

Intro: Herzlich willkommen bei seko on air Der Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

*Irena Težak:* Hallo und herzlich willkommen. Heute hören Sie die erste Ausgabe unseres Podcasts seko on air. Mein Name ist Irina Tezak und ich bin Ihre Moderatorin. Ich arbeite bereits seit 15 Jahren hier bei der Selbsthilfe Koordination Bayern. In unserer ersten Folge beschäftigen wir uns mit Selbsthilfe und Corona und ich begrüße Heinrich Bedford-Strohm, den Landesbischof der Evangelischen Kirche in Bayern.

*Irena Težak:* Herr Bedford-Strohm, vielen Dank, dass Sie sich Zeit nehmen, um mit mir darüber zu sprechen, wie es bei Ihnen mit der Selbsthilfe aussieht. Wir haben ja gemeinsam im vergangenen Juli das Selbsthilfe Netzwerk für Trauernde, die jemanden an Covid 19 verloren haben, gegründet. Und ich bitte Sie, einfach noch mal zu sagen, wie Sie auf den Gedanken kamen, hier aktiv zu werden.

*Herr Bedford-Strohm:* Ich bin sehr dankbar für diese Zusammenarbeit mit der Seko, weil sie reagiert auf etwas, was uns alle berühren muss, nämlich auf die Situation, dass es Menschen gibt, die Angehörige verloren haben an Corona, da auch ganz bestimmte schlimme Situationen durchstanden haben, die speziell auch mit Corona zu tun hatten, also einen ganz spezifischen Erfahrungshintergrund hatten und die einfach damit ziemlich allein gelassen worden sind. Ich bin darauf gestoßen, als ich anlässlich des Gedenkaktes des Bundespräsidenten in Berlin war. Wir haben da einen ökumenischen Gottesdienst vorher gefeiert und dann gab es den Gedenkakt und da bin ich am Vorabend Menschen begegnet, von denen ich relativ schnell gemerkt habe, das sind die Angehörigen, die da sprechen, wer ich bin mit denen.

*Irena Težak:* Sie wussten das gar nicht in dem Moment.

*Herr Bedford-Strohm:* Ich wusste in dem Moment nicht. Ich habe nur immer in der Hotelloobby diese Menschen getroffen. Und dann ist sehr schnell ein ganz spontaner, intensiver Kontakt, ein intensives Gespräch entstanden, das mich sehr berührt hat. Unter den Menschen, die da versammelt waren, war auch Anita Schedel, die dann auch eine sehr berührende Rede am nächsten Tag bei dem Gedenkakt des Bundespräsidenten gehalten hat. Und wir sind in Kontakt geblieben. Und dann hat sie mich auch besucht hier in meinem Bischofs Büro. Und wir haben dann einfach die Idee entwickelt, wir müssten es doch eigentlich hinkriegen können, dass ein Netzwerk entsteht von Selbsthilfegruppen, die all denen, die die gleiche Erfahrung gemacht haben, die Möglichkeit gibt, sich schlicht auszutauschen. Also das, was wir da in der Hotelloobby spontan gerade erlebt hatten, dass nämlich die Angehörigen gesprochen haben und sich gegenseitig gestärkt haben und ich das richtig gespürt habe, wie gut es getan hat, das für alle zugänglich zu machen. Das war die Idee. Der Bundespräsident hat es sofort unterstützt. Ich war mehrfach mit ihm drüber im Austausch, unterstützt es nachdrücklich und ich freue mich riesig, dass das jetzt begonnen hat, dass wir in Weiden dann eine Pressekonferenz geben konnten, dass in Weiden die Gruppe auch schon gegründet worden ist, dass Anita Schedel in München eine Gruppe gegründet oder gegründet hat.

*Irena Težak:* Heute genau ist die Gruppen Gründung um 16:00.

*Herr Bedford-Strohm:* Toll, toll. Umso besser. Das freut mich jetzt sehr zu hören, dass wir jetzt hier zusammen sind und am heutigen Tag diese Gruppe gegründet wird.

