



# Engagement fördern, Zukunft gestalten

Eine gemeinsame Initiative des ASB-Bundesverbandes  
und der Landesverbände NRW, Bayern und Sachsen.

Wir helfen  
hier und jetzt.

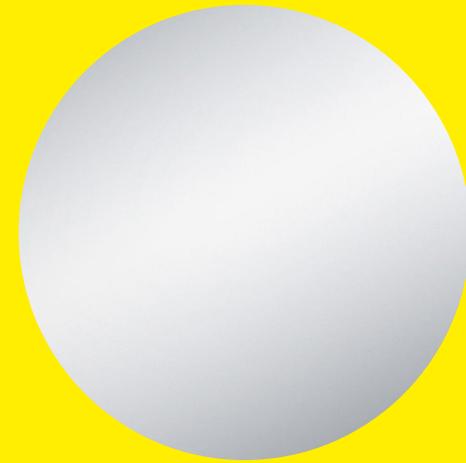
Mit Studien-  
inhalten des  
rheingold  
Instituts

# Engagement hat viele Gesichter.

---

Dein  
Engagement  
zählt

Wir helfen  
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> .....	<b>4</b>
<b>Ehrenamt im ASB: Damals wie heute unverzichtbar</b> .....	<b>6</b>
Ergebnisse der Studie	
<b>Schätze heben und Engagement fördern</b> .....	<b>8</b>
<b>Sechs Kernmotivationen für freiwilliges Engagement</b> .....	<b>14</b>
<b>Zielgruppen und ihre Grundmotivationen</b> .....	<b>21</b>
<b>Situatives Helfen und langfristige Motive</b> .....	<b>22</b>
<b>So tickt die Generation 50+</b> .....	<b>23</b>
<b>So tickt die Generation Z</b> .....	<b>25</b>
Zusammenfassung	
<b>Gesellschaftliches Engagement und Ehrenämter im ASB</b> .....	<b>27</b>
<b>Erfahrungsberichte zum Engagement</b> .....	<b>32</b>
<b>Stimmen zur Studie: Die Bedeutung für den Verband</b> .....	<b>41</b>

## Vorwort

### Liebe Samariter:innen, Liebe Leser:innen



Prof. Dr. Michael Stricker  
Präsident ASB NRW e. V.,  
Bundesvorstandsmitglied  
ASB Deutschland e. V.

Ehrenamt ist wichtig für unsere Gesellschaft und den Erhalt unserer Demokratie. Denn nur, wenn sich Menschen aktiv dafür einsetzen, kann eine Demokratie auch wirklich funktionieren. Im Ehrenamt (beim ASB) treffen wir auf ganz unterschiedliche Menschen. So kannst du deinen Horizont erweitern und verschiedene Perspektiven kennenlernen. Es entstehen Kontakte und ein Austausch, der über den engsten Familien- und Freundeskreis hinausgeht. Das Miteinander mit vielen unterschiedlichen Personen und flachen Hierarchien fördert die Demokratiebildung. In Organisationen wie dem ASB erleben alle tagtäglich, in den verschiedensten Bereichen zu kooperieren und sich zu einigen. Deshalb ist es wichtig, herauszufinden, wie wir neue Engagierte finden können, um unsere Engagementangebote und Strukturen weiter auszubauen. Das ist ein zentraler Bestandteil unserer Arbeit im ASB und gerade in demokratischer Hinsicht in der heutigen Zeit außerordentlich wichtig.



Lisa Kapteinat  
Vorstandsvorsitzende  
ASB NRW e. V.

Die Bedeutung von Hilfsorganisationen wird, auch im Angesicht der Krisen unserer Zeit, zunehmend als unverzichtbarer Teil unserer Gesellschaft anerkannt. Vor allem das Ehrenamt spielt hierbei eine herausragende Rolle. Dem ASB gelingt es, Themen zu identifizieren, mit denen Menschen für soziales Engagement begeistert werden können. Auch dank diesem Engagement werden Projekte ins Leben gerufen, die insbesondere den Menschen in unserer Gesellschaft zugutekommen, die Hilfe und Unterstützung benötigen. Ehrenamtliches Engagement fördert individuelle Teilhabe und gesellschaftliche Integration und trägt zur Chancengleichheit bei. Gleichzeitig bietet es die Chance, das gemeinschaftliche Zusammenleben aktiv mitzugestalten und neue Perspektiven zu gewinnen. Die vorliegende Studie ist in dieser Weise einzigartig und hilft uns, die Belange von ehrenamtlich Engagierten noch konkreter in den Blick zu nehmen und die Förderung von Engagement als unentbehrlichen Bestandteil in die Strategie und Zukunftsausrichtung des Arbeiter-Samariter-Bundes einfließen zu lassen.



Dr. Uwe Martin Fichtmüller:  
Hauptgeschäftsführer  
ASB Deutschland e. V.

Ehrenamtlich engagierte Samariterinnen und Samariter leisten wertvolle Arbeit in zahlreichen Bereichen, von der Pflege über die Katastrophenhilfe bis hin zur Jugendarbeit. Sie bringen ihre Zeit, Fähigkeiten und ihr Engagement ein, um Menschen in Not zu unterstützen und das Gemeinwesen zu stärken.



Dr. Stefan Sandbrink  
Landesgeschäftsführer  
ASB NRW e. V.

Ein professionelles und auch kümmerndes Ehrenamtsmanagement sowie belastbare verbandliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen sind unabdingbare Voraussetzungen für ein lebendiges und nachhaltiges Engagement in unserem Verband.



Stefan Mette:  
Landesgeschäftsführer  
ASB Landesverband Sachsen e. V.

Ein beeindruckendes Beispiel für die Wirkungskraft von Attraktivität zeigt sich im Projekt „ASB-Wünschewagen“. Dieses Projekt verdeutlicht eindrucksvoll, wie stark der freiwillige Einsatz, und mit ihm auch der ASB, strahlen kann.



Dr. Jarno Lang:  
Landesgeschäftsführer  
ASB Landesverband Bayern e. V.

Ohne Ehrenamt hat der ASB weder eine Vergangenheit, Gegenwart noch Zukunft. Umso wichtiger sind Erkenntnisse für die Zukunft, wie der ASB für Ehrenamtliche weiterhin interessant bleibt und sogar seine Attraktivität noch steigern kann.

# Ehrenamt im ASB – Damals wie heute unverzichtbar

Im Jahre 1888 legten sechs Berliner Zimmerleute mit dem von ihnen organisierten „Lehrkursus über die Erste Hilfe bei Unglücksfällen“ den Grundstein für den heutigen Arbeiter-Samariter-Bund. Dies geschah ehrenamtlich.

Genauso entstehen bis heute viele Dienste im ASB: Engagierte Menschen finden sich zusammen und erhalten die Chance, sich unter dem Dach des ASB für die Gesellschaft einzusetzen und soziale Verantwortung zu übernehmen. Der ASB übernimmt Verantwortung, er zeigt Präsenz und schafft Angebote, in denen sich Engagierte für Menschen in ihren jeweiligen Sozialräumen einsetzen. Der ASB folgt dem Grundsatz, dass Aufgaben vor allen Dingen dann verwirklicht werden können, wenn verantwortungsbewusste und motivierte freiwillig Engagierte sowie hauptamtliche Mitarbeitende gleichwertig und vertrauensvoll zusammenarbeiten. Dies erfordert geeignete Rahmenbedingungen und einen definierten Gestaltungsspielraum.

Die große Bedeutung des Ehrenamts zeigt sich in den Führungsstrukturen des ASB, an dessen Spitze immer ein ehrenamtlicher Vorstand steht – meist in Kombination mit einer

hauptamtlichen Geschäftsführung. Auch hier manifestiert sich das Zusammenwirken von Haupt- und Ehrenamt in der Grundstruktur des Verbandes. Die Förderung von freiwilligem Engagement ist in der Satzung fest verankert. Der Bundesverband, die Landesverbände, die regionalen Verbände – also alle Gliederungsebenen im Verband gemeinsam – stehen mit dieser Aufgabe in der Verantwortung. Die Heranführung junger Menschen an freiwilliges, soziales Engagement ist ein besonderes Anliegen des ASB. Die Arbeiter-Samariter-Jugend bietet hier den geeigneten Rahmen. Der Jugendverband ist eine, von jungen Menschen selbst organisierte, gemeinschaftlich gestaltete und mitverantwortete Einheit, die sich als geschützter Raum für die Interessen junger Menschen an die ASB-Strukturen angliedert.

Die große Vielfalt der Engagementbereiche, die im ASB zu finden sind, ist sichtbarer Ausdruck für die hohe Engagementbereitschaft





und Motivation von Menschen, die sich aktiv für das Gemeinwohl einsetzen. Der zahlenmäßig größte Engagementbereich ist der Katastrophenschutz mit spezialisierten Einsatzfeldern wie den Drohnen- und Rettungshundestaffeln, der psychosozialen Notfallversorgung oder auch den Feldküchen. Darüber hinaus sind die Sanitätsdienste nicht nur ein Angebot aus Gründerzeiten, denn bis heute finden sich dort zahlreiche ehrenamtlich Engagierte wieder, die an vielen Stellen in unserer Gesellschaft regelmäßig diesen wichtigen Dienst leisten. Zugleich gibt es über den „Blaulichtbereich“ hinaus ein breites Spektrum für freiwilliges Engagement: Dazu gehören beispielsweise Angebote in der Seniorenhilfe, in denen digitale Kümmernde, Geschichtsschreiber:innen oder auch Rikscha-Fahrer:innen zu finden sind, genauso wie die Besuchshundendienste, die junge und alte Menschen in Senioreneinrichtungen sowie Kitas besuchen. Auch im Kinder- und Jugendbereich, den Hilfen für Menschen mit Behinderung oder auch bei der Versorgung Wohnungsloser, gibt es vielfältige Angebote. Nicht zuletzt bieten die ASB-Wünschewagen ein attraktives Engagementumfeld für Fachkräfte aus Pflege, Rettungsdienst und Medizin, die sich als professionelle Teams ehrenamtlich für Menschen in der letzten Lebensphase einsetzen.

