

Transkript Hörbeitrag RBAPDSW Folge 8

Interview mit Dietrich Hoof-Greve

Transkript Hörbeitrag RBAPDSW Folge 8

Interview mit Pfarrer Dietrich Hoof-Greve

PV: Die Telefonseelsorge besteht seit 41 Jahren und wird vom Trägerkreis der ev. Kirchenkreis der Kreise Siegen und Wittgenstein sowie vom katholischen Gemeindeverband Olpe Südsauerland verantwortet. Unabhängig der Konfession, der politischen oder weltanschaulichen Einstellung, des Geschlechts und der Herkunft kann jeder Mensch bei der Telefonseelsorge anrufen. Die Beratung verläuft per Telefon oder Digital z. B. über die Mail- und Chatseelsorge.

PV: Herr Hoof-Greve, schön das Sie heute zu Verfügung stehen für ein Interview. Können Sie sich kurz vorstellen, ein paar Informationen zu Ihrer Person.

HG: Ja, ich bin ev. Pfarrer und habe die große Freude diese Einrichtung seit 3 Jahren jetzt zu leiten mit meinem Kollegen Bernd Wagener kath. Theologe und Sozialarbeiter und unserer Sekretärin. Wir haben ungefähr 115 aktive Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen, viele am Telefon, aber auch viele in anderen Bereichen die Sie genannt haben. Dies ist eine sehr erfüllende Arbeit. Ich selber werde, wenn alles so bleibt, wie ich es mir erhoffe und wünsche in diesem Jahr 60, habe 2 Kinder und bin Opa. Ja, mein Leben ist bunt gewesen und mal schauen wie es weiter geht.

PV: Sehr schön. Ja wie ich gesehen habe sind sie zudem noch Studierendenpfarrer gewesen. Ja, dann lassen Sie uns doch einfach in das heutige Thema der Einsamkeit einsteigen, welche wahrscheinlich insbesondere in der Pandemie doch mehr und mehr aufgekommen ist. Ich habe gelesen das die Anrufquote stark gestiegen ist. 2020 waren es rund 9,5 %. Was kamen den da für Anrufe rein? Können sie das Ganze mal ganz allgemein beschreiben.

HG: Wir haben unsere üblichen Anruferinnen und Anrufer gehabt. Einen Großteil der Menschen die bei uns anrufen, rufen wiederholt an. Diese brauchen etwas zur Stabilisierung ihres Lebens, ihrer Lebenssituation. Wir haben Menschen mit psychischen Erkrankungen, mit psychiatrischen Diagnosen und wir haben wirklich den großen Teil derer die von Einsamkeit betroffen sind und unter einsamen Bedingungen leben, sag ich mal. Das ist ja ein sehr interessantes Konstrukt – Einsamkeit -. Was ist das genau, woran kann man das messen, spüren? Ist ein Mensch der alleine ist auch einsam? Mein Eindruck ist, dass die Pandemie das Gefühl alleine zu sein und mit dem Ganzen alleine zurecht zu kommen und kein Gegenüber zu haben verstärkt hat. Mein Eindruck ist, dass Menschen bestimmte Begegnungen die sie sonst hatten, plötzlich nicht mehr hatten. Also im familiären natürlich, im öffentlichen Leben, aber auch Unterstützungsmöglichkeiten. Es gab Menschen die sagen, ich kann jetzt meine Selbsthilfegruppe nicht mehr besuchen, was kann ich machen? Das Büro hier hat zu und da kann ich nicht mehr hin... Wir konnten feststellen, dass als der 1. Lockdown Ostern 2020, dass 25 % aller unserer Anrufe mit Corona zu tun hatten und das Menschen sich eben darüber beklagten, dass der Kontakt zu den Familienangehörigen gemindert war. Und wir haben mal geschaut, wie sieht das denn aus, welche Themen sind denn in Verbindung mit Corona? Wir haben gesehen, dass 230 mal Telefonate waren, wo eine Verbindung dazu festzustellen wurde. Da ist Corona auf der einen Seite als großes Thema gewesen und die massive Erfahrung von Isolation und Einsamkeit auf der anderen Seite. Und wir haben festgestellt, dass es eine Themenkombination zwischen Corona und Ängsten gibt. Es gibt Leute, die diese Zeit als Freiheitsentzug erlebt haben. Eine junge Frau sagt, wie kann das denn sein...? Zitat: „Wie kann das denn sein, dass man mir verbietet

meinen Partner zu treffen?“ Plötzlich über neue Regeln, über Risikogebiete ... Ja, solche Themen kommen bei uns an. Die Themen die ohnehin schon da sind. Eine gelebte oder aufgezwungene Einsamkeit wird durch das Thema Corona noch mehr gehoben, gepusht, wie so ein Beschleuniger.

