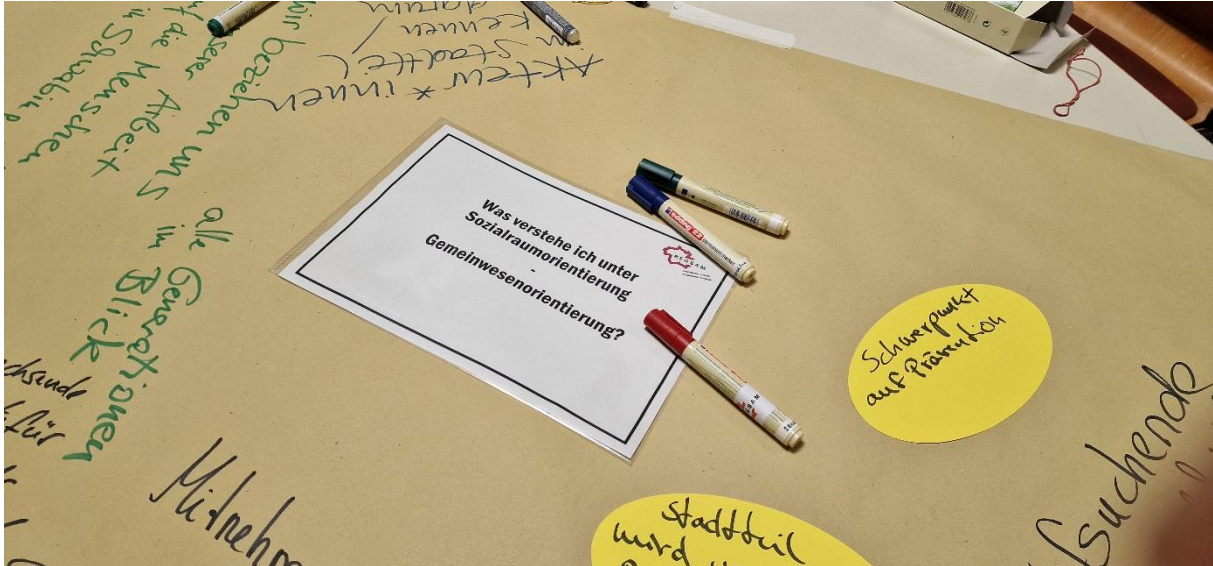


Dokumentation Einsamkeit und Vernetzung

20.7.2023 in der Sozialregion Schwabing West/ Schwabing/

Freimann



Gemeinsam mit der RAGS 4/12 initiierte die Moderation eine Regionsveranstaltung zum Thema „Einsamkeit und Vernetzung“ am 20.7.2023 in den Räumen einer Freikirche im Stadtviertel bei der circa 40 Fachleute aus den Regionen teilnahmen.

Bei dieser Veranstaltung ging es um die Auswirkungen der Einsamkeit auf alle Menschen, wie auch um die Vernetzung im Viertel.

Gastbeitrag von Adelheid Reik :



Einsamkeit und Vernetzung

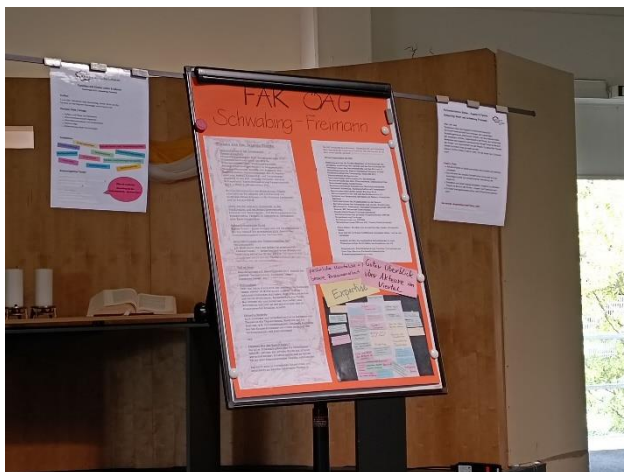
Die starke Zunahme von Einsamkeit gehört zu den größten Problemen unserer Zeit. Auch

