

# 100.000 Argumente für die Freiwilligendienste

persönliche und individuelle Geschichten von  
Freiwilligen

#freiwilligendienststärken





Sie halten den gebündelten Schatz einzelner Geschichten aus den Freiwilligendiensten in den Händen. Viel zu selten wissen wir, was sich hinter einem Engagementalltag in den Freiwilligendiensten eigentlich versteckt und noch viel weniger, was daraus entsteht – für die Engagierten, für ihr Umfeld und für die Gesellschaft.

Die Beteiligungsaktion „Erzähl uns deine Freiwilligendienst-Geschichte!“ möchte genau dies ändern.

Im Sommer 2024 öffnete die Aktion allen aktiven und ehemaligen Freiwilligendienstleistenden und allen Unterstützer\*innen den Raum, IHRE Geschichte vom Freiwilligendienst zu erzählen.

Dabei handelt es sich um ein Aktionsformat, entwickelt von Freiwilligen, Trägern und Verbänden, um die Vielfalt der Freiwilligendienstgeschichten

sichtbar zu machen sowie aufzuzeigen, welchen Verlust das fortschreitende Wegstreichen des freiwilligen Engagements im ganzen Land und konkret vor Ort bedeuten würden! Viel Spaß beim Lesen und Staunen.

## **Meine Freiwilligendienst-Geschichte**

Ein großer Dank geht an alle, die Ihre Geschichte vom Freiwilligendienst geteilt haben. Folgend lesen Sie eine Auswahl der eingereichten Freiwilligendienstgeschichten.

Alle Namen in den Geschichten wurden anonymisiert und diese redaktionell überarbeitet.

**Jede Geschichte beginnt mit einem eigenen Zitat.**



**„Das eine Jahr hat mein Leben umgekrempt und mir gezeigt, wie wichtig es ist, den sozialen Bereich zu schützen und zu verbessern.“**

Hallo, mein Name ist Sabine. Ich bin gerade 18 Jahre alt geworden. In ein paar Wochen werde ich mein Abitur beenden. Und mein Umfeld fragt mich jeden Tag was aus mir werden wird. Wie toll das Leben sein muss, wenn einem die Welt offensteht. Ich empfinde das nicht so. Wie soll man sich in einer Welt orientieren, in dem es so viel Möglichkeiten gibt? Studiengänge über Studiengänge, von denen man gerade einmal die Hälfte richtig aussprechen kann. Ich habe mehrere online Tests gemacht, war auf vielen Berufsmessen unterwegs und habe mich sogar bei der Berufsorientierung beraten lassen. Und trotzdem stehe ich da und habe keine Ahnung, was ich werden möchte. Und in mir wächst vor allem eins – eine Angst, wie meine Zukunft aussehen wird.



Ich bin 19 und habe mich für ein Freiwilliges Soziales Jahr entschieden. Eigentlich habe ich das nur gewählt, da ich immer noch keine Orientierung in meinem Leben habe. Ich

weiß, dass ich gerne von Menschen umgeben bin und entscheide mich für die Arbeit in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen. Ich habe bisher keine Ahnung, wie Menschen mit Behinderungen so sind. Ich habe auch Angst, etwas falsch zu machen. Dass ich vielleicht etwas falsches sage oder unhöflich bin, ohne dass ich es möchte. Aber ich möchte auch etwas Neues kennenlernen und bin gespannt was mich erwarten wird. Ich ahne noch nicht im Ansatz, wie sehr dieses eine Jahr mein Leben verändern wird.



Ich bin 20 und arbeite seit einem halben Jahr in der Werkstatt. Ich habe gemischte Gefühle. Die Arbeit ist anstrengend, vieles ist neu für mich. Ich merke zum ersten Mal, was es bedeutet im sozialen Bereich tätig zu sein. Wie schwierig es ist, Menschen unter sehr begrenzten Personalstrukturen zu betreuen. Jedem Menschen gerecht zu werden, grenzt fast an eine Unmöglichkeit. Auf der anderen Seite merke ich allerdings auch, wie wichtig die Arbeit ist, die ich tue. Ich bin keine gelernte Fachkraft. Ich kann

nur begrenzt bei der Pflege helfen, keine Hilfeplangespräche führen und weiß in vielen Situationen nicht weiter. Aber ich kann einspringen, wo die Zeit einfach fehlt. Ob ich mit dem Rollstuhlfahrer Matteo\* einmal wöchentlich mit Hilfe eines Gehgestells um die Werkstatt laufe, ob ich Lisa\* in den Arm nehme, weil sie sich mit ihrem Partner gestritten hat oder einfach da bin, um Jacken anzuziehen oder ein offenes Ohr zu haben.