PV: Ja, dass hat man ja auch häufig in den Nachrichten gesehen. Gerade Altenheime die dann dicht hatten, wo keine Besucher kommen durften, keine Angehörigen. Haben Sie das denn so erlebt, dass gerade ältere Menschen sie angerufen haben? Wir im Regionalbüro, wir haben ja das große Thema Alter, Pflege und Demenz. Waren da vermehrt ältere Personen oder doch eher die Jüngeren?

HG: Wir haben grundsätzlich die Situation, dass uns mehr ältere Menschen oder Menschen älterer Generation am Telefon ansprechen. Die Jüngeren kommen eher über die digitale Beratung. Da ist das Thema Einsamkeit nicht so stark. Obwohl auch da deutlich ist, dass die Themen die mit uns, der Telefonseelsorge, angesprochen werden, im familiären Kontext nicht angesprochen werden können. Ja, vermehrt ältere Menschen, aber Einsamkeit hat ja keine Altersgrenze, weder nach oben noch nach unten. Ein junger Mensch kann sich sehr, sehr einsam fühlen, mit seiner Art auf dieser Welt zu sein. Ich will es damit nicht generalisieren und ich weiß das ältere Menschen damit durchaus stärker betroffen sind, weil eben Freundinnen und Freunde wegsterben und Partnerinnen und Partner nicht mehr da sind. Und dennoch, das Thema Einsamkeit zieht sich durch alle Generationen. Eine Erfahrung ausgeliefert zu sein, eine Erfahrung kein Gegenüber mehr zu haben. Es gibt Menschen die bei uns anrufen und sagen, dass wir die ersten sind mit denen sie jetzt über Tage gesprochen haben.

PV: Ja das kann ich mir vorstellen. Ich habe auch Artikel gelesen, dass die Telefonseelsorge zu Teilen der einzige Ansprechpartner für diese Menschen sind.

HG: Ja genau.

PV: Was haben Sie denn den Betroffenen als Tipp mitgegeben? Als Tipp gegen die Einsamkeit. Haben Sie da für sich selbst schon was erfunden oder haben sie da auch eine Handreichung. Wie gehen sie damit um?

HG: Also es ist schwierig. 1. Sind wir sehr zurück haltend mit Tipps und Tricks. Wir sagen, wir sind Begleiter, wir sind auch Berater, aber gute Beratung ist ja auch eine Hilfe zur Selbsthilfe. Und wenn wir sagen.... Ich sag einfach mal so einen Satz. „Gehen Sie doch einfach mal raus – Gehen sie doch EINFACH mal vor die Tür.“ Dieses Wort einfach ist eines der schlimmsten und verseuchtesten Wörter die wir zurzeit in unserer Sprache nutzen. Wenn es so einfach wäre, dann würden es die Leute tun. Aber es ist nicht einfach. Es gab für die Leute gute Gründe, tragische Gründe für Personen, dafür wie er oder sie lebt. Einfach mal es zu verändern, in einen Verein oder in die Kirche zu gehen, jemanden anzurufen. Es ist eben nicht so einfach. In dem System des einsamen Menschen, ist diese Unterbrechung sehr schwierig. Das ist der 1. Satz. Und von daher geht es in aller erster Linie glaube ich erstmal um Akzeptanz, um das Feststellen, es ist jetzt so und um ein Begleiten dieser Akzeptanz. Es geht nicht um ein generelles Verändern. Ich habe ein Zitat gefunden, in einem Protokoll. Da schrieb einer unserer Mitarbeiter – „Der Ratsuchende ist mehr daran interessiert seine Einsamkeit zu erklären, als aus ihr herauszutreten“. Und das ist das was wir können. Wir können zuhören, wir können begleiten, wir können Recht geben, wir können mit seufzen und wir haben vielleicht auch eine Idee, ob es so oder so besser gehen könnte. Wir wissen und wir glauben selbst daran, dass das Gespräch einen Wert hat. Das ist das, was das Gefühl von Einsamkeit ein Stückchen mildert. Sie abschaffen können wir nicht. Diese vielen Möglichkeiten es durch Kontakte, Aktivitäten abzuschaffen, die sind uns halt auch nicht möglich. Das muss der Einzelne, die Einzelne selbst hinkriegen, leider.