immer mehr junge Menschen geben an, sind manchmal (25%) oder sogar oft/immer (22%) einsam zu fühlen. Einsamkeit kann zu quälenden Selbstzweifeln und Depressionen, sowie zu einer signifikant höheren Anfälligkeit für Krankheiten führen. Sie ist zudem Ursache für einen früheren Tod. Um hier wirksam gegensteuern zu können ist es wichtig, die Entstehung dieser Entwicklung zu verstehen. Im Vortrag wird dargelegt, wie sowohl in der Wirtschaft (Industrialisierung), als auch durch Veränderungen im Selbstverständnis von Menschen (Aufklärung) tiefgreifende Veränderungen erfolgten, die unser Zusammenleben grundlegend verändert haben. Dazu kommen eine ganze Reihe von individuellen Faktoren (z.B. demografischer Wandel, Migrationshintergrund, Carearbeit, prekäre Beschäftigung etc) die für erklären warum einfache Rezepte (z.B. geh doch in einen Verein) nicht wirksam sind.

Im zweiten Teil des Vortrag wurde dargelegt, warum chronische Einsamkeit krank macht und wie dies zu abnehmender Dialogfähigkeit und schwindender Solidarität führt. Es wird erläutert, welche Folgen Einsamkeit für unser Gemeinwesen haben kann und warum sie letztendlich sogar eine Gefahr für unsere Demokratie darstellt. Im dritten Teil sprechen wir darüber, warum es unerlässlich ist, bei Gegenmaßnahmen auf individuelle Erfordernisse und Bedürfnisse einzugehen. Da ältere Menschen, mittelalte Personen und Jugendliche ähnliche Wünsche und Bedürfnisse haben, haben sich Unterstützungsangebote entwickelt, bzw., sollten noch konzipiert werden, die diese Personengruppen ansprechen. Über vier Folien hinweg werden beispielhaft viele bereits existente Unterstützungsangebote vorgestellt (z.B. die "Telefonengel" von Retla e.V., <https://retla.org/telefonengel/>). Kurz vorgestellt wird auch das Einsamkeitspräventionskonzept für Frauen in der Mitte der Gesellschaft: Female Community (www.adelheid.reik.com/female-community/)

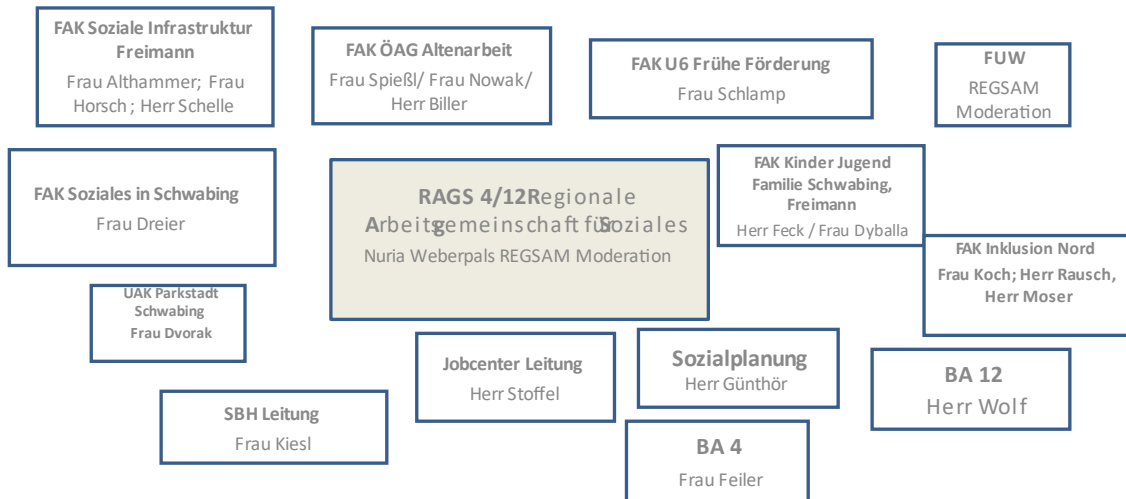
Fazit: Einsamkeit ist längst kein ausschließlich individuelles Problem mehr. Es handelt sich um eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung, die unser Zusammenleben als Gesellschaft massiv beeinflusst. Aber diese Herausforderungen beinhaltet auch eine große Chance: wir sind frei, Gemeinschaften zu entwickeln und unser Miteinander damit neu zu gestalten