Ich habe in dem Jahr einiges gelernt. Sowohl was die pädagogische Arbeit angeht als auch über mich selbst. Ich habe zum ersten Mal einen Arbeitsvertrag in der Hand, musste mein erstes Bewerbungsgespräch führen. Ich nehme an Seminaren teil und kann mich mit den anderen FSJlerinnen austauschen. Und auch mit der Seminarleitung, die mir einige entscheidende Impulse geben.

Jetzt bin ich 23 Jahre alt. Ich schreibe gerade an den letzten Seiten meiner Bachelorarbeit. Ich bin Sozialarbeiterin geworden und möchte ich mich durch meine Arbeit sowohl für die individuellen Belange von Menschen mit Behinderungen einsetzen als auch die Politik zu mehr Inklusion bewegen. Das eine Jahr hat mein Leben umgekrempelt. Ich habe mich nicht nur das erste Mal mit Menschen auseinandergesetzt, von denen ich immer dachte, dass sie ganz anders sind als ich. Ich habe auch meine Berufung gefunden. Ein Beruf, für den ich brenne und bei dem meine Augen leuchten, wenn ich davon erzähle. Und sollte man sich im Anschluss doch nicht für einen sozialen Be-

reich entscheiden, bleibt noch die Erfahrung mit Menschen, zu denen man kaum Berührungspunkte hat. Ein wichtiger Schritt zu einer inklusiveren Gesellschaft, da Inklusion auch bedeutet, dass die Gesellschaft sich verändern muss. Wer am sozialen Bereich kürzt, kürzt auch das Potenzial, das wir als Gemeinschaft haben.  
*\*alle Namen geändert*

**„Furcht ist der Gegner, der einzige Gegner.“ (Heute ist es oft die Furcht, ein Risiko einzugehen und überhaupt etwas Neues zu tun) – Sun Tzu**



Ich glaube, ich spreche hier für viele, wenn ich sage, dass Erwachsen werden unglaublich schwer und schmerzhaft sein kann. Die Realisation, nicht mehr Kind zu sein, trifft uns alle immer schneller als wir glauben können. Vielleicht muss das so, sagen wir uns dann, wir powern durch. Meistens sind es die Männer, die es am heftigsten trifft, denn sie sind so an ein Leben der Verhüllung gewohnt schon seit ihrer Geburt. Keine Hilfe annehmen, keine Gefühle an sich

heranlassen und die physische der psychischen Welt vorziehen, sonst ist die Wunde auf beiden Seiten vielleicht zu groß denken wir uns. Das FSJ hat mir gezeigt, dass meine Gefühle wichtig sind und auch gehört werden können, ohne eine Bewertung erhalten zu müssen, ohne auch selbst zu bewerten. Ich würde jetzt von mir selbst sagen, dass ich nun ein viel glücklicher Mensch bin als davor. Ich war und bin nur einer von vielen mit dieser Perspektive. Mentale Gesundheit ist noch nie an so einen Tiefpunkt gewesen wie jetzt, gerade bei Männern. Angebote wie das FSJ zu kürzen, würde auch bedeuten vielen die Möglichkeiten zu nehmen, sich selbst besser kennenzulernen und da muss ich fragen, ist es nicht wirklich, wirklich schon schwer genug hier?

### „Willkommen im Alltagswahnsinn Schule 😊“

Nach meinem Abitur im letzten Jahr habe ich mich dazu entschlossen, ein Freiwilliges Soziales Jahr an einer Schule zu absolvieren. Meinen Plan in die Tat umgesetzt, war ich schließlich für sieben Monate an einem Gymnasium in der Nähe von Hamburg. Ich bin wahnsinnig froh und dankbar, mein FSJ an dieser tollen Schule gemacht zu haben!