Der ASB zeichnet sich durch eine facettenreiche und breite Engagementlandschaft aus, die sich von 1888 bis heute gebildet und stetig weiterentwickelt hat. Das Ehrenamt gehört zur DNA des ASB und ist damit unverzichtbarer Bestandteil der Verbandsstrukturen. Mehr als 20.000 ehrenamtlich Engagierte wirken im ASB mit und leisten einen unentbehrlichen Beitrag für unsere Gesellschaft.

# Schätze heben und Engagement fördern

Wir leben in einer Zeit der Krisenpermanenz. Das ist für den ASB in zweierlei Hinsicht relevant. Zum einen spüren wir alle den steigenden Bedarf an Hilfe. Pandemien, Naturkatastrophen, steigende Kinderarmut, aber auch Vereinsamung fordern die Helfer:innen zunehmend. Sie werden gebraucht. Gleichzeitig ist aber auch der ASB auf Unterstützung in Form von Spenden und Freiwilligenarbeit angewiesen.



Stephan Grünewald  
Geschäftsführer  
rheingold Institut

Dieses Engagement ist das Fundament, auf dem der ASB steht und so Menschen in Not zur Seite stehen kann. Die Relevanz von ehrenamtlichem und bürgerschaftlichem Engagement steigt und ist nicht nur für den ASB, sondern für die ganze Gesellschaft unverzichtbar.

## Doch wie kann das Potenzial aktiviert werden?

Steigt in Zeiten zunehmender Krisen, auch die Bereitschaft sich zu engagieren? Führen Krieg, Klimawandel und gesellschaftliche Spaltung zu einem Wandel, der die Menschen ins Ehrenamt leitet? Zumindest nicht von selbst. Daher erforscht der ASB, gemeinsam mit dem reingold Institut, seit Jahren den Umgang der Menschen mit der Krisenpermanenz. Der Rückzug ins Private, als Reaktion auf eine brüchig gewordene Welt, birgt für eine Hilfsorganisation, wie den ASB, Herausforderungen: Zusätzlich zum gestiegenen Bedarf an engagierten Menschen

bauen die Krisen selbst psychologische Hürden auf, die den Zugang zum Ehrenamt erschweren.

Dem stellt sich der ASB auf systematische Weise u. a. mit einem Projekt namens „Menschenschätze und Menschen schätzen“ (NRW) und entwickelt Lösungen. Lösungen, die unsere Gesellschaft in diesen Zeiten dringend braucht.

## Raus aus der Selbstbezüglichkeit, rein ins Engagement

Um dies wirkungsvoll umzusetzen, muss die Organisation genau Bescheid wissen: Wie Menschen ticken, welche Motivationen sie aus ihrer Selbstbezüglichkeit heraus und ins Engagement hineinholen. Durch den Rückzug ins Private erliegen viele Menschen einer Art Dornröschenschlaf. Für die Wiederkehr in das gesellschaftliche Miteinander bedarf es, sinnbildlich gesprochen, vielleicht eines kleinen Kusses. Wer Menschen „wachküssen will“, darf nicht warten, bis sie kommen, um sich den Kuss abzuholen. Stattdessen sollte um sie geworben werden. Welche psychologischen Treiber und Sehnsüchte sollte der ASB ansprechen, welche Sorgen und Widerstände müssen aus dem Weg geräumt werden? Und welche Leitplanken und Maßnahmen braucht es, um das schlummernde Potenzial Engagierter nicht nur zu wecken, sondern auch dauerhaft zu halten? Auf diese Fragen geben die Forschungsergebnisse Antworten.



## Machen und Helfen beim ASB

Im Rahmen des Projektes „Menschenschätze“ hat das rheingold Institut bereits 2023 das Image des ASB und seine Attraktivität als Arbeitgeber in der Tiefe untersucht. Initiiert durch den ASB NRW, gemeinsam mit dem ASB Bayern, konnte so vor allem von den Mitarbeitenden eine Menge gelernt werden. Zum Beispiel, dass Schaffensfreude und unmittelbare Hilfsbereitschaft den ASB strahlen lassen und die Mitarbeitenden es besonders schätzen, die

Ärmel hochzukrempeln und Dinge pragmatisch anzupacken. Bereits der Name Arbeiter-Samariter-Bund prägt zwei grundsätzliche Haltungen, die die Organisation ausmachen. Die des zupackenden Arbeiters (Freude am Machen!) und die des barmherzigen Samariters (Freude am unmittelbaren Helfen!). Der Bund wiederum steht für die Verbindungen zwischen „Machen und Helfen“ und die Einbettung in eine funktionierende Gemeinschaft.

Die Strahlkraft des ASB hat auf professionelle Helfende, die sich haupt- und ehrenamtlich im ASB engagieren, eine große Anziehung. Besonders schätzen sie, dass ihnen in der starken Gemeinschaft des ASB auf Augenhöhe begegnet wird.

Dennoch steht auch der ASB in der Gewinnung von freiwillig Engagierten im Wettbewerb. Deshalb will der ASB auch diese Menschenschätze noch besser ansprechen, binden und in ihrer Entwicklung fördern.

Mit diesem Anspruch hat die gemeinsame Initiative von Bundesverband, den Landesverbänden NRW, Bayern und Sachsen 2024, nach der bereits in Zusammenarbeit mit dem rheingold Institut 2023 durchgeführten ASB-Arbeitgeberstudie, eine weitere Untersuchung in Auftrag gegeben, die das freiwillige Engagement in den Fokus nimmt. Eine Studie, die auch die besondere Wertschätzung im ASB für das Engagement ausdrücken soll.

## Drei Forschungsschwerpunkte für die Studie:

1. Tiefenpsychologisches Verständnis der Motivationen, Sehnsüchte und Barrieren bei aktuellen und potenziellen Engagierten.
2. Analyse der Volunteer Journey zum Ehrenamt und der wichtigen Bindungsfaktoren.
3. Ableiten von Handlungsempfehlungen für die erfolgreiche Ansprache, Gewinnung und Organisation von Engagement.

## Kleine Fallzahlen, hoher Erkenntnisgewinn

### Das Studiensetting

Die Erkenntnisse des rheingold Instituts basieren nicht auf statistischer, sondern auf psychologischer Repräsentativität. Speziell ausgebildete psychologische Researcher:innen schaffen eine so vertrauensvolle Atmosphäre, dass sich die Proband:innen in Interviews und Gruppen öffnen können. Durch die psychologischen Fragestellungen der Marktforscher:innen gelangen sie zu ungeahnt detaillierten Beschreibungen und erhalten eine für sie neue Perspektive auf die Dinge. Die Tiefeninterviews dauern zwei Stunden. Ein Team aus Psycholog:innen sucht in jahrzehntelang entwickelter und validierter rheingold Methodik, immer dort nach übereinstimmenden und intersubjektiven Wirkungszusammenhängen, wo sich komplexe Beschreibungen und Erlebenszusammenhänge zwischeneinander unbekanntem Menschen ähneln. Sind die detailreichen und ausführlichen Beschreibungen vieler einzelner Proband:innen unabhängig voneinander gleich, ist auch bei einer kleinen Stichprobe von einer hohen Validität und psychologischer Repräsentativität auszugehen.

Pro Jahr führt rheingold rund 5.000 tiefenpsychologische Interviews durch.





### Dimension 1: Engagementzugehörigkeit

24 engagierte Menschen aus dem ASB (NRW, Bayern und Sachsen)  
12 engagierte Menschen aus anderen Organisationen  
12 engagementbereite Menschen ohne aktives Engagement / Zugehörigkeit



### Dimension 2: Altersstufen

12 Menschen im Alter von 14-25 Jahren  
12 Menschen im Alter von 25-50 Jahren  
12 Menschen im Alter von 51-65 Jahren  
12 Menschen im Alter von 66-75 Jahren



### Dimension 3: Sozialisation & gesellschaftliche Faktoren

Bundesweite Betrachtungsperspektive, d. h. Auswahl der Proband:innen anlehnend bevölkerungs-repräsentativ hinsichtlich Regionen, Einkommen, Bildung, 1/3 mit Migrationshintergrund.



### Weitere Kriterien

Geschlecht: paritätisch (50/50 Frauen/Männer)  
Wohnort: paritätisch (50/50 städtisch/ländlich)  
Partnerschaft: 50 % Singles/Paare (ohne Kinder), 50 % Familien (mit Kindern)  
Keine „Ehrenamts-Verweiger:innen“

## Suchende und Engagierte Die Unterschiede

Bei den Engagierten zeigt sich deutlich, dass Engagement zu mehr Lebenszufriedenheit beiträgt. Sie zeigten im Vergleich zu anderen ein positiv geerdetes Lebensgefühl und eine gewisse Leichtigkeit. Mit einem Schuss Pragmatismus werden die schwierigen Seiten des Lebens von ihnen angenommen, verbunden mit dem Gefühl, dass auch sie zum Leben dazugehören. Die Engagierten blicken den Höhen und Tiefen des Lebens eher mit Gelassenheit und Zuversicht entgegen.

### Engagement macht zuversichtlich und resilient

Das hilft auch, mit der eigenen Lebensgeschichte einen guten Umgang zu finden, Resilienz zu entwickeln und eigene Krisen in etwas Sinnstiftendes umzuwandeln.

Von den ASB-Ehrenamtlichen wird den rheingold Interviewenden besonders viel Offenheit und Herzlichkeit entgegengebracht. Es zeigt sich schnell, dass das Engagement mehr als nur ein Hobby ist. Für viele ist es eine Leidenschaft, ein elementarer Lebensinhalt. Die Interviews fallen in ihrer Dynamik auf, die Forschenden begegnen sehr engagierten Proband:innen, die gerne und viel über ihr Leben und ihre Tätigkeit sprechen.