In Vorbereitung dieser Veranstaltung erstellte jeder FAK ein Plakat und fragte die Netzwerkpartner*innen nach ihren Eindrücken und positiven Erfahrungen in den Facharbeitskreisen. Bei dieser Abfrage kam sehr viel Lob und Wertschätzung auch gegenüber der FAK Sprecher*innen raus, das sehr viel Motivation hervorbrachte. Grundsätzlich wäre es sicherlich positiv, wenn die FAK`S immer wieder abfragen würden, welchen Profit teilnehmende Einrichtungen haben, um die gegenseitige Wertschätzung und auch die Kontinuität der Teilnahme- auch in Zeiten des Fachkräftemangels - zu unterstützen.



Bei der Kurzvorstellung der verschiedenen Facharbeitskreise unserer Sozialregion konnte man sich über die teilnehmenden Einrichtungen, die Themen und auch die Erfolge informieren.

REGSAM RAGS 4 /12 Stand 02/ 2023



Im münchener Kuratorium vertritt uns Frau Feiler und Frau Dvorak. Die RAGS trifft sich circa 6mal im Jahr -dort werden die Bedarfe und die Probleme. Wie auch stadtteilbezogene Aktionen besprochen und geplant. Die Mitglieder werden gewährt.

Nach einer kleinen Stärkung am Buffet ging es weiter mit dem Thema Vernetzung in der sozialen Arbeit. An vier Worldcafe Tischen wurde rege diskutiert und die Vorteile des Vernetzens erkannt, um möglichst viele neue und alte Netzwerker*innen zu motivieren.



Ergebnisse von den jeweiligen Worldcafetischen

Was nehme ich aus dem Vortrag Einsamkeit in meine/ unsere Vernetzungsarbeit mit?

Wording überdenken

Vielfalt ist nötig

Als Multiplikatorin fungieren

Möglichkeiten zur Begegnung schaffen (Feste, TOT)

Räume schaffen, um gegen kulturelle Einsamkeit etwas anzubieten

Bestätigung des eigenen Tuns

Themen der Einsamkeit in eigenen Vorträge einfließen zu lassen- Menschen in Übergangsphasen sensibilisieren sich bspw. als EA zu engagieren

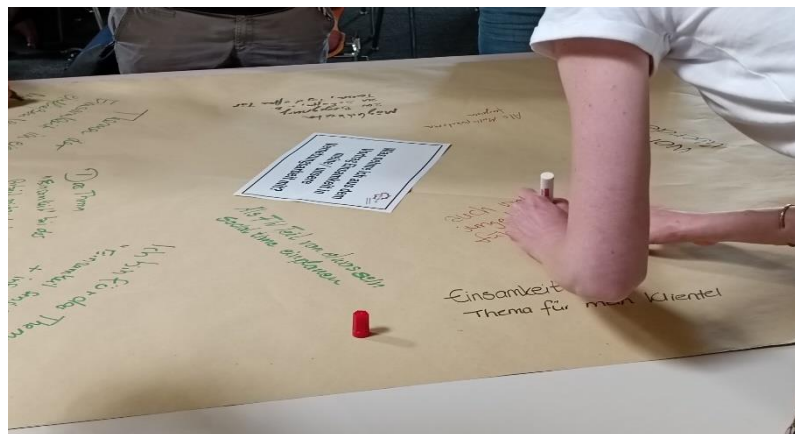
Das Thema Einsamkeit in der Arbeit mitdenken> Bezug herstellen

Ich bin für das Thema Einsamkeit sensibilisiert und informiert worden

Einsamkeit ist Thema für alle Generationen

Auch viele junge Menschen fühlen sich einsam welche Angebote können wir für diese Zielgruppe schaffen?

Das wording überdenken über Kontakte reden, weniger über Einsamkeit



Was bringt mir die Vernetzung persönlich & für meine Einrichtung?

