



**Jahresbericht der Ökumenischen Ausbildungsstelle
zum AusZeit-Haus in Oberschwaben**

Erstellt von Dr. Gabriela Piber

2004

Statistische Zahlen

Stimmen und Stimmungen

Pressemitteilungen

Einführung zum Jahresbericht

Seit seinem zweijährigen Bestehen ist das AusZeit-Haus in Reute stetig am Wachsen und erfreut sich zunehmender Beliebtheit und Wertschätzung. Die Konzeption von regulärer Auszeit (jeweils von Freitag bis Freitag - möglich für eine, zwei oder drei Wochen) sowie die fünf Schnupperwochenenden im Jahr sind nun soweit verbessert und verfeinert worden, dass ein reibungsloser Ablauf für alle Beteiligten möglich ist.

Die Auswertung des Abschlussfragebogens, den jede Besucherin und jeder Besucher an die Ökumenische Ausbildungsstelle zurücksendet, und die Rückmeldungen durch die Abschlussgespräche ergaben eine überdurchschnittlich gute und wertschätzende Bilanz. Es wird immer wieder betont, wie hilfreich und wohltuend das AusZeit-Haus wirkt und wie wichtig es ist, dass diese Einrichtung erhalten bleibt. An dieser Stelle danken wir ganz herzlich unserer Sponserfirma CHG-Meridian, mit deren finanzieller Unterstützung dieses Projekt erst möglich wurde und 106 Menschen in den unmittelbaren Nutzen des AusZeit-Hauses kommen konnten.

Im Vergleich zum letzten Jahr ist die Zahl der Besucher von 57 Personen auf 84 Personen angestiegen. Verändert hat sich in der Häufigkeit laut Statistik auch die Besucherzahl der 40 bis 50 Jährigen. Waren es im Vorjahr noch 5 Personen sind es in diesem Jahr 10. Auch die Zahl der Alleinlebenden hat deutlich zugenommen. Waren es im letzten Jahr noch 6 Personen, sind es in diesem Jahr 14. Ca. 80 % der Gäste kommen aus Oberschwaben, der Rest verteilt sich bis nach Ulm/Stuttgart und darüber hinaus. Die nachfolgenden Zahlen geben einen Überblick über den Verlauf des Jahres.

I. Statistische Zahlen und Daten Januar bis Dezember 2004

Anruferinnen und Anrufer gesamt:	ca. 280 Personen
Schnupperwochenende	21 BesucherInnen
Reguläre Auszeit	63 BesucherInnen
Abgesagt	4 BesucherInnen
Nicht angereist	4 BesucherInnen

Statistik im Jahresverlauf 2004:

	Jan.	Feb.	März	April	Mai	Juni	Juli	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dez.
regulär:		3	7	17	6	14	7	3	4	2	6	1
schnuppern:	2	1				5	7				6	

II. Erfahrungen aus den Vor- und Abschlussgesprächen

Die meisten Menschen, die ins AusZeit-Haus kommen, stehen „ihre Frau und ihren Mann“ im Leben, sind berufstätig und zum größten Teil in einer beruflichen und/oder privaten Belastungssituation. Sie schildern ihr Lebensgefühl in folgenden Metaphern: „Ich fühle mich wie in einem Käfig eingesperrt.“, oder: „Ich fühle mich wie in einem Hamsterrad“, oder: „Es drückt mich von allen Seiten nieder“.

Viele erzählen, dass sie sich schon lange eine Auszeit - ein Time-Out wünschen, aber bis jetzt auch immer „gute Gründe“ fanden, warum das nicht geht: „Lieber richtig Urlaub machen“, „Es geht mir ja noch gar nicht so schlecht“, „Das macht doch noch keiner in meinem Alter“

Auffallend ist zu beobachten, dass nach den ersten Hürden einer Anmeldung im AusZeit-Haus auch erste Zweifel darüber kommen, ob das auch wirklich das „Richtige“ ist und ob es überhaupt auszuhalten ist, soviel freie Zeit.

In einem ersten Vorgespräch ist sorgsam darauf zu achten, dass die Erwartungen einer Auszeit genau besprochen werden und auch realisierbar sind. Viele Besucher möchten auch in ihrer Auszeit möglichst effizient sein und kommen somit leicht in die Gefahr, ihr gewohntes Rollenmuster von Überforderung, Anspannung und Leistung zu wiederholen. Ein Gespräch darüber hilft zu einer hilfreichen Orientierung: Was ist möglich? Was nicht? Was ist nur mehr vom Gleichen? Was wäre etwas Neues?

Worin könnte ein neuer Weg gefunden werden? Ist es sinnvoll Bücher mitzunehmen oder nur das Notwendigste? Solche und ähnliche Fragen, helfen die Auszeit so zu strukturieren, dass sie Raum lässt für die Selbstbegegnung und die Auseinandersetzung mit den Themen, die im Moment bedeutsam sind.

Mitte des Jahres kommt ein Mann aus Stuttgart zum **Vorgespräch für eine Woche Auszeit**.

Er ist 51 Jahre alt. Exportkaufmann seit 28 Jahren in der selben Firma, geschieden mit zwei erwachsenen Kindern.

