

Inhalt

- Über die Arbeit von *befreit leben*
- Die Stiftung in Zahlen 2014

Liebe Freunde,



langsam steuern wir auf den Frühling zu. Neben dem Erwachen der Natur steht diese Jahreszeit, wie keine andere, für Hoffnung und Neuanfang. Hoffnung vermitteln und Neuanfang

ermöglichen sind auch tragende Elemente unserer Stiftungsarbeit. In der ersten Ausgabe des EIN.BLICK in 2015 erfahren Sie, wie dies in der Arbeit von „befreit leben“ umgesetzt wird. Wir blicken außerdem dankbar auf ein erfolgreiches Jahr 2014 zurück. Erneut konnten wir unsere Hilfe für Menschen auf der Schattenseite des Lebens ausweiten. Die Infobox „Die Stiftung in Zahlen“ gibt ihnen dazu anhand einiger Kennzahlen einen Überblick.

Wir sind gespannt auf die Wege, die wir in 2015 beschreiten können. Der steigenden Nachfrage nach Hilfe in allen Arbeitsbereichen wirksam zu begegnen, bleibt unsere zentrale Herausforderung. Dabei wollen wir die einzelnen Bedürftigen als Menschen wie Du und ich sehen, die unsere Unterstützung und Wertschätzung verdienen. Wir danken Ihnen, dass wir uns in diesem Anliegen mit Ihnen in freundschaftlicher Weise verbunden wissen dürfen.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien eine gute vorösterliche Zeit!

Mit herzlichen Grüßen
Ihr Günther Falcke

Dr. Günther Falcke
Vorsitzender des Stiftungsvorstands

Sein und werden dürfen, was in uns angelegt ist

Leben können, was in uns steckt! Wie kann das geschehen? – Dort wo wir uns mit notvollen Phänomenen in unserem Leben vielleicht schon arrangiert und sie zur Normalität erklärt haben? Innere Verwundungen, für die es keine Heilung zu geben scheint, aus denen heraus wir aber dennoch (bewusst oder unbewusst) ständig leben und mit anderen umgehen.

Zu diesem Thema führte EIN.BLICK das folgende Gespräch mit Inge Tempelmann, Beraterin und Supervisorin und Mitglied des Leitungsteams von *befreit leben* Deutschland.



Leitungsteam befreit leben Deutschland. v.l.n.r.:
Inge Tempelmann,
Sabine Feldkamp, Antje Runne

Frau Tempelmann, was ist das Anliegen der Arbeit von befreit leben?

Befreit leben ist eine gemeinnützige, christliche Arbeit, die seit vielen Jahren Menschen begleitet, die in unterschiedlicher Weise in ihrer Identität verletzt oder gar missbraucht wurden. Wir möchten Räume schaffen, in denen Betroffene Wege der Heilung ihrer Identität einschlagen können. Eigenverantwortlich. Und in Gemeinschaft.

Wie kann die Arbeit von befreit leben Menschen helfen, die an den Folgen seelischer Verletzungen leiden?

Jemand sagte einmal: „Diese Welt braucht nichts so sehr wie Menschen, die lebendig geworden sind.“ – Es gibt unterschiedliche Wege, wie das immer mehr Wirklichkeit werden kann. *Befreit leben* ist einer davon und möchte genau das: Menschen darin unterstützen.

Die Arbeit von *befreit leben* erfolgt auf der Grundlage eines theologisch und psychologisch fundierten Kurses, der in ein angeleitetes Gruppenangebot eingebettet ist. Für einen *befreit leben* Kurs sind folgende Aspekte kennzeichnend:

- 12 Einheiten à ca. 2,5 Std.
- Kurse an verschiedenen Orten Deutschlands
- unterschiedliche Dauer (Blockseminare oder fortlaufende Abendkurse)
- Arbeit in Kleingruppen; max. 6 Teilnehmer/innen und 2 Mitarbeiter/innen pro Kleingruppe
- kurze Impulsreferate und Zeiten des Austausches
- Kernthemen u.a.: Auswirkungen unterschiedlicher Formen des Missbrauchs • Umgang mit Zorn, Schuld und Scham
- Entwicklung einer gesunden Beziehungsfähigkeit • Persönliches Hineinfinden in die eigene männliche/weibliche Identität
- Bedeutung des Vergebungsprozesses im eigenen Heilwerden
- kreative Elemente
- wertschätzendes Miteinander, gerade wenn es um tiefe, persönliche Berichte geht.

Unser Konzept geht davon aus, dass es für Verletzungen, die durch Beziehungen entstanden sind, heilsame Beziehungen braucht, damit innere Wunden heilen können. Für manche ist ein Kurs ein erstes

Hinschauen auf das, was geschah, und auf die Auswirkungen im persönlichen Leben. Ein Sprachfähig-Werden. Für andere ist es ein weiterer Baustein auf ihrem Weg der Heilung. Es ist für jeden ein unterschiedlich ausgeprägter Prozess. Fest steht, dass unser Gott für uns Freiheit möchte.

