



## **TelefonSeelsorge OÖ hilft in der Advent- und Weihnachtszeit mit prominenter Unterstützung durch Landeshauptmann Stelzer**

Bei einer Pressekonferenz im OÖ. Presseclub in Linz gab am 4. Dezember 2017 die TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142 Einblicke in ihre Beratungsarbeit in der Advent- und Weihnachtszeit. Auch Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer wird am 5. Dezember von 18.00 bis 19.00 Uhr Telefonanrufe entgegennehmen und für die Nöte der Menschen ein offenes Ohr haben.

### **Wenn das soziale Netz nicht trägt**

Mag.<sup>a</sup> Silvia Breitwieser, Leiterin der TelefonSeelsorge OÖ, erklärte, in einer Zeit gesellschaftlicher Veränderungen und weltweiter Unruhen würden Ängste und Verunsicherung geweckt, die auch bei der Telefonberatung artikuliert würden. „Gerade zu Weihnachten erleben wir eine große Diskrepanz zwischen der Realität und der Sehnsucht nach einer heilen Welt“, so Breitwieser. Rund im Weihnachten sei es daher vielen Menschen wichtig, ihre Beziehungen zu Familienmitgliedern und FreundInnen zu intensivieren. „Wenn dieses soziale Netz nicht genug Halt gibt, braucht es zusätzliche Angebote wie die TelefonSeelsorge, die vertraulich, anonym, kostenlos und rund um die Uhr zur Verfügung steht – unter dem Motto: Hier hört ein Mensch“, so Breitwieser.

### **Ein offenes Ohr als Landeshauptmann und am Telefon**

Auch Landeshauptmann Thomas Stelzer wird die TelefonSeelsorge OÖ unterstützen und am **Dienstag, 5. Dezember 2017 von 18.00 bis 19.00 Uhr** persönlich unter der kostenlosen **Notrufnummer 142** für die AnruferInnen erreichbar sein. Er habe sich über die Einladung der TelefonSeelsorge gefreut und nehme sie gern an, wie Stelzer bei der Pressekonferenz betonte: „Zum einen als Zeichen und Wertschätzung gegenüber den MitarbeiterInnen der TelefonSeelsorge, die diesen Dienst das ganze Jahr über tun und Zeit und ihre Persönlichkeit einbringen. Zum anderen ist es mir ein Anliegen, in der sensiblen Zeit des Advents zur Verfügung zu stehen.“ Es gehöre zu seinem Amt als Landeshauptmann, dass Menschen mit Anliegen der besonderen Art auf ihn zukämen und ihm von Schicksalsschlägen erzählten, so Stelzer. Er erlebe dabei immer wieder, dass es für viele schon eine große Hilfe sei, wenn sie angehört werden und sich als Mensch wahrgenommen fühlen. „Natürlich braucht es auch die konkrete Hilfe, aber meine Erfahrung ist, dass es für Menschen ein stärkendes Erlebnis ist, wenn sie von ihren Sorgen erzählen können – und auch für mich ist das immer ein ganz besonderes Erlebnis“, betonte der Landeshauptmann, der sich auf seinen Dienst bei der TelefonSeelsorge freut und gespannt ist, was ihn erwartet. „Ich biete mich als Person an, als Thomas Stelzer, der einfach zuhört – in meinem Beruf bin ich ein geschulter Zuhörer“, so Stelzer lächelnd. Er sei sich sicher, dass ihn die AnruferInnen auf Anliegen brächten, die er vielleicht bisher noch nicht so sehr im Blick gehabt habe, so der Landeshauptmann. Stelzer dankte den MitarbeiterInnen der TelefonSeelsorge für ihren Dienst. „Die TelefonSeelsorge ist ein sehr gutes

Angebot, das Menschen stärkt, die nicht mehr ein noch aus wissen“, würdigte der Landeshauptmann die ökumenische kirchliche Einrichtung, die es bereits seit mehr als 50 Jahren gibt.

