

## Reflexionsimpuls: Erwartungen in der ehrenamtlichen Wegbegleitung 18.12.2025

Liebe Wegbegleiter:innen, liebe Freund:innen und Interessierte,

ehrenamtliche Wegbegleitung lebt von Engagement, Verlässlichkeit und dem Wunsch, für einen jungen Menschen da zu sein. Gleichzeitig bringt jede Begleitung – bewusst oder unbewusst – auch **Erwartungen** mit sich. Erwartungen an die Beziehung, an Entwicklungen, an Rückmeldungen und manchmal auch an Dankbarkeit oder Nähe.

Erwartungen sind menschlich. Sie entstehen aus Motivation, Hoffnung und dem Wunsch nach Sinnhaftigkeit. In der Arbeit mit jungen Menschen können sie jedoch herausfordernd werden, insbesondere dann, *wenn sie nicht erfüllbar* sind.

### Wenn Erwartungen auf Lebensrealitäten treffen

Viele der begleiteten jungen Menschen leben mit Erfahrungen von Verlust, Instabilität, Loyalitätskonflikten oder Bindungsabbrüchen. Diese Erfahrungen prägen ihr Verhalten und dies auch in der Wegbegleitung.

Typische Situationen sind zum Beispiel:

- der junge Mensch begrüßt uns vielleicht nicht voller Freude, wenn er uns nach zwei Wochen wiedersieht (, obwohl er sich ganz doll auf uns gefreut hat)
- er wirkt etwas distanziert, ambivalent oder wenig interessiert,
- er zeigt keine Dankbarkeit für ein Geschenk zu Weihnachten oder Freude, obwohl viel Engagement investiert wurde,
- er verabschiedet sich nach dem Treffen schnell

Für Wegbegleiter:innen kann das enttäuschend oder verletzend sein. Besonders dann, wenn sie sich Mühe geben und ihre wertvolle Zeit investieren. Vielleicht war die letzte Woche auch anstrengend, es gab vielleicht Streit in der Partnerschaft oder andere private Probleme oder Sorgen. Und der/die Wegbegleiter:in kann nicht so ausgeglichen sein, wie er/sie sonst ist.

### Fachlich betrachtet: Erwartungen sind kein Maßstab für Beziehung

Das Verhalten eines jungen Menschen ist nicht gegen die Wegbegleiter:innen gerichtet, sondern Ausdruck seiner bisherigen Erfahrungen.

Erwartungen wie Verlässlichkeit, Offenheit oder emotionale Nähe setzen Fähigkeiten voraus, die nicht alle jungen Menschen (schon) entwickeln konnten.

Was für Erwachsene selbstverständlich erscheint, ist für manche junge Menschen ein Lernprozess, der Zeit, Sicherheit und wiederholte Beziehungserfahrungen braucht.

## Was kann im Umgang mit unerfüllten Erwartungen helfen?

Die eigenen Erwartungen bewusst machen

Wir können uns selbst fragen:  
Was erwarte ich von dieser Begleitung?  
Welche Bedürfnisse von mir sind darin enthalten?  
Sind diese **Erwartungen realistisch** oder sind das meine Wunschbilder?

Erwartungen von Zielen trennen

Ziel der ehrenamtlichen Wegbegleitung ist nicht „Beziehungserfolg“, Dankbarkeit oder Veränderung, sondern **verlässliche Präsenz**. Also einfach nur da sein und immer wieder kommen.

Verhalten nicht personalisieren  
(nicht auf uns beziehen)

Rückzug oder Abwehr sind häufig **Schutzstrategien**.  
Sie sagen nichts aus über den Wert oder das Engagement der Wegbegleitung aus. Manchmal hilft es, die **Haltung „des guten Grundes“** anzunehmen: Sicher gibt es einen guten Grund für das Verhalten.

Reflexion und Austausch nutzen

Enttäuschungen dürfen angesprochen werden: In **Reflexionsgesprächen**, **Supervision** oder im **Austausch mit uns**, Deinem EWD-Team.  
Allein getragen können Enttäuschungen zu Frust oder Rückzug führen. Das EWD-Team ist immer für Dich da.

Beziehung anbieten, ohne Bedingungen

Wegbegleitung bedeutet, einen Kontakt anzubieten, der nicht an Leistung, Entwicklung oder emotionale Rückmeldung geknüpft ist.  
Das ist anspruchsvoll und zugleich ein **zentraler Schutz** für die von uns begleiteten jungen Menschen.

## Erwartungsfreiheit ist kein Desinteresse

Erwartungen loszulassen, heißt nicht, gleichgültig zu sein. Im Gegenteil: Es bedeutet, dem jungen Menschen mit Respekt, Geduld und professioneller Haltung zu begegnen: So, wie er oder sie gerade kann.

*Nicht der junge Mensch muss den Erwartungen der Wegbegleitung entsprechen, sondern die Wegbegleitung der Lebensrealität des jungen Menschen.*

## Weihnachten als besondere Herausforderung

Gerade die Weihnachtszeit kann für viele der begleiteten jungen Menschen besonders belastend sein. Diese Tage sind gesellschaftlich stark mit Bildern von Familie, Nähe und Geborgenheit verbunden. Für manche junge Menschen werden dadurch Erinnerungen an frühere Lebenssituationen, an verlorene Beziehungen oder an das aktiviert, was sie sich immer gewünscht, aber nie erfahren haben.

Das kann dazu führen, dass sie sich zurückziehen, wenig Freude zeigen oder ambivalent reagieren. Selbst dann, wenn sie sich innerlich über Zuwendung freuen. Solche Reaktionen sind kein Zeichen von Undankbarkeit, sondern oft **Ausdruck von Schutz und innerer Überforderung**.

Gerade in dieser Zeit ist eine Begleitung wichtig, die Erwartungen zurücknimmt, Verlässlichkeit anbietet und auch dann bleibt, wenn Nähe sich anders zeigt als erhofft.

**Wir danken allen Wegbegleiter:innen für ihre Bereitschaft, sich auch diesen inneren Prozessen zu stellen. Reflexion ist kein Zeichen von Unsicherheit, sondern von einer bewussten und verantwortungsvollen Haltung. Das sind Qualitäten, die ehrenamtliches Engagement tragen.**

Herzliche Grüße

Euer Julius