

142 TELEFON SEELSORGE



Helga S (2.von re) wird im Rahmen des Sommerfestes von den Hauptamtlichen der Telefonseelsorge Astrid Höpperger, Silvia Humml und Burgi Stemberger für ihre jahrzehntelange ehrenamtliche Mitarbeit geehrt.

Unser Angebot: Zuhören - Mitgehen - Entlasten

Mitten in der Nacht - ein Anruf bei der Telefonseelsorge. Ein offensichtlich alter Mann sagt, dass seine Frau vor zwei Tagen gestorben ist. Das tut mir leid. Wie geht es Ihnen? Eigentlich möchte ich auch nicht mehr weiterleben. Das Leben hat ja nun gar keinen Sinn mehr für mich. Ich frage ihn nach seiner Frau. Was war sie für ein Mensch? Und dann erzählt er mit ruhiger Stimme, beinahe eine halbe Stunde lang, von ihrem gemeinsamen Leben, von amüsanten Erlebnissen, davon, wie schön sie war, was er alles an ihr geschätzt hat. Es ist wie ein Nachruf voller Liebe, ein Nachklang, wie er nicht würdiger und wertschätzender sein könnte.

In so einem Gespräch gibt es keine Lösung, aber eine zutiefst geteilte Lebensgeschichte, die eine Beziehung zwischen dem Erzählenden und der Zuhörenden schafft. Zuhören heißt sich bescheiden, Zeit schenken, ganz präsent sein, wahrhaftig sein. Zuhören heißt, einfach auch einmal still zu sein.

(aus: Gedanken für den Tag, Ö1, Jänner 2017, „Die Kunst des Zuhörens“ von Marlies Matejka, Leiterin der Telefonseelsorge Wien)

Was hilft? Was wirkt?

Alle Schulen in der Psychotherapie sind sich einig, dass die Beziehungsgestaltung zu den uns anvertrauten Menschen die zentrale Grundlage für eine erfolgversprechende Beratung und Psychotherapie ist. Das gilt natürlich auch für die Telefonseelsorge.

Einführendes Verstehen (Empathie, Mitgefühl, Takt, Wertschätzung), emotionale Annahme und Stütze (Akzeptanz, Entlastung, Trost, Ermutigung, Förderung des Selbstwertgefühls), Hilfen bei der praktischen Problem- und Lebensbewältigung - um nur ein paar Wirkfaktoren zu nennen - bilden die Grundlage der Beziehungsgestaltung in der Telefonseelsorge.

(aus der Telefonseelsorgefortbildung mit Wolfgang Haf, Wirkfaktoren in der Beratung)

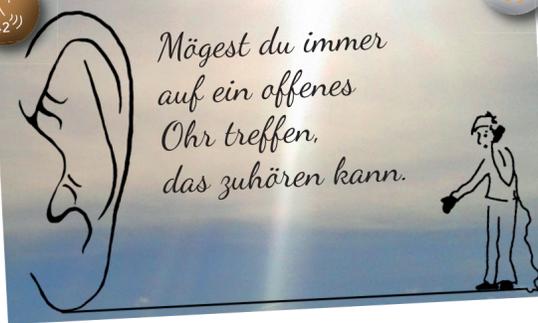
In einer österreichweiten Aktion wurden tausende „Wunsch-kärtchen“ verteilt. **142 gute Wünsche** an potentielle AnruferInnen wurden gesammelt und gedruckt. Einige davon finden Sie verstreut auf diesem Plakat....

Ich wünsche dir, dass du die kleinen Kostbarkeiten des Lebens zu schätzen weißt und den Blick auf das Schöne nicht verlierst.

Wir

- » sind derzeit **78 ehrenamtliche MitarbeiterInnen** (plus 15 in Ausbildung)
- » haben die **einjährige Telefonseelsorgeausbildung** absolviert
- » arbeiten jeweils durchschnittlich **130 Stunden pro Jahr** am Telefon
- » werden von **drei Hauptamtlichen** in unserer Arbeit begleitet
- » bekommen Unterstützung durch **Supervision** und **Weiterbildung**

Ich wünsche dir den Mut und die Kraft dich deinen Herausforderungen zu stellen.

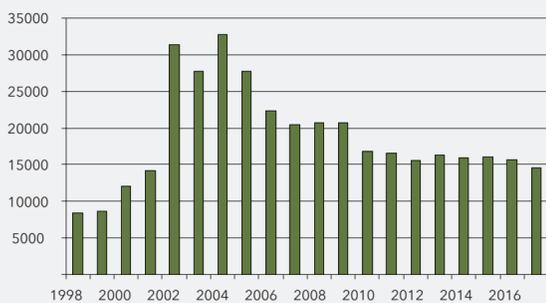


9	6			4	
	3		7	8	
5	8		1		3 9
7	9		1 4 2	2	
8					1 6
	7		3 5		
		4		7 5 8	
2	1	9			

Es gibt immer eine Lösung - TelefonSeelsorge.

