

Zwischen Anspruch und Alltag: Ehrenamt bei der Tafel aus persönlicher Perspektive

Verfasser und Autor: Rylan Hudson

Datum: 13. August 2026

Ehrenamtliche Arbeit wird oft mit großen Worten beschrieben: Hilfsbereitschaft, Zusammenhalt, Menschlichkeit. All das ist Teil der Wirklichkeit. Doch wer regelmäßig bei der Tafel mitarbeitet, weiß auch, dass diese Arbeit viele weitere Seiten hat. Sie ist schön und anstrengend, leicht und herausfordernd, erfüllend und bisweilen frustrierend. Gerade weil sie nicht immer einfach ist, bedeutet sie mir so viel.

Im Durchschnitt engagiere ich mich an fünf Tagen in der Woche bei der Tafel. Mein Alltag dort wird von unterschiedlichen Begegnungen geprägt: mit anderen ehrenamtlich Engagierten, mit den Menschen, die das Angebot der Tafel nutzen, sowie mit Lieferanten und Spendern. Jede Begegnung bringt eigene Erfahrungen, Erwartungen und Stimmungen mit. Es gibt Gespräche, die dankbar machen und lange in Erinnerung bleiben. Es gibt aber auch Situationen, die Geduld verlangen, Missverständnisse auslösen oder Kraft kosten.

Die Arbeit bei der Tafel ist keine Heldengeschichte. Sie besteht aus vielen konkreten Aufgaben: planen, sortieren, tragen, organisieren, zuhören, erklären und vermitteln. Oft geschieht das in einem Tempo, das wenig Raum für große Worte lässt. Wenn Abläufe gut ineinandergreifen, wenn eine Lieferung rechtzeitig ankommt oder wenn ein Gespräch auf Augenhöhe gelingt, entsteht dennoch etwas Wesentliches: Verlässlichkeit. Für viele Menschen ist diese Verlässlichkeit wichtiger als jede Geste, die nach außen besonders eindrucksvoll wirken mag.

Ehrenamt bedeutet für mich nicht, immer eine Lösung parat zu haben. Es bedeutet, verlässlich da zu sein, zuzuhören und jedem Menschen mit Würde zu begegnen.

Es wäre jedoch unehrlich, die Realität zu beschönigen. Nicht jeder Tag ist harmonisch. Es gibt Belastungen, Unverständnis und Momente, in denen die eigenen Möglichkeiten begrenzt sind. Solche Erfahrungen lassen sich nicht an Herkunft, sozialer Stellung oder einer bestimmten Rolle festmachen. Freundlichkeit und Rücksicht begegnen einem ebenso überall wie Ungeduld oder Frustration. Das gilt für Engagierte, für die Menschen, die Unterstützung benötigen, und für alle, die als Spender oder Lieferanten Teil des Ablaufs sind.

Daraus folgt für mich eine wichtige Haltung: Toleranz und Verständnis sind unverzichtbar, dürfen aber keine Einbahnstraße sein. Wer mit Menschen arbeitet, sollte bereit sein, unterschiedliche Lebensrealitäten wahrzunehmen und nicht vorschnell zu urteilen. Gleichzeitig braucht ein respektvoller Umgang Gegenseitigkeit. Grenzen zu setzen und klare Erwartungen auszusprechen, steht nicht im Widerspruch zu Mitmenschlichkeit. Im

Gegenteil: Nur wo Respekt in beide Richtungen möglich ist, kann Engagement dauerhaft tragen.

Die Tafel macht sichtbar, wie vielfältig unsere Gesellschaft ist – mit ihren Herausforderungen, Bedürfnissen, Stärken und Widersprüchen. Sie ist ein Ort, an dem Menschen nicht auf eine einzelne Situation reduziert werden sollten. Hinter jeder Bitte um Hilfe steht eine eigene Geschichte. Hinter jedem freiwilligen Einsatz steht ebenfalls ein Mensch mit Zeit, Energie, Belastungsgrenzen und persönlichen Motiven. Diese Perspektive hilft dabei, einander nicht nur als Funktion im Ablauf zu sehen, sondern als Menschen.

Mich inspiriert diese Arbeit vor allem durch ihre Vielschichtigkeit. Sie fordert mich heraus, genauer hinzusehen, geduldiger zu werden und meine eigene Haltung immer wieder zu überprüfen. Hilfe zeigt sich nicht nur durch Lebensmittel oder organisatorische Unterstützung. Sie zeigt sich auch durch Aufmerksamkeit, eine respektvolle Ansprache und die Bereitschaft, jemandem ohne Vorurteil zu begegnen. Gleichzeitig gibt die Arbeit viel zurück: das Gefühl, gebraucht zu werden, der Austausch mit anderen und die Erfahrung, gemeinsam etwas zu ermöglichen, das allein kaum zu schaffen wäre.

Ehrenamt sollte aus ehrlichen Gründen geleistet werden. Diese Gründe können sehr unterschiedlich sein. Manche Menschen möchten etwas zurückgeben, andere suchen Gemeinschaft, wieder andere wollen konkret Verantwortung übernehmen oder nicht wegsehen. Kein ehrliches Motiv muss sich rechtfertigen. Entscheidend ist nicht, wie groß die Worte dazu sind, sondern ob die Bereitschaft echt ist und sich im Alltag bewährt.

Für mich ist die Arbeit bei der Tafel deshalb weder nur leicht noch nur schwer. Sie ist lebendig, manchmal fordernd und oft berührend. Sie kann frustrieren, aber sie gibt ebenso viel zurück. Sie unterstützt Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind, und sie verändert auch diejenigen, die helfen. Wer sich mit Offenheit, Respekt und einer ehrlichen Haltung engagiert, erfährt, dass aus vielen kleinen Handgriffen etwas Großes entstehen kann: ein Stück Alltagssicherheit, gegenseitiges Vertrauen und das Bewusstsein, nicht allein zu sein.

Redaktioneller Hinweis: Vor einer Veröffentlichung können der Name der örtlichen Tafel sowie ein konkreter Anlass ergänzt werden.

© Rylan Hudson 2026. Alle Rechte vorbehalten.