„Ich habe schon früh im Leben Verantwortung übernommen, meine Mutter hat viel geschlafen, wenig gemacht, wir haben von Hartz 4 gelebt, also habe ich mich um meine Geschwister gekümmert und bin mit 16 ausgezogen. So war es halt, aber ich wollte dann auch etwas Sinnvolles aus meinem Leben machen und anderen helfen.“

„Ich arbeite neben dem Studium schon 10-12 Stunden als Freiwilliger beim ASB und habe dann als Rettungssanitäter noch 12-Stunden-Schichten. Das ist oft wirklich lang und erschöpfend, aber auch immer ein toller Tag beim ASB.“



### **Wer noch auf der Suche ist, wird oft ausgebremst**

Wer noch auf der Suche nach einem passenden Engagement ist, sieht sich hingegen auch mit schwierigen Fragen konfrontiert. Besonders herausfordernd ist es herauszufinden, wie viel sich die Person zumuten kann – zeitlich, aber auch emotional. Das bremst die Euphorie bei der Suche und lässt sie auch oft nach einem ersten Schwung versanden.

Dem Impuls des Helfenwollens wird erst mal nicht nachgegeben, das Vorhaben wird jedoch verunsichert aufgeschoben. Diese Dynamik wurde auch in den zweistündigen Interviews spürbar, die das rheingold Institut führte und die nicht selten im Verlauf des Gesprächs einen zähen und schleppenden Charakter bekamen. Auf dem Weg zum Engagement wird also noch Potenzial liegen gelassen. Doch wie können diese Menschen noch besser angesprochen werden?

### **Sorgen entkräften, den Funken überspringen lassen**

Zum einen müssen die Motivationen in der Tiefe verstanden werden, die Menschen nach einem Engagement suchen lassen. Zum anderen soll der Wille bestärkt und die Sorgen und Barrieren durch zielgerichtete Kommunikation entkräftet werden. Jeder Kontaktpunkt der „Volunteer Journey“ sollte zudem durch ein professionelles Engagement-Management erkannt und adressiert werden. Denn Wackküssen allein reicht nicht. Wenn der Funke überspringt, muss auch danach alles dafür getan werden, dass das Feuer möglichst lange brennt.

Ob interessiert oder bereits (im ASB) engagiert: Es zeigen sich viele Stellschrauben, mit denen Engagierte besser angeworben und nach dem Einstieg gehalten werden können. Ein systematischer Einsatz der Erkenntnisse ist entscheidend, um die Motivationen und Energien der Menschen aufzugreifen und sinnvoll zu nutzen.

## **Dies geschieht in drei Schritten:**

- **Rekrutierung**
- **Onboarding**
- **langfristige Bindung**

## Sechs Kernmotivationen für freiwilliges Engagement – warum der ASB Engagierte begeistert

Insgesamt lassen sich aus den Interviews sechs Kernmotivationen ableiten, die für die Wahl eines Engagements zentral sind. Diese Sehnsüchte und Needs bieten die Strategie, um brachliegende Energie in Menschen zu aktivieren und sie für das Engagement zu begeistern. Dabei sind die Motive „Aktiv-Passiv-Umkehr“ und „Kompensation“ für jede Form des Engagements zutreffend, während die anderen besonders für den ASB zutreffen.





## Freie Selbstwirksamkeit erfahren Engagement-Motiv Nr. 1

In ihrem Alltag stehen viele häufig unter dem Zwang, möglichst effizient zu arbeiten und Dinge zu erledigen. Für freies Ausprobieren und Selbstbestimmtheit bleibt kaum noch Raum. Die Sehnsucht danach, sich frei und selbstwirksam zu erleben, ist groß. Im Engagement soll dieser Wunsch wahr werden: Frei gestalten, entwickeln

und bewirken und das möglichst ohne vorgegebene Zielerfüllungen oder Anweisungen. Die starke Hands-on-Mentalität, viel Gestaltungsspielraum und Freiheiten werden als besondere Stärke im ASB gesehen und geschätzt. Wer Ideen hat, diese aktiv gestalten und entwickeln möchte, bekommt die nötige Förderung und Freiheit.

„Ich verspreche mir von einer ehrenamtlichen Tätigkeit ein anderes Zeitmanagement – frei von Zeit- und Leistungsdruck.“



„Hier kannst du etwas bewegen!“



### Fallbeispiel:

Der 52-jährige Thomas hatte schon länger den Wunsch, ein Ehrenamt zu finden, in dem er sich gemeinsam mit seinen Hunden engagieren kann. Er hat daher eine Rettungshund-Ausbildung bei einer anderen Hilfsorganisation begonnen, empfand die Hierarchien und Vorgaben jedoch als stark einschränkend. Dieses Gefühl missfiel ihm so sehr, dass er sich nach Alternativen umgesehen hat und beim ASB fündig geworden ist. Da der ASB in seiner Region keine aktive Hundestaffel hat, bekam er die Möglichkeit, selbst eine aufzubauen. Dabei ist ihm sehr viel Handlungsfreiheit geschenkt worden, was für ihn letztendlich ausschlaggebend war.



### Empfehlung:

Das richtige Maß an Freiheit und Flexibilität ist sehr wichtig. Einige Menschen wünschen sich klare Strukturen und regelmäßige Unterstützungsangebote, andere wiederum fühlen sich davon eingeengt. Mit einer einfühlsamen Begleitung der Engagierten kann dieses Maß ausgelotet und bedarfsgerecht agiert werden.

## Kompensatorische Funktion Engagement-Motiv Nr. 2



Wer in seinem Alltag nicht die nötige Erfüllung findet, sieht oft im Engagement eine Möglichkeit, sich diese ins Leben zu holen. Darüber kann ein Nebenwerk ausgebaut werden, mit dem erfahrene Enttäuschungen kompensiert werden. Langeweile, Fremdbestimmung oder fehlendem Sinn kann aktiv entgegengewirkt werden.

„Wenn ich mich mal langweile, denke ich: Wäre schon schön, wenn jetzt ein Einsatz käme.“



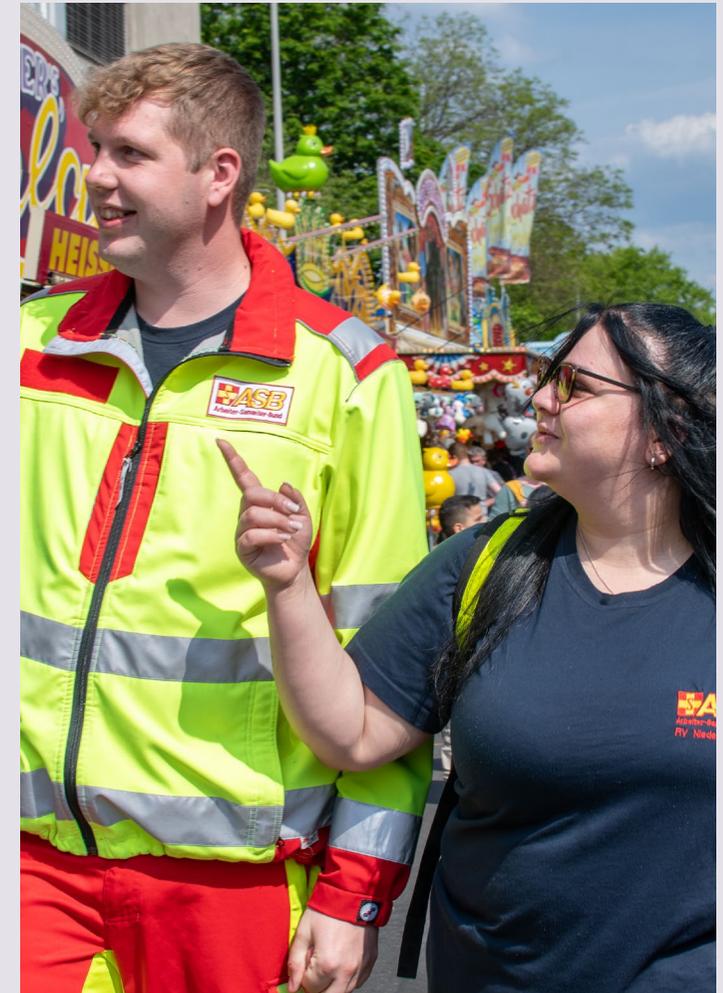
### Fallbeispiel:

Peter, 63 Jahre alt, ist seit einigen Jahren ehrenamtlich in der Telefonseelsorge engagiert. Er hat viele Jahre im Vertrieb gearbeitet, doch mit fortschreitender Technologisierung hat ihm der persönliche, ehrliche Kontakt und der Einsatz seiner Beratungskompetenz gefehlt. Bei der Telefonseelsorge findet er den Kontakt zu Menschen und kann gleichzeitig zuhören, beraten und seine Lebenserfahrung einbringen.



### Empfehlung:

Eine klare Kommunikation und Transparenz zu den Tätigkeitsinhalten sind wichtig und hilfreich für neue Engagierte. Die Ausarbeitung der sinnvollen Unterstützung für die Gesellschaft lässt das Engagement besonders attraktiv erscheinen.



„Hier kannst du sinnstiftend tätig sein!“



„In unserer Gemeinschaft bist du willkommen!“

## Soziale Einbindung Engagement-Motiv Nr. 3



Oftmals stellt ein freiwilliges Engagement einen wichtigen Zugang zu sozialen Kontakten dar und wird nach einem Umzug in eine neue Stadt oder eine Region aktiv gesucht. Teil einer Gemeinschaft zu sein, in der alle ein gemeinsames Interesse auf Basis gemeinsamer Werte verfolgen, ist im Alltag für viele eine eher seltene Erfahrung.