*Irena Težak:* Ja, und es sind sieben Betroffene, die sich angemeldet haben und die werden sich heute um 16:00 in Präsenz treffen.

*Herr Bedford-Strohm:* Also das macht mich wirklich glücklich, dass das daraus jetzt so etwas geworden ist und dass ganz konkret Menschen jetzt einfach diese wechselseitige Unterstützung sich geben können. Und wir haben als Kirchen gesagt, wo immer wir helfen können, wo wir Räume zur Verfügung stellen können, wo wir mithelfen können im gemeinsamen Zusammenspiel mit der Seko, da wollen wir das auch wirklich tun. Ich finde es auch für die Kirche eine tolle Sache, dass wir über unseren eigenen Kreis hinaus das tun, was für mich jedenfalls grundlegend zum kirchlichen Auftrag gehört die Liebe Jesu Christi selbst ausstrahlen. Das heißt eben auch, dass wir helfen, Menschen, völlig egal, was sie glauben, von welchem Hintergrund sie herkommen, dass sie schlicht und einfach ihre menschliche Not dadurch überwinden oder lindern können, dass sie sie miteinander teilen können.

*Irena Težak:* Dazu möchte ich allerdings sagen, dass auch vorher schon die Kirchen, also beide christlichen Kirchen, immer schon auch bereit waren, Räume zur Verfügung zu stellen. Es gibt ganz, ganz viele Selbsthilfegruppen, die sich schon in kirchlichen Räumen treffen und das schon seit ganz vielen Jahren.

*Herr Bedford-Strohm:* Das hat mich auch sehr gefreut, als Sie mir das erzählt haben, die Diakonie eigentlich überall am Ball ist.

*Irena Težak:* Ja, genau. Selbsthilfe an sich hatten sie vorher, bevor das mit den Trauernden jetzt begann, schon Berührung mit Selbsthilfegruppen oder Initiativen?

*Herr Bedford-Strohm:* Ja, schon. Schon seit langer Zeit. Ich habe etwa einen früheren Mitschüler gehabt, der, der mich, als ich Pfarrer in Homburg war, immer wieder besucht hat, der eine nicht genau spezifizierte klare Behinderung hatte. Es war möglicherweise Asperger Autismus, und der ist immer zu mir gekommen und wir haben uns da immer wieder ausgetauscht und der hat mir von seinen Selbsthilfegruppeerfahrungen erzählt. Er war in mehreren Selbsthilfegruppen und es hat mich auch immer berührt, was er mir da erzählt hat und insofern. Ist diese dieser Ansatz für mich immer schon präsent gewesen und ich freue mich jetzt sehr, dass wir den in diesem Bereich, der jetzt ganz neu ist, aber wirklich für viele Menschen eben ihr Leben so grundsätzlich verändert hat, die an Menschen verloren haben, die jetzt aber eben auch vielleicht dadurch Hilfe bekommen können, dass sie wieder auf die Beine kommen.

*Irena Težak:* Ja, in der Selbsthilfe geht es ja darum, sich auszutauschen miteinander. Und genau das ist es, dass die Menschen etwas Ähnliches erfahren haben, was sie dann auch näher zusammenrücken lässt.

*Herr Bedford-Strohm:* Genau das ist auch das Schöne, dass es komplementär ist zu dem, was wir als Kirche sowieso haben, nämlich seelsorgerliche Angebote. Also wenn ich möchte, dass ich mit einem Menschen mich aussprechen kann, der weiß, wie man die richtigen Fragen stellt, der mir Trost zusprechen kann, das ist notwendig, das ist das eine. Aber dass

ich einfach teilen kann. Meine Erfahrung mit Menschen, die die gleiche Erfahrung gemacht haben, das ist noch mal was anderes. Und das widerspricht sich nicht. Das ist auch nicht irgendwie das eine, überflüssiger als das andere oder besser als das andere, sondern beides zusammen als Angebot ist, glaube ich ganz wichtig und so genau ist es auch gedacht.

