist die **Einsamkeit**.

In 20 Prozent der Gespräche hier in Osnabrück wurde die Einsamkeit von Ratsuchenden benannt. Meine starke Vermutung ist es jedoch: in sehr vielen Gesprächen wird es aus Scham nicht offen ausgesprochen, sondern spielt eher im Hintergrund eine Rolle.

Es anzuerkennen oder auszusprechen „Ich bin einsam“ ist oft ein großer Schritt. Umso wichtiger, dass auch eine bundesweite Aktionswoche sich diesem Thema annahm.

Regina Tocke

Leiterin TelefonSeelsorge Osnabrück

TelefonSeelsorge macht sich stark gegen Einsamkeit

Die TelefonSeelsorge Deutschland (TSD) wies im vergangenen Jahr auf die **Aktionswoche gegen Einsamkeit** des Bundesministeriums für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) hin. Das Thema wird seit einigen Jahren von politischer Seite verstärkt aufgegriffen.

Das ist auch notwendig, denn Einsamkeit betrifft zunehmend mehr Menschen. Bei der TelefonSeelsorge ist das Thema seit Jahren Spitzenreiter bei den von Ratsuchenden benannten Problemen.

„Einsamkeit ist ein Zustand, der Menschen auf den verschiedensten Ebenen negativ betrifft“, sagt Frank Ertel, Vorsitzender der TelefonSeelsorge Deutschland. „Einsamkeit entsteht aus der Diskrepanz zwischen erlebten und erwünschten sozialen Beziehungen. Sie kann zu Gefühlen von Schmerz, Wut, Angst und Sinnverlust, bis hin zu suizidalen Krisen führen.“ Bei der TelefonSeelsorge ist die Einsamkeit vieler Ratsuchenden sehr präsent.

„Seit Jahren ist es das am häufigsten benannte Thema der Gespräche“, so Ludger Storch, Leiter der TelefonSeelsorge Bochum und Sprecher der Arbeitsgruppe Statistik der TSD.

„Es gibt Ratsuchende, die uns sagen, dass sie außer mit uns mit niemandem sprechen (können) – dauerhaft.“ Das Thema Einsamkeit spielt in 25 Prozent der Gespräche eine Rolle. Wichtig sei die Scham zu überwinden, die mit Einsamkeit verbunden ist. Einsamkeit wird von den Betroffenen selbst als Scheitern und Versagen erlebt“, führt Frank Ertel aus.

„Unser Ziel in den Seelsorgegesprächen mit einsamen Menschen ist es nicht, die Einsamkeit zu überwinden, denn das können wir nicht. Aber im empathischen Zuhören kann es gelingen, die mit der Einsamkeit verbundene Entfremdung aufzuheben und damit Scham und Verbitterung zu lindern. Das Zuhören hilft so mit der Einsamkeit leben zu lernen. Daraus kann innerer Reichtum und Lebensqualität entstehen.“



Förderverein der TelefonSeelsorge Osnabrück Neue 2. Vorsitzende



v. l. 1. Vorsitzende Gabriele Link, 2. Vorsitzende Brigitte Markmeyer u. Kassenwartin Beate Diesel

Seit 2012 besteht der Förderverein der TelefonSeelsorge Osnabrück.

Er wurde aus den Reihen von aktiven und ehemaligen TelefonSeelsorgerinnen und -Seelsorgern und Interessierten gegründet, um die Arbeit der TelefonSeelsorge zu unterstützen.

Im vergangenen Jahr konnte Brigitte Markmeyer als zweite Vorsitzende gewonnen werden und bereichert nun das dreiköpfige Team.

Im letzten Jahr konnte durch die Einnahme von Spenden zum Beispiel ein Fortbildungsangebot der Frauenberatungsstelle mit dem Thema: „Gewaltdynamiken in Beziehungen“ für die Ehrenamtlichen finanziert werden. Auch unterstützt der Förderverein seit vielen Jahren die Ausbildung der neuen Ehrenamtlichen und springt ein, wenn das Headset im Telefondienstzimmer defekt ist oder ein neuer Schreibtischstuhl im Chatraum ange-

schafft werden muss. Eine besondere Einnahmequelle sind seit einigen Jahren Karten mit jahreszeitlich wechselnden Motiven, die in verschiedenen Kirchengemeinden in Osnabrück erworben werden können. Die Bilder werden von Ehrenamtlichen selbst fotografiert und sorgsam ausgesucht. Da die Ehrenamtlichen der TelefonSeelsorge anonym bleiben müssen, ist der Förderverein auch immer eine gute Möglichkeit auf die Arbeit, die im verborgenen stattfindet, aufmerksam zu machen.

Ziel der Arbeit ist, dass die Ehrenamtlichen während ihrer Zeit angenehme Bedingungen vorfinden, sich wohlfühlen können und genug Raum für Begegnung untereinander vorfinden. Sie verbringen schließlich oft viele Stunden ihrer Freizeit in Gesprächen mit Hilfesuchenden.

