

Mit jedem einzelnen des "Haus von morgen" fühle ich (Gisela) mich verbunden, allein schon durch die Verbindlichkeit, die in mir entsteht durch das mir Anvertraute und die sehr persönlichen Geschichten.

143 Betroffene der einen oder anderen Seite bekommen unsere Post, annähernd mit jeder/m einzelne/m habe ich ein erstes Gespräch geführt. Wir fühlen uns verantwortlich und werde aus gegebenem Anlass persönlichen Gedanken hier mit Euch teilen.

Jedem steht frei es zu lesen, darüber zu urteilen, zu denken, zu kommentieren.

Was gibt's?

What's up?

WhatsApp



2019

Als ich (Gisela) die SHg "Das Haus von morgen" gegründet habe war es mir ein Anliegen, bzw. gab es die Idee, begleitend einen für alle zugängigen Raum zu öffnen, der

- dem Austausch,
- der gegenseitigen Information,
- dem gegenseitigen Trost,
- der gegenseitigen Bestärkung,
- und, vor allem, der persönlichen Vernetzung dient.

WhatsApp lag auf der Hand, wurde/wird von fast jeder/m genützt.

Damals war die Gruppe noch klein, Corona kein Thema, analoge Treffen im Vordergrund und "normal", der latente Stressfaktor "kollektive Verunsicherung der gesamten Gesellschaft" nicht in diesem Ausmaß vorhanden.

Ja, ich wage es das so zu beschreiben, denn wir (Team) bemerken Veränderung und damit einhergehende Verunsicherung auf der sozialen Ebene und betreffend Kommunikation.

Ich habe damals gar nicht daran gedacht, dass es notwendig wäre meine Rolle in der WhatsApp Gruppe klar zu definieren.

Jahresbeginn 2022

Wir haben viel gelernt am 6./7. Jänner.

Wir erkennen an, dass sich viel geändert hat seit März 2019. Die Gruppe ist groß, wir sind ein Verein, die Medien nehmen sich des Themas an, wir arbeiten als Team von mal mehr/mal weniger 5 Personen für den Verein.

Mir (Gisela) ist heute klar, dass ich genauer (für mich!) kommunizieren muss, was wir/ich als unsere/meine Verantwortung der Gruppe gegenüber zu übernehmen bereit sind/bin.

WhatsApp gehört hier nicht dazu.

Mein (Gisela) persönlicher und beruflicher Anspruch Verantwortung betreffend ist auf WhatsApp nicht lebbar. Weder zeitlich (und daher auch finanziell), noch gruppendynamisch, noch ethisch ist es uns/mir möglich eine Gruppe auf einem SMS – Kanal psychosozial zu begleiten. Als Privatperson fühle ich (Gisela) mich nicht dazu berufen überhaupt darüber nachzudenken.

Sehr persönliches von mir (Gisela)

Die beiden Tage 6./7. Jänner waren für mich als Teilnehmerin und Admin auf WhatsApp belastend.

WARUM

Ist was passiert? Ja, es ist was passiert, doch es ist eben nicht DAS passiert.

Es hat sich etwas angeschlichen, lang hat es der Profi in mir gut handhaben können.

Von WhatsApp ausgelöst ist dann etwas in mir passiert. Ein unklares Zuviel ist es plötzlich geworden. Meine persönliche Einstellung den sozialen Medien gegenüber hat sich verstärkt.

Ich betone etwas wesentliches: Das hat nichts mit Gepostetem oder Gesagtem zu tun, alles soll ja gesagt werden, soll ausgedrückt werden dürfen. Da gebe ich Euch vollkommen recht!

Es hat mit mir zu tun.

Plötzlich waren da höchst ambivalente Gefühle:

Ich möchte weg.

Ich fühle eine mir aufgedrängte unklare Erwartung.

Ich möchte damit nichts zu tun haben.

Das hat alles nichts mit mir zu tun.

Warum ich?

Ich fühle mich bedrängt.

Das ist mir zu viel.

Ich fühle mich angegriffen.

