

Jugendliche / Junge Erwachsene I

Leon, 14 Jahre

Leon wächst in einer schwierigen familiären Umgebung im Oberhausener Marienviertel auf. Seine alleinerziehende Mutter hat Probleme, ihm die nötige Unterstützung und Struktur im Alltag zu bieten. Neben seinen jüngeren Geschwistern hat er oftmals das Gefühl weniger Aufmerksamkeit von seiner Mutter zu erhalten.

Leon hat Schwierigkeiten in der Schule. Er fühlt sich oft isoliert und unverstanden von Lehrer*innen und Mitschüler*innen.

Leon hat bereits mehrfach Straftaten begangen, bislang jedoch ohne juristische Konsequenz. Sein Freundeskreis ist vereint durch die Kriminalität, eine wirkliche Bindung zu diesen hat er aber nicht.

Er sucht nach Anerkennung und Zugehörigkeit, aber auch nach Nähe und Wärme, die ihm in seiner Familie, in der Schule und im Freundeskreis fehlen.

„Ich habe genug davon, dass mir niemand zuhört. Auf der Straße finde ich meinen Platz, und dort respektieren mich die anderen. Aber manchmal wünsche ich mir einfach, jemand würde mich wirklich sehen und verstehen.“

Jugendliche / Junge Erwachsene II

Malaika, 19 Jahre

Nachdem Malaika ihr Abitur im letzten Jahr abgebrochen hat entschied sie sich dafür eine Ausbildung als Köchin anzufangen.

Malaika wohnt mit ihrem Vater in Oberhausen-Alstaden, arbeitet aber in Essen-Steele, sie pendelt jeden Tag mindestens eine Stunde zur Arbeit/ zur Berufsschule. Von ihrem Gehalt kann sie sich keine eigene Wohnung in Essen leisten.

Malaika ist mit der Umstellung von wohnortnahe Schulbesuch zum langzeit-pendeln mit der Bahn sehr überfordert. Durch die lange Wegstrecke kommt Malaika oftmals erst sehr spät nachhause. Darüber Hinaus studierende die meisten ihrer Freund*innen inzwischen in anderen Städten, diesen fühlt sie sich, aufgrund des abgebrochenen Abiturs ohnehin nichtmehr zugehörig.

Die Müdigkeit, der Übergang zwischen Schule und Beruf und die verlorenen Freundschaften überfallen sie oftmals mit Einsamkeit.

„Die Fahrtzeiten sind selbst mit funktionierender Bahn der Horror, Zeit am Abend um mich mit Freunde zu treffen habe ich nicht, selbst dann nicht, wenn Sie in Alstaden wohnen würden.“

Jugendliche / Junge Erwachsene III

Julia, 22 Jahre

Julia lebte bis zu ihrem 13. Lebensjahr mit ihrer Mutter in Oberhausen-Sterkrade. Ihr Vater, ein Fernfahrer, war selten zu Hause, und die Borderline-Erkrankung der Mutter verschärfte sich so sehr, dass Julia sich an eine Lehrerin wandte.

Daraufhin wurde sie in einer Wohngruppe in Wesel untergebracht, was ihre Mutter ihr sehr übel nahm. In der Wohngruppe fand Julia Stabilität und klare Strukturen, die ihr halfen, Freundschaften zu schließen und erfolgreich ihren Schulabschluss zu machen. Doch mit Erreichen der Volljährigkeit musste sie zurück nach Oberhausen-Sterkrade ziehen und alleine leben.

Der Verlust der festen Tagesstruktur und der engen Begleitung durch ihre Bezugserzieherin führte bei Julia zu vermehrten depressiven Phasen. Obwohl sie versucht ambulante Hilfsangebote in Oberhausen zu nutzen, fühlt sie sich oft unsicher und unmotiviert. Die meiste Zeit verbringt sie allein in ihrer Wohnung und greift zu Drogen, um sich besser zu fühlen.