Kaum etwas wird von den ASBler:innen so häufig betont wie der starke Zusammenhalt. Viele erleben den ASB als besonders offen, fühlen sich von Beginn an als Teil der Gruppe und knüpfen nicht selten wichtige Freundschaften. Für Interessierte ist es wichtig, dies in der Kommunikation zu betonen!

„Es geht um das Miteinander und vom Alltag abschalten können. Es ist immer wie nach Hause zu kommen, da ist immer jemand da und man fühlt sich wohl in seiner Ehrenamts-Familie.“



### Fallbeispiel:

Laura, 26 Jahre alt, ist seit ihren Jugendjahren ehrenamtlich engagiert. Sie lebt in einer Kleinstadt und hatte in ihrer Jugend über den Schulsanitätsdienst zum ersten Mal Berührungspunkte mit einem freiwilligen Engagement. Mittlerweile engagiert sie sich in mehreren und ganz vielfältigen Bereichen. Für sie sind die sozialen Kontakte und die Teamarbeit dabei das allerwichtigste und ihre größte Motivation.



### Empfehlung:

In den Gruppen oder jeweiligen Verbänden gibt es meist ein starkes Gemeinschaftsgefühl. Dieses darf als Einladung, Teil des Teams zu sein, nach außen getragen werden. Für viele Engagierte ist auch ein Zugang zu überregionalen Netzwerken und Unterstützungsangeboten wünschenswert.

## Wertschätzung erfahren Engagement-Motiv Nr. 4



Wertschätzung und Bewunderung von außen sorgen für Stolz und sind daher eine wichtige Bestärkung. Die nicht monetäre Wertschätzung und Anerkennung für ein Engagement sind Belohnung für die investierte Zeit und Arbeit. Viele wollen mit ihrer Funktion auch sichtbar werden.

Sie genießen die Dankbarkeit von Kolleg:innen, der Gesellschaft oder Hilfsbedürftigen. Zentral und eng damit verbunden ist das Gefühl von Stolz – auf sich, aber auch auf die Organisation, für die sich engagiert wird.

„Das Lachen der Menschen und die entgegengebrachte Wertschätzung ist auch eine Art der Honorierung. Das ist ein wohltuendes positives Echo.“



„Bei uns wirst du  
geschätzt und  
gebraucht!“



### Fallbeispiel:

Der 29-jährige Jules ist durch den BFD zu seinem Engagement gekommen und hat mittlerweile eine kleine Ehrenamts-Karriere hingelegt. Am meisten motiviert ihn nach wie vor die Dankbarkeit der Menschen aus seinen Erste-Hilfe-Kursen, aber auch die Anerkennung, die er von seinen Vorgesetzten erfährt. Wertschätzung empfindet er auch durch Weiterbildungsmöglichkeiten, die ihm durch den ASB geboten werden.



### Empfehlung:

Die ehrenamtliche Leistung erfüllt viele mit Stolz. Um die Motivation weiterhin hochzuhalten und wertzuschätzen, hilft es, diese Leistung einer breiteren Öffentlichkeit bekannt zu machen. Für viele Menschen ist auch ein persönliches Feedback oder die Anerkennung im kleinen Rahmen wichtig, um zu sehen, dass sie ein wichtiger Teil des Großen und Ganzen sind.



## Lebensidentität generieren Engagement-Motiv Nr. 5

Oftmals ist die Wahl des Engagements eine Spiegelung des eigenen Lebens. Über die Wahl eines Engagements wird ein großer Teil der eigenen Identität gestaltet. Menschen suchen eher nach einem Bereich, der reflektiert, was sie gut können oder bereits erlebt haben. So

ergibt sich ein Engagement als Spiegelung des eigenen Lebens und hilft dabei, sich eine eigene Lebensidentität zu schaffen. Mit den vielfältigen Möglichkeiten im ASB können alle selbst entscheiden, was am besten zu ihnen passt und was angestrebt wird.

„Ich hatte schon als Kind diese Blaulicht-Faszination, finde es faszinierend, wenn ich Schwerverletzten helfen kann. Ich habe schon früh viel Verantwortung übernommen, deshalb passt es einfach zu mir, das ist genau das, was ich leben will.“



„Hier kann ich meinen Weg gestalten!“



### Fallbeispiel:

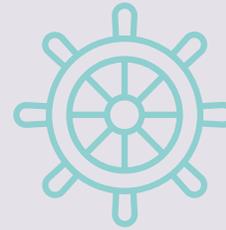
Die Wahl seines Ehrenamts zeigt sich als essenzieller Teil von Markos (23 Jahre) Persönlichkeit. Da er schon früh im Leben Verantwortung für seine Geschwister übernommen hat, möchte er auch weiterhin etwas Sinnstiftendes tun und anderen helfen. Sein Engagement als Rettungssanitäter im Katastrophenschutz spiegelt ihn wider und erfüllt ihn mit Stolz. Er widmet nahezu jede freie Sekunde dem Helfen und wäre am liebsten im Dauereinsatz.



### Empfehlung:

Der ASB bietet ein breites Angebot an Möglichkeiten für ein ehrenamtliches Engagement. Diese Vielfalt sollte umfangreich kommuniziert werden. Denn auch außerhalb des medizinischen Bereiches lassen sich spannende Möglichkeiten im ASB finden.

## Passiv-Aktiv-Umkehr Engagement-Motiv Nr. 6



Eine Passiv-Aktiv-Umkehr kann oftmals helfen, aus gelernten Rollen auszubrechen. Über das Engagement kann es gelingen, aus biographischen Zwängen auszubrechen, die teils seit der Kindheit gelebt werden. Wer in seinem Leben Fremdbestimmung erfahren hat, kann über ein

Engagement selbst am Drücker sein und gestalten. Häufig kommt auch eine Opfer-Helfer:in-Umkehr vor. Wer bestimmte Notsituationen selbst erlebt hat, kann die eigene Opferrolle über das Aktiv-Werden verarbeiten oder auch überwinden.

„Ich habe jetzt drei Jahre lang meinen Mann gepflegt, Tag und Nacht. Jetzt da ich allein bin, will ich auch wieder mehr für mich machen, ich möchte aber weiterhin anderen helfen. Im Ehrenamt finde ich meine Erfüllung.“



### Fallbeispiel:

Monika ist mit ihren 52 Jahren an einem spannenden Wendepunkt in ihrem Leben. Sie war nun 21 Jahre lang alleinerziehende Mutter, musste Lebensträume aufgeben, litt an einer längeren Krankheit und hat zwischen Arbeiten und Erziehung jongliert. Seit ihr Sohn volljährig geworden ist, engagiert sie sich nun in einem Ehrenamt, in dem sie ihre Selbstwirksamkeit neu erlebt und genießt.



### Empfehlung:

Viele Menschen möchten ihr Engagement nutzen, um Ideen in die Tat umzusetzen. Der ASB sollte diesen Schwung fördern, sich Ideen anhören und bei der Umsetzung unterstützen. Eine hilfreiche Maßnahme kann hier die Übernahme von bürokratischen Prozessen durch hauptamtliches Personal sein.



„Mit uns  
kannst du  
durchstarten!“

## Zielgruppen und ihre Grundmotivationen

Auf den vorherigen Seiten wurden die verschiedenen Grundmotivationen dargestellt, die Menschen auf psychologischer Ebene ansprechbar für freiwilliges Engagement machen. Darüber hinaus hat das rheingold Institut herausgearbeitet, was die unterschiedlichen Zielgruppen anspricht.

**Für Jüngere** sind vor allem Selbstwirksamkeit und Identität wichtig. Gerade im jungen Erwachsenenalter (14-25 Jahre) ist das Finden einer eigenen Identität noch ein großes Thema.

Über ein Engagement können wichtige Entwicklungsaufgaben bewältigt und Selbstwirksamkeit erfahren werden, z. B. durch Übernahme von Verantwortung, Selbstorganisation oder Teamarbeit, die im normalen Alltag oft seltener stattfinden.

**Ältere suchen** häufiger die kompensatorische Funktion sowie die Aktiv-Passiv-Umkehr. Wer bereits im Berufsleben angekommen ist und hier nicht die erhoffte Erfüllung findet, sucht eher nach einer kompensatorischen Funktion. Die Aktiv-Passiv-Umkehr baut meist auf einer gewissen Biografie auf, in der Passivität erlebt wurde. Nun (häufig mit Auszug der Kinder oder Ende des Berufslebens) wird nach der Möglichkeit zum aktiven Gestalten gesucht.

**Auf dem Land** sind soziale Einbindung und Identität ausschlaggebende Motivationen. Oft mangelt es in ländlichen Gebieten an Vielfalt und Möglichkeiten, etwas Passendes für sich

zu finden. Mit dem Ehrenamt gibt es mehr Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen und Identität zu schaffen.

**Besonders im Osten** wird die Sehnsucht nach einem starken Zusammenhalt und dem Erhalt der alten ‚DDR-Gemeinschaft‘ (v. a. bei Älteren) deutlich. Sie sehnen sich nach Gleichberechtigung und einer kollektivistischen Gemeinschaft, in der Ziele, Werte und Überzeugungen geteilt und gelebt werden. Gerade in den aktuell turbulenten Zeiten wird sich dadurch ein Gefühl von Stabilität und Halt im Alltag und in der Gesellschaft erhofft. Außerdem: Deutlich stärker zeigt sich der Bedarf an Wertschätzung und Anerkennung für die geleistete Arbeit im Engagement.