Ich möchte mich schützen, ich stoße an meine Grenzen, ich weiß nicht wie.

Ich fühle Wut, Ohnmacht, Überforderung, Übergriff.

Ich fühle mich unverstanden, in etwas hineingezogen, manipuliert, vermischt.

Ich möchte mich abgrenzen, zumachen.

Hier geht mir gerade ein Licht auf ...! Am liebsten hätte ich einfach ...!

Das alles ist schon wieder vorbei. Ein aufwühlendes, emotionales, lautes Telefongespräch mit einer Teilnehmerin aus der Gruppe (Danke für deine Bereitschaft für Verständnis und ein aufrichtiges ES TUT MIR LEID) – ja, ich bin auch nur ein Mensch – bestärken mich in einer Entscheidung.

Mir wurden die Augen geöffnet für meine Verletzlichkeit und meine kleine Innere Welt, die mich bittet, mich um sie zu kümmern, sie zu umsorgen, sie anzuhören.

Auch ich habe viel innere Arbeit geleistet und geübt, geübt, geübt. Dank Eurer Offenheit, der vielen Gespräche, meiner anhaltenden inneren Arbeit geht es mir persönlich gut mit dem Kontaktabbruch. Ich kann anerkennen, dass das Gefühl eines Verlustes dieser Art nicht gelöst werden kann, denn ich liebe, aber dass er Sein darf, in allen Facetten, mit allen Gefühlen, den guten, den schwierigeren und den mittlerweile sehr wenigen ganz schlechten Tagen. Ich kann sie alle annehmen.

Das war lange, geduldige, einsame, manchmal zermürbende, daran zweifelnde, an mir selbst zweifelnde, an allen anderen mir lieben Menschen zweifelnde, wütende, liebende Arbeit. Sie hat sich gelohnt. Darum gibt es Das Haus von morgen.

Heute spüre ich, Ich bin "zu Frieden".

Ganz klare Gedanken sind für mich daraus übriggeblieben:

Noch mehr Worte allein helfen nicht einander zu verstehen.

Noch mehr Worte schaffen oft das Gegenteil von Verbindlichkeit.

Ich kann nicht mit jedem in jeder Situation über alles ausführlich reden.

Echte Begegnung ist Kommunikation auf allen Ebenen.

Ich muss Verantwortung für mich klar definieren.

Ich möchte diese Klarheit offen nach außen kommunizieren.

Ich differenziere zwischen Rechtfertigung und klar ausgesprochener Handlungserklärung.

Ich halte nichts von Abgrenzung, aber ... ich muss etwas unternehmen.

Ich möchte meine Konturen als Mensch in der Welt spüren und unterscheide das von Abgrenzung.

Was die Idee WhatsApp in den Augen des Teams dHvm war:

Eine begleitende Möglichkeit (siehe ganz oben) der privaten Vernetzung.

Eine nicht begleitete, offene Gruppe, die aus einem Zusammenschluss selbstverantwortlicher erwachsener Menschen besteht.

Die/der Admin hat keine begleitende Funktion. (Eine/r muss seine Telefonnummer zur Verfügung stellen, um den "Raum" installieren zu können = Admin)

Jeder ist für seine Beiträge selbst verantwortlich.

Keiner ist für den Beitrag einer/s anderen verantwortlich.

Jeder kann ohne Begründung austreten.

Niemand ist befugt einen anderen aus der Gruppe zu entfernen, wenn er nicht gegen die Gruppenregeln verstoßen hat.

(Die allgemeinen Gruppenregeln befinden sich auf unserer Homepage.)

Gruppenregeln unterliegen dennoch persönlicher Interpretation. "Vergehen" müssten also besprochen werden, bevor es zu eigenmächtigen "Entfernungen" kommt.

Besprechung ist auf einem Medium wie WhatsApp in unseren Augen nicht möglich.

Entscheidungen

Wir (Team) nehmen jeden von Euch ernst. Mit WhatsApp Wir stoßen wir an unsere persönlichen Grenzen und sagen euch gerne, wie wir dazu stehen, und warum wir zu welchen Entscheidungen gelangt sind.