### **Wie Zuhören hilft und warum es eine Kunst ist**

Jahrelang geschult und im Zuhören erfahren sind auch die MitarbeiterInnen der TelefonSeelsorge, die rund um die Uhr ein offenes Ohr für die Nöte von Menschen haben. **Mag.<sup>a</sup> Barbara Lanzerstorfer-Holzner**, Projektleiterin des ElternTelefons, betonte, gerade im Advent und rund um Weihnachten sei die Sehnsucht nach Geborgenheit, Zuwendung, Harmonie und Zuversicht besonders groß. „Man sehnt sich nach einem Weihnachten, wie man es als Kind erlebt hat – mit Freude und glänzenden Augen. Der Verlust des Jobs, die Trennung vom Partner oder finanzielle Sorgen werden deshalb in einer Zeit, in der es rundherum weihnachtet, viel schlimmer und belastender erfahren als zu anderen Zeiten des Jahres“, weiß die Expertin. Nicht immer gibt es dann im näheren Umfeld jemanden, dem man sich anvertrauen kann, wie Lanzerstorfer-Holzner betont, denn: „Zuhören kann gerade in unserer heutigen schnelllebigen und von Multi-Tasking betroffenen Zeit eine wahre Kunst beziehungsweise eine Herausforderung sein. Allzuoft ist es kein Zuhören, sondern eher ein ‚Mithören‘, ein ‚Nebenbei-Hören‘ – oder das Gesagte geht gleich beim einen Ohr hinein und beim anderen wieder hinaus. Unsere Kommunikation wird immer mehr visualisiert und ist stärker auf das Senden von Mitteilungen programmiert als auf das Empfangen.“

Ungeteilte Aufmerksamkeit sei heute selten, aber unbedingt notwendig, wenn es um Probleme gehe. „Die Freundin ist vielleicht gerade selbst überbelastet, der gute Freund kommt immer gleich mit Ratschlägen, jemand sagt sofort: ‚Du, mir geht’s genauso‘ und drängt mich in die Rolle des Zuhörenden oder ich merke, dass mein Gegenüber mit den Gedanken ganz woanders ist – da werde ich mich schwertun zu erzählen, dass meine Partnerschaft zu scheitern droht“, erläutert die Expertin die Situation der Betroffenen.

Anders bei der Telefonseelsorge: Dort schenken die MitarbeiterInnen ihre Zeit und ihre ganze Aufmerksamkeit, wenn Menschen sich etwas von der Seele reden möchten. Lanzerstorfer-Holzner bestätigt die Erfahrung von Landeshauptmann Stelzer: In schwierigen Situationen kann ein gutes Gespräch bereits eine große Hilfe sein. „Man fühlt sich angenommen und kann endlich das erzählen, was einem am Herzen liegt – anonym, vertraulich, kostenlos und rund um die Uhr unter der Nummer 142. Wenn man seine Gefühle, Sorgen und Ängste aussprechen kann, beruhigen sie sich ein Stück weit, man kann sie drehen und wenden. Durch die strukturierte Gesprächsführung gewinnen die Anrufenden mehr Klarheit, kommen wieder mit sich in Kontakt und sehen vielleicht erste Perspektiven“, schildert Lanzerstorfer-Holzner, wie TelefonSeelsorge konkret hilft. Benötigen AnruferInnen weitere professionelle Hilfe, werden sie auf Wunsch an entsprechende Angebote weiterverwiesen.

### **Einsamkeit als Hauptgrund für Anrufe**

Die meisten AnruferInnen kontaktieren die TelefonSeelsorge, weil sie sich einsam fühlen und sich ein Gegenüber zum Reden wünschen, so die Erfahrung von Silvia Breitwieser. Auch die Statistik belegt, dass Einsamkeit thematisch an erster Stelle steht, gefolgt von Beziehungsproblemen, psychischen Erkrankungen und Lebensumbrüchen bzw. Krisen. „Es fällt vielen Menschen sehr schwer, Hilfe anzunehmen, sich anderen mit ihren Problemen zuzumuten“, weiß Breitwieser. Besonders Männer rufen häufig erst an, „wenn der Hut brennt und die Lage schon brisant ist“, so die Leiterin der TelefonSeelsorge. Sie räumt mit der Vorstellung auf, dass am Heiligen Abend und zu Weihnachten die meisten AnruferInnen zu verzeichnen sind. „Tatsache ist, dass die Spitzenzeiten im Frühjahr und im Herbst liegen – und nach den Weihnachtsfeiertagen. Vor Weihnachten haben viele Menschen noch die hohe Erwartung, dass am 23. Dezember doch noch alles gut und harmonisch wird. Am Telefon hören wir dann nach den Feiertagen, was alles schiefgegangen und vorgefallen ist“, schildert Breitwieser.