Unterstützung: Ich weiß, wo ich mal fragen kann

„da ruf ich jetzt mal an“

Teil eines Ganzen zu sein

Multiplikator*in sein> weitergeben

Neuester Stand

Informationen aus erster Hand

Ich fühl mich gut

Neue Einblicke-neue Räume

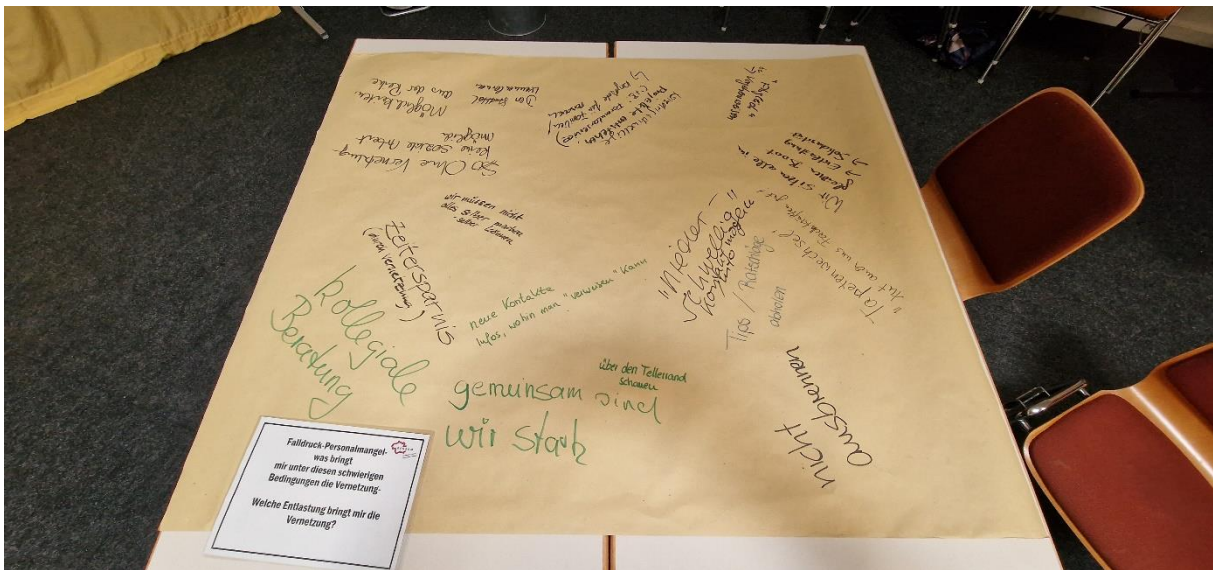
Wissenserweiterung

Lernen über den Stadtteil

Motivation

Anstöße geben Gesichter und Namen haben	Ich fühl mich sicherer
Best practice Beispiele	Synergien nutzen
Querschnittsthemen herausarbeiten	Freundschaften entstehen
Expertise kurze Wege	Ehrenamtliche Mitarbeit
Begehrlichkeiten wecken	Austausch
Erreichen der Dialoggruppe	
Andere Angebote kennenlernen und weitervermitteln können	
Anregungen	Es ergibt sich viel > bereichernd
Horizontenerweiterung	Persönliche Bereicherung und Zugänge schaffen
Inspiration	
Andere Lösungsansätze sehen	Über den Tellerrand schauen
Qualitätsmanagement	Lockert den Arbeitsalltag

Falldruck-Personalmangel-was bringt mir unter diesen schwierigen Bedingungen die Vernetzung?-Welche Entlastung bringt mir die Vernetzung?



- Nicht ausbrennen
- Tapetenwechsel tut auch uns Fachkräften gut
- Wir sitzen alle im gleichen Boot (Entlastung; Solidarität)
- „Abgleich“ der Vorgehensweisen
- Über den Tellerrand schauen
- Kollegiale Beratung
- Wir müssen nicht alles selber machen und können
- Tipps/ Ratschläge abholen
- Gemeinsam sind wir stark
- Zeitersparnis durch Vernetzung