Das Thema „Missbrauch“ ist nach wie vor auch ein hochaktuelles gesellschaftliches Thema. Wie sehen Sie die Arbeit von befreit leben in diesem Kontext und was wünschen Sie sich als Beitrag von Politik und Gesellschaft zu diesem Thema?

In der Tat hat dieses Thema die Tabuzone endlich verlassen. Als Christen ist es unser Anliegen, Betroffene konkret zu unterstützen, da sie schnell in Vergessenheit geraten, sobald die Medienrelevanz des Themas abnimmt. Wir wünschen uns eine stärkere Förderung der Selbsthilfearbeit für Betroffene sowie der Opferbetreuung.

Sie leiten selbst seit vielen Jahren befreit leben Kurse. Was berührt Sie dabei persönlich besonders?

Für mich ist es eine große Freude, wenn ich miterleben darf, dass Menschen biblisch fundierte Lebensweisheit für sich verstehen und ergreifen. Wenn sie sich ihrem Schmerz stellen und Verantwortung übernehmen – so wie sie es können. Manchmal zaghaft, holprig oder auch klar und entschlossen. All das berührt mich und macht mich tief dankbar.

Frau Tempelmann, vielen Dank für das Gespräch. ■



Wie Teilnehmerinnen und Teilnehmern befreit leben Kurse erlebt haben:

» **Befreit Leben war ein Türöffner, mich zu trauen, mich zuzumuten.**

Die Überraschung war, dass ich durch die anderen der Liebe Gottes und seiner Wertschätzung, begegnet bin.“

„Der befreit-leben-Kurs – ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Versöhnung mit der eigenen Geschichte. Besonderheiten: der achtsame und wertschätzende Umgang miteinander. Fazit: Sehr empfehlenswert. :)“

„Der Kurs hat mir mein geistliches Rückgrat gestärkt! Nach Erfahrungen des Missbrauchs war es ein heilsamer Übungsweg für mich, ganz bewusst innerhalb einer christlichen Gruppe zu meinen Verletzungen zu stehen – und dann wahrzunehmen, dass die Gruppe empathisch reagiert und mich so akzeptiert wie ich bin. DANKE für Euren Einsatz an Zeit, Herzblut, Nerven, Offenheit ... u.v.a.m.!!! Für mich hat sich's echt gelohnt!“

So können Sie helfen

Die Arbeit der Stiftung CHRISTEN HELFEN finanziert sich fast ausschließlich über Spenden. Mit Ihrer Zuwendung helfen Sie Menschen auf der Schattenseite des Lebens. Für ein längerfristiges, nachhaltiges Engagement in unserer Stiftungsarbeit steht Ihnen der Vorstand für ein persönliches Gespräch gerne zur Verfügung.

Bankverbindungen:

Raiffeisenbank Oberursel eG
BLZ 500 617 41 • Konto 42 552
IBAN DE77 5006 1741 0000 0425 52
BIC GENODE51OBU

Evangelische Kreditgenossenschaft eG
BLZ 520 604 10 • Konto 412 09 06
IBAN DE08 5206 0410 0004 1209 06
BIC GENODEF1EK1

Die Stiftung CHRISTEN HELFEN ist vom Finanzamt Frankfurt/Main III als gemeinnützige Stiftung anerkannt, die ausschließlich und unmittelbar mildtätigen Zwecken dient. Spenden und Zuwendungen sind nach § 10b Einkommenssteuergesetz steuerlich absetzbar.

Impressum

Herausgeber und verantwortlich für den Inhalt: CHRISTEN HELFEN Stiftung
Nieder Kirchweg 7, 65934 Frankfurt am Main
Tel. (069) 3801 3990 • Fax (069) 3801 4717
E-Mail: office@stiftung-christenhelfen.de
www.stiftung-christenhelfen.de
Vorstand: Dr. Günther Falcke, Thomas Ruess
Kuratorium: Helmut Hertsch (Vors.)
Zuständige Aufsichtsbehörde: Regierungspräsidium Darmstadt, 64278 Darmstadt
Registernummer: Az II 21.1-25d 04/11-(12)-590
Gestaltung: Isabelle Brasche, macbelle.de

Die 4 Arbeitsbereiche der Stiftung CHRISTEN HELFEN:



Die Stiftung in Zahlen 2014:

Mitarbeiter (Stand 31.12.2014)	
• hauptamtlich (in Teilzeit)	4
• ehrenamtlich (einschl. Vorstand)	ca. 40
HoffnungSchöpfen	
• Personen in Schuldnerberatung	118
• davon Beratung abgeschlossen	63
• Insolvenzanträge	15
WegeFinden	
• Personen in Lebensberatung	31
Suppenküche Nied (Förderung: 50%)	8.000 €
Spenden (2013: 53.000 €)	63.300 €
Erträge aus dem Stiftungskapital	1.000 €