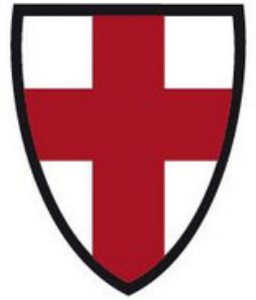


# Kreuz & Quer

Der Podcast aus dem Bistum Trier

Christopher Hoffmann – 8. Mai 2021



## Junge Menschen nicht alleine lassen

---

Ich bin Pastoralreferent Christopher Hoffmann von der Rundfunkarbeit im Bistum Trier.

Nach 14 Monaten Pandemie leiden sehr viele Menschen. Auch sehr viele junge Menschen. Das hat ein 19-Jähriger und sein Team früh erkannt: Kai Lanz, den ich in einer Videokonferenz interviewen darf und der vor fast einem Jahr [www.krisenchat.de](http://www.krisenchat.de) gegründet hat – ein Angebot für Kinder und Jugendliche, das in Krisensituationen weiterhilft. Und zwar auf einem Gerät, mit dem junge Menschen ohnehin bestens vertraut sind: dem Handy. Sozusagen Telefonseelsorge als Chat. Junge Menschen bis 25 Jahre können hier Nachrichten schreiben und dann antworten ihnen professionelle Berater wie Psychologinnen und Psychotherapeuten, die ehrenamtlich rund um die Uhr erreichbar sind:

*„Wir glauben, dass so ein Angebot rund um die Uhr erreichbar sein muss, weil Krisen eben keine Sprechzeiten kennen. Also unsere Kernzeit ist so zwischen 20 Uhr und 2 Uhr nachts – und an den Zeiten kann man schon sehen: viele andere Angebote sind da einfach nicht erreichbar.“*

Eine geniale Idee, finde ich. Dorthin gehen, wo die jungen Menschen die niedrigste Hemmschwelle haben, um über ihre Krise zu kommunizieren. Und tatsächlich melden sich viele aus der so genannten „Dunkelziffer“, also Kinder und Jugendliche, die zum ersten Mal überhaupt im Krisenchat ihre Probleme thematisieren. Welche Krisen werden da von den jungen Leuten geäußert?

*„Die Probleme sind wirklich sehr breit: Das ist von Einsamkeit und Liebeskummer bis hin zu Erwartungsdruck, Leistungsdruck, Ängsten, Depressionen, selbstverletzendem Verhalten, Suizidgedanken, häuslicher Gewalt. Eine typische Nachricht, ne erste Nachricht wäre vielleicht: ‚Hey, bei mir ist gerade alles zu viel, es wird gerade alles zu viel.‘“*

‚Alles zu viel‘ - Kai Lanz und sein Team zeigen, dass über ein Jahr Corona auch in den Seelen vieler junger Menschen tiefe Spuren hinterlassen hat. Krisenchat ist kein Therapieangebot und kann und will das auch nicht leisten. Aber oft ist dieser niedrighschwellige Kontakt der erste Schritt ins Hilfesystem, hin zu einer Lösung. Die jungen Menschen werden in ihrer Krise ernst genommen und über Perspektiven informiert. Genau hinsehen, aufmerksam bleiben, das ist die Haltung von Krisenchat.de. Ich frage Kai Lanz: Was rätst du Eltern, Lehrern oder Freunden?

*„Also, ich glaube es sind drei Sachen: Erstens offen selbst darüber sprechen und auch vielleicht mal eine Verletzlichkeit zeigen. Weil viele Leute haben halt das Gefühl, dass sie die einzigen auf der ganzen Welt sind, die irgendwie diese Probleme haben. Aber das ist natürlich nicht so. Das zweite ist glaube ich einfach zuzuhören. Zu verstehen: Was ist hier eigentlich los? Und ich glaube das dritte ist: Keine Ratschläge geben, sondern zu fragen: ‚Was kann ich eigentlich für dich tun? Wie kann ich dir eigentlich am besten helfen?‘ Ich glaube, dass es oft nichts bringt zu sagen: ‚Ja, lächle doch mal‘ oder ‚Komm, hab dich doch nicht so, du wirst schon damit fertig‘, sondern zu erkennen: Eine psychische Krankheit ist auch eine Krankheit wie ein Beinbruch, und dagegen kann man auch was machen und es bringt nichts zu sagen: ‚Nein, du hast keinen Beinbruch, stell dich doch mal nicht so an‘.“*

