LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

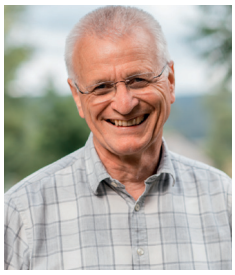
die Meldung, dass die britische Regierung 2018 ein Ministerium einrichtete, das sich mit Fragen rund um die Einsamkeit beschäftigt, hatte auch in Deutschland und der Schweiz für Aufsehen gesorgt. Im Gegensatz zum öffentlichen Interesse fiel der Etat des Ministeriums für eine entsprechende Kampagne mit rund 15 Millionen Euro eher bescheiden aus. Gefördert wurden Initiativen, die Menschen vor der Vereinsamung bewahren, wie Fahrdienste oder soziale Treffpunkte. Und die Hausärzte sollen besser informieren, wo Menschen Kontakte schließen können.

Auch auf dem Kontinent ist Wissenschaftlern schon lange klar, dass Einsamkeit einer der höchsten Risikofaktoren für bestimmte Krankheitsbilder ist. Wir Menschen sind auf Gemeinschaft hin angelegt und wenn wir uns verlassen fühlen, dann wirkt sich dies auf alle Aspekte unseres Lebens aus. Wir sind dann eher traurig, leiden öfter unter Herz-Kreislauf-Erkrankungen und sterben früher als andere. Im Redaktionsgespräch waren wir uns einig, dass wir zwischen Alleinsein und Einsamkeit unterscheiden müssen. Während es manchen gut tut, gelegentlich allein für sich zu sein, ist das Empfinden von Einsamkeit oft die Vorstufe zur Vereinsamung. Wer nicht allein sein kann, der hat es auch in Gemeinschaft schwerer. Und wer keinen offenen Zugang zu anderen findet, der kann sich auch in Gesellschaft einsam fühlen. Es geht also vor allem darum, gute Beziehungen zu pflegen. Wenn wir als soziale Wesen mit uns selbst und anderen im Reinen sind und offen miteinander umgehen, dann tun wir unserer Seele gut und unserem Leib. In dieser Ausgabe suchen wir nach Wegen, wie wir uns selbst vor Vereinsamung schützen und anderen aus der Einsamkeit heraushelfen können.

Was vielen unserer Leserinnen und Lesern und auch uns in der Redaktion bewusst ist: Die Zugehörigkeit zu einer Kirchengemeinde oder einem verbindlichen Kreis von Christen schaffen gute Voraussetzungen, der Vereinsamung zu entgehen. Die Bedeutung christlicher Gemeinschaft nimmt umso mehr zu, wie andere Formen von Gemeinschaft an Bedeutung verlieren – wie Familie, Nachbarschaft, langfristige Zugehörigkeit zu einer Belegschaft. – Mit dieser Ausgabe verabschieden wir Bettina und Günther Gundlach aus dem Redaktionsteam. Sie haben 50 Ausgaben von ChrisCare begleitet mit Leidenschaft, Kreativität, großer Sachkenntnis und einem brennenden Interesse am Gespräch mit Christen anderer Konfessionen und Berufe, immer geleitet von der Frage, wie man die Mitchristen in ihrem Dienst an kranken und behinderten Menschen ermutigen kann. Für beide ist der Ruhestand von Günther Gundlach ab Ende 2022 Anlass zu einer Pause. Bettina Gundlach hatte schon vor ChrisCare viele Jahre den Rundbrief von Christen im Gesundheitswesen redaktionell verantwortet. Günther Gundlach war für die kaufmännischen Belange der Zeitschrift und die Kontakte zu vielen Christen im Gesundheitswesen zuständig. Wir sind beiden sehr dankbar für ihren Einsatz. Begrüßen dürfen wir im Redaktionskreis Bettina Prestin, die künftig die Kontakte zu den Mitgliedern halten wird. ■

Ihre Dr. Georg Schiffner und Frank Fornaçon

Dr. Georg Schiffner
Vorsitzender Christen im Gesundheitswesen



Frank Fornaçon,
Chefredakteur

GEDANKEN ZUM TITELBILD

„Auf geht´s“, scheint die Frau ihrem Laufpartner zuzurufen. Gemeinsam sind sie unterwegs. Vielleicht in einer Reha-Maßnahme oder als Mitglieder des Lauftreffs am Ort. Wer allein seine Bahnen dreht im Stadion oder im Wald, dem fällt das Durchhalten schwerer. Aufgemuntert hält man besser durch. Vielleicht ist die Frau aber gar nicht die Antreiberin, sondern ermutigt durch Begeisterung: „Toll, dass Du das schaffst!“ Die beiden sind auf dem gleichen Kurs, aber sie schauen nicht einfach verbissen vor sich hin, sondern sind im Austausch miteinander. Ein rascher Blick, eine launige Bemerkung und schon geht es leichter voran. Früher war man weniger allein. Im Kollegenkreis gab es immer mal wieder die Gelegenheit, einander wahrzunehmen und zu ermutigen. Im Homeoffice findet das nicht mehr statt. Und wenn die Arbeit zu sehr verdichtet ist, dann müssen selbst Mikropausen bewusst eingeplant werden. Mit wem sind wir unterwegs? Wer braucht ein gutes Wort? Wer sollte sich von anderen ermutigen lassen und das vielleicht sogar einfordern? Mit der nötigen Aufmerksamkeit lässt sich Vereinsamung vermeiden – gemeinsam.

Frank Fornaçon