„Nightline Dresden, Hallo!" – so begrüßen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Studierendentelefons die Anrufer in den Nachtstunden. Dann kann jeder erzählen, was er auf dem Herzen hat, denn im Mittelpunkt steht das Zuhören. Die Anrufer sprechen über Schwierigkeiten im Studium, Beziehungsprobleme oder berichten von Einsamkeit.

>>> Der Nightliner hat ein offenes Ohr, fragt nach und versucht mit dem Anrufer zusammen das Problem von allen Seiten zu beleuchten. Dabei sehen die Anrufer vielleicht auch etwas in einem anderen Licht als vorher oder bekommen eine Idee, wie sie der Situation anders begegnen könnten. Anonymität und Vertraulichkeit haben oberste Priorität. Das bedeutet, dass kein Anrufer seinen Namen nennen muss und dass alle Gesprächsinhalte bei den Mitarbeitern verbleiben. Aber auch die Nightliner stoßen an ihre Grenzen, dann können sie Beratungsangebote vermitteln, wenn der Anrufer dies möchte.

Bei Supervisionen besprechen die Mitarbeiter Probleme, die bei Gesprächen aufgetreten sind, um für das nächste Mal noch besser gerüstet zu sein. Dabei werden sie von einer professionellen Supervisorin betreut.

Die Nightline Dresden ist ein Zuhörtelefon von Studierenden für Studierende und immer Dienstag, Donnerstag und Sonntag von 21.00 bis 1.00 Uhr in der Nacht unter der Telefonnummer 03 51/4 27 73 45 erreichbar. Es wird versucht, das Telefon mit jeweils einer weiblichen und einem männlichen Nightliner zu besetzen. Leider ist dies bisher nicht durchgängig möglich. Die 30 Studenten kommen aus allen erdenklichen Fachrichtungen und werden ein- bis zweimal pro Semester geschult.

Theorien praktisch ausprobieren – die Schulung

Mindestens einmal im Semester findet für alle Mitglieder der Nightline, für „Neue" und „Alte", eine Schulung statt. An dieser muss jedes Mitglied mindestens einmal jährlich teilnehmen. Meist läuft sie von Freitag bis Samstag. Die Schulungen sollen, soweit das organisatorisch und finanziell möglich ist, außerhalb Dresdens und ein wenig abgeschieden stattfinden, wobei alle Nightliner am Schulungsort übernachten. Freitag wird nachmittags oder nach der Ankunft am Schulungsort mit dem Seminar begonnen, damit die Mitglieder, die vormittags noch an der Uni sind, nichts verpassen. Zu Beginn einer jeden Schulung findet eine Vorstellungsrunde zwischen den Teilnehmern und den Seminarleitern statt. Zwar kennen sich die „Alten" schon, doch auch sie möchten die „Neuen" kennenlernen, damit eine vertrauensvolle und angenehme Atmosphäre entsteht. Am Samstag und Sonntag finden die Seminare ganztägig statt. Das heißt, dass sich die Nightliner morgens treffen, um gemeinsam zu frühstücken. Anschließend finden Schulungen bis zur Mittagspause statt. Nachdem sich alle Mitglieder gestärkt haben, wird die Schulung bis zum gemeinschaftlichen Abendbrot fortgesetzt. Dazwischen werden immer wieder kurze

Pausen eingelegt, es soll ja nicht zu anstrengend werden. Wenn die Schulung außerhalb Dresdens stattfindet, wird sie am Sonntag verkürzt, damit rechtzeitig die Rückfahrt begonnen werden kann.

Vor Kurzem war es wieder soweit, eine Schulung für alle Nightliner fand statt, diesmal in Dresden. Da unser Zuhörtelefon viele neue Mitglieder gewinnen konnte, wurde am Freitag für sie eine Grundlagenschulung durchgeführt, die für alle „Neuen" verpflichtend ist, an der die „Alten" allerdings nicht teilnehmen müssen. Inhalte dieser Grundlagenschulung sind beispielsweise das Emotionsmanagement. Darin wird allen zukünftigen Zuhörern am Telefon beigebracht, wie sie mit Gefühlen sachlich umgehen können. Dabei geht es vor allem um die Kenntnis der eigenen Person; eine Selbsterfahrung, wie man in Situationen reagiert.