PV: Ja. Das ist ja auch das Thema. Jeder Mensch muss von sich aus darauf kommen, dass er Hilfe benötigt, für sich selbst geradestehen und auch seine eigenen Ressourcen zu nutzen. Und ich denke, viele sind ja auch von Depressionen betroffen und ja wie sie schon sagen, da kann man nicht einfach reingehen und sagen machen sie mal, tun sie mal.

HG: Ja, es ist eine Unverschämtheit, den Leuten sozusagen ihr Problem wegzusprechen. Als ob wir besser beurteilen könnten, wie es den Menschen geht. Und trotzdem könnte glaube ich ein Weg aus der Isolation und Einsamkeit sein, die Situation nochmal anders zu bewerten. Also zum Beispiel und ich spreche jetzt Bewusst von der Situation... Ja ich bin heute und hier und jetzt und heute ist niemand da. Ich kann schauen, was ich mir an Lebensqualität verbessern kann, indem ich Medien nutze, indem ich tatsächlich mal aktiv werde, indem ich mal telefoniere, indem ich vielleicht auch mal einen proaktiven Dienst in Anspruch nehme. Ich würde gerne auch hier an der Stelle von diesem wunderbaren Projekt HALLO HANNA berichten. Hallo Hanna ist diese Telefonhotline, wo Menschen innerhalb eines Tandems unterwegs sind und wo sie einmal die Woche angerufen werden, wo sie nicht sozusagen zum Bitsteller werden und sagen müssen, ich bin so einsam, bitte helfen sie mir. Sondern man verabredet sich aktiv mit jemandem mit dem oder mit der man spricht. Ich glaube ich veröffentliche gerade mal die Nummer und sage sie am Ende nochmal. Es ist ein Projekt der ev. Frauenhilfe hier im Siegerland. Die Telefonnummer lautet: 0151-62832612. Ich wiederhole sie gleich zum Schluss nochmal. Das ist ein Weg... Also nochmal, die Einsamkeit in kleine Päckchen packen, das könnte eine Hilfe sein. Und das will ich einfach nochmal sagen, das ist nötig. Einsamkeit ist ein Wort, welches die Dramatik dessen was dahintersteht, glaube ich kaum erfassen kann. Wenn man den Zahlen trauen kann, dann ist das Risiko 25 % höher an Einsamkeit zu sterben als an Krebs, 32 mal höher an Einsamkeit zu sterben, als an einem Schlaganfall und so weiter und so weiter... Weil das Gefühl von Einsamkeit macht vegetativ was mit unserem Körper. Wir sind als Menschen gewohnt und gesichert gewesen, weil wir als Rudel unterwegs waren, weil wir eine Herde waren. Interessanterweise ist das Wort 2021 der Herdenimmunität entstanden. Wir sind ein Rudel und müssen gemeinsam aufeinander aufpassen. Einsamkeit trickert ja dann das an, wir sind von der Herde ausgeschlossen, ich werde zurückgelassen, ich bin den Gefahren ausgesetzt und das macht Stress, das macht Angst und das macht einen Cocktail an unguten Hormonen in uns und die können für unsere Gesundheit wirklich tödlich sein. Herr Spitzer sagt, Einsamkeit tötet. Also von daher ist es toll, sich dieses Themas zu widmen und wenn Menschen den Eindruck haben, ich bin einsam, auch dafür Verantwortung zu übernehmen.

PV: Ja ich finde das sehr spannend, zumal wenn man sich überlegt, dass Einsamkeit so ein großes Thema ist. Viele mögen es ja alleine zu sein, aber Einsamkeit steht da ja nochmal ganz weit oben drüber. Können Sie denn den Unterschied nochmal genauer benennen zwischen Einsamkeit und alleine sein?

