



»MAN SOLLTE  
SICH DAFÜR  
ENGAGIEREN,  
WOFÜR DAS  
HERZ SCHLÄGT«

Sie wird von ihrer Mutter mit dem Auto zu unserem Gesprächstermin gefahren. Michelle Reshöft ist 19 Jahre alt und bisher noch nicht dazu gekommen, den Führerschein zu machen. Kein Wunder, denn diese junge Frau ist vielbeschäftigt. Und das nicht nur mit sich selbst. „Bereits mit acht Jahren entdeckte ich meine soziale Ader, als ich der Toilettenfrau fünf Euro Trinkgeld gab“ berichtet Michelle und muss dabei schmunzeln.

#### **Co-Trainerin**

Richtig angefangen hat es mit ihrem Engagement für andere vor über sechs Jahren. Da betreibt sie Leistungssport in der Judo-Abteilung des örtlichen Sportvereins. Bis auf sonntags trainiert sie jeden Tag. Aber der individuelle Erfolg reicht ihr nicht; sie möchte gerne etwas von ihren Erfahrungen und ihrem Können weitergeben. Mit 13 Jahren wird Michelle ehrenamtliche Co-Trainerin für sieben- bis zehnjährige Mädchen und Jungen. Auf die Frage, ob sie denn aufgrund ihres jugendlichen Alters auf Akzeptanzprobleme gestoßen sei, ist Michelles Antwort eindeutig: „Mit den Kindern hatte ich keine Schwierigkeiten; Meinungsverschiedenheiten gab es – wenn überhaupt – mit den Eltern.“ Sie erinnert sich an eine Situation, in der sie einen Schüler zurechtwies, er diese Kritik aber nicht annehmen wollte, weil sie ja „nur eine Frau“ sei. Genauso sahen es die Eltern des Jungen.

Heute meint Michelle dazu: „Durch solche Erlebnisse lernte ich schon früh hinter meinen Ansagen zu stehen und auch mit persönlicher Kritik fertig zu werden.“

Ein weiterer wichtiger Aspekt ihres Engagements war, dass die Kinder mitunter aus schwierigen Familienverhältnissen stammten. Im Training wurde Michelle gelegentlich mit Aggressionen seitens der Kinder konfrontiert „Aber ich merkte, dass, wenn ich mich intensiv mit ihnen beschäftigte und ihnen die Regeln genau erklärte, ihr Verhalten sich nach und nach besserte“. „Da gerade diese Kinder aber nur unregelmäßig kommen konnten, fielen sie oft wieder in ihre alten Muster zurück“, bedauert Michelle heute.

Und trotzdem: Die Aufgabe machte ihr Spaß, sie konnte ihre angeborene Empathie für ihre Mitmenschen weiterentwickeln und entdeckte, wieviel Freude ihr das Anleiten von Kindern macht. „Dadurch habe ich schon früh erkannt, dass mir Führungsaufgaben einfach liegen.“ Zu diesem Zeitpunkt besucht Michelle die Mittelstufe eines klassischen Gymnasiums und findet dort wenig bis gar keine Anknüpfungspunkte für ein soziales Engagement. »

### Auslandserfahrungen

Mit 15 Jahren geht sie für ein Schuljahr nach Neuseeland. Dort erlebt sie ein enges Miteinander von Lehrern und Schülern „und in meinen Neigungs-Fächern lernte ich in einem Jahr mehr als zu Hause in fünf Jahren!“

Nach zwölf Monaten kehrt Michelle mit vielen neuen Eindrücken an ihren alten Platz zurück. Sie leitet wieder Kinder-Sportkurse und bestreitet selbst Wettkämpfe. Bis sie mit einem Nasenbeinbruch im Krankenhaus landet und sich überdies in ihrem letzten Kampf vom Schiedsrichter ungerecht behandelt fühlt.

Michelle hört daraufhin mit ihrem geliebten Judo-Sport auf und damit auch mit dem Kindertraining. Die freie Zeit verbringt sie nun mit ihrem ersten Freund.

### CAS-Aktivitäten

Am Gymnasium bewirbt sie sich für ein bilinguales Profi indem auch die Persönlichkeitsbildung gefördert wird. Denn es fordert von den Schülern sogenannte CAS-Aktivitäten ein. C steht dabei für Creativity, A für Action und S für Service. Insgesamt 150 Stunden müssen in diesen Bereichen unentgeltlich geleistet werden: Für Michelle eine willkommene Gelegenheit, sich im Bereich Service, „den man auch mit Sozialarbeit übersetzen kann“, so die junge Frau, ein Projekt vor Ort zu suchen.

„Viele organisieren Patenschaften für Kinder in Entwicklungsländern oder sammeln Spenden für Brunnenprojekte in der afrikanischen Wüste – ich sehe auch in Hamburg Bedarf für soziales Engagement“.

### Kinder-Hospiz Sternenbrücke

Ihr Vater machte sie denn auch auf das Kinder-Hospiz Sternenbrücke in Rissen aufmerksam. Nach einem Besuch in der Einrichtung war für Michelle klar, dass sie für die Arbeit des Hospiz werben und Geld einsammeln wollte. Denn ihr Herz schlägt für Kinder.