**Bei Interessenten mit Migrationshintergrund** wird Engagement als Teil ihrer Integrationsleistung verstanden. Das kann einen besonderen Druck erzeugen: Passe ich in die Gruppe? Passt die eigene Persönlichkeit in den Rahmen? Werde ich akzeptiert? Häufig sind Sorgen damit verbunden, auf Ablehnung zu stoßen. Soziale Einbindung ist daher ein großer Wunsch, sowie ein zentrales Ziel. Aber



auch: Je nach kulturellem Hintergrund können bestimmte Seiten der Identität ausgelebt werden, die sonst eher verborgen werden (z. B. weiche Seiten, sich kümmern, sensibel sein). Hier braucht es Sensibilität bei der Rekrutierung und eine besondere Willkommenskultur im Onboarding, um diese Ängste zu nehmen.

## Situatives Helfen und langfristige Motive

Wichtig ist es aber auch, die unterschiedlichen Motive jenseits von gängigen Zielgruppen wie Junge oder Ältere zu verstehen. Denn auch die Art des Engagements spricht verschiedene Einstellungen an, die zielgruppenübergreifend wirken können.

**Situatives Helfen** in Projekten oder Notsituationen funktioniert sehr gut als Einstieg. Daran sollte angeknüpft und für ein weiterführendes Engagement geworben werden. Gerade für Interessierte, die Berührungsängste mit langfristiger Verpflichtung haben, ist das eine gute Alternative. Selbstwirksamkeit, kompensatorische Funktion und Wertschätzung sind dabei zentral.

**Bei langfristigem Engagement** sind Motive wie Passiv-Aktiv-Umkehr, Identitätsgenerierung und soziale Einbindung eher wichtig. Das klassische Ehrenamt ist häufig passender für Personen, die bereits gewisse Routinen im Alltag haben und selbstbewusst Verantwortung übernehmen wollen. Langfristiges Engagement kann aber auch ein gutes Angebot sein, um an situatives Helfen beziehungsweise Projektarbeit anzuknüpfen. Die Motivationen und Energien, die im situativen Helfen aktiviert sind, gilt es aufzugreifen und mit der richtigen Ansprache langfristig zu integrieren.



## So tickt die Generation 50+

Die Generation 50+ lebt deutlich freier und kompromissloser als die Generationen gleichen Alters vor ihr. Besonders Frauen erleben in ihrer zweiten Lebenshälfte ein neues Level der Emanzipation und verteidigen ihre gewonnenen Freiräume. Insgesamt beobachten die rheingold Forscher bei dieser Generation einen Aufbruch ins Unverbindliche.

Wichtig ist es Vertreter:innen beider Geschlechter, sich den eigenen Lebenssinn zu erfüllen und mehr als zuvor auf die eigenen Bedürfnisse zu achten. Die Generation 50+ ist damit auch eine Generation „Jetzt ich!“ (siehe Witt-Studie 2024, „So liebt und lebt die Generation 50+“).

Eine Generation, die vor allem auf ihre eigenen Bedürfnisse blickt? Diese Entwicklung birgt enorme Herausforderungen für den ASB in der Rekrutierung Freiwilliger aus der 50+ Altersgruppe. Gleichzeitig bieten sich durch eine zielgenaue Ansprache auch Chancen. Drei davon hat das rheingold Institut für den ASB aus den Erkenntnissen abgeleitet:

**Chancen für den ASB durch eine zielgenaue Ansprache für die Rekrutierung Freiwilliger aus der Generation 50+**

### Sehnsucht nach Erlebnis

Männer und Frauen der Generation „Jetzt ich!“ zeigen Experimentierfreude und Verwandlungsbereitschaft. Viele suchen aktiv nach neuen Möglichkeiten und Abenteuern. Besonders





Frauen 50+ sind quirlig, in ihrer Freizeit aktiv und gesellig. Ihr Energielevel ist bemerkenswert, genauso wie die Bereitschaft zu Neuanfängen in Beziehungen und anderen Bereichen des Lebens.

**ASB-Chance: Engagement als soziales Abenteuer inszenieren, das den Horizont erweitert und Entwicklung verspricht.**

#### **Sehnsucht nach Freiheit**

Menschen 50+ suchen aktiv nach Handlungsspielräumen und schätzen eine große Auswahl neuer Möglichkeiten. Dabei will die Generation „Jetzt ich!“ beweglich bleiben und sich möglichst nicht festlegen. Besonders Frauen 50+ haben Sorge, zum Beispiel mit einer neuen Beziehung wieder in eine Versorgerinnen-Rolle zu geraten. Das rheingold Institut weiß auch aus früheren Studien, dass sich gerade diese Generation der Frauen in ihren jüngeren Jahren in einem Multiperfektionszwang zwischen Partnerschaft, Familie und Beruf zerrieben hat. Mit langfristigen und aufreibenden Verpflichtungen tut sich diese Generation also schwer.

Quelle: Witt-Studie 2024: So liebt und lebt die Generation 50+ in Deutschland. Die Studie basiert auf 65 zweistündigen psychologischen Tiefeninterviews und einer repräsentativen Online-Befragung von 1.061 Personen im Alter von 50 bis 70 Jahren.

**ASB-Chance: Ein „Hineinwachsen“ ins Engagement möglich machen und die Aspekte freier Gestaltung stärker betonen.**

#### **Sehnsucht nach Lebendigkeit**

Vom Altsein grenzt sich die Generation „Jetzt ich!“ zwischen 50 und 70 klar ab, die meisten fühlen sich stark, lebendig und mitten im Leben. Begriffe wie „Silver Ager“ oder „Best Ager“ werden daher abgelehnt, „Senior und Seniorin“ gelten fast als Schimpfwort. Besonders die Frauen fühlen sich jung, ihr gefühltes Alter liegt im Schnitt acht Jahre unter ihrem biologischen Alter, gleich alte Männer fühlen sich sechs Jahre jünger. Altsein beginnt für viele erst mit einem Verlust von Autonomie und starken körperlichen Einschränkungen. Insgesamt will die Generation zwar jugendlich wirken, befreit sich aber mehr und mehr vom Jugendwahn. Die Generation 50+ steht mehrheitlich zu ihren Fältchen oder grauen Haaren und sieht sie nicht als Zeichen des Altseins.

**ASB-Chance: Diese Generation will so jung und frisch angesprochen werden, wie sie sich fühlt – und das von Testimonials, denen sowohl Lebenserfahrung wie auch Vitalität anzusehen ist.**

## So tickt die Generation Z

Seit der Coronazeit hat sich die Wirklichkeitserfahrung der GenZ stark verändert und verengt („GenZ 2024“, im Auftrag des VCI durchgeführte rheingold Studie). Angesichts von Dauerkrisen drohen Sicherheit, Geborgenheit und Perspektive langfristig zu schwinden. In den Tiefeninterviews wird die Verunsicherung der jungen Menschen besonders spürbar. Die Ansprüche an sich und das Leben sind gedeckelt worden und viele Traumblasen drohen zu zerplatzen.



Der Blick der jungen Leute auf sich und die Welt erzeugt ein Gefühl der Hilflosigkeit und Verlorenheit. Vor allem der Bedeutungsverlust und die Entwertungserfahrungen in der Coronazeit haben Spuren in den Seelen der Jugendlichen hinterlassen.

Aus den vielfältigen Problemen der jungen Menschen lassen sich drei Sehnsüchte ableiten, die der ASB mit seinem Freiwilligen-Angebot ansprechen kann.

**Drei Sehnsüchte von jungen Menschen, die der ASB im Rahmen seiner Ansprache adressieren kann**

### **Die Sehnsucht nach Gemeinschaft**

Das Verlorenheitsgefühl der GenZ wird durch die fortschreitende Erosion sozialer Gemeinschaften verstärkt. Die Jugendlichen fühlen sich immer weniger eingebunden in übergreifende Gruppierungen und erleben vorwiegend Zersplittertheit oder Aggression. Die Aufsplitterung

in „Bubbles“ macht sich nicht nur an den zivilgesellschaftlichen Polarisierungen fest, sondern auch an der Umgangskultur in der eigenen Peergroup. Es wird kein Konsens, auch keine Konsens-Suche mehr erlebt, sondern unveröhnliche Lager. Insbesondere in den sozialen Medien werden Meinungskämpfe mit zunehmender Härte geführt. Die Jugendlichen sind ständig in Sorge, sich angreifbar zu machen.

**ASB-Chance: Junge Menschen vermissen haltgebende Gemeinschaften und Orte der konstruktiven Auseinandersetzung mit Meinungen und Positionen. Sie sind auf der Suche nach Möglichkeiten, sich mit Gleichgesinnten für eine gute Sache einzusetzen.**

### **Die Sehnsucht nach Absicherung**

Mit Freunden und Familie fühlen sich die Jugendlichen vergleichsweise am sichersten. Ähnlich wie die Erwachsenen spalten sie die Welt auf in eine private Eigenwelt, die noch überschaubar und sicher ist und eine bedroh-



liche Außenwelt, in der Streit und nicht zu bewältigende Dauerkrisen herrschen. Um diesen sicheren „Innenraum“ zu erhalten, exponieren die Jugendlichen ihre Meinung oder Haltung nicht. Sie ziehen sich quasi eine Tarnkappe auf, um keine Angriffsflächen zu bieten.

**ASB-Chance: Eine starke Gemeinschaft wie der ASB kann den „Innenraum“ von Freunden und Familie erweitern und einen weiteren sicheren Hafen anbieten. Wichtig ist, durch gutes Onboarding und gute Betreuung für Entlastung zu sorgen.**

#### **Die Sehnsucht nach Selbstwirksamkeit**

Das Zusammenwirken von gedeckelten Ansprüchen, diffusem Verlorenheitsgefühl und der absichernden Selbstbezüglichkeit führt zu einer gestauten Ausdrucksbildung. Streitlust oder Mut werden unterdrückt, es wird nicht für eigene Positionen gekämpft. Viele trauen sich kaum noch, sich offen, konfrontativ, fordernd zu zeigen, weil sie sich nicht sicher getragen

Die vom rheingold Institut im Auftrag des VCI durchgeführte Studie „GenZ 2024“ untersucht die Lebenswirklichkeit junger Menschen zwischen 16 und 24 Jahren in Deutschland. Sie basiert auf 64 zweistündigen tiefenpsychologischen Interviews und 1.233 Teilnehmenden einer Onlinebefragung.

und angenommen fühlen. Auch auf der Handlungsebene geht so Selbstwirksamkeit verloren und hinterlässt ein Vakuum.