HG: Ich glaube das der entscheidende Unterschied der Leidendruck ist. Also ich glaube ja auch das viele Menschen ganz gewollt in eine Einsamkeit hineingehen. In dem Buch von Anselm Grün, eines seiner vielen Bücher, kommt immer wieder, wenn man mal einfach blättert, da kommt Einsamkeit vor, an den Stellen, wo Menschen sehr bewusst in das Leben... wo sie bewusst in die Einsamkeit des Gebetes gehen, wo sie bewusst sich zurückziehen in ein Kloster oder wenn sie in die Meditation gehen. Also Eins... entschuldigen sie, alleine sein... Ja, also wie gesagt, das ist die positive Seite. Auch eine freiwillige, selbstgewählte Einsamkeit ist eine deutlich anders gefühlte, als die aufgesetzte oder ich mich plötzlich in einer Trennungs- oder Scheidungssituation befinde. Dann ist dann die aufgesetzte oder ausgezwungene Einsamkeit mit mehr Leiden verbunden, als wenn ich freiwillig in sie gehen, mich freiwillig zurückziehen kann. Das ist der große Unterschied meiner Meinung nach, zwischen Einsamkeit und alleine sein. Wir brauchen alle mal die Situation,

auch mal für uns zu sein, auch mal zum NACHdenken, da ist etwas gedacht worden. Ja und ich denke es jetzt mal nach. Diese Phasen brauchen wir

PV: Ja ich denke auch gerade im Alltagsstress. Man ist so viel von verschiedensten Gedanken umgeben. Einfach mal in die eigene Reflexion reingehen und sich die Zeit zu nehmen. Dafür ist das Alleinsein ja auch ganz wichtig.

Ja Herr Hoof-Greve, haben Sie zudem noch wichtige Fragen oder Anmerkungen?

HG: Ja also mir wäre wichtig, Menschen die sich vielleicht ein bisschen angesprochen fühlen, dass ich sie wirklich ermutigen möchte, dass sie das Gefühl nicht als schambehaftet und als eigenes Versagen sehen. Also das hat mit ihrer eigenen Leistung wenig zu tun. Und vor allem hat das gar nichts mit ihrem eigenen Wert zu tun. Menschen die sich alleine oder einsam fühlen sind so wunderbar wertvolle Menschen, wie die, die mitten im Rudel unterwegs sind. Und ich würde gerne die ermutigen, die ja stärker darunter leiden, dass sie vielleicht auf Angebote wie des Regionalbüros oder Menschen aus der Telefonseelsorge anrufen. Das ist die Nummer: 0800-01110111 kostenfrei, rund um die Uhr. Da kann man auch jeden 2.Tag anrufen. Da haben wir Leute die rufen uns zweimal am Tag an oder man verabredet halt eben mit Hallo Hanna einen festen Besuchskontakt.

Ich habe aber noch eine Kleinigkeit fällt mir ein. Wir gucken jetzt immer auf den Betroffenen. Wenn ich nicht betroffen bin, wenn ich mich selbst rüstig fühle, was hindert mich denn daran mal zu der Nachbarin zu gehen? Zu sagen, ich wollte mal nach dir schauen, wir haben uns schon seit 4 Wochen nicht mehr gesehen und gesprochen. Ich kann ja auch selber proaktiv werden und andere in ihrer Lebenssituation wahrnehmen und ansprechen. Ich kann selbst was dafür tun, dass andere Menschen weniger einsam sind. Im kleinen Bereich auf jeden Fall.

PV: Das ist sehr schön. Wir vom Regionalbüro machen unter anderem auch die Nachbarschaftshilfekurse oder Angehörigenkure. Ja fühlen sie sich da ganz frei und kommen sie gerne und machen die Qualifikation. Da kann man als Pflegender Angehöriger oder Nachbar helfende Hand sein und den Menschen in ihrer Einsamkeit helfen und ein offenes Ohr schenken.

HG: Vielen Dank für die Einladung.

Rubrik „Sie fragen, wir antworten“

Wie lange gilt noch die Aussetzung der Nachbarschaftshilfe und wie lange kann ich das Entlastungsbudget von 2019 noch einsetzen?

Qualifizierung der Nachbarschaftshelfer ist nur noch bis zum 30.09. ausgesetzt. Sollte sich hier was ändern, geben wir Bescheid.

Das aufgesparte Entlastungsbudget aus den Jahren 2019 und auch 2020 kann noch bis 30.09.2021 abgerufen werden.

Was hat sich durch die Pflegereform für Pflegebedürftige und deren Angehörige geändert?