Die Nachfrage bei Krisenchat.de steigt in den letzten Monaten enorm an. Aber Kai Lanz engagierte sich schon vor Corona. Als er als Schüler in Berlin eine katholische Schule besuchte – das Canisius-Kolleg. Also jenes Gymnasium in Trägerschaft des Jesuitenordens, an dem 2010 die ersten Missbrauchsfälle innerhalb der katholischen Kirche in Deutschland öffentlich wurden. Kurz danach wird Kai Lanz Schüler dort. Der transparente Umgang mit dem Thema hat ihn geprägt:

*„Also ich glaube, dass es schon auf jeden Fall uns sensibilisiert hat, weil es bei uns an der Schule, muss man auch sagen, ziemlich gut aufgearbeitet wurde. Es wurde immer wieder thematisiert und dadurch war das irgendwie präsent auch während unserer ganzen Schulzeit. Ich glaube, dass es einen Einfluss darauf hatte, was wir heute machen.“*

Mit zwei Mitschülern entwickelt er auf dem Weg zu seinem Abitur die Anti-Mobbing-App: „exclamo“ - auf Deutsch: „Ich schreie“. Über diese App können sich Schülerinnen und Schüler melden, wenn sie gemobbt werden. „Exclamo“ gewinnt sogar einen Preis für Ignatianische Pädagogik. Also einen Preis, der sich an den Idealen der Jesuiten orientiert:

*„Ich glaube aber, dass natürlich auch die Schulbildung, die ich dort auf der katholischen Schule genießen durfte, da mit eingezahlt hat und dass dadurch natürlich auch mein Weltbild geprägt wurde.“*

Besonders der Jesuit und Widerstandskämpfer Alfred Delp spielt in der Schullaufbahn von Kai Lanz immer wieder eine Rolle, seinen Werten fühlt sich das Gymnasium heute verpflichtet. Alfred Delp sagte einmal: „Wenn durch einen Menschen ein wenig mehr Liebe und Güte, ein wenig mehr Licht und Wahrheit in der Welt war, dann hat sein Leben einen Sinn gehabt.“ Ein Satz mit dem sich auch Kai Lanz identifizieren kann. Wegen der explodierenden Zahl von Anfragen sucht das überkonfessionelle Team von Krisenchat.de nach weiteren Fachleuten mit Beratungserfahrung, die Kindern und Jugendlichen ehrenamtlich beistehen. Ich will von Kai Lanz wissen, wie er von dem enormen Einsatz entspannt, was er sich aktuell Gutes gönnt und die Antwort zeigt, wie es vielen jungen Menschen gerade geht:

*„Also ich hab neulich den ziemlich gut bezeichnenden Tweet gelesen: ‚Ich hätte niemals gedacht dass mit 17 mein größtes Hobby ist spazieren zu gehen.‘ Das fand ich sehr gut, und ich glaube das beschreibt mich gerade auch so ein bisschen.“*

Umso mehr beeindruckt mich Kais Kreativität und Courage im Einsatz für junge Menschen. Mich interessiert: Warum engagiert sich ein 19-Jähriger so für Menschen in der eigenen Generation?

*„Ich sehe, was meine Arbeit auch bewirken kann und es ist natürlich nicht nur meine Arbeit, sondern die von allen, die involviert sind. Aber ich hab das natürlich auch mit angestoßen: Wir als Gründerteam, womit wir jetzt schon tausenden Kindern und Jugendlichen helfen können. Wenn man sich das mal vorstellt, ist es glaub ich schon unglaublich, was man da auch als ganz normale Person aus der Zivilgesellschaft erreichen und beeinflussen kann und wie man eine positive Auswirkung auf die Welt haben kann.“*

Ein Mut machendes Beispiel, damit Kinder und Jugendliche in der Krise nicht alleine sind.

Weitere Infos zu Krisenchat: <https://krisenchat.de>.