**ASB-Chance: Engagement für eine gute Sache kann die Sehnsucht nach Ausdruck, Selbstwirksamkeit und Werkstolz erfüllen. Hier kann der ASB gezielt Angebote an Jugendliche machen.**

# Gesellschaftliches Engagement und Ehrenämter tragen zu Sinnstiftung und mehr Lebenszufriedenheit bei

Der ASB will „Menschenschätze gewinnen“ – das ist ambitioniert, passt aber zugleich als Herausforderung in unsere Zeit. Insbesondere während der Corona-Pandemie begannen viele Menschen, sich in das private Schneckenhaus zurückzuziehen. Gleichzeitig sehnen sich Menschen jedoch nach Gemeinschaft, nach Selbstwirksamkeit, nach einer „höheren Idee“, der sie folgen können.

Viele Menschen reagieren, angesichts der aktuellen Vielzahl an Krisen, mit einem Rückzug ins Private und einer gesteigerten Selbstbezüglichkeit. Sie versuchen so, die Bedrohungen der Welt „da draußen“ auszublenden und sich stärker auf den eigenen Bereich zu konzentrieren. Dies birgt die Gefahr, dass in Zukunft die Bereitschaft für ein freiwilliges Engagement sinken wird. Allerdings ist der „Rückzug ins Private“ und „das Kreisen um sich und die Angehörigen“ oft auch mit einem Gefühl brachliegender oder gestauter Bewegungsenergie verbunden. Diese wertvolle, sinn- und gemeinschaftstiftende Energie kann kanalisiert und nach außen gerichtet werden, wenn der richtige Auslöser kommt. So hatte die

Flutkatastrophe im Ahrtal 2021 eine Welle der Hilfsbereitschaft zur Folge.

In der hier vorgestellten tiefenpsychologischen Studie für den Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) hat das rheingold Institut untersucht, wie sich das schlummernde Potenzial zum Engagement aktivieren lässt und wie Freiwillige sinnbildlich „wachgeküsst“ werden können.



**„Wenn sich Menschen füreinander einsetzen, entsteht eine bunte und starke Gesellschaft, in der Zusammenhalt und Empathie im Mittelpunkt stehen. Im Rahmen von „Menschenschätze und Menschen schätzen“ entwickeln wir gemeinsame Strategien und Maßnahmen zur Aktivierung, Wertschätzung und Beteiligung im ASB.“**

Stefanie Könitz-Goes, ASB NRW e. V.

# Engagementförderung als nachhaltiges Gestaltungselement



Wie können wir gesellschaftliches und soziales Engagement stärken? Wie können wir Ehrenamtliche optimal in unsere Verbandsstrukturen einbinden und nach ihren Bedürfnissen fördern? Dies sind zentrale Fragen, die den ASB seit seiner Gründung beschäftigen.

## Professionelles Management wichtiger denn je

Wie wird aus erstem Interesse eine erfolgreiche Bindung von Menschen, die sich engagieren wollen?

Eine erfolgreiche Ankommensphase (Onboarding), wertschätzende Zusammenarbeit, Raum für persönliche Entwicklung und eine angemessene Würdigung bei der Verabschiedung (Offboarding) – all das sind wichtige Schlüsselfaktoren.

Einem professionellen und auf Langfristigkeit ausgelegten Ehrenamts- und Freiwilligenmanagement kommt dabei zentrale Bedeutung zu. Das Scharnier zwischen den Wünschen und Bedürfnissen der Engagierten und den Anforderungen, die der ASB an sie heranträgt, ist entscheidend. Durch klare und zielgerichtete Kommunikation, eindeutige Strukturen und Entwicklungsprogramme können die Talente von Ehrenamtlichen optimal genutzt werden. Dabei gilt es, haupt- und ehrenamtliche Mit-

wirkung aus der Perspektive der Ehrenamtlichen einfach und unbürokratisch miteinander zu verzahnen..

## Engagement fördern und hauptamtlich begleiten

Den hauptamtlich organisierten Bereichen im ASB kommt eine wichtige Rolle als zentrale und gut organisierte Anlaufstelle für alle Interessierten sowie bereits aktiven Engagierten zu. Klare Aufgabenbeschreibungen sowie regelmäßiges Feedback steigern die Motivation der Engagierten. Mit hauptamtlicher Begleitung sollten Strukturen über die einzelnen Ehrenamtsgruppen hinaus etabliert werden und mit einer modernen IT-Infrastruktur unterstützt werden. Denn erst so werden die „Macher-Qualitäten“ des ASB zu einem attraktiven Angebot, das sowohl Strahlkraft nach außen als auch Sicherheit für Engagierte vermittelt.

## Klare Haltung lädt zur Mitgestaltung ein

Ein besonderer Fokus liegt auf der Nachwuchsgewinnung, da es entscheidend ist, junge Menschen für das Ehrenamt zu begeistern, ihnen adäquate Engagementgelegenheiten anzubieten und sie frühzeitig zu integrieren. Menschen die bereit sind, sich z. B. in die Gremienarbeit des ASB einzubringen, sollten gefördert und auf ihrem Weg begleitet werden. Auch hier zeigt sich, dass es einer strategi-

„Ein kultursensibler Umgang und der Respekt vor dem Anderssein ist für unsere Samariter:innen selbstverständlich. Dies ist Ausdruck der gelebten Vielfalt im ASB. Wir vertreten eine klare Haltung und laden auf Basis unserer Werte zur Mitgestaltung und zum ehrenamtlichen Engagement im ASB ein.“

Dr. Stefan Sandbrink



schen Ausrichtung bedarf, um die Weichen in Richtung Zukunft zu stellen.

Der Arbeiter-Samariter-Jugend (ASJ), dem Kinder- und Jugendverband des ASB, kommt dabei eine besondere Verantwortung zu. ASJ und ASB gemeinsam haben die Aufgabe, verstärkt auf Programme zur Nachwuchsförderung zu setzen. Es gilt die Sichtbarkeit des Engagements junger Menschen, in der Gesellschaft zu erhöhen. Gleichzeitig sollen die enormen Potenziale im Zusammenspiel unterschiedlicher Generationen genutzt werden.

Alt und Jung sind kein Widerspruch, sondern Teil der gemeinsamen Haltung im Verband: Der ASB steht für ein gleichberechtigtes Miteinander. Der ASB begreift Vielfalt als Be-

reicherung und Chance. In der Satzung des ASB Deutschland e. V. ist dies so formuliert: „Der ASB kann seine Aufgaben nur verwirklichen, wenn er verantwortungsbewusste und motivierte freiwillig Engagierte sowie hauptamtliche Mitarbeitende für sich gewinnt. Er gewährt ihnen die geeigneten Rahmenbedingungen und den nötigen Gestaltungsspielraum. Sie arbeiten gleichwertig und vertrauensvoll zusammen. Dabei tritt der ASB für die Gleichstellung aller Geschlechter und ein wertschätzendes Umfeld für alle haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden – unabhängig von Alter, ethnischer Herkunft und Nationalität, Geschlecht und geschlechtlicher Identität, körperlichen und geistigen Fähigkeiten, Religion und Weltanschauung, sexueller Orientierung und sozialer Herkunft – ein.“

Diese Bedeutung und das Potenzial von interkultureller Öffnung für die Organisation zeigt ebenfalls die Studie zur „Stärkung des Ehrenamts im Katastrophenschutz in Nordrhein-Westfalen“ der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt, im Auftrag des Ministeriums des Inneren des Landes Nordrhein-Westfalen (02/2019 bis 09/2020). Dabei weist der ASB, im Vergleich zu anderen Katastrophenschutzorganisationen, einen höheren Anteil an weiblichen sowie jüngeren Engagierten und an Engagierten mit Migrationshintergrund auf.

## Engagement für Mitmenschen sichtbar machen

Aus zufriedenen Engagierten werden oft auch engagierte Botschafter:innen. Diese sind die beste Werbung für den ASB und unterstützen damit sowohl bei der Gewinnung von neuen ehrenamtlich Engagierten als auch hauptamtlichen Mitarbeitenden sowie ASB-Mitgliedern und Spender:innen.

Und die beste Werbung für das Ehrenamt sind Freunde und Bekannte, die sich bereits selbst freiwillig engagieren. Sie können glaubhaft vermitteln, wie sie anderen geholfen und selbst mehr Lebenszufriedenheit oder ein geerdetes Lebensgefühl gewonnen haben.

Wer sich für andere einsetzt, verdient aber vor allen Dingen selbst Aufmerksamkeit: Die Ergebnisse des EhrenamtAtlas 2024 zeigen, dass es 70 Prozent der Ehrenamtlichen in NRW wichtig ist, dass ihr Einsatz eine wahrnehmbare Wirkung hat. 92 Prozent der Ehrenamtlichen engagieren sich, weil sie etwas für das gesellschaftliche Miteinander tun wollen. Die große Mehrheit wünscht sich ideelle und finanzielle Anerkennung und Wertschätzung durch Gesellschaft, Politik und Unternehmen. Ein großer Teil der freiwillig Engagierten fände es gut, wenn ehrenamtliche Projekte durch Unternehmen oder

Politik finanziell unterstützt würden. Beinahe 80 Prozent würden sich durch eine Anrechnung ihres Engagements auf die Rente oder Freistellungen durch den Arbeitgeber wertgeschätzt fühlen.