Studie zur Wirksamkeit der Telefon-Seelsorge veröffentlicht –

TelefonSeelsorgen in der Region Bayern lassen erstmals ihre Arbeit wissenschaftlich bewerten

Das Zentrum für angewandte Pastoral-forschung der Ruhr-Universität Bochum hat erstmalig haupt- und ehrenamtlich Engagierte, Träger und Stakeholder aus der psychosozialen Beratungslandschaft nach ihrer Einschätzung zur Wirksamkeit des Seelsorgeangebots befragt.

Das Ergebnis ist nun unter dem Titel **„Hier liegt die Kirche der Zukunft“** zusammengefasst. Über 800 Personen, davon 582 Ehrenamtliche, beteiligten sich an der Umfrage.

Die Soziologin Miriam Zimmer fasste die Erkenntnisse so zusammen:

„Die TelefonSeelsorge ist ein Ort hoch identitätsstiftenden und qualifizierten Engagements und Stabilisator in akuten Krisen.“

Beeindruckt zeigte sich Zimmer, dass 24 Prozent der teilnehmenden Ehrenamtlichen zwar aus der Kirche ausgetreten seien, sich dennoch dezidiert für einen kirchlichen Dienst engagierten.

„Insbesondere die Ehrenamtlichen finden religiöse Themenbereiche für ihr Engagement wichtig“, betonte Zimmer. Professor Sellmann bezeichnete die TelefonSeel-

sorge als „Lernort für Kirche und Gesellschaft“.

Die TelefonSeelsorge sei Trägerin eines „grundlegenden Versprechens: Wenn dir das Leben und seine Herausforderungen zu groß werden, bist du nicht allein“.

Der Sinn und die Aufgabe von Kirche bestünde darin, dass dieses Versprechen eingehalten werde. Deshalb sei sie wirksam und könne ein Vorbild für die territoriale Seelsorge sein, auf der noch immer ein Schwerpunkt der kirchlichen Wahrnehmung liege. Dabei zeige sich die „Vitalität von Religion gerade darin, dass man nicht immer über sie sprechen muss“.

„Die TelefonSeelsorge ist ein fester Anker für Kirche und Gesellschaft. Die Kirche würde aufhören Kirche zu sein, wenn sie dieses Angebot einschränken oder aufgeben würde“, resümierte Sellmann.

Insgesamt wurde die TelefonSeelsorge als „ausstrahlungsstarken kirchlichen Ort von hoher personeller Vitalität und beeindruckender fachlicher Qualität“ gekennzeichnet.

Statistik

Seelsorgegespräche

gesamt 2024: 9.519

2025: 9.803

Themen am Telefon

Thema	2024	2025
Einsamkeit	20%	20%
Körperl. Einschränkungen	21%	20%
Depressive Verstimmungen	16%	16%
Fam. Beziehungen	19%	21%
Psy. Erkrankungen	41%	41%

Themen im Chat

Thema	2024	2025
Ängste	19%	21%
Depressive Verstimmungen	22%	23%
Fam. Beziehungen	15%	15%
Suizid	27%	28%
Psy. Erkrankungen	38%	38%



Leiterinnen und Leiter der TelefonSeelsorge-Stellen aus Bayern präsentieren die Studie



Rückmeldungen von
Ratsuchenden in der

TelefonSeelsorge

Wir suchen Sie!

Sie haben Lust, sich ehrenamtlich zu engagieren?
Dann melden Sie sich doch bei uns!

Unter:
telefonseelsorge@diakonie-os.de

oder Tel: 0541/260 105

KONTAKT

**TelefonSeelsorge
Osnabrück**
Tel.: 0800– 111 0 111

Postfach 4112,
49031 Osnabrück

Tel. Büro 0541/260 105
Telefax 0541/202 3387
telefonseelsorge@diakonie-os.de
www.telefonseelsorge.de

**Eine Einrichtung der
Diakonie Osnabrück Stadt
und Land gGmbH**

Diese Einrichtung wird gefördert durch die
Evangelischen Stiftungen Osnabrück



Die TelefonSeelsorge hat mir in dem Chat sehr geholfen. Die Ehrenamtliche war auch total lieb, empathisch. Sie hat mir zugehört, und ich meine richtig zugehört, nicht dieses oberflächliche. Ich habe mich von ihr verstanden gefühlt. Letztendlich hat unser Chat dafür gesorgt, dass ich wieder stabiler war und eine Handlungsmöglichkeit hatte.

Das gestrige Gespräch hat mir in Dunkelheit und Schuldgefühlen Licht gebracht. Die Dame ist so empathisch, gleichzeitig rational, ernsthaft abwägend und nicht wohlfeil abspeisend auf meine Sorgen und Belastungen eingegangen, dass ich mich nach dem Gespräch sehr erleichtert fühlte und jetzt sogar ein wenig glaube, dass es in meinem Leben wieder heller werden kann.

Hallo, ich war vor einigen Jahren in einer starken Depression gefangen. Heute geht es mir wieder gut. Ich möchte Euch einfach nur mal danken für Eure Arbeit.

Hallo liebes Seelsorge-Team, ich schätze Ihre Arbeit sehr. Ich befinde mich seit einem dreiviertel Jahr in einer sehr schwierigen Phase meines Lebens und die TelefonSeelsorge hat mir stets geholfen. Es gab Zeiten, in denen ich täglich angerufen habe, um klarzukommen und am Leben zu bleiben.