In die Tiefe zu gehen ist uns im WhatsApp Raum nicht möglich. Wir haben nicht genug zeitliche Ressourcen.

Wir haben es lange besprochen und von viele Ebenen beleuchtet.

Wir kommen auf WhatsApp mit unserem Verantwortungsgefühl als psychosoziale Berater im Namen des Vereins in Konflikt.

Wir haben uns um einzelne Teilnehmer der WhatsApp Gruppe Sorgen gemacht in den letzten Tagen. Weder haben wir die persönlichen Ressourcen im Notfall jemanden abzufangen, noch bietet dieses Medium überhaupt die Möglichkeit dazu.

Es spricht nichts dagegen privat eine Gruppe zu gründen. Jeder hat die Möglichkeit dazu.

Der Vorteil wäre, dass bei einer Krise man sich bei uns melden kann. Dann können wir begleiten. Das geht nicht, wenn wir als Team involviert sind.

Wir haben im Sinne der Verantwortung füreinander entschieden.

Die WhatsApp Gruppe ist sozusagen groß geworden und braucht uns als Verein nicht mehr.

Diese Gruppe ist noch bis 12.1. 22:00 Uhr geöffnet.

Ihr gestaltet Eure Regeln, Beitrittsoptionen, usw. selbst.

Bitte gebt dem Raum einen eigenen Namen.

K.I.S.S.

"Das Haus von morgen" beschäftigt sich als Verein mit den Themen **KONTAKTABBRUCH** INNERHALB DER FAMILIE | VERLASSENE ELTERN | FAMILIÄRE ENTFREMDUNG

Das Arbeitsteam des Vereins besteht aus 1 - 5 selbst betroffenen Personen und leistet ausschließlich ehrenamtliche Arbeit, unter Berücksichtigung der persönlichen Verfassung!, der privaten und beruflichen Umstände und der persönlich verfügbaren Zeit.

Fokus und Ziel sind tiefergehender, reflektierter Austausch von Gefühlen und Erfahrungen aller Beteiligten mit allen individuellen Hintergründen, Schwierigkeiten, Lösungen und Strategien.

Der Verein ermöglicht 12 weitgehend kostenlose Gruppentreffen im Jahr, seit Corona analog und/oder online und/oder hybrid.

Die Gruppentreffen sind moderiert, aber nicht therapeutisch begleitet.

Die Teilnahme an den Gruppentreffen erfolgt freiwillig und selbstverantwortlich.

Beratung/Begleitung wird entgeltlich mit dezidiert ausgesprochenem Auftrag an die/den jeweiligen Berater*in angeboten.

In Krisensituationen sind psychologische Berater des Vereins telefonisch erreichbar, bzw. melden diese sich so bald als möglich zurück, falls Erreichbarkeit im Moment nicht gegeben ist.

FAZIT

Wir, Arbeitsteam dhvm, werden uns fokussieren auf:

GRUPPENTREFFEN UND PERSÖNLICHE GESPRÄCHE SO ANALOG WIE EBEN MÖGLICH;

PERSÖNLICHE BERATUNG, RECHERCHE, THEMENWAHL, ORGANISATION, WEITERBILDUNG, HOMEPAGE, NETZWERK, MEDIENARBEIT, Gäste und Vorträge

Wir werden die Kommunikation mit allen Mitgliedern mit gewohnter Ernsthaftigkeit fortsetzen und uns auf die Newsletter + Homepage konzentrieren.

Wir fühlen uns verbunden, somit auch verantwortlich und jetzt auch frei.

Persönliche Gespräche bevorzugen wir ganz altmodisch per Telefon, oder bitte einfach bei einem Besuch im Büro (es gibt auch Kaffee und Tee).

Briefe würden uns glücklich machen, jedes Mail wird von uns beantwortet – versprochen.

In diesem Sinne wünschen wir ein glückliches NEUES Jahr,

Gisela, Beatrix, Elisabeth, Claudia und Gerald