Auf die Frage, wie und durch wen er vom AusZeit-Haus gehört hat, erzählt er, dass ein naher Freund vor einiger Zeit dort war und begeistert erzählt hat. Er ist sich zwar nicht ganz sicher, ob das für ihn auch so ist, da er in einer ganz anderen Lebenssituation stecke, aber dazu gebe es ja das Vorgespräch.

Zit: „Wissen Sie, ich bin mit meinem Beruf und meiner Firma seit 28 Jahren symbiotisch verheiratet. Das ist einerseits ganz schön, weil ich kenne Alles und Jeden. Aber in den letzten Jahren hat sich auch viel verändert - vielleicht ich mich auch - und erlebe vieles chaotisch. Manchmal habe ich Fluchtgedanken und überlege mir aufzuhören. Träume von einem anderen Job. Aber das ist wohl unrealistisch - ich bin 51 Jahre. Da muss ich wohl durchhalten - aber nicht länger als bis Ende 50. Eigentlich fühle ich mich wie in einem Käfig und ich möchte herausbekommen, was es sonst noch gibt“.

Als wir über die Struktur und den Inhalt einer solchen Woche reden sagt er:

„Davon träume ich: Zur Ruhe kommen. Mich vielleicht auch langweilen. Nichts tun und was mir besonders gefällt ist die Nähe zu etwas Geistlichem - ich habe dazu schon Zugang, auch wenn ich es mit der Kirche nicht so habe, aber es gibt mir Kraft. Nur geht im Alltag soviel verloren“.

Eine Frau 41 Jahre alt, aus Oberschwaben, allein lebend, ohne Kinder, seit 2,5 Jahren Bereichsleiterin von einer Marketingabteilung in einem öffentlichen Betrieb.

Sie legt gleich los - in schnellem, zielorientierten Ton: „Wissen sie, eigentlich wollte ich eine Wanderwoche machen oder zum Tauchen nach Ägypten fahren, aber ich habe seit einigen Monaten kräftige Nacken- und Rückenprobleme. Dann hat mir eine Bekannte vom AusZeit-Haus erzählt und ich dachte mir spontan, dass wäre doch genau das richtige - oder!? Nun, ich bin im Hamsterrad. Eigentlich mache ich meinen Job gerne, aber eine richtige Sinnhaftigkeit sehe ich auch nicht darin. Ich würde mich gerne neu orientieren und dafür würde mir so eine Woche auch gut tun - aber ich weiß auch, das braucht Zeit und neben meinem stressigen Job kann ich das nicht machen. Außerdem habe ich das Gefühl, dass meine Nacken- und Rückenprobleme nicht medizinischer Ursachen haben, denn ich habe keine körperlich belastende Arbeit. ... Ich würde gerne neue Wege gehen in meinem Leben. Ich weiß nur noch nicht wie. Vielleicht könnte mir so eine begleitete Auszeit dabei helfen“.

Abschlussgedanken

Erfahrungen einer 31. Jahre alten, ledigen Bankangestellten

„Ich habe für mich in der Woche Auszeit die Erfahrung gemacht, dass ich mit mir alleine sein kann. Ohne Aktionismus spüre ich mich selber mehr. Diese Zeit wurde mir sehr kostbar, denn sie ist mir eine Quelle der Ruhe, Dankbarkeit und erneuten Beziehung zu Gott“.

„Es wurde mir klarer, was mir wichtig ist in meinem Leben und was ich will. Vor allem habe ich gespürt, dass ich selbst die Verantwortung dafür habe, wie ich mein Leben lebe“.

„Hilfreich und unterstützend habe ich das Vorgespräch und die Einführung durch die Schwester B. erlebt. Der Meditationsraum war mir ein hilfreicher Ort des Schweigens. Dass ich mir um meine Verpflegung und Versorgung keine Gedanken machen musste, war sehr angenehm. Auch tat mir die freundliche Atmosphäre im Haus sehr gut“.

III. DANK

Unser ganz spezieller Dank gilt dem Vorstandsvorsitzenden der CHG-Meridian Herrn Jürgen Mossakowski und seiner Mitarbeiterin Frau Dagmar Fuchs für die gute Kooperation. Wir hoffen auch weiterhin mit diesem spannenden und innovativen Wirtschaftsunternehmen unserer Region zusammenarbeiten zu können.

Mit der Generaloberin Sr. Paulin, der Betreuung vor Ort durch Sr. Birgitta, der Gesprächsbegleitung durch Sr. Maria-Hanna, der Unterstützung durch Sr. Ingrid, Sr. Judith und vielen weiteren Schwestern der Franziskanerinnen von Reute ist ein heilsamer Rahmen und liebevolle, wertvolle Begleitung der Gäste des AusZeit-Hauses garantiert. Wir danken ganz herzlich für ihr segensreiches Tun.

Dank auch an das Fachteam des AusZeit-Hauses für sein Engagement und inhaltlich sehr gute Arbeit ebenso wie an Frau Mysok und Frau Laux für Organisation und Sekretariat.

Wenn es nur einmal so ganz stille wäre.

Wenn das Zufällige und Ungefährnen

Verstummt und das nachbarliche Lachen,

wenn das Geräusch, das meine Sinne machen,

mich nicht so sehr verhinderte am Wachen - :

Dann könnte ich in einem tausendfachen

Gedanken bis an deinen Rand dich denken

Und dich besitzen (nur ein Lächeln lang).

Um dich an alles Leben zu verschenken

Wie einen Dank.

R. M. Rilke