Gleichzeitig ist es 72 Prozent der Ehrenamtlichen wichtig, dass Projekte nicht so oft am Geld scheiterten. Deshalb können auch private Spender:innen und Mitglieder einen wichtigen Beitrag dazu leisten, das ehrenamtliche Engagement im ASB zu stärken.

**„Der ASB ist mehr Sein als Schein. Es ist für den ASB an der Zeit, den Schein aufzupolieren, um gesehen zu werden. Der ASB hat alle Voraussetzungen dafür, Menschen zu begeistern und sie in ihren Bedürfnissen mit offenen Armen zu empfangen. Denn gesellschaftliches Engagement und Gemeinschaft sind Teil seiner DNA.“**

Stephan Grünewald, rheingold Institut



## NRW-Projekt „Menschenschätze und Menschen schätzen“

Mit dem Projekt „Menschenschätze und Menschen schätzen“ setzen sich die ASB-Verbände in Nordrhein-Westfalen das Ziel, eine nachhaltig wirksame Verbandskultur zu entwickeln, die auf einem werteorientierten Handeln und einem respektvollen Umgang basiert.

Der NRW-übergreifende Verbandsentwicklungsprozess dient als Motor für die Initiierung und Implementierung von Dialog-, Vernetzungs- und Wissenstransfer-Formaten sowie für die Entwicklung gemeinsamer Handlungsstrategien zur Aktivierung, Wertschätzung und Beteiligung von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen, Mitgliedschaften im ASB sowie der Jugend.

# Tipps zum Recruiting und Onboarding

## Recruiting:

- Deutliche Präsenz und einfaches Finden auf Homepages
- Unterstützungsangebote bei der Suche (online & offline)
- Klare Beschreibungen des Engagements bei „Stellenanzeigen“
- Klare Ansprechpartner:innen oder Kontaktformulare
- Schnelle Kontaktaufnahme bei Interessensbekundung und zeitnahes Erstgespräch
- Menschen überzeugen Menschen: Eine gute Möglichkeit ist es, Engagierte ins Recruiting einzubinden und sprechen zu lassen.
- Ein leichter Einstieg ohne große Hindernisse und Verpflichtungsanprüche

## Onboarding:

- Niedrigschwellige Angebote zum Kennenlernen wie bspw. „Schnupperstunden“
- Direkt aktiv einbinden und die konkreten Tätigkeiten zeigen
- Frühzeitig Aufgaben überlassen und so das Gefühl, gebraucht zu werden, vermitteln
- In die Gemeinschaft einbinden und regelmäßigen Austausch anbieten
- Aufzeigen von schrittweisen Entwicklungsperspektiven
- Klare Aufgaben, vor allem am Anfang



„Eine gute Arbeit mit den Engagierten hat einen doppelt positiven Effekt. Denn aus zufriedenen Engagierten werden auch engagierte Botschafter:innen. Diese sind in ihrem sozialen Umfeld und darüber hinaus die beste Werbung für ein freiwilliges Engagement beim ASB.“

Angelina Wilms, ASB OV Bochum e. V.

# Der ASB-Wünschewagen

## Engagiert, professionell und zugewandt



Ich habe als Kinderpflegerin im Kindergarten und in einem Haus für behinderte Kinder und Jugendliche gearbeitet. Als alleinerziehende Mutter waren meine eigenen Kinder somit häufig auf sich allein gestellt. Wir hatten es nicht immer leicht. Doch egal, wie verzweifelt ich war – es gab immer Personen, die uns ein Stück weitergeholfen haben. Daraus ist für mich der Entschluss entstanden, dass ich mich später ehrenamtlich einbringen werde.

Nun bin ich Rentnerin und engagiere mich ehrenamtlich im Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst Hamm. Bereits 2022 lernte ich den ASB-Wünschewagen kennen! Ein Kollege stellte ihn mit strahlenden Augen vor und ich war von seinen Erzählungen direkt fasziniert! Mein Entschluss stand fest: Ich wollte Teil des Wünschewagen-Projekts werden!

Nach meiner theoretischen Schulung habe ich sofort gespürt: HIER bin ich richtig, HIER kann ich mich einbringen!

Das Projekt ist für mich zu einer Herzensangelegenheit geworden – ob Wunschfahrten, Spendenübergaben, Aktionen wie Waffeln backen o. Ä. – ich bin sehr gerne dabei!



Erfahre mehr  
über den  
ASB-Wünschewagen.

Das Erleben von Gemeinschaft mit Menschen, die zusammenarbeiten und dasselbe Ziel verfolgen: Mitmenschen in der letzten Phase ihres Lebens einen Herzenswunsch erfüllen zu dürfen! Die Dankbarkeit in den Augen von Fahrgästen oder Angehörigen – mehr geht nicht! Ich bin froh und stolz, ein Teil im Team Wünschewagen zu sein!

Danke!

—  
Elfriede Hagedorn





Gemeinsam erleben wir ein letztes Abenteuer und schaffen Erinnerungen, die ewig währen.

# Einsatz bei Großveranstaltungen

## Jeden Tag neue Herausforderungen



Da ich Notfallsanitäter werden wollte, habe ich nach Sanitätsdiensten gesucht und bin 2016 auf den ASB in Düsseldorf gestoßen. Die Rückmeldung kam schnell, und ich fand meinen Platz in einer U19-Sanitätsdienstgruppe, bei der ich am Wochenende regelmäßig Dienste mitmachen und nebenher alle möglichen Lehrgänge absolvieren konnte.

Später begann ich meine Ausbildung zum Notfallsanitäter, für die ich umziehen musste. An den Wochenenden habe ich weiterhin beim ASB mitgemacht, auch wenn das bei 250 Kilometern Entfernung oft schwierig war. Seit ich wieder hier wohne, arbeite ich hauptberuflich als Notfallsanitäter bei einem anderen ASB-Regionalverband und führe mein Ehrenamt in Düsseldorf fort.

Ein guter Dienst hängt für mich immer vom Team ab. Bei Einsätzen, zu welchen du spontan aus dem Alltag gerissen wirst, merkst du am besten, wie gut das Team funktioniert. Ein besonderes Erlebnis war die erste Flüchtlingswelle aus der Ukraine. Ich war auf dem Weg zurück zu meinem Ausbildungsort, als der Anruf kam. Ich sagte meine Arbeit ab, fuhr

zurück und betreute mit guten Freunden die ganze Nacht Menschen.

Auch die Fußball-EM 2024 bleibt mir im Gedächtnis. Wir hatten einen schwer verletzten Patienten, dem wir gut helfen konnten. Das gab uns ein starkes Gefühl der Zufriedenheit. Nach einem anderen Einsatz im Public Viewing saßen wir noch stundenlang bei McDonald's und redeten, bis die Sonne aufging.

Das Schöne am ASB ist der Zusammenhalt und die flachen Hierarchien. Alle packen überall mit an, egal welche Qualifikation du hast.

—————  
Eike Schweickert



Erfahre mehr  
über den  
Sanitätsdienst.





## Bevölkerungsschutz Schnelle Hilfe im Notfall



Ich bin ursprünglich hauptamtlich zum ASB gekommen, zunächst in den Rettungsdienst. Bei einem gemeinsamen Grillabend im Jahr 2013 wurde mir vom Katastrophenschutz erzählt und sofort war mein Interesse geweckt. Seitdem habe ich an verschiedenen Einsätzen teilgenommen, von Evakuierungen, Bombenfunden bis hin zum Hochwassereinsatz 2021, bei dem ich sowohl haupt- als auch ehrenamtlich im Einsatz war.

---

Christoph Wischnat

Auch ich war beim Hochwasser 2021 dabei. Es war mein erster richtiger Einsatz, nachdem ich über Christoph zum ASB kam. Ich betreute das Helfertelefon, das als Vermittlungsbörse für Hilfsangebote diente. Es war beeindruckend, wie viele Menschen helfen wollten, ohne etwas dafür zurückzufordern – teilweise sogar Leute, die selbst vom Hochwasser betroffen waren.

---

Jessica Wischnat

Wir beide schätzen vor allem den familiären Zusammenhalt beim ASB. Egal, ob du privat oder dienstlich Hilfe brauchst, du wirst nie allein gelassen. Besonders die Führungskräfte finden immer Lösungen und die flachen Hierarchien hier sind bemerkenswert. Das merkst du besonders bei gemeinsamen Einsätzen mit anderen Hilfsorganisationen: Während dort beispielsweise bei den Essensplätzen nach Qualifikation getrennt wird, ist beim ASB das Gemeinschaftsgefühl deutlich stärker.

Auch unsere Kinder sind fest in den Katastrophenschutz eingebunden. Sie lieben es, mit in die Halle gehen zu können. Sie haben eigene Einsatzkleidung und sind bei jeder Aktion, an der sie teilnehmen können, mit Begeisterung dabei. Es ist besonders schön, dass die ganze Familie Teil dieser Gemeinschaft ist.



Erfahre mehr  
über den  
Katastrophenschutz.



Zuverlässig, schnell und  
immer bereit für den  
Schutz der Gesellschaft.



# Arbeiter-Samariter-Jugend

## Wir bewegen was



Mit 15 Jahren wurde ich Teil der ASJ, wir holten den ersten Platz im Landesjugendwettbewerb, das ist nach wie vor ein Highlight für mich. Die ASJ wurde schnell zu meiner Leidenschaft, und ich wurde schon bald zum Vorstand gewählt. Ich habe Gruppenstunden geplant und Kurse für den Schulsanitätsdienst organisiert. Nachdem unser damaliger Jugendleiter aufhörte, wurden seine Aufgaben in die des Vorstands gelegt. Die Arbeit macht mir viel Spaß. Mit 18 Jahren wurde ich selbst Jugendleiter, mein bester Freund und ich machen zusammen den Vorstandsvorsitz. Unser Geschäftsführer hat viel Vertrauen in mich gesteckt und mich bei Weiterbildungen unterstützt.

