

MIRIAM HOLLSTEIN

Natürlich fiel die Entscheidung am Silvestertag. Da denken manche darüber nach, das Rauchen aufzugeben, andere nehmen sich vor, endlich joggen zu gehen. Oder weniger Alkohol zu trinken. Oder mehr zu lesen.

Theresa Voigt wollte mehr. Die 25-jährige Logopädin aus Burkhardtsdorf, einer 6400-Seelen-Gemeinde im Erzgebirge, war vor zwei Jahren vom Gefühl besetzt, „nicht nur mittelmäßig leben zu wollen“. Die Sächsin wollte „mehr aus mir herausholen“. Jeden Tag. Also nahm sie sich vor, fortan Gutes zu tun und darüber im Internet ein Tagebuch zu führen. 365 Tage lang.

„Ich nehme mir nur etwas vor, was ich auch durchhalte“, sagt sie. Nach der Schule hat Voigt eine Ausbildung zur Sprachtherapeutin gemacht. Ihren Mann Christoph kennt sie, seit sie 14 ist. Theresa Voigt lebte bodenständig, in ihrer Vita fanden sich bis zu jenem Silvestertag keine großen Experimente.

Die zierliche junge Frau sitzt in einem Café in Chemnitz. Dunkelbraune Locken umrahmen ein hübsches Gesicht. Voigt lacht viel, wenn sie über ihren abenteuerlichen Vorsatz erzählt. Aber was ist eigentlich eine gute Tat? Begonnen hat sie ihre Suche nach der richtigen Antwort eher banal. Am ersten Tag des Experiments brachte Voigt ihren Kolleginnen Kuchen mit. Es waren die Reste ihrer Geburtstagsfeier.

Schon die vierte gute Tat war ein Reinfeld: Einer Bibliothekarin, die sie gut beraten hatte, kaufte Theresa Voigt eine Bodylotion. Die reagierte befremdet auf das Geschenk. Hinterher habe sie sich erst mal ein paar Wochen lang nicht mehr in die Bibliothek getraut, sagt Voigt und lacht.

Oder die Sache mit dem Kino: Einmal hat sie eine Kinokarte mehr gekauft und die Verkäuferin gebeten, diese dem fünften Besucher in der Schlange hinter ihr einfach zu schenken. Einfach so. Sie saß bereits im Saal, als die Verkäuferin herein gestürmt kam: „Wo ist die Frau, die die Kinokarte verschenken wollte? Der Besucher will sie nicht.“ Peinlich berührt stand Voigt auf und beteuerte: „Das ist eine gute Tat“. Sie war froh, als sich dann doch noch jemand fand, der sich beschenken lassen wollte.

Fremden etwas Gutes zu tun ist nach Voigts Erfahrung besonders schwer. In einer Gesellschaft, in der nichts umsonst



Am 100. Tag ihres Experiments zog Theresa Voigt einen Tag lang mit Clowns-nase durch die Gegend

Jeden Tag eine gute Tat

Theresa Voigt wollte es wissen: Ist es möglich, 365 Tage lang ein guter Mensch zu sein? Es ist. Aber es ist mitunter auch ziemlich anstrengend und wird einem nicht immer gedankt

ist, reagieren viele mit Misstrauen auf solch überraschende Gesten. Aber auch Theresa Voigt selbst hat es oft viel Überwindung gekostet, auf Unbekannte zuzugehen. Selten ging es so schief wie im Kino. Einmal hat sie in einem Einkaufszentrum eine Zeit lang die Tür aufgehalten. „Ich habe noch nie in so kurzer Zeit so oft das Wort ‚Danke‘ gehört.“ Ein anderes Mal hat sie sich einen Tag lang eine rote Clowns-nase aufgesetzt. Auf der Straße haben viele Passanten gelacht, als sie sie auf dem Fahrrad sahen. Auch ihre Patienten haben sich gefreut. Nur der Chef schaute zunächst pikiert.

Am leichtesten ist der Silvestervorsatz mit Kindern umzusetzen. Die nehmen die netten Gesten einfach an, fragen nicht nach dem Warum. Oft habe bei ihnen auch schon eine Kleinigkeit wie ein geschenkter Aufkleber gereicht, um für Hochstimmung zu sorgen, erzählt Voigt. In ihrem Blog (www.365gutetaten.de) hat sie ihre Erfahrungen Tag für Tag festgehalten. Das liest sich oft lustig, manchmal schlicht, manchmal philoso-

phisch. Anfangs hatte Voigt kaum Leser, auch weil sie keine Werbung für ihr Tagebuch im Internet machte. „Ich habe gedacht, dass gute Taten ja eigentlich nur dann gut sind, wenn man sie im Verborgenen tut.“ Später kamen zur Familie und zu den Freunden dann aber doch noch ein paar Leute dazu, die zufällig auf die Seite gestoßen waren. Am Ende waren es rund 50 Leser täglich. Viele schrieben, der Blog mache Lust, selbst Gutes zu tun.

365 Tage sind eine lange Zeit. Für Voigt war es eine Gelegenheit, alle Spielarten einer guten Tat auszuprobieren. Sie hat in diesem Jahr die Kindheitsereinerungen ihrer Großmutter aufgeschrieben und sich bei einer Freundin entschuldigt, mit der sie nach einem Streit keinen Kontakt mehr hatte. Sie hat Geld gespendet, einen Tag lang nicht gelogen und 24 Stunden ohne Strom gelebt. Manche gute Taten waren ganz simpel: Jemandem auch dann zuhören, wenn man eigentlich keine Lust hat oder in Eile ist. Ein Telefonat nicht als Erste been-

den. Für jemand anderen einen Brief zur Post bringen. Beim Essen mit einer Freundin die Rechnung übernehmen. Andere Taten waren aufwendiger. Einmal hat Voigt einer Kollegin die Spätschicht abgenommen, damit diese früher Feierabend machen konnte. Einem fast tauben und blinden Patienten half sie, dem Enkel pünktlich zum Geburtstag zu gratulieren – mit einem Telefonat und einer selbst geschriebenen Postkarte. Sie schrieb anonyme Zettel mit der Aufschrift „Du bist schön“, legte diese beim Sauna-Besuch in die Kleiderspinde. Als im Hochsommer neue Nachbarn ins Haus zogen, spendierte sie ihnen ein Eis.

Die Ideen zu den guten Werken hatte sie meist selbst, doch auch vom Reformator Martin Luther ließ sie sich inspirieren und beherzigte dessen Ratschlag für ein erfülltes Leben: ein Haus bauen, einen Baum pflanzen, einen Sohn zeugen. Also hat sie einen Magnolienbaum im Garten gepflanzt und ein (Vogel-) Haus gebaut. Dass sie kurz darauf mit Sohn Emilio schwanger wurde, war dann aber doch Zufall und natürlich nicht als gute Tat geplant. Eine gute Tat allerdings hat sich Voigt nicht getraut: „Einfach mal Geld zu verschenken, das war mir dann doch zu viel.“ Überhaupt war die junge Frau an manchen Tagen ihrer ver-

ordneten Philanthropie überdrüssig. „Es gab schon den Wunsch, einmal richtig fies zu sein.“ Es waren nur kurze Momente; Voigt hat einfach weitergemacht. Selbst als sie wegen Beschwerden in der Schwangerschaft für fünf Tage ins Krankenhaus musste, fand sie Möglichkeiten, ihren Vorsätzen treu zu bleiben. Einer Mitpatientin schenkte sie etwas fürs Kind, ließ sie abends über das Fernsehprogramm entscheiden.

„Ich habe am Anfang gedacht, dass es schwerer wird“, sagt die Logopädin heute. Je länger das Experiment lief, umso stärker habe sich auch die Wahrnehmung verändert. Plötzlich war die Welt voller Gelegenheiten für gute Taten. An Klofrauen in öffentlichen Toiletten habe sie sich früher auch mal ganz gern vorbeigedrückt, ohne ihnen Geld zu geben, sagt Voigt. Doch dann, als sie gut sein musste, war sie froh, als sie einer von ihnen einmal zwei Euro statt der üblichen 30 Cent geben konnte.

Die offiziell letzte gute Tat von Voigt war eine Postkarte an eine besonders treue Blogleserin. Als Theresa Voigt ihr Experiment nach einem Jahr beendete, fühlte sie sich erst mal erleichtert: „Das war ein befreiendes Gefühl.“ In der ersten Zeit danach ließ sie genussvoll Gelegenheiten zu guten Taten verstreichen. Inzwischen bemüht sie sich wieder öfter, bewusst Gutes zu tun. Nicht als Teil eines Experiments, sondern aus Eigenliebe. Nie sei sie zufriedener gewesen als im Gute-Taten-Jahr, sagt Voigt: „Jeden Tag eine gute Tat zu tun heißt auch, jedem Tag einen Sinn zu geben – das Gefühl ist nicht zu unterschätzen.“ Was eine gute Tat ist, hat sie inzwischen für sich definiert: etwas, das man tut, um anderen eine Freude zu machen. Und wenn die sich einmal nicht freuen? „In diesem Fall zählt der Wille.“ Mutiger und großzügiger sei sie durch das Jahr geworden, sagt Theresa Voigt heute. Ideen hat sie schon immer viele gehabt. Jetzt weiß sie, dass sie die auch umsetzen kann. Das Experiment soll nicht das letzte gewesen sein. In vier Wochen ist wieder Silvester.

Das Netz hilft beim Helfen

Neue Internet-Portale bieten Freiwilligen passgenaue Angebote

JOHANNES WIEDEMANN

Drei Stunden pro Woche wird Krankenpfleger Robin Staudé zum „Mädchen für alles“, wie er das nennt: Im Ronald-McDonald-Haus im Berliner Ortsteil Wedding erledigt der 32-Jährige ehrenamtlich Büroarbeit, bereitet Essen zu und betreut Bewohner, „wenn ihnen was auf dem Herzen liegt“. Das kommt öfter vor. In der Einrichtung der McDonald's-Kinderhilfe wohnen zeitweise Familien, deren schwer kranke Kinder in der Charité oder im Deutschen Herzzentrum behandelt werden.

Dieses Mal trifft sich Staudé mit dem achtjährigen Sebastian aus Essen zum Memory-Duell. Seit sieben Jahren leidet der Junge an schwersten Blasenproblemen, in Berlin wurde ihm ein gefährlicher Tumor entfernt. Doch jetzt, im „Spielzimmer“, zählt nur, wer die meisten Bildchenpaare aufdeckt. Am Schluss steht es Unentschieden. „High five!“, ruft Staudé, dann wird abgeklatscht.

Staudés Engagement ist ein Beispiel für einen Trend, der in Deutschland stark im Kommen ist: Das online vermittelte Ehrenamt, das stärker denn je die individuellen Bedürfnisse und zeitlichen Möglichkeiten der Freiwilligen berücksichtigt, mit nur geringem Aufwand möglich und relativ unverbindlich ist.

Staudé kam über eine Google-Suche zu seinem Engagement. „Ich bin einfach sozial veranlagt, wollte noch ein paar Stunden die Woche anderen Menschen helfen.“ Bei seiner Suche stieß er auf www.gute-tat.de, seit 2000 eines der ersten Internetnetzwerke in Deutschland, das Freiwillige an gemeinnützige Organisationen vermittelt. Das Hauptprojekt der Stiftung „Heute ein Engel“, die vor allem in Berlin, Hamburg und München aktiv ist, basiert auf einer Idee aus den USA: dem Kurzzeit-Engagement. Dabei können sich Freiwillige zunächst nur für einige wenige Termine verpflichten, sogar nur für ein einziges Mal. „In der heutigen Gesellschaft sind viele Menschen beruflich sehr eingespannt,

müssen da flexibel sein“, erklärt Gute-Tat-Gründer und -Vorstand Jürgen Grenz. „Sie wollen helfen, aber es muss ein niedrigschwelliges Angebot sein, keine langfristige Verpflichtung.“ Die meisten, die so „hineinschnuppern“, erzählt Grenz, bleiben länger dabei. So wie Staudé, der seit einem Jahr als „Engel“ im Einsatz ist.

Portale wie Gute Tat funktionieren nach dem Prinzip Partnerbörse: Der Freiwillige und die gemeinnützige Organisation sollen perfekt zueinanderpassen. Daher geben Bewerber online an, welche Interessen sie haben, welcher Tä-



„Engel“ Robin Staudé (l.) und Sebastian

tigkeitsbereich sie reizt, an welchen Tagen sie wann genau Zeit haben und an welchem Ort sie tätig werden wollen. Mithilfe dieses Profils wird dann die ideale Tätigkeit gesucht: Vorlesen im Kindergarten? Musizieren im Altenheim? Oder Fußballspielen mit Behinderten?

Die Zahl solcher Netzwerke ist zuletzt stark gewachsen, doch einen Konkurrenzkampf fürchtet Grenz nicht: „Das beflügelt die ganze Szene.“ Die Portale sind besonders gut geeignet, um junge, am Internet interessierte Menschen zu erreichen. Laut einer repräsentativen Emnid-Studie im Auftrag vom Deutschen Roten Kreuz (DRK) können sich 36 Prozent der 14- bis 29-Jährigen eine ehrenamtliche Tätigkeit vorstellen. 23 Prozent der laut Studie bundesweit 17 Millionen freiwillig Engagierten fallen bereits in diese Altersgruppe. „Wer jung

mit dem Ehrenamt anfängt, bei dem ist die Chance groß, dass er bis ins hohe Alter weitermacht“, betont DRK-Vizepräsident Volkmar Schön.

Der Freiburger Rechts- und Verwaltungswissenschaftler Thomas Klie bestätigt, dass die Zahl der „Spielarten“ des Ehrenamts in Deutschland zunimmt, typisch für junge Menschen seien „eher kurzfristige Engagementformen“. Allerdings warnt Klie: „Das klassische Ehrenamt ist aus der Mode geraten, aber weiterhin von größter Bedeutung.“ Ohne die Bereitschaft von Freiwilligen, öffentliche Ämter zu übernehmen, etwa in der kommunalen Selbstverwaltung oder als Schöffe am Gericht, wären „zentrale gesellschaftliche Institutionen nicht funktionsfähig“. Letzteres gelte auch für die Betreuung behinderter oder dementer Menschen sowie das Vereinsleben. Klie kritisiert dabei, dass für ehrenamtliche Tätigkeiten zunehmend oft Geld gezahlt werde: „Engagement sollte im Kern immer Zeitspende sein und bleiben.“

Beim Anfang Dezember gestarteten bundesweiten Internet-Ehrenamtsportal www.doogood.org gehört die Belohnung aber zum Konzept: Freiwillige, die bei Doogood eine Premium-Mitgliedschaft für drei Euro im Monat haben, bekommen pro geleistete Stunde einen Punkt gutgeschrieben. Die Punkte können dann im „Geschenkeshop“ der Website gegen von Unternehmen gespendete Produkte eingelöst werden. Wer sich 100 Stunden engagiert hat, kann sich etwa einen Plasma-Fernseher holen, für 80 Punkte mehr gibt es einen Motorroller. „Wir wollen den Freiwilligen so etwas Gutes tun, das über die übliche Anerkennung hinausgeht“, erklärt Doogood-Gründerin Jeanine von Stehlik.

Materielle Anerkennung dürfte für die meisten Freiwilligen aber ohnehin keine wichtige Rolle spielen: 94 Prozent der ehrenamtlich aktiven Bürger engagieren sich laut DRK-Studie vor allem aus einem Grund: Das Engagement für Mitmenschen gibt ihrem Leben einfach mehr Sinn. Mitarbeit: Miriam Hollstein

ANZEIGE



www.piaget.com

PIAGET

Possession
Schmuck in Bewegung

Bei führenden Juwelieren: Tel. +49 (0) 89 559 84 227