Statistik 2017

Entwicklung der Anruferzahlen



Telefonberatung

Wie viele Anrufe kommen herein ...

- » Die Telefonseelsorge ist unter der Nummer 142 kostenlos erreichbar.
- » Das ist für viele Menschen in unserem Land von großer Bedeutung.
- » 2017 haben die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen 14.528 Anrufe entgegengenommen.
- » Insgesamt haben diese Anrufe rund 3.200 Stunden gedauert.
- » Diese Zahlen verdeutlichen den wichtigen Platz der Telefonseelsorge in der psychosozialen Landschaft Tirols.

Welche Gespräche werden geführt ...

- » Nicht immer kommt ein längeres Gespräch zustande. In 30 % der Anrufe schaffen es die AnruferInnen nicht, ihr Anliegen vorzubringen. Sie schweigen oder legen sofort wieder auf. Solche Anrufe nennen wir Kontaktaufnahmen.
- » In 70 % der Anrufe ist es möglich, Menschen in schwierigen Lebenssituationen ein Stück zu begleiten, zu stabilisieren und zu entlasten. Solche Anrufe nennen wir Beratungsgespräche.
- » Die Anrufstatistik der letzten Jahre belegt, dass die Zahl der Kontaktaufnahmen abnimmt und die Zahl der Beratungsgespräche steigt.

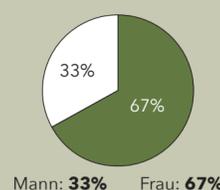
Onlineberatung

- » Die Telefonseelsorge Österreich bietet seit 2012 auch im Internet unter www.onlineberatung-telefonseelsorge.at eine kostenlose, anonyme und datensichere Beratungsmöglichkeit in schwierigen Lebenssituationen an.
- » 50 speziell ausgebildete OnlineberaterInnen (9 davon aus Tirol) stellen sich für Mailberatung und Chatberatung zur Verfügung.
- » Vor allem junge Ratsuchende schätzen die Vertraulichkeit der Onlineberatung und die Möglichkeit, mehr von sich preisgeben zu können. Es können sehr schambesetzte und tabuisierte Themen angesprochen werden. Oft ist es leichter, über schwerwiegende Dinge zu schreiben als sie jemandem mündlich mitzuteilen. Die Menschen machen die Erfahrung, dass die Onlineberatung ein Ort vertrauenswürdiger und unterstützender Begegnung sein kann.
- » 2017 konnten 2.358 Mailanfragen und 664 Chatberatungstermine bewältigt werden. Das bedeutet 1.614 Beratungsstunden.
- » Die Onlineberatung ist ein stark wachsender Zweig unseres Angebots.

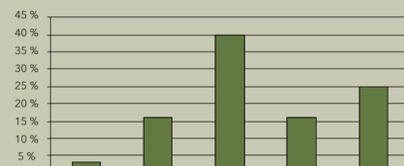
Beratungsschwerpunkte



Geschlechterverteilung



Altersverteilung

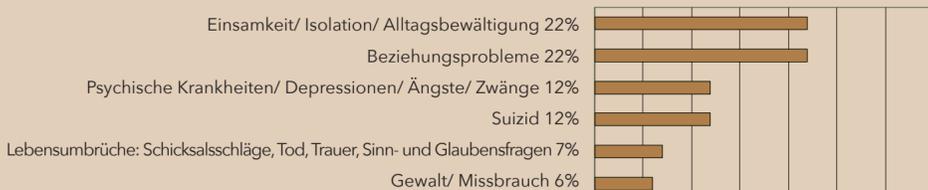


Ich wünsche dir eine Hand zum Anhalten, wenn du Gefahr läufst, hinzufallen.

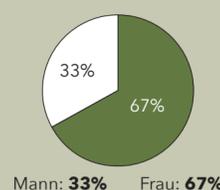
Telefonberatung

Onlineberatung

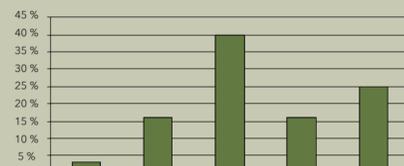
Beratungsschwerpunkte



Geschlechterverteilung



Altersverteilung



Ich wünsche dir den Mut zu erzählen, wie dir ums Herz ist.

Statistik: Burgi Stemberger