*Irena Težak:* Und das ist auch das, was wir sagen, selbst wie wir so nie einen Ersatz für eine Therapie oder für etwas Professionelles sein, sondern immer eine Ergänzung. Und die Menschen können zusätzlich gerne noch auch eine Einzeltherapie machen, können zu einem Seelsorger gehen, können sich in anderen Gruppen zusammenschließen. Aber das, was sie in der Selbsthilfe bekommen, ist eben genau das Besondere.

*Herr Bedford-Strohm:* Genau. Ja, ich bin ihnen auch unheimlich dankbar. Ich freue mich, dass wir jetzt den Kontakt haben, dass ich ihre Arbeit dadurch auch viel besser kennenlerne. Und ich finde das, was wir jetzt hier gerade gemeinsam auf die Beine gestellt haben, sollte auch Vorbild für zukünftiges gemeinsames Zusammenarbeiten sein. Weil wir wollen, glaube ich, beide das Gleiche. Wir wollen Menschen, die in Not sind, unterstützen und ihnen helfen, dass sie selbst es schaffen, ihre Not zu überwinden. Mit anderen zusammen, aber auch mit der Hilfe von Menschen, die von außen kommen. Das ist unser gemeinsames Anliegen, dass wir das jetzt auch wirklich so organisatorisch ein Stückchen umsetzen konnten. Und das, was Sie schon seit langer Zeit erleben, in Zusammenarbeit mit Gemeinden oder mit der Diakonie, das ist jetzt sozusagen auf diese Beine zu stellen, Da freue ich mich sehr drüber.

*Irena Težak:* Ja, so geht es mir auch. Ich muss sagen, seit dem Sommer ist ja bei uns recht viel passiert. Es haben immer wieder Menschen angerufen, aber durch die neue Situation, dass sie es jetzt im Winter auch wieder so schwierig geworden ist, ist es auch etwas zäher, als ich sonst erwartet hätte. Es gibt inzwischen drei Gruppen und eine bundesweite Online Gruppe zu dem Thema und es kommen immer wieder Anfragen rein. Aber manchmal sind die Menschen gerade noch so akut betroffen, dass sie noch nicht die Kraft haben, selbst initiativ zu werden und eine Gruppe zu gründen.

*Herr Bedford-Strohm:* Ja, und wir müssen es auch noch bekannter machen, die Leute. Ich bemühe mich und ich versuche es immer wieder auch davon zu erzählen, sodass Menschen, möglichst viele Menschen überhaupt wissen, dass es das gibt und auf die Idee kommt, es könnte mir helfen.

*Irena Težak:* Und Ihre Kollegin/Mitarbeiterin, die Frau Kipp, die hat ja dann letztlich den Kontakt gemacht. Und ich muss auch sagen, es ist, wie es so häufig ist. Es kommt ja auch immer darauf an, welche Menschen zusammentreffen. Das ist in der Selbsthilfe im Übrigen auch so, das ist, glaube ich, in allen Gruppen so, ich glaube auch, nur wenn es da dann wirklich gut passt, dann wächst auch was.

*Herr Bedford-Strohm:* Da bin ich extrem dankbar, dass ich die Kerstin Kipp habe, die diese Verbindung jetzt wirklich die ganze Zeit gepflegt hat und einen wesentlichen Anteil dran hatte, dass wir wirklich so weit gekommen sind. Sie haben absolut recht, Es muss immer auch in der Chemie funktionieren. Dass wir uns dann kürzlich bei der Landessynode in Geiselwind nochmal extra treffen konnten, miteinander essen konnten, uns unterhalten konnten, das tut einfach gut und es tut vor allem dann auch der Arbeit gut.

*Outro:* Vielen Dank, Herr Bedford-Strohm für dieses spannende Interview. Dies war die erste Folge von seko on air. Wenn Sie Fragen, Anregungen oder Rückmeldungen für uns haben, freuen wir uns auf Ihr Feedback. Schalten Sie wieder ein und hören Sie gerne direkt im Anschluss das Interview mit Anita Schedel. Bis zum nächsten Mal bei seko on air, dem Podcast zur Selbsthilfe in Bayern.

seko



*on air*