Änderungen , seit 01.07.2021

- Ansprüche auf Kostenerstattung auch nach dem Tod:

Erstattungsansprüche erlöschen nicht mehr mit dem Tod der anspruchsberechtigten Person, sondern können noch innerhalb von zwölf Monaten geltend gemacht werden.

- Anspruch auf Übergangspflege im Krankenhaus (§39 SGB V):

Es besteht ein Anspruch auf Übergangspflege im Krankenhaus von längstens 10 Tagen direkt im Anschluss an eine Behandlung, wenn die Pflege zu Hause nicht sichergestellt ist. Kostenträger ist in diesem Fall die Krankenkasse, nicht die Pflegekasse.

- Umwandlung von Pflegesachleistungen:

Es ist nun möglich, auch ohne vorherigen Antrag bis zu 40% der Pflegesachleistungen für Entlastungsleistungen nach §45 SGB XI zu verwenden.

- Versorgung mit Hilfsmitteln vereinfacht:

Es bedarf keiner ärztlichen Verordnung mehr. Es reicht, wenn eine Empfehlung einer Pflegefachkraft einem Antrag für (Pflege-) Hilfsmittel beigelegt wird.

- Mehr Hinweise auf Pflegeberatung:

- Die Pflegekassen müssen nun nicht nur beim Erstantrag, sondern auch bei der Beantragung weiterer Leistung auf den Anspruch einer Pflegeberatung hinweisen und einen konkreten Ansprechpartner nennen.

Änderungen ab 01.01.2022

- Der Anspruch auf Pflegesachleistung wird zum 1. Januar 2022 um 5 % erhöht:

- Erhöhung des Kurzzeitpflegebudgets:

Das Kurzzeitpflegebudget wird um 10 % zum 1. Januar 2022 angehoben. Demnach gibt es für die Pflegegrade 2 bis 5 insgesamt bis zu 1774 € (statt 1612 €).

- Pflegebedürftige Personen, die in einer vollstationär Einrichtung leben, erhalten einen Leistungszuschlag auf den zu zahlenden Eigenanteil an den Pflegekosten, dieser orientiert sich an der Zeit des Bewohnens

Keine Erhöhung:

Pflegegeld

Entlastungsbetrag

Verhinderungspflege

Tagespflege

Veranstaltungshinweise

Das Motto des Weltalzheimertags in diesem Jahr lautet "Demenz – genau hinsehen"

Hierzu finden in unseren Regionen viele Veranstaltungen statt.

Rausgesucht habe ich für Sie, zunächst für den Hochsauerlandkreis, zwei kostenlose Vorträge:

Ein Vortrag findet am 21.09. um 16:00Uhr in Bad Fredeburg mit dem Titel „Früherkennung bei Demenz“ statt.

Als Referent ist Dr. Wilhelm Stuhlmann, Arzt für Psychiatrie, Neurologie u. klinische Geriatrie, aus Düsseldorf zu Gast.

Am 22.09. geht es mit dem Thema „Rechtliche Fragen bei Demenz“ um 18:00 Uhr in Olsberg weiter.

Bitte beachten Sie, bei den Veranstaltungen, die aktuellen 3 G Regeln: Geimpfte, Genesene und aktuell negativ Getestete mit Nachweis haben Zutritt.

Weiterhin ist von der Zukunftsstelle Alter in Arnsberg eine Telefonaktion geplant. Näheres veröffentlichen wir zeitnah auf unserer Homepage.

Im Kreis Olpe findet am 21.09. in der Zeit von 17 – 19:45 Uhr eine Onlineveranstaltung via Zoom statt.

Nach der allgemeinen Begrüßung und Einführung haben Sie die Möglichkeit in unterschiedliche Themenschwerpunkte vertiefend einzusteigen. Es geht dabei z. B. um Themen wie Diagnose oder Kommunikation bei Demenz.

Für den Kreis Siegen Wittgenstein möchte ich auf zwei – wie ich finde interessante Veranstaltungen, die auch online via Zoom stattfinden, aufmerksam machen:

Am 22.09.2021 geht es um die „Prävention von Einsamkeit durch digitale Unterstützungsmöglichkeiten“ als Referent konnte für diese Veranstaltung Dr. Rainer Wieching von der Fakultät Wirtschaftsinformatik und neue Medien von der Uni Siegen gewonnen werden.

Am 12.10. geht es mit dem Thema Einsamkeit weiter. Dieses Mal gibt es Informationen zum Thema „Einsamkeit erkennen und handeln“.