Portrait
August

„Ich brauche eine Aufgabe!“

Gabi Koza ist 67 Jahre alt. Sie hat viel erlebt.
Ihre letzten Berufs-Jahre hat sie in einer Werkstatt gearbeitet.
Dort wurde sie Frauen-Beauftragte.
Sie hat gemerkt: Sie kann gut andere Menschen beraten.

Gabi Koza hatte ein spannendes Leben.
Aber es war nicht immer leicht.
Sie hatte psychische Probleme.
Über 15 Jahre hat es gedauert.
Dann hatte sie einen Namen für ihre Probleme:
Borderline.
Das wird gesprochen: Border-lain.
Es ist eine psychische Erkrankung.
Menschen mit Borderline haben oft wechselnde Stimmungen.
Sie fühlen schnell Wut und Traurigkeit.
Manchmal verletzten sie sich selbst.
Aber ist die Borderline-Störung erkannt,
kann man ihnen gut helfen.

Immer wieder war Gabi Koza in Kliniken.
Dann bekam sie in eine Arbeits-Therapie.
Das war in der Werkstatt **Faktura**. Sie erzählt:
Ich kam da rein und sah all die bunten Farben.
Da wollte ich sofort bleiben.
Dort konnte ich meine Ideen gestalten.

Im Jahr 2017 gab es ein neues Gesetz:
In allen Werkstätten soll es Frauen-Beauftragte geben.
Gabi Koza meldete sich sofort.
Denn es war ihr schon immer ein wichtiges Thema.
Sie erklärt:
Mich interessiert die Gleichberechtigung der Frauen.
Schon immer.

So kam Gabi Koza zur Lebenshilfe Berlin.
In der **Mutstelle Berlin** machte sie eine Schulung.
Dort lernte sie mit anderen Frauen:
Das sind die Aufgaben einer Frauen-Beauftragten.
Dann war die Schulung abgeschlossen.
Und Gabi Koza startete als Frauen-Beauftragte
in ihrer Werkstatt Faktura.

Es kamen einige Frauen zu ihr in die Beratung.
Dabei sammelte auch Gabi Koza viel Erfahrung.
Sie erinnert sich:
Anfangs dachte ich:
Ich muss sofort eine Lösung anbieten.
Aber die gibt es natürlich oft nicht.
Die Frauen waren aber trotzdem sehr zufrieden.
Bei mir konnten sie offen reden.
Sie konnten endlich einmal alles erzählen.
Und ich hörte ihnen zu.
Sie wussten:
Sie können mir vertrauen.
Ich erzähle nichts weiter.
Das ist sehr wichtig für die Arbeit als Frauen-Beauftragte.

Gabi Koza blieb in der **Mutstelle Berlin**.
Sie wollte sich weiter einsetzen.
Heute gehört sie dort zu einer Arbeits-Gruppe.
Die Arbeits-Gruppe trifft sich einmal im Monat.

Mutstelle Berlin

Die Mutstelle ist eine Beratungs-Stelle.
Sie ist für Menschen mit Lernschwierigkeiten.
Hier können alle hinkommen,
die Gewalt erlebt haben.
Oder die Gewalt erleben.

Es braucht Mut, wenn man sich Hilfe holt.
Deshalb heißt die Beratungs-Stelle: Mutstelle.
Hier hören Menschen gut zu.
Sie erzählen nichts weiter.
Gemeinsam suchen sie nach Lösungen.

Gabi Koza (rechts) hat ihr Zertifikat bekommen:
Peer-Beraterin Ehrenamt

alle Fotos: Patrick Paul

Nicht in ein schwarzes Loch fallen

Gabi Koza war glücklich mit ihrer Beschäftigung in der Werkstatt.
Auch mit ihrer Aufgabe als Frauen-Beauftragte.
Und mit ihrer Mitarbeit in der Mutstelle Berlin.

Aber sie wusste genau:
Irgendwann geht sie in Rente.
Und dann?
Dann fällt alles weg.
Sie wollte sich darauf vorbereiten.

Sie erzählt:
Ich habe bei der Lebenshilfe gefragt:
Kann ich hier irgendetwas machen,
wenn ich in Rente bin?
Ich brauche eine Aufgabe!

Gabi Koza hörte von dem Projekt:
Peer-Beratung zum Thema Ehrenamt.
Was Neues lernen:
Das klang für sie spannend.

Gabi Koza erzählt:

Was können Menschen mit Beeinträchtigung tun?
Wo können sie ein Ehrenamt übernehmen?
Es war doch genau meine Situation!
Ich machte mit.
Beratung machte ich schon immer gern.
Ich war ja Frauen-Beauftragte.
Ich wollte auch Peer-Beraterin werden.

Die Schulung zur Peer-Beraterin dauerte 1 1/2 Jahre.
Mit dabei waren 5 weitere Menschen.
Alle hatten eine Lern-Beeinträchtigung.
Oder eine psychische Beeinträchtigung.
Gabi Koza weiß:
Bei der Lebenshilfe gibt es auch Menschen
mit einer psychischen Beeinträchtigung.
Und es werden immer mehr.
Darum ist unsere Mitarbeit so wichtig.
Vor einem halben Jahr ist Gabi Koza fertig geworden.
Jetzt ist sie Peer-Beraterin für den Bereich Ehrenamt.

Noch wird die Peer-Beratung nicht viel genutzt.
Viele Menschen mit Beeinträchtigung wissen
leider noch nichts von dem Angebot.
Deshalb finden bisher kaum Beratungen statt.
Gabi Koza meint:
Wir Peer-Berater müssen uns erst bekannt machen.
Ich will zum Beispiel in meiner alten Werkstatt
über das Ehrenamt informieren.
Ich weiß, dass die meisten davor Angst haben:
Man geht in Rente und was kommt dann?
Was können wir dann tun?
Niemand möchte sich überflüssig fühlen.

Die Idee der Peer-Beratung überzeugt Gabi Koza sehr.
Denn: Die Leute kennen sich aus.
Sie haben ähnliches erlebt.
Sie haben selbst damit zu tun.
Darum können sie gut verstehen und helfen.

Gabi Koza rät allen, die über ein Ehrenamt nachdenken:
Sei offen.
Wenn dir irgendetwas nicht gefällt,
dann kannst du ja wieder aufhören.
Oder etwas ändern.
Mit einem Ehrenamt kann man etwas ausprobieren.
Man kann damit ganz neue Erfahrungen machen.

„Ich habe gemerkt,
wie gut Leuten ihr Ehrenamt tut.
Und wie stolz sie darauf sind.“