Ihre Idee dazu: Planung und Durchführung eines Charity-Events. „Da war mir noch nicht klar, wieviel Arbeit dahinter steckt und dass ich zeitweise nicht mehr wußte, was ich zuerst machen sollte“. Schließlich galt es geeignete Räume zu finden, Einladungen zu formulieren und zu drucken, Essen zu bestellen und Geschirr, Besteck und Gläser zu besorgen: „Sogar einen roten Teppich habe ich für die Gäste organisiert“ erwähnt Michelle heute lachend.

Da sie nebenher schon länger in einem Restaurant jobbte, half ihr Chef wo er nur konnte und überhaupt konnte „ich mich gut auf mein Netzwerk verlassen.“ Und dennoch: „In der Schule sackte ich total ab, doch die meisten Lehrer und meine Eltern zeigten Verständnis für mich.“»



Wer die Kinder Hospiz Sternenbrücke ehrenamtlich unterstützen möchte, wendet sich bitte direkt an

#### KONTAKT |

Stiftung Kinder-Hospiz Sternenbrücke  
Detlef Grimm  
Sandmoorweg 62  
22559 Hamburg  
Tel. 040 - 81 99 12 17  
Fax 040 - 81 99 12 50  
E-Mail: d.grimm@sternenbruecke.de

#### ÖFFNUNGSZEITEN |

Montag bis Freitag  
09:00 Uhr – 12:00 Uhr und 13:00 Uhr – 16:00 Uhr



Wer Erfahrung im Judo nachweisen kann und gern als Co-Trainer arbeiten möchte, wendet sich bitte direkt an die:

#### KONTAKT |

Judogemeinschaft Sachsenwald (JGS) in TSG Bergedorf  
Billwerder Billdeich 607  
21033 Hamburg  
Tel.: 040-7254950  
Ansprechpartner: Jörg Bielefeldt und Sabine Lucas  
<http://jgs.yourweb.de/>



Musikalische Acts haben zwei talentierte Schüler präsentiert und den dritten Mann, einen irischen Musiker, „habe ich in der Fußgängerzone angesprochen. Er bekam Tränen in den Augen, als ich ihm vom Kinder-Hospiz berichtete. Er sagte sofort zu.“

Der Abend wurde ein voller Erfolg. Michelle konnte dem Kinder-Hospiz 2.500,00 Euro überweisen und viele neue Unterstützer gewinnen.

#### **Persönlichkeitsentwicklung**

Auf die Frage welches Erlebnis oder welche Erkenntnis sie am meisten beeindruckt hat, fallen der selbstbewussten jungen Frau spontan zwei ein: Die allererste Spende, die von dem Bauarbeiter vor ihrer Haustür kam. Er, der gerade aus der Arbeitslosigkeit kam, drückte der Schülerin 100,00 € in die Hand, mit den Worten 'Geben ist schöner als Nehmen'.

Die Tatsache, dass einige Menschen kommentarlos „Nein“ sagen, wenn sie um Spenden für todkranke Kinder gebeten werden, war eine Erfahrung, mit der Michelle nicht gerechnet hatte. „Damit muss man auch erstmal umgehen“ meint sie. Dass sie das kann, da bin ich mir nach unserem Gespräch sehr sicher.

Neben der Freude über den materiellen Erfolg ihres Engagements für die Sternenbrücke und den vielen Erfahrungen, die der künftigen Studentin auch bei anderen Aufgaben helfen werden, hatte ihr überdurchschnittlicher Einsatz noch eine andere Folge, die die bescheidene junge Frau nur in einem Halbsatz erwähnt: Bei der Abiturzeugnisübergabe im Sommer wurde Michelle für ihr außergewöhnliches, soziales Engagement geehrt. Die IB-Koordinatorin übergab ihr das Buch der Hospizgründerin Ute Nerger mit dem Titel: „Ein Regenbogen zu den Sternen“.

Klar, dass Michelle sich auch neben dem Studium weiter für diese Einrichtung engagieren will. AF ■



Wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten, aber noch nicht wissen wie, kontaktieren Sie das Freiwilligen Zentrum. Wir beraten Sie gern.

Die Portrait-Reihe „So sieht Engagement aus“ hat das Ziel, die Vielfalt ehrenamtlicher Tätigkeiten in Hamburg aufzuzeigen und die Lust auf freiwilliges Engagement zu befördern. Wenn Sie engagierte Ehrenamtliche kennen, die Sie gern für ein Portrait vorschlagen möchten, kontaktieren Sie bitte: [info@freiwilligen-zentrum-hamburg.de](mailto:info@freiwilligen-zentrum-hamburg.de)

TEXT |

Anja Frach, ehrenamtliche Reporterin

FOTO |

Stefanie Luberichs, Portrait-Fotografin  
[www.stefaniluberichs.de](http://www.stefaniluberichs.de)

KONTAKT |

Freiwilligen Zentrum Hamburg  
Danziger Str. 52, 20099 Hamburg

Tel: (0 40) 24877-360

Fax: (0 40) 24877-365

E-Mail: [info@fz-hamburg.de](mailto:info@fz-hamburg.de)

ÖFFNUNGSZEITEN |

Mo. bis Do. 10 – 13 Uhr

Di. und Do. 16 – 19 Uhr