„Ich fühle mich so alleine und würde so gerne mehr unter Leute gehen. Ich wünsche mir einfach Menschen um mich herum, mit denen ich reden kann. Ohne Begleitung traue ich mich aber nicht in neue Gruppen.“

Neu Zugewanderte I

Ahmad, 26 Jahre

Ahmad ist vor drei Jahren aus Syrien nach Oberhausen geflohen, auf der Suche nach einer besseren Zukunft. Ahmad ist alleinstehend und hat seine Familie und Freunde in Syrien zurückgelassen, was seine Einsamkeit verstärkt.

Ahmad hat einen Bachelorabschluss in Informatik. Aufgrund der noch ausstehenden Anerkennung seines Abschlusses, hat er Schwierigkeiten eine Anstellung in seinem Fachgebiet zu finden und arbeitet stattdessen als Paketzusteller.

Ahmad ist motiviert, sich in Deutschland zu integrieren und lernt fleißig Deutsch. Trotz seiner Bemühungen, sich in die Gesellschaft einzugliedern und neue Kontakte zu knüpfen, erfährt er in seiner täglichen Arbeit als Paketzusteller immer wieder Abweisung.

Seine meiste Zeit verbringt er alleine in ihrer Wohnung, was sein Gefühl der Isolation verstärkt.

„Die Einsamkeit hier ist überwältigend. Ich vermisse meine Familie und Freunde aus Syrien. Es ist schwer, Anschluss zu finden, wenn man die Sprache nicht fließend spricht und keine Kontakte in der neuen Umgebung hat.“

Neu Zugewanderte II

Darja, 17 Jahre

Darja ist zusammen mit ihrer Familie vor einem Jahr aus Saporischschja in der Ukraine nach Oberhausen geflohen und lebt nun in Sterkrade-Mitte. Sie besucht sie das Gymnasium und ist gut in der Schule. Ihre Deutschkenntnisse hat sie innerhalb des ersten Jahres deutlich verbessert.

Darja hat bereits erste Freundschaften in Deutschland geschlossen. Trotz ihrer vielen Kontakte fühlt sie sich oft einsam und vermisst tiefere, bedeutungsvollere Gespräche mit Gleichartigen. Seit einiger Zeit beschäftigt sie sich intensiv mit ihrer eigenen Identität und fühlt sich zu Menschen des gleichen Geschlechts hingezogen.

Diese Erkenntnis verwirrt sie, und sie hat Angst, mit anderen darüber zu sprechen. Ihre Familie unterstützt sie, aber die Integration in die neue Umgebung gestaltet sich für sie alleine herausfordernd.

Ihre Unsicherheit verstärkt das Gefühl der Isolation und macht es für sie schwieriger, sich zu öffnen und über ihre wahren Gefühle zu sprechen.

„Ich habe viele neue Freunde gefunden, aber es fühlt sich oft oberflächlich an. Es ist schwer für mich, über meine wahren Gefühle zu sprechen, und manchmal fühle ich mich trotz der Menschen um mich herum sehr allein.“

Neu Zugewanderte III

Mohamadali, 66 Jahre

Mohamadali ist Ende 2015 allein aus dem Iran nach Deutschland geflohen.

Erlittene Traumata hindern ihn bis jetzt daran die deutsche Sprache zu erlernen. Soziale Kontakte pflegte er ausschließlich in der iranischen Community in Oberhausen und Umgebung.

Seit seinem Schlaganfall mit anschließender Halbseitenlähmung ist er in seiner Mobilität eingeschränkt. Er hält sich fast ausschließlich in seiner Wohnung auf, wodurch seine sozialen Kontakte weitgehend eingeschlafen sind. Ärztlich verordnete Therapien wie Physio- und Ergotherapie nimmt er aufgrund der fehlenden Sprachkenntnisse nicht wahr.

Die bestellte rechtliche Betreuung und der ihn täglich aufsuchende Pflegedienst sprechen seine Sprache nicht.

Mohamadali ist oft depressiv, er hat Angstzustände und fühlt sich einsam. Er würde gerne in ein Pflegeheim umsiedeln oder zu Freund*innen in eine andere Stadt ziehen.