Ohne Vernetzung ist keine soziale Arbeit möglich

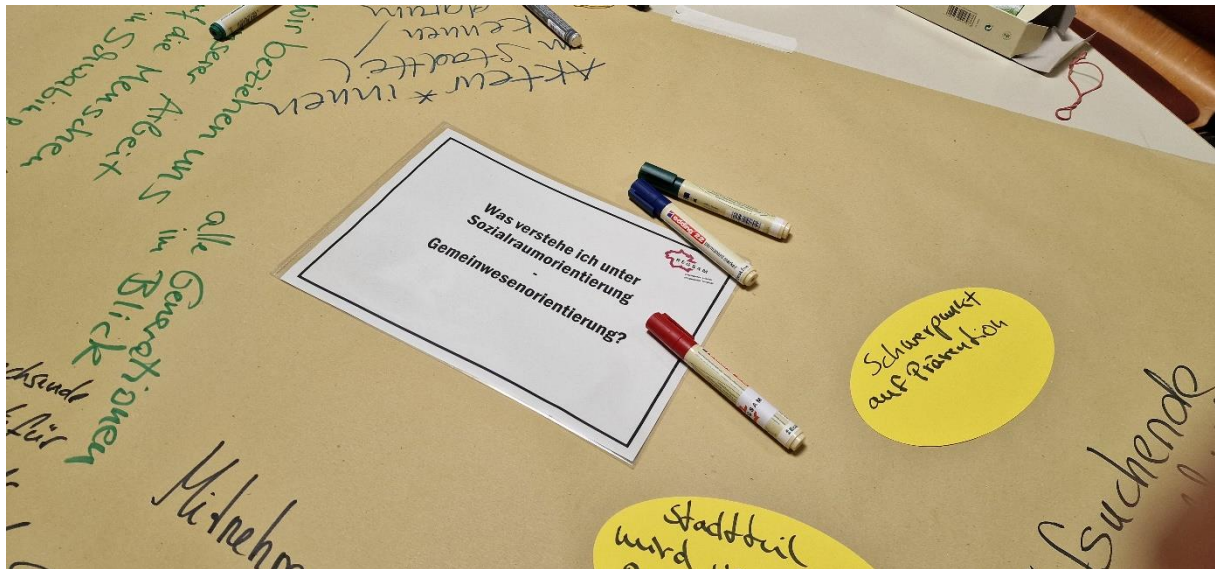
Möglichkeiten außer der Reihe

Den Stadtteil kennenlernen

Niedrigschwellige Projekte entstehen (z.B. formularservice Angebote für Familien und Personen

Neue Kontakte , Infos wohin man verweisen kann

Was verstehe ich unter Sozialraumorientierung- Gemeinwesenorientierung?



Schwerpunkt auf Prävention

Individuelle Angebote

Stadtteil wird von den Bewohner*innen mitgestaltet

Kulturelle Mischung

Mitnehmen der Bewohner*innen

Bedarfsorientiert

Ich muss den Raum kennen

Infrastruktur (soziale Einrichtungen) mitdenken Grünflächen, Gesundheitsversorgung, Einkaufsmöglichkeiten, öffentlicher barrierefreier Nahverkehr

Mischung der Einkommen

Verstetigung

Wir beziehen uns in unserer Arbeit auf die Menschen die in Schwabing leben
Akteur*innen aus dem Stadtteil kenne und darum wissen

Aufsuchende Sozialhilfe

Barrierefreiheit ganzheitlich

Netzwerken in München und im Landkreis

Erfordert Ressourcen/Zeitlich, finanziell, personell

Mitwachsende Angebote für fortschreitendes Alter von Kinder/ Jugendliche

Alle Generationen im Blick

Menschen empowern

Teilhabe und Chancengleichheit

Erkenntnisse

Bei der Reflexion wurde klar, dass das Thema Einsamkeit in den sozialen Bereichen eine große Rolle spielt, das häufig nicht im Blick ist. Der Vortrag hat aufgerüttelt und eine neue Perspektive in die Arbeit mit Klient*innen gebracht.

Die Vernetzungsarbeit bringt gerade in Zeiten von Fachkräftemangel eine Entlastung für jede/n Netzwerker*innen – Anliegen und Sorgen können an Fachstellen weitervermittelt werden, die Erkenntnis, wir sitzen alle in einem Boot, bringt Erleichterung, Kennenlernen und Wissen von anderen Einrichtungen und Personen ganz nach dem REGSAM Motto



Zusammengestellt von Moderatorin Nuria Weberpals und den Teilnehmer*innen