Jetzt bin ich ehrenamtlich im Vorstand und Jugendkoordinationskraft der ASJ, mache Sanitätsdienste und arbeite hauptamtlich im Hausnotruf des ASB. Wir kümmern uns umeinander, wir machen Scherze übereinander und wissen, wenn es darauf ankommt, sind wir füreinander da. Für dieses familiäre Verhältnis im ASB bin ich sehr dankbar.

\_\_\_\_\_  
Lukas Haas



Erfahre mehr  
über die ASJ.



# Ein Ehrenamt gemeinsam mit dem Vierbeiner Mit Freude und Verantwortung



Ich habe mich früher schon ehrenamtlich für Menschen und Tiere eingesetzt, da war es für mich selbstverständlich, dass ich das auch als Rentnerin machen will. Mir ist wichtig, dass ich in einer Gruppe helfen kann, die sich gut versteht und in der ich willkommen bin.

Das passende Betätigungsfeld habe ich im Besuchshundendienst des ASB gefunden. Die Begeisterung und die Herzlichkeit der Gruppe waren sofort fesselnd. Der Einstieg zusammen mit meinem Hund war schon eine Herausforderung, da er vor einem halben Jahr noch auf der Straße zu Hause war. Mit der Unterstützung der Gruppe sind wir schnell ein gutes

Team geworden und besuchen jetzt regelmäßig Heime und Kindergärten. Hunde regen die Menschen an, von ihrem Leben zu erzählen und zaubern ihnen dabei ein Lächeln ins Gesicht, das bedeutet mir sehr viel.

Über die Besuche hinaus beteiligte ich mich an der stetigen Weiterentwicklung des Besuchshundendienstes. Die Gruppe und die Besuchsmöglichkeiten wachsen und das erfüllt mich mit Stolz.

—  
Gabriele Wnuk



Erfahre mehr  
über den  
Besuchshundendienst.



## Tipps zur Bindung von Engagierten

- Die gemeinsame Mission vor Augen haben und ein gemeinsames konkretes Ziel verfolgen
- „Werkstolz“ und gemeinsames Feiern als Ausdruck von Wertschätzung für das Geleistete und das Miteinander
- „Wertschätzende Platzanweisungen“ mit Anlernen und Feedbackkultur (besonders für Jüngere wichtig)
- Gestaltungsräume ermöglichen, die gleichzeitig durch klare Strukturen abgesichert sind
- Flexibilität für die Ausgestaltung des persönlichen Engagements und Anpassung an neue Lebensphasen
- Individuelle Weiterbildungen
- Teamstrukturen und Teambezug und damit Teil einer Gemeinschaft werden



„Engagierte haben klare Vorstellungen, wie ihre freiwillige Tätigkeit ausgestaltet sein sollte: Gute Rahmenbedingungen sind dabei essenziell! Dies zeigt auch der EhrenamtAtlas NRW 2024 auf: 81 % der Befragten sagen, dass ihnen gut funktionierende Strukturen und Ansprechpersonen (sehr) wichtig sind.“

Prof. Dr. Andrea Walter

## Stimmen zur Studie

### Die Bedeutung für den Verband



Die ASB-Engagementstudie unterstreicht die immense Bedeutung des Ehrenamts nicht nur für die Organisation selbst, sondern auch für die Gesellschaft insgesamt. Ehrenamtlich engagierte Samariter:innen leisten wertvolle Arbeit in zahlreichen Bereichen, von der Pflege über die Katastrophenhilfe bis hin zur Jugendarbeit. Sie bringen ihre Zeit, Fähigkeiten und ihr Engagement ein, um Menschen in Not zu unterstützen und das Gemeinwesen zu stärken. Diese unentgeltliche Arbeit ermöglicht es dem ASB, flexibel und schnell auf die Bedürfnisse der Gesellschaft zu reagieren und dort zu helfen, wo staatliche Strukturen an ihre Grenzen stoßen. In einer Zeit, in der gesellschaftlicher Zusammenhalt und Solidarität wichtiger denn je sind, bleibt das Ehrenamt im ASB ein entscheidender Faktor für unseren Erfolg. Wir werden auch in Zukunft alles daransetzen, die im ASB engagierten Ehrenamtlichen bestmöglich zu unterstützen und ihre unverzichtbare Arbeit weiter zu fördern.

Dr. Uwe Martin Fichtmüller  
Hauptgeschäftsführer  
ASB Deutschland e. V.



Der ASB ist ein ehrenamtlich geführter Verein. Er entstand im 19. Jahrhundert aus ehrenamtlichem Engagement und auch heute noch sind diese Dienste ein Kern der ASB-Leistungen. Ohne Ehrenamt hätte der ASB somit also weder Vergangenheit, Gegenwart noch Zukunft. In Zeiten, in denen es immer schwerer fällt, Menschen für unentgeltliche Engagements zu begeistern, muss der ASB somit seine Herangehensweise an das Ehrenamt analysieren und eventuell sogar anpassen. Um dies möglich zu machen, braucht es eine tiefgreifende Untersuchung über die Motivationen von aktuellen und möglichen zukünftigen Ehrenamtlichen. Gemeinsam mit der Expertise des rheingold Instituts greifen wir auf die positiven Erfahrungen unserer Arbeitgeberstudie aus dem letzten Jahr zurück. Durch die qualitativ geführten Interviews erhoffen wir uns Erkenntnisse für die Zukunft, wie der ASB für Ehrenamtliche weiterhin interessant bleibt und vielleicht sogar seine Attraktivität steigern kann.

Dr. Jarno Lang  
Landesgeschäftsführer  
ASB Landesverband Bayern e. V.



Der ASB wurde aus der Absicht heraus gegründet, Menschen in Not zu helfen – getragen von freiwilligem und engagiertem Einsatz. Auch heute noch bilden Ehrenamtliche einen zentralen Pfeiler unserer Organisation, unabhängig davon, ob es sich um kleine oder große Aufgaben handelt. Um freiwillig Engagierte zu gewinnen, langfristig zu binden und das volle Potenzial auszuschöpfen, bedarf es einer gut strukturierten Zusammenarbeit zwischen haupt- und ehrenamtlich Engagierten. Durch klare Strukturen schaffen wir einen Rahmen, in dem sich Menschen frei entfalten und ihre Fähigkeiten voll einbringen und Wertschätzung für ihre Tätigkeiten erfahren können. Diese positive Erfahrung und Begeisterung spiegeln das besondere Potenzial des ASB wider. Ein beeindruckendes Beispiel für die Wirkungskraft dieser Begeisterung zeigt sich im Projekt „ASB-Wünschewagen“, das eindrucksvoll verdeutlicht, wie stark der freiwillige Einsatz strahlen kann. Um das Engagement im ASB optimal zu fördern und unsere Arbeit im Kern weiterzuentwickeln, braucht es fundiertes Wissen, wie es im Rahmen dieser Studie entstanden ist.

Stefan Mette  
Landesgeschäftsführer  
ASB Landesverband Sachsen e. V.

## „Ehrenamtliches Engagement im ASB finde ich wichtig, weil ...“



... es Menschen im ASB verbindet, unsere Zivilgesellschaft stärkt und damit auch unsere Demokratie! Seit 1888 ist das Ehrenamt unverzichtbarer Bestandteil der DNA des ASB und prägt damit unsere Werte und Haltung im Einsatz für eine solidarische, vielfältige und gerechte Gesellschaft.“

---

Renate Sallet  
Stellvertretende Landesvorsitzende  
ASB NRW e. V.



... hier mit viel Leidenschaft und Kreativität angepackt und gestaltet wird.“

---

Sandra Haske  
Leitung Fachbereich Engagementförderung  
ASB Deutschland e. V.



... ohne das Ehrenamt viele Bereiche im ASB nicht bestehen würden. Zudem bietet ehrenamtliches Engagement Sinnstiftung, Gemeinschaft und Erfüllung in jeder Hinsicht.“

---

Carolin Rajczyk  
Referentin für Grundsatzfragen und Landesprojekte  
ASB Landesverband Bayern e. V.



... es die Gemeinschaft stärkt und es Menschen die Chance gibt, gemeinsam Großes zu bewirken. Dadurch können wir aktiv zur Gestaltung unserer Gesellschaft beitragen.“

---

Florian Gehrig  
Referent nationaler Bevölkerungsschutz  
ASB NRW e. V.



... dies der Geburtsort des ASB und auch heute eine wichtige Säule in unserer Arbeit ist.“

---

Anke Marx  
Fachbereichsleitung Freiwilligendienste  
ASB Landesverband Sachsen e. V.



... es mir Freude macht, anderen zu helfen und gemeinsam im Team etwas zu bewegen. So kann ich aktiv dazu beitragen, unsere Gemeinschaft zu stärken.“

---

Jonas Kaiser  
Landesjugendleitung ASJ  
ASB RV Münsterland e. V.

## Impressum

Arbeiter-Samariter-Bund NRW e. V.  
Kaiser-Wilhelm-Ring 50  
50672 Köln  
Telefon: 0221-949 707-0  
Telefax: 0221-949 707-19  
[www.asb-nrw.de](http://www.asb-nrw.de)  
[kontakt@asb-nrw.de](mailto:kontakt@asb-nrw.de)

**Verantwortlich:**  
Dr. Stefan Sandbrink  
Landesgeschäftsführer

**Konzept, Layout und Satz:**  
Jan Dorian | HEITZIG & HEITZIG

**Bilder:**  
Arbeiter-Samariter-Bund NRW e. V.

**Redaktion:**  
Stefanie Könitz-Goes | ASB NRW  
Laura Schneider | ASB NRW  
Ismene Poulakos | rheingold Institut  
Vivien Förster | HEITZIG & HEITZIG

**Wir helfen  
hier und jetzt.**