„Ich fühle mich gefangen; in meinem Körper und auch in meiner Wohnung. Durch meine Duldung ist es aber nicht so einfach in ein Pflegeheim oder zu Freunden zu ziehen.“

Erwerbslose/Prekär Beschäftigte I

Gabriele, 58 Jahre

Gabriele arbeitet seit vielen Jahren als Servicekraft für ein Großunternehmen in der Gebäudereinigung. Trotz ihrer langjährigen Anstellung ist sie gezwungen, zusätzlich Privathaushalte zu reinigen. Um Abgaben zu vermeiden tut sie dies ohne gültige Arbeitsverträge. Ihr Arbeitstag beginnt früh und endet spät, meistens ist sie über 12 Stunden unterwegs.

Die Ehe mit ihrem zweiten Mann ist kinderlos zerbrochen, was Gabriele emotional stark belastet hat. Mit ihrem Ex-Mann hat sie auch ihren Freundeskreis verloren. Obwohl sie regelmäßig ihre Geschwister besucht, fehlt ihr ein tieferer sozialer Bezug zu anderen Menschen. Ihre einzige Gesellschaft besteht aus den Menschen, die sie bei der Arbeit trifft.

Jetzt kehrt sie nach einem langen Arbeitstag in eine stille und leere Wohnung in Oberhausen-Holten zurück.

„Ich arbeite hart und kämpfe täglich, um über die Runden zu kommen aber das Geld reicht häufig nicht einmal für einen Kinobesuch oder ein Abendessen beim Italiener. Ich schäme mich dafür und bin deshalb häufig alleine Zuhause.“

Erwerbslose/Prekär Beschäftigte II

David, 32 Jahre

David arbeitete nach seinem Schulabbruch über 15 Jahre als Helfer in einer Kfz-Werkstatt in Oberhausen, bis diese aufgrund von Corona schließen musste. Seitdem ist er arbeitslos und kämpft darum, eine neue Anstellung zu finden. Seine fehlende Qualifikation hindert ihn daran einen Beruf auszuüben, der seinen Interessen entspricht.

Seine Arbeitslosigkeit und die Scheidung von seiner Frau haben seine emotionale Stabilität stark beeinträchtigt. Um sich abzulenken widmet sich David intensiv seinen Modellbauprojekten und dem Traum, alte Autos zu restaurieren. Obwohl dieses Hobby ihm Ablenkung bietet, verstärken es auch sein Gefühl der Isolation.

Die seltenen Besuche seines Sohnes sind für ihn besonders wichtig, er kann ihm aber kaum etwas bieten. Das Schuldgefühl seiner Unterhaltspflicht meist nicht nachkommen zu können, verstärkt seine Einsamkeit.

"Manchmal denke ich, dass ich mehr Zeit mit Modellautos verbringe als mit echten Menschen. Ich wünschte, ich könnte die Uhr zurückdrehen und alles besser machen."

Pflegende Angehörige I

Hans, 67 Jahre

Hans kam in den 1980er Jahren als Spätaussiedler aus Polen nach Deutschland und lebt seitdem in einer kleinen Wohnung in Oberhausen-Königshardt. Er pflegt seit drei Jahren seine schwerkranke Frau und hat seit diesem selbst eine Hörbehinderung, was die Kommunikation zwischen den beiden noch stärker einschränkt. Diese Situation hat zu einem drastischen Rückgang seiner sozialen Kontakte geführt.

Die Pflege seiner Frau nimmt trotz des Pflegedienstes den Großteil seiner Zeit und Energie in Anspruch. Die Belastung der häuslichen Pflege und die Angst davor dieser bald nichtmehr nachkommen zu können, erschöpfen ihn emotional und physisch. Durch seine Hörbehinderung schämt er sich neue Leute kennen zu lernen, da er sie zumeist nicht versteht. Dies verstärkt seine soziale Isolation.

"Die Pflege meiner Frau nimmt all meine Zeit und Energie in Anspruch. Eigentlich würde ich gerne unter Leute gehen, aber meine Hörbehinderung und die Angst davor meine Frau alleine zu lassen, erschwert mir dies. Ich fühle mich oft isoliert und erschöpft."

Pflegende Angehörige II

Anja, 45 Jahre

Anja ist verbeamtete Grundschullehrerin und lebt in Oberhausen-Lirich. Vor kurzen hat ihr Ehemann nach 21 Jahren die Scheidung eingereicht.

Die intensive Pflege ihres autistischen Sohnes, Benjamin (19), hat die Familie stark belastet. Bisher hat ihr Ex-Mann Carsten die Pflege übernommen. Mit der Trennung haben sie entschieden, dass Benjamin bei Anja bleibt und Carsten die zwei weiteren Kinder mitnimmt.

Benjamin benötigt rund um die Uhr Betreuung; vormittags besucht er eine Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM), während Anja arbeitet. Nachmittags übernimmt Anja die Betreuung und Pflege von ihrem Sohn. Dies bedeutet, dass Anja kaum Zeit für sich selbst oder für soziale Aktivitäten hat. Benjamin ist für weitere Betreuungsmöglichkeiten auf Warteliste von jeglichen Institutionen.

„Ich liebe ihn über alles, aber es ist unglaublich schwer, Benjamin rund um die Uhr zu betreuen und gleichzeitig zu wissen, dass meine anderen Kinder bei ihrem Vater sind. Ich fühle mich oft allein und frage mich, ob ich das alles schaffe.“

Ältere Menschen I

Walter, 82 Jahre

Walter zog in den 1960er Jahren alleine aus dem ehemaligen Jugoslawien, heute Kroatien, nach Deutschland und engagierte sich aktiv in der jugoslawischen Gemeinschaft in Oberhausen. In den späten 60er und 70er Jahren spielte er eine wichtige Rolle bei der kulturellen Prägung der Stadt und organisierte verschiedene Veranstaltungen.

Seit einigen Jahren lebt Walter alleine und kinderlos in einem Altenheim in Alt-Oberhausen. Trotz der Anwesenheit vieler Menschen fühlt er sich oft einsam und vermisst die tiefgehenden Gespräche in seiner Muttersprache und die vertrauten Gesichter aus seiner aktiven Zeit. Die meisten seiner Freund*innen sind inzwischen verstorben oder zurück in ihren Heimatsstaaten. Die Pfleger*innen haben auch nur begrenzt Zeit für ihn und sprechen kein kroatisch.

Sein Alltag ist von Routine geprägt: Morgens gibt es ein gemeinsames Frühstück, den Rest des Tages verbringt er überwiegend allein in seinem Zimmer oder im Gemeinschaftsraum. Im Gegensatz zu früher hat er hier kaum noch die Möglichkeit seine kulturelle Heimat zu erfahren.

„Hier im Altenheim gibt es viele Menschen, aber es fehlt das Gefühl von echter Verbundenheit. Früher war ich umgeben von Freunden und meiner Gemeinschaft, und jetzt fühle ich mich oft, als ob ich nur noch in Erinnerungen lebe.“

Ältere Menschen II

Ursula, 71 Jahre

Bevor Ursula durch Krankheit in den Ruhestand gezwungen wurde, führte sie 20 Jahre lang ein Kiosk gemeinsam mit ihrem verstorbenen Ehemann in Oberhausen-Sterkrade.

Während sich ihr Mann um die Finanzen kümmerte, war Ursula im Verkauf tätig und hatte für alle Kund*innen immer ein offenes Ohr. Sie genoss ihre Zeit im Kiosk sehr. Durch die Selbstständigkeit, reicht die Rente heute nur noch für eine Einzimmerwohnung.

Ursula schämt sich sehr, keinen idealen sorgenfreien und aktiven Ruhestand zu haben, sondern von Grundsicherung leben zu müssen. Ihre körperliche Schwäche durch die Krankheit hat sie zusätzlich stark eingeschränkt, aber einen Anspruch auf Hilfe hat sie, ihres Wissens nach, nicht.

Den täglichen Kontakt zu ihren ehemaligen Stammkund*innen hat sie schon lange nicht mehr. Mit ihren Kindern und deren Vater hat sich Ursula schon vor der Erkrankung zerstritten und seitdem kein Kontakt mehr.

Sie leidet unter zunehmender Einsamkeit und sozialer Isolation.

„Früher war mein Kiosk mein Lebensinhalt, jetzt habe ich das Gefühl, dass ich niemanden mehr habe. Ich schäme mich so sehr für meine Situation und traue mich kaum noch aus'm Haus.“