



Sonja von Kampen, Leitung Freiwilligendienst Mensch & Spital

## Freiwilligenarbeit – Warum und Wozu?

Im **Kantonsspital und den Psychiatrischen Kliniken Münsterlingen** engagieren sich zurzeit knapp 60 Frauen und Männer im Freiwilligendienst, der durch den Verein Mensch&Spital organisiert und koordiniert wird. Unsere Freiwilligen sind für die Patienten da, um ihnen den Spitalalltag ein wenig angenehmer zu gestalten, indem sie z.B. Patienten beim Eintritt begleiten, sich Zeit für ein Gespräch oder Spaziergang nehmen, nach dem Mittagessen Kaffee ausschenken oder sich um die Blumen in den Zimmern kümmern.

Was hat es mit **Freiwilligenarbeit** eigentlich auf sich? Per Definition umfasst Freiwilligenarbeit jegliche Form unbezahlter, selbstbestimmter und zeitlich befristeter Tätigkeit ausserhalb der eigenen Kernfamilie. Das Spektrum möglicher Formen von Freiwilligentätigkeit erstreckt sich vom Engagement in Sport- und Freizeitvereinen, unentgeltlicher Arbeit im sozialen, gesundheitlichen (wie bei uns) oder kulturellen Bereichen, über die freiwillige Übernahme politischer Ämter bis hin zur gegenseitigen Hilfe unter Nachbarn. Jüngere Menschen engagieren sich auch vermehrt freiwillig im Internet (z.B. Gründen und Moderieren von Facebook-Gruppen oder Pflege von Webseiten von Vereinen). Laut Schweizer Freiwilligenmonitor (2016) leistet etwa die Hälfte der Bevölkerung in der Schweiz unentgeltlich Freiwilligenarbeit in- und ausserhalb von Vereinen und nimmt damit im europäischen Vergleich eine Spitzenposition ein.

**Forschungsarbeiten zur Freiwilligenarbeit** haben ergeben, dass die **Beweggründe** für Freiwilligenarbeit sehr vielfältig sind: Besonders wichtig ist den Engagierten, etwas zu tun, das ihnen Freude bereitet. Sehr oft wird in den Erhebungen genannt: mit anderen etwas bewegen, mit Menschen und verschiedenen Generationen zusammen zu kommen, anderen Menschen helfen, eigene Kenntnisse und Erfahrungen erweitern und einbringen. Vor allem jüngere Menschen möchten gern ihr Engagement, das anderen zugutekommt, mit ihrer persönlichen Weiterbildung verbinden.

In den **Erstgesprächen**, die ich mit Interessierten führe, ist eine meiner wichtigsten Fragen die nach der Motivation. Warum Zeit schenken? Warum gerade im Spital?

Häufig bekomme ich zu hören: „Ich habe Zeit, (z.B.: „weil ich pensioniert bin)...“ „...und möchte damit etwas Sinnvolles anfangen“; „möchte helfen, meine Mitmenschen unterstützen.“; „Ich habe viel Gutes bekommen und möchte das zurückgeben.“;

„Den Patienten im Spital den Aufenthalt erleichtern.“

Speziell die Spitalatmosphäre scheint einige Freiwillige besonders zu interessieren. Sei es, weil sie früher mal in dem Bereich gearbeitet haben, gute Erfahrungen über Angehörige oder selbst als Patienten gemacht haben oder schon immer mal in einem Spital tätig sein wollten. Vermutlich trägt auch die grosse Vielfalt an unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten (auch zeitlich gesehen) für die Freiwilligen im Spital dazu bei, dass wir fast immer ausreichend Interessenten und tätige Freiwillige haben.

„**Freiwilligenarbeit ist der soziale Kitt der Gesellschaft**“ (Uni-Aktuell, Bern). Häufig wird Freiwilligenarbeit in der öffentlichen und wissenschaftlichen Debatte mit Blick auf seine gesellschaftlichen Funktionen diskutiert. Freiwilliges Engagement dient jedoch nicht allein dem Wohl der Gesellschaft, sondern kann auch den engagierten Menschen selbst nutzen. Das erleben wir immer wieder in unserer täglichen Arbeit.

Eine Vielzahl von Studien konnte zeigen, dass **freiwilliges Engagement von älteren Menschen einhergeht mit besserer physischer und mentaler Gesundheit**, geringerer Erkrankungswahrscheinlichkeit und höherer Lebenszufriedenheit. Freiwilligenarbeit ist eine Chance für Menschen im Pensionsalter, da sie Gelegenheit bietet, weiter aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben, soziale Einbindung und Anerkennung zu erfahren und eine sinnstiftende Tätigkeit auszuüben.

Bei „Mensch&Spital“ sind im Moment mehr als die Hälfte der Freiwilligen zwischen 60 und 80 Jahre alt, was für uns eine wertvolle Bereicherung bedeutet, da die Freiwilligen in diesem Lebensabschnitt etwas freier über ihre Zeit verfügen können und gleichzeitig einen reichen Erfahrungsschatz einbringen können. Ausserdem sind die heutigen 70 oder 80-Jährigen wesentlich „fitter“ als dies früher der Fall war. Dennoch wäre es schön, wenn sich auch jüngere Menschen bei uns engagieren würden. Ganz unabhängig vom Alter sind für freiwillige Einsätze in Münsterlingen aber psychische Stabilität und eine gewisse körperliche Belastbarkeit wichtig. Der Patient steht im Mittelpunkt, die eigenen Sorgen und Befindlichkeiten müssen während der Tätigkeit in den Hintergrund rücken. Körperlich anstrengend kann es werden, wenn man z.B. Patienten im Rollstuhl begleitet (Patientenbegleitung beim Eintritt, bei den Besuchsdiensten oder Fahrdiensten) oder mit dem Kaffeewagen die langen Wege durch das ganze Spital bestreitet.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Freiwilligen von Mensch&Spital herzlich für ihre zahlreichen Einsätze bedanken und hoffe, dass sich weiterhin viele „alte“, „junge“ und „neue“ Freiwillige in Münsterlingen engagieren werden.

Quelle: „Psychologie der Freiwilligenarbeit“ (T. Wehner, S.T. Güntert, Springer-Verlag 2015)