Außerdem steht bei diesen Grundlagenschulungen auch die Gesprächsführung am Telefon im Mittelpunkt, denn ein Telefonat stellt sehr spezielle Anforderungen an die Gesprächspartner, weil ein wichtiges Element eines Dialoges fehlt am Telefon: der Blickkontakt. Deswegen wird auch auf das aktive Zuhören näher eingegangen. Einzig über die Stimme erreichen unausgesprochene Emotionen und Gefühle die Nightliner. Da unser Angebot des nächtlichen Zuhörtelefons keine beratende Funktion hat, steht speziell die ressourcenorientierte Gesprächsführung im Fokus. In diesem Modell geht es unter anderem darum, das Anliegen der Anrufer zu erkunden und die Gesprächsführung an dieses Anliegen anzupassen. Das Wichtigste dabei ist jedoch, den Anrufern ein Perspektivwechsel zu ermöglichen; nicht das Problem soll dominieren, sondern die Suche nach Lösungsansätzen. Da die Nightline jedoch kein Beratungsangebot ist, werden hier sehr spezielle Ansprüche gestellt, denn die Lösungen werden den Anrufern nicht aufgezwungen, sondern die Suche danach findet gemeinsam statt; sie werden selbst in die Lage versetzt, eigene Lösungen zu finden. Die Nightliner begleiten sie lediglich auf dem Weg dahin.

Nach dieser Grundlagenschulung fanden am Samstag und Sonntag Seminare zu unterschiedlichen Themenschwerpunkten statt. Dazu werden bei jedem Schulungswochenende Seminarleiter eingeladen, welche meist ausgebildete Psychologen sind. Die Schwerpunkte wurden vor Beginn der Seminare festgelegt, je nachdem, was bei den Mitgliedern aktuell für nötig erachtet wurde. Ein wesentlicher Schwerpunkt an diesem Wochenende war es, Situationen am Telefon durchzuspielen und Telefonate zu simulieren. Dies ist für „Alte" und „Neue" wichtig. Denn zum einen ermöglicht dies, Erlerntes zu wiederholen und zu festigen. Zum anderen können die Nightliner die vorher vorgestellten Theorien ausprobieren. Dies bringt Sicherheit für das erste echte Telefonat. Es wird versucht, die Situation am Telefon so real wie möglich zu gestalten. Vor dem gespielten Gespräch muss festgelegt werden, wer den Anrufer und wer den Nightliner spielt. Ob das Thema des Gesprächs dem Nightliner im Voraus bekannt ist, ob es sich um ein vom Seminarleiter festgelegtes Thema handelt oder ob sich der „Anrufer" das Thema ausdenkt, hängt von der jeweiligen Übung ab. Die Gesprächspartner setzen sich Rücken an Rücken, damit sie, wie am Telefon, keine Blicke austauschen können. Danach beginnt das Gespräch mit den üblichen Worten: „Nightline Dresden, Hallo!"...

Am Ende des Wochenendes fand noch eine kurze Beratungsrunde aller Teilnehmer statt. Darin wurden organisatorische Dinge geklärt. Danach konnten sich alle Nightliner, während des kleinen Restes vom Wochenende, doch noch ein wenig entspannen.

... wie alles begann

Die Idee für studentische Zuhörtelefone stammt aus Großbritannien, und auch in Deutschland gibt es schon in mehreren Städten Nightlines. In Dresden hat mit dem Campuslauf 2009 alles angefangen – dort wurden auf Initiative der Studentenstiftung Dresden Gelder für den Aufbau der Nightline gesammelt. Inzwischen ist sie eine anerkannte Hochschulgruppe und steht auf eigenen Beinen. Das bedeutet auch auf vielfältige Weise die Finanzierung zu stemmen. Aktuell plant die Nightline Dresden ein Deutschlandtreffen mit den anderen Zuhörtelefonen, um sich gegenseitig auszutauschen und Erfahrungen weiterzugeben. Doch auch für dieses Wochenende werden noch zahlreiche Spender gesucht. <<<

↗ KONTAKT

nightline-dresden.de
Dienstag, Donnerstag,
Sonntag 21.00 bis 1.00 Uhr
03 51/4 27 73 45

interview

Auch Zahnmediziner sind bei der Nightline Dresden am Telefondienst beteiligt. Einen davon haben wir für ein Interview gewinnen können.

