



## **BEZIEHUNGLEBEN.AT und Betriebsseelsorge unterstützen in Krisenzeiten**

**Berufsleben und Beziehungen sind wichtige Säulen für ein gesundes, stabiles Leben. In der Krise können diese Säulen ins Wanken geraten. Sorgen im Beruf wirken sich auf das Privatleben aus – und Beziehungsprobleme beeinflussen auch das Berufsleben. Die BeraterInnen von BEZIEHUNGLEBEN.AT und die BetriebsseelsorgerInnen der Diözese Linz haben für Betroffene ein offenes Ohr – und sind in der Corona-Krise besonders gefragt.**

### **BEZIEHUNGLEBEN.AT: Beratung unterstützt in Krisenzeiten**

Die Corona-Krise geht an Beziehungen und Familien nicht spurlos vorüber. Warum das so ist, weiß Josef Lugmayr, Beziehungs-, Ehe- und Familienseelsorger und Leiter von **BEZIEHUNGLEBEN.AT**, jener Abteilung, die die Beratungsarbeit in der Diözese Linz koordiniert: „In Zeiten der Krise und Unsicherheit werden soziale Einsamkeit, Familien- und Paarkonflikte, aber auch das Aggressionspotential stärker spürbar. ‚Bewährte‘ Bewältigungsstrategien sind nicht verfügbar, auch Ablenkungsmöglichkeiten fallen plötzlich weg. Die Medienvielfalt und Online-Technologien sind nicht nur unterstützend, sondern werden manchmal auch zur Last und zum Zankapfel, wenn nicht ausreichend Geräte vorhanden sind oder auch, wenn Kinder und Jugendliche Handy und PC exzessiv nutzen. Das setzt viele Eltern, die ohnehin durch Homeoffice und Homeschooling gefordert sind, zusätzlich unter Spannung.“

Belastet sind derzeit auch Personen im Gesundheits- und Pflegebereich: Sie stehen einerseits unter dem Erwartungsdruck, einsatzfähig zu bleiben, andererseits sind sie auch mit eigenen Ängsten konfrontiert und hohem emotionalem Stress ausgesetzt. Viele Menschen haben durch die Ausgangssperre ihre Kontakte sehr eingeschränkt und leiden unter der Einsamkeit.

„Aus unseren Beratungsgesprächen mit den Menschen wissen wir, dass Zuspruch und Ermutigung im offenen Gespräch ein wirksamer Beitrag für das seelische Wohlbefinden sind und dass daraus wieder Hoffnung und Zuversicht entstehen“, sagt Lugmayr. „Ein vertrauensvoller und wertschätzender Austausch im geschützten Rahmen mit einem kompetenten Berater, einer kompetenten Beraterin bewirkt vielleicht keine schnellen Lösungen und Veränderungen, schafft jedoch Erleichterung und schärft den Blick für neue Perspektiven: Das ist die Erfahrung vieler KlientInnen, die jetzt zu uns kommen.“

Beratungen sind derzeit in allen Beratungsstellen in der gewohnten Form (face-to-face) möglich – unter Einhaltung aller Corona-Sicherheitsbestimmungen. Wenn Menschen das wünschen oder nicht in die Beratungsstellen kommen können, weil sie zum Beispiel in Quarantäne sind, bietet **BEZIEHUNGLEBEN.AT** als Alternative auch Telefonberatung oder Mailberatung mit BeraterInnen aus der Region an. So kann nach dem Lockdown die Beratung im normalen Setting weitergeführt werden.

## **Beratungsstellen in ganz Oberösterreich**

25 Beratungsstellen von **BEZIEHUNGLEBEN.AT** in Oberösterreich ermöglichen Unterstützung durch Beratung und professionelle Begleitung bei Paar- und Familienkonflikten, sozialer Einsamkeit, Gewalt und Aggression, Erziehungsthemen, seelischer Belastung in turbulenten Zeiten, wichtigen anstehenden Entscheidungen etc.

Die Beratung wird grundsätzlich kostenfrei angeboten. Mit einem freiwilligen Kostenbeitrag (je nach Einkommen) kann man das Beratungsangebot aber unterstützen.

Jährlich werden in den Beratungsstellen der Diözese mehr als 20.000 Beratungsstunden von knapp 8500 Klientinnen und Klienten (rund 60 Prozent davon sind Frauen) in Anspruch genommen.

**Alle Beratungsstellen finden Sie unter** <http://www.beziehungleben.at/beratung/vorort>

### **BEZIEHUNGLEBEN.AT**

Partner-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Telefon: **0732 77 36 76**

[beziehungleben@dioezese-linz.at](mailto:beziehungleben@dioezese-linz.at)

[www.beziehungleben.at/beratung](http://www.beziehungleben.at/beratung)

[www.antworten.at](http://www.antworten.at)

### **Kontakt für Medienrückfragen:**

Mag. Josef Lugmayr

Leiter **BEZIEHUNGLEBEN.AT**

M: 0676 87 76 35 10

E: [josef.lugmayr@dioezese-linz.at](mailto:josef.lugmayr@dioezese-linz.at)

---

## **Betriebsseelsorge: Unterstützung für ArbeitnehmerInnen**

BetriebsseelsorgerInnen sind in Corona-Zeiten noch mehr als sonst gefragte ZuhörerInnen. Sie knüpfen oft aktiv und gezielt bei den Kontakten an, die sie in den Betrieben über viele Jahre gepflegt haben. Die Erstreaktionen sind oft sehr ähnlich: *„Wie schön, dass du an mich denkst!“* – *„Die Nerven im Betrieb liegen blank.“* – *„Das Reden tut meiner Seele gut, so lange hat mir schon niemand mehr zugehört!“* Seelsorge bietet ein Gegenüber und hat ein offenes Ohr.

Noch vor den Schließungen im Handel hat Betriebsseelsorgerin Martha Stollmayer Verkäuferinnen in der Linzer Innenstadt besucht. *„Ich habe nicht mehr geglaubt, dass es da draußen jemand gibt, der sich für mich und meine Situation in der Arbeit interessiert! Das tut so gut!“* So und ähnlich waren die Rückmeldungen. Bei manchen ist es nicht sicher, ob ihr Geschäft nach dem Lockdown wieder aufsperrt. In den Gesprächen werden oft nächste Schritte aus scheinbar ausweglosen Situationen entwickelt. Kleine Rituale mit der Seelsorgerin helfen beim Abschließen und Zusperrern.

## **Da-Sein als zentrale Aufgabe der Kirche in Krisenzeiten**

Viele Menschen nehmen das Gesprächsangebot der SeelsorgerInnen an und erzählen von ihren Erlebnissen und Sorgen. „Für Menschen, die es besonders schwer haben, kommt ‚online‘ oft nicht in Frage. Sie brauchen ein direktes Gegenüber“, erzählt Irene Huss, Betriebsseelsorgerin aus Braunau. Sie bietet im Sonderfall Seelsorge-Gespräche beim Spazierengehen an. Ihre Erfahrung: Das Unterwegssein draußen bringt oft auch innen etwas in Gang, Menschen kommen wieder zu Atem

und können Kