

Mein Freiwilliges Soziales Jahr in den Offenen Hilfen der Lebenshilfe Aschaffenburg e.V.

Nach meinem Abitur im Jahr 2025 stand ich vor einer großen Frage: Ausbildung oder Studium? Und vor allem – in welchem Bereich überhaupt? Ich war mir unsicher und hatte bis dahin kaum Berührungspunkte mit sozialen Berufen. Genau deshalb entschied ich mich bewusst für ein **Freiwilliges Soziales Jahr**. Um neue Erfahrungen zu sammeln, mich auszuprobieren und vielleicht eine neue Richtung für meine Zukunft zu finden.

Nach der Hälfte meines FSJ bei der **Lebenshilfe Aschaffenburg e.V. in den Offenen Hilfen**, kann ich sagen, dass diese Entscheidung sich mehr als gelohnt hat.

Was mein FSJ besonders macht, ist die Vielseitigkeit. Einen „typischen Arbeitsalltag“ gibt es bei mir nicht – und genau das gefällt mir sehr. Nach zwölf Jahren Schule mit einem festen und oft strengen Alltag ist diese Flexibilität eine völlig neue und positive Erfahrung. Ich bekomme Einblicke in verschiedene Bereiche und darf viele unterschiedliche Aufgaben übernehmen. Ein großer Teil meiner Arbeit besteht aus Einzelbetreuungen. Dabei unterstütze ich Klientinnen und Klienten im Alltag. Gleichzeitig nehme ich an Gruppenangeboten teil, die von der Lebenshilfe organisiert werden. Außerdem helfe ich zwischendurch bei kleineren organisatorischen Aufgaben im Team.

Besonders prägend ist für mich die Arbeit mit ganz unterschiedlichen Menschen. Ich arbeite mit Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und älteren Menschen – sowohl mit geistigen als auch mit körperlichen Beeinträchtigungen. Anfangs war ich unsicher, weil ich vorher kaum Kontakt zu Menschen mit Behinderung hatte. Ich wusste nicht genau, wie ich mich verhalten sollte oder wie ich am besten auf verschiedene Bedürfnisse eingehe. Doch diese Unsicherheit wurde mir schnell genommen. Ich wurde nie „ins kalte Wasser geworfen“, sondern immer gut angeleitet und unterstützt. Mein Team hat mir alles Schritt für Schritt erklärt und mir das Gefühl gegeben, jederzeit Fragen stellen zu können. Dadurch konnte ich mit der Zeit immer sicherer werden und Verantwortung übernehmen.

Was mich am meisten überrascht hat, ist der unglaublich warmherzige und respektvolle Umgang miteinander im sozialen Bereich. Ich habe eine ganz neue Perspektive auf das Leben von Menschen mit Beeinträchtigungen bekommen. Viele Dinge, über die man im Alltag gar nicht nachdenkt, haben für mich eine ganz neue Bedeutung bekommen.

Besonders wertvoll sind die kleinen Momente, die sich im Laufe der Zeit ergeben. Wenn man merkt, dass man eine echte Bindung zu einem Menschen aufbaut, wenn Vertrauen entsteht und man sieht, dass die eigene Unterstützung wirklich etwas bewirkt. Das sind so Momente, die das FSJ so besonders machen. Zu wissen, dass man jemandem helfen und ein Stück Lebensqualität schenken kann, ist ein unbeschreiblich schönes Gefühl.

Auch persönlich hat mich dieses Jahr sehr geprägt. Ich habe gelernt, geduldiger zu sein, Verantwortung zu übernehmen und besser auf andere Menschen einzugehen. Außerdem bin ich offener geworden und habe gelernt, klarer zu kommunizieren. Mein FSJ hat mir außerdem geholfen, eine wichtige Entscheidung für meine Zukunft zu treffen. Ich habe gemerkt, dass mir die Arbeit mit Menschen große Freude bereitet und ich mir gut vorstellen kann, später in diesem Bereich zu arbeiten.

Ein wichtiger Bestandteil des FSJ sind die begleitenden Seminarwochen, die in Erlangen stattfinden. Insgesamt gibt es mehrere Seminarwochen, die über das Jahr verteilt sind. Dort trifft man andere FSJler/innen aus ganz Bayern, die in ganz unterschiedlichen Einrichtungen arbeiten. Diese Seminare bieten nicht nur viele interessante und wichtige Inhalte, sondern auch die Möglichkeit, sich auszutauschen und neue Freundschaften zu schließen. Man merkt schnell, dass man mit seinen Erfahrungen nicht alleine ist. Für mich sind diese Wochen eine tolle Ergänzung zum praktischen Teil des FSJ.

Insgesamt kann ich ein Freiwilliges Soziales Jahr jedem weiterempfehlen – besonders denen, die noch nicht genau wissen, welchen beruflichen Weg sie einschlagen möchten. Es ist eine wertvolle Zeit, in der man nicht nur berufliche Einblicke gewinnt, sondern auch persönlich wächst.



© Lebenshilfe / David Maurer, 2016

Auch, wenn ich erst die Hälfte meines FSJ absolviert habe, kann ich jetzt schon sagen, dass es sich nicht wie Stress oder Verpflichtung anfühlt, sondern eher wie eine sinnvolle und bereichernde Pause neuen Erfahrungen, tollen Begegnungen und ganz besonderen Momenten.

Tuana

Mehr Informationen zur Lebenshilfe Aschaffenburg und einem Freiwilligendienst in den Offenen Hilfen oder der Heilpädagogischen Tagesstätte:



www.lebenshilfe-aschaffenburg.de



@lebenshilfe.aschaffenburg



@lebenshilfe.aschaffenburg