## **TelefonSeelsorge – Notruf 142 in Zahlen**

Die TelefonSeelsorge – Notruf 142 feierte 2016 ihr 50-jähriges Bestehen. Sie versteht sich als Erstanlaufstelle für Menschen in schwierigen Lebenslagen und Krisensituationen. Die Einrichtung der katholischen und evangelischen Kirche wird vom Sozialressort des Landes Oberösterreich unterstützt. Sie ist an allen Tagen des Jahres 24 Stunden lang kostenlos und vertraulich zu erreichen. 88 ehrenamtliche MitarbeiterInnen (74 Frauen, 14 Männer) der TelefonSeelsorge – Notruf 142 sind rund um die Uhr für die Anliegen der Anrufenden da.

Im Jahr verbucht die TelefonSeelsorge etwa 3.000 Gesprächsstunden. Die meisten Ratsuchenden sind zwischen 40 und 60 Jahre alt, etwa 70 Prozent der Anrufenden sind Frauen.

Neben dem Notruf 142 bietet die TelefonSeelsorge auch das Elterntelefon 142 und Onlineberatung (per Mail oder Chat) an. Im Jahr 2017 wurden bisher 655 Mailkontakte und 183 Chats verzeichnet.

## **Hinweis: Kirchliche Angebote für alleinstehende bzw. obdachlose Menschen rund um Weihnachten**

### **Caritas Wärmestube**

**Tel. 0732 60 42 55-2340**

Dinghoferstraße 54/Goethestraße 46, 4020 Linz  
am 24.12. geöffnet von 12.00 bis 19.00 Uhr

### **St. Vinzenz Stüberl**

**Tel. 0732 76 77-4989**

Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern/Herrenstraße 39, 4020 Linz  
am 24.12. geöffnet von 8.00 bis 12.00 Uhr

### **BAGUA Freizeit Kommunikation Beschäftigung (Exit Sozial)**

**Tel. 0732 73 70 53**

Kreuzstraße 4, 4020 Linz  
am 24.12. Weihnachtsfeier ab 14.00 Uhr

### **Bildungshaus Schloss Puchberg**

*Weihnachten in Puchberg – Angebot für Einzelne oder Paare*

Sa., 23.12.2017, 18.30 Uhr bis Di., 26.12.2017, 14.00 Uhr

Kursbeitrag: 40,00 Euro zzgl. Aufenthaltskosten

Bildungshaus Schloss Puchberg | Puchberg 1, 4600 Wels

Tel. 07242 47 537, E-Mail: puchberg@dioezese-linz.at

<http://schlosspuchberg.at>

### **Franziskanerinnen von Vöcklabruck**

*Weihnachten in Gemeinschaft erleben: „Ein Kind ist uns geboren“*

Sa., 23.12.2017, 18.00 Uhr bis Mo., 25.12.2017, 13.00 Uhr

Kursbeitrag: 30,00 Euro

Kontakt: Sr. Stefana Hörmannseder, Salzburger Straße 18, 4840 Vöcklabruck

Tel. 07672 72 667-148

<http://www.franziskanerinnen.at/gz/programm.html>

## **Statements zur Pressekonferenz: siehe Anhang!**

### **Foto: Diözese Linz (honorarfrei)**

V. l.: Mag.<sup>a</sup> Barbara Lanzerstorfer-Holzner (Leiterin ElternTelefon 142), Landeshauptmann  
Mag. Thomas Stelzer, Mag.<sup>a</sup> Silvia Breitwieser (Leiterin TelefonSeelsorge 142).