Hallo, wie bist du zur NL gestoßen?
Eine langjährige Freundin war von Anfang an bei der Dresdner NL dabei. Als sie mir damals davon erzählte, befand ich mich in der Physikumsvorbereitung und fand ein Zuhörtelefon als Offerte für jeden Studenten in der Prüfungszeit und seit damals bin ich von dem Nightlinekonzept überzeugt.

Seit wann bist du aktives Mitglied?
Nach dem Physikum habe ich mich dann bei der Nightline gemeldet und bin neben dem Telefonieren auch Mitglied in der Sponsoring-Gruppe.

Warum arbeitest du bei der Nightline mit?
Ich empfinde es als Ergänzung und Abwechslung zu dem Stoff des Studiums. In Schulungen und Workshops lernt man den Umgang mit eigenen und fremden Gefühlen und erhält Einblick in die problemorientierte Gesprächsführung.

Wie oft finden diese Schulungen statt?
Wir treffen uns ein- bis zweimal im Semester zu professionellen Schulungen. Da wir eine gemeinnützige Studentengruppe sind, sind wir dafür völlig auf Spenden angewiesen.

Erzähl uns doch was zum Telefondienst!
Man ist immer etwas aufgeregt in den Stunden, bevor es dann vielleicht heißt: „NL DD – Hallo“, und nach dem Dienst freut man sich dann gegen zwei Uhr auf sein Bett, weil die Uni um 7.30 Uhr wieder startet.

Gibt es etwas, was dir besonders Spaß macht?
Jedes Telefonat, das positiv endet, ist natürlich eine Bereicherung. Aber auch wenn es mal nicht so gut läuft beim Telefonieren und zum Beispiel keine Lösung gefunden werden konnte, oder man einfach nicht das bieten konnte, was der Anrufer erwartet hat, gehört das zum Dienst dazu.

Bist du schon einmal an deine Grenzen gestoßen?
Einem Nightliner kann es durchaus passieren, dass ihm von Gewalterfahrungen berichtet wird. Dabei hilft es, sich seiner eigenen Grenzen bewusst zu sein und ggf. die Betroffenen an entsprechende spezielle Anlaufstellen weiterzuleiten.

dentalfresh

Das Magazin für Zahnmedizinstudenten und Assistenten

Universitäre Bildung und täglich neue Informationen auf dem Dentalmarkt sind unabdingbar für ein erfolgreiches Studium der Zahnmedizin und die persönliche Zukunft. Als Mitteilungsorgan des BdZM informiert die „**dental**fresh" neben der Verbandstätigkeit auch über alle wirtschaftlichen und fachlich relevanten Themen für Studenten und Assistenten.

Für Wissen, Erfolg und gutes Aussehen!

Abonnieren Sie jetzt!

Bestellung auch online möglich unter: www.oemus.com/abo

☐ Ja, ich möchte „dentalfresh" im Jahresabonnement zum Preis von 19,90 €/Jahr inkl. MwSt. und Versandkosten beziehen. Das Abonnement umfasst vier Ausgaben pro Jahr.

Die Lieferung beginnt mit der nächsten Ausgabe nach Zahlungseingang (bitte Rechnung abwarten) und verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, wenn nicht sechs Wochen vor Ablauf des Bezugszeitraumes schriftlich gekündigt wird (Poststempel genügt).

Name, Vorname

Firma

Straße

PLZ/Ort

E-Mail | Unterschrift

Widerrufsbelehrung: Den Auftrag kann ich ohne Begründung innerhalb von 14 Tagen ab Bestellung bei der OEMUS MEDIA AG, Holbeinstr. 29, 04229 Leipzig, schriftlich widerrufen. Rechtzeitige Absendung genügt.

Unterschrift

▶ Antwort per Fax 03 41/4 84 74-2 90 an OEMUS MEDIA AG oder per E-Mail an grasse@oemus-media.de

df 3/10

OEMUS MEDIA AG
Holbeinstraße 29, 04229 Leipzig, Tel.: 03 41/4 84 74-0, Fax: 03 41/4 84 74-2 90, E-Mail: grasse@oemus-media.de