Mein Freiwilligendienst hat mein Leben in vielfältiger Hinsicht beeinflusst. Schon immer wollte ich Lehrerin werden und um mir bei dieser Entscheidungsfindung sicher zu werden, hatte ich den Wunsch, vor meinem Studium in die Schule mal

aus einer anderen Perspektive hineinzu schnuppern. Mein FSJ hat sich super dafür angeboten. Die Arbeit vor Ort hat mir unglaublich viel Freude bereitet. Zu meinen Hauptaufgaben gehörte es, die Unterstufenschüler im Unterricht zu begleiten und ihnen zur Seite zu stehen. Für mich war es total spannend, das Bindeglied zwischen Schüler und Lehrer zu sein.



Es gab immer wieder Momente mit Schülerinnen und Schülern, die mich nachdenklich gemacht haben. Da waren ganz gemischte Gefühle dabei, von Stolz, Bewunderung und Sympathie bis hin zu Verzweiflung oder Mitleid. Ich habe erfahren, dass nicht jedes Kind es leicht hat wie das Kind, welches daneben sitzt. Richtung Ende meines Freiwilligendienstes zum Beispiel habe ich festgestellt, dass nicht jede Schülerin oder jeder Schüler etwas für sein Handeln kann und dass

manche Taten ohne böse Absicht entstehen. Meiner Meinung nach ist diese Erkenntnis mitunter der Schlüssel dazu, sich als Lehrkraft in seine Schüler hineinversetzen zu können, um im nächsten Schritt im Sinne der Kinder agieren zu können.

Zudem habe ich auf den Seminaren viele tolle Menschen in meinem Alter getroffen, mit denen ich mich ebenfalls weiter austausche. Gerne denke ich an die Seminartage zurück, an denen wir Aktivitäten gemeinsam als Gruppe gemacht und uns über unsere Erfahrungen ausgetauscht haben und Freundschaften geschlossen.

Wenn ich keinen Freiwilligendienst gemacht hätte, dann hätte ich einige Erfahrungen im Umgang mit Kindern nicht gemacht. Zudem würde ich deutlich weniger über das System „Schule“ wissen, auch hätte ich meine Persönlichkeit nicht auf diese Weise stärken können, wie es mein FSJ gemacht hat. Beispielsweise habe ich einiges an Selbstvertrauen und Geduld dazugewonnen. Außerdem hat mein Freiwilliges Soziales Jahr mich tatsächlich darin gestärkt, mein Lehramtsstudium zu starten.

Ein Freiwilligendienst lehrt dich viel an Erfahrung und zeigt dir auch, wer du eigentlich bist. Trau dich und wirke in sozialen Einrichtungen mit, in denen deine Hilfe definitiv gut aufgenommen und gebraucht wird. 😊

**„Ich habe sowas noch nie erlebt und ich glaube, es ist etwas ganz Rares. Ihre Wärme, ihre Art, ihren Humor werde ich immer mit mir tragen.“**



16 Monate habe ich in einer Behindertenwerkstatt gearbeitet. Zuvor hatte ich noch nie wirklichen Kontakt mit Menschen mit Behinderungen. Nach Besuchen verschiedener Einsatzstellen stand ich nun also vor einer Entscheidung; hätte ich mich nicht für die Werkstatt entschieden, hätte ich eine unglaublich wertvolle, kostbare und lehrreiche Zeit verpasst.

Ich half den Menschen in verschiedenen Aufgabenbereichen bei ihrer Arbeit und unterstützte die Gruppenleitung. Regelmäßig begleitete ich die Beschäftigten außerdem zu ihrem Außenarbeitsplatz und auf Ausflüge. Meine Lieblingsaufgaben lagen aber darin, den Menschen zuzuhören, Konflikte zwischen Beschäftigten zu lösen und ganz wichtig: gemeinsam viel Quatsch zu machen. ☐ Wir tanzten gemeinsam zu ihrer Lieblingsmusik, drehten Erklärvideos über ihre Arbeit (für neue Gruppenmitglieder), dekorierten den Gruppenraum für Weihnachten und spielten Tischkicker oder Kartenspiele in den Pausen. Neben und durch das Ken-

nenlernen so lieber Menschen und dem gemeinsamen Erleben spaßiger Momente, habe ich so viel über mich selbst gelernt und für mich mitnehmen können. Ich habe durch mein FSJ den Beruf der Ergotherapeutin für mich entdeckt und die dafür notwendige Ausbildung, welche mir unglaublich viel Spaß macht, begonnen. Ich durfte in der Werkstatt zusammen mit Beschäftigten an einem Gebärdensprachkurs teilnehmen. Bei den Seminaren ist mein jetziger Freundeskreis entstanden, und mit einem dieser Freunde lebte ich eine Zeit lang sogar in einer gemeinsamen WG.

Es haben sich so viele unterschiedliche Türen geöffnet und ich habe Dinge entdeckt, von denen ich vorher nicht wusste, wie sehr ich sie lieben werde. Ich bin stolz auf mich, denn ich weiß, ich habe viel Mühe in meine Arbeit hineingesteckt. Ebenso stolz bin ich auf die Beschäftigten. Sie sind die fleißigsten, mutigsten, herzlichsten und lustigsten Personen, die ich kenne, mit oft sehr berührenden Schicksalen. Natürlich gab es auch schwierige, unangenehme Situationen: schlechte Laune, Streit, Grenzüberschreitungen. Doch auch diese schenken mir Erfahrung für meine berufliche Zukunft. Ich bin unendlich dankbar für meine Zeit in der Werkstatt, für das Vertrauen, was mir das Team, aber auch die Beschäftigten schenken; für die Menschen bin ich dankbar.

Vor 6 Monaten endete mein FSJ. Ich vermisse die Menschen noch immer sehr, und bin gleichzeitig so glücklich, so schöne Erinnerungen haben zu

dürfen. Meine Beschäftigten schenken mir so viel Wertschätzung, Freude und Umarmungen; ich habe sowas noch nie erlebt und ich glaube, es ist etwas ganz Rares. Ihre Wärme, ihre Art, ihren Humor werde ich immer mit mir tragen.



.....  
**„Meine Reise nach Deutschland“**

Ich komme ursprünglich aus Honduras und arbeite in einer Kirche, wo ich im Sekretariat und in einer Jugendgruppe helfe. Wir organisieren Ausflüge und Aktivitäten für Jugendliche und Kinder, Bildungsworkshops, wöchentliche Treffen usw. Ich wohne in einer kleinen Wohnung mit Küche und eigenem Bad, wo ich Privatsphäre und Komfort habe. Meine Mitarbeiter sind sehr nett und helfen mir, wann immer ich sie brauche, sie laden mich zu ihren Familienfeiern ein und geben mir das Gefühl, willkommen zu sein.

Mit meinem FSJ habe ich einen Raum gefunden, den ich mit anderen FSJlern aus verschiedenen Ländern

teilen kann, wo ich andere Kulturen, andere Sprachen und andere Erfahrungen kennenlernen kann.

Die Einsamkeit ist sehr stark, ich vermisse meine Familie, meine kleine Schwester, die eine große Stütze in meinem Leben ist, meine Freunde, meine Arbeit und mein Land. Aber mit der Unterstützung, die ich von meinen Freunden und Kollegen und Träger bekomme, kann ich die Schwierigkeiten überwinden.

Die Möglichkeit, in Deutschland zu sein, ist ein großes Privileg, für das ich sehr dankbar bin. Es ist eine Erfahrung, die mein Leben völlig verändert, die mich lehrt, mutig, stark und intelligent zu sein und meine Ziele zu erreichen. Ich glaube zweifellos, dass alle jungen Menschen die Möglichkeit haben sollten, ein anderes Land zu erkunden, um zu lernen und sich im Leben zu verbessern.

Ich danke Deutschland, meinem Träger, meiner Einsatzstelle und dem Leben dafür, dass ich die Möglichkeit hatte, diese Erfahrung zu machen.

.....  
**„1 Jahr Zeit über sich hinauszuwachsen“**

Zu Beginn des FSJ's wusste ich noch nicht welche Herausforderungen mich erwarten. Wie unterschiedlich Kinder sein können und wie sie reagieren. Wie man sich gegenüber Eltern, Kindern, Kollegen und Vorgesetzten zu verhalten hat. Was es bedeutet, in einem Team zu arbeiten aber auch eigenverantwortlich zu handeln.



Wie es ist einem autistischen Kind Bewegung nahezubringen und zu sehen welche Freude es dabei hat. Was alles dazu gehört, wenn man sein eigenes Projekt plant und wie flexibel man im Falle spontaner Änderungen sein muss. Was es bedeutet Kinder anzuleiten, eine Gruppe zu leiten und ihnen den Sport nahezubringen. Welche Verantwortung man trägt und welches Durchhaltevermögen teilweise vonnöten ist. Wie viele verschiedene Kompetenzen ein Mensch hat sowie benötigt und wie man sich in diesen verbessern kann. Der FWD bietet einem jede Menge Möglichkeiten über sich hinauszuwachsen und einem klar zu werden, wie man seine Zukunft gestalten möchte.

.....  
**„Ihr FSJler habt mir die Zeit in der Onkologie so erleichtert“ – Patient**

Abitur geschafft – was jetzt? Ich habe einen Freiwilligendienst in der Kinderonkologie und Wochenbettstation des Olgahospitals gemacht. In diesem Jahr habe ich so viel über mich, meine Stärken und Schwächen gelernt. Die Kinderonkologie hat mir gezeigt, wie endlich das Leben ist, wodurch ich begonnen habe kleine

Dinge und aber vor allem meine Gesundheit und die meiner Liebsten mehr zu schätzen.



Die Wochenbettstation hingegen hat mir gezeigt, wie schön und zugleich anstrengend die ersten Tage mit einem Neugeborenen sind. Ich habe gelernt zu mir und meinen Bedürfnissen zu stehen, denn ja als FSJlerin muss man auch mal Tätigkeiten erledigen, auf die man vielleicht weniger Lust hat, aber man lernt auch so viel in dieser Zeit, das würde ich nicht missen wollen. Diese Erfahrung kann ich jedem ans Herz legen, denn es ist so ein schönes Gefühl morgens auf der Arbeit anzukommen und direkt von dem ersten Patienten gehört zu bekommen, wie schön es ist, dass man da ist. Ich habe in dieser Zeit so viel gelacht und bin einfach nur dankbar.

**„Orientierung im Erwachsen sein“**

Ich habe mich 2023 dazu entschieden

ein FSJ in einer OGS zu machen. Dieses Jahr war eins der besten meines Lebens. Ich habe gelernt, wie es ist zu arbeiten, mich auf mein Team zu verlassen und verlässlich für mein Team zu sein. Ich habe mich in diesem einen Jahr sehr weiterentwickelt und fühle mich nun, um einiges befreiter ins Erwachsenenleben einzutreten.



**“Die Kraft von Gemeinschaft und die Verbindung zur Natur haben mich in meinem FÖJ geprägt und begleiten mich bis heute – 8 Jahre später“**

Ob in der Forstarbeit, bei der Waldpädagogik oder auf den Seminaren – das FÖJ war ein prägendes Jahr für mich. Arbeit, die den Körper anstrengt, mich lebendig fühlen lässt. Kinder- und Jugendgruppen, die mich begreifen lassen, dass jeder Mensch wie eine Schatzkiste ist. Zeit in der Natur, die verbindet. Zeit in der Gemeinschaft, die stärkt. Beziehungen, die bleiben. Ein Jahr das prägt, wachsen lässt und orientiert! Nicht auszudenken, wo ich nun ohne dieses Jahr wäre. Jedenfalls nicht so am richtigen Platz wie jetzt.

## **„Letzte Chance, ins Berufsleben einzusteigen.“**

Zwischen meinem 16. und 22. Lebensjahr war ich sehr krank, teilweise stand Berufsunfähigkeit im Raum. Dann fand meine Patentante den Zeitungsartikel meiner Einsatzstelle und ich wusste, das ist meine letzte Chance, ins Berufsleben einzusteigen. Die vielen Seminare, die Verantwortung für die Kinder und der Gedanke, dass mein Team mich stärkt, haben mich wieder auf den richtigen Weg gebracht. Ich konnte meine ganze Energie in eine Tätigkeit stecken, die mir Spaß macht. Das hat mir geholfen, herauszufinden, was ich will und jetzt eine Ausbildung zu beginnen.



## **„Man kann den Menschen nur vor den Kopf schauen“**

Ich mache mein FSJ in einer Kinder- und Jugendpsychiatrie. Dort habe ich viele Kinder mit verschiedenen Persönlichkeiten und unterschiedlichen Problemen kennengelernt. So konnte

ich zum einen die Arbeit mit Kindern ausprobieren und aber auch viel über die menschliche Psyche lernen. Man lernt, wie man mit Menschen aus komplett unterschiedlichen sozialen Umfeldern umgeht.

## **„No risk, no story“**

Ich war nie ein großer Fan von einem FSJ. Doch nach einem Praktikum im Rettungsdienst und dem Angebot auf ein FSJ, sagte ich nicht nein. Im Endeffekt die beste Entscheidung, die ich hätte treffen können. Ich habe die Ausbildung zur Rettungsanwältin abgeschlossen und rette nun Menschenleben. Durch die Seminare habe ich viele nette Menschen kennengelernt. Charakterlich bin ich jetzt viel größer.

## **„Was dich nicht herausfordert, verändert dich auch nicht“**

Am Anfang war das FSJ eine Herausforderung für mich, da es so anders war, als was ich bisher machte, aber ich gewöhnte mich schnell ein. Die Menschen, mit denen ich arbeitete, freuen sich immer mich zu sehen, was ein total schönes Gefühl ist. Ich bin dankbar für alles, was ich in diesem FSJ erlebt habe und für die Menschen, die ich dabei kennengelernt habe und kann jedem empfehlen ein FSJ zu machen!



**„Das Leben ist nicht einfach, aber es gibt immer eine Lösung“**

Am Anfang hatte ich schon ein bisschen Angst ein FSJ zu machen, aber es war eine gute Entscheidung es doch zu machen, weil es mir eine ganz andere Sicht des Lebens gezeigt (hat). Ich war in einer Schule für Kinder mit Beeinträchtigungen und es hat mit sehr viel Spaß dort gemacht, ich würde es jedem empfehlen es zu machen dort, weil man lernt viel über das Thema, wo man noch nicht viel drüber wusste.

**„10/10 would recommend“**

Ich habe mich dazu entschieden ein FSJ zu machen, um für mich herauszufinden, ob dieser Berufsbereich zu mir passt. Ich habe mich schon lange für die Arbeit in der Pflege/in der Psychiatrie interessiert und wollte praktische Erfahrungen sammeln, um mir sicher zu sein, dass das wirklich zu mir passt.

Jetzt, wo mein FSJ fast vorbei ist, bin ich mir sicher, dass ich in der Pflege arbeiten möchte.





## Freiwilligendienste – nice to know

Die Freiwilligendienste im In- und Ausland sind eine besondere Form des bürgerschaftlichen Engagements. Sie sind aus zivilgesellschaftlichen, kirchlichen Strukturen entstanden und seit 1964 gesetzlich verfasst. Die Dienste werden als Bildungs- und Orientierungsjahr durchgeführt. Sie sind arbeitsmarktneutral und an den Interessen der Freiwilligen ausgerichtet.

Der Bildungs- und Orientierungscharakter wird im Freiwilligendienst durch hochwertige pädagogische Begleitung gewährleistet, um die Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Freiwillige können zudem auf 25 Seminartagen die neuen Erfahrungen reflektieren, durch Fachwissen ergänzen, sich mit anderen Freiwilligen austauschen und die Themen in Bezug zu praktischen und gesellschaftlichen Kontexten stellen. Diese

Form des lebensweltorientierten und nonformalen Lernens macht die Freiwilligendienste im Kern aus und ist Garant für die sehr große Beliebtheit der Formate (Freiwilliges Soziales Jahr, Bundesfreiwilligendienst, Ökologische Freiwilligendienste, Freiwilligendienste in der Kultur, im Sport und in der Denkmalpflege).



Freiwilligendienste sind als Lern- und Orientierungsjahr ein Gewinn hoch drei: für die Freiwilligen, für die Menschen in den Einsatzstellen

und für die (Welt-) Gesellschaft als Ganzes (siehe Mehrwert für alle oder QR Code).

## Freiwilligendienste fördern das Einnehmen neuer Perspektiven

und die Auseinandersetzung mit abweichenden Meinungen. Das Bewusstsein junger Menschen für den Wert von Solidarität und gesellschaftlichem Zusammenhalt wird geschärft. Gesellschaftlichen Fragmentierungsprozessen wird entgegengewirkt, indem sich alle jungen Menschen milieuübergreifend einbringen können. Konstitutives Element der Dienste ist die **Freiwilligkeit der Teilnehmer\*innen**: Nur diese motiviert zu weiterem freiwilligem Engagement auch nach dem Dienst.

Freiwilligendienste sind ein **“Motor der Demokratie”**. Die Freiwilligen haben die Möglichkeit, Erfahrungen in den Einsatzstellen und in den Seminaren in den Kontext gesellschaftlicher Themen zu stellen. Sie setzen oftmals eigenständig soziale und nachhaltige Projekte in den Einsatzstellen um. Die von den Trägern durchgeführte politische Bildung bildet zudem einen wichtigen Baustein im Rahmen der Demokratieförderung (junger) Menschen. Durch die Möglichkeit der Interessensvertretung z.B. im Rahmen von Sprecher\*innen-Systemen setzen sich die Freiwilligen zudem auch ganz konkret für ihre Interessen ein und sind ein Beispiel für eine lebendige und lebensweltbezogene Demokratieförderung.



## Recht auf Engagement - Recht auf einen Freiwilligendienst

In Anlehnung an das Konzept des „Jugendfreiwilligenjahrs“ aus dem Jahr 2018 fordert die verbandliche Zivilgesellschaft eine gesetzliche Garantie und ein Recht auf Freiwilligendienst. D.h. dass jede Vereinbarung, die zwischen Freiwilligen, Trägern und Einsatzstellen zustande kommt auskömmlich finanziert wird. Aus jedem geschlossenen Vertrag für einen erstmaligen Freiwilligendienst im In- oder Ausland muss ein Rechtsanspruch auf ausreichende Förderung nach den bewährten Verfahren der einzelnen Programme erwachsen.

Zudem soll ein Informationsschreiben des\*der Bundespräsident\*in mit Informationen über Beratungsangebote der Träger alle Schulabgänger\*innen dazu einladen, sich bewusst für einen Freiwilligendienst zu entscheiden. Damit kann eine **Kultur selbstverständlicher Freiwilligkeit** gelebte Realität werden und alle, die das wollen dürfen sich nicht nur engagieren, sondern können es auch.





## Bundesarbeitskreis FSJ

Im Bundesarbeitskreis FSJ (BAK FSJ) haben sich die zivilgesellschaftlichen Verbände zusammengeschlossen, die gemeinsam mit ihren Trägern das FSJ anbieten. Gemeinsam betreuen und vertreten sie die rund 55.000 Freiwilligen, die jedes Jahr ein FSJ beginnen. Sie verbindet ein gemeinsames Selbstverständnis. Zweck der Arbeit ist die Gestaltung eines FSJ für junge Menschen.

Kontakt: anfragen (at) bak-fsj.de, siehe auch Website: [www.bak-fsj.de](http://www.bak-fsj.de)

## Kampagne Freiwilligendienststärken

In 2023 hat sich die Kampagne „Freiwilligendienst stärken“, ein Zusammenschluss von Freiwilligen aus ganz Deutschland gegründet, um mit einer Petition an den Deutschen Bundestag eine dringend benötigte Verbesserung der Rahmenbedingungen für Freiwillige zu erreichen. Innerhalb von vier Wochen konnten über 100.000 Unterschriften gesammelt werden. Die Beteiligungsaktion, aus der die Freiwilligendienstgeschichten mit über 100.000 Argumente entstanden sind, knüpft daran an.

Kontakt: info (at) fwd-staerken.de, siehe auch Website: [www.fwd-staerken.de](http://www.fwd-staerken.de)

Sie wollen noch mehr Geschichten lesen?  
Einfach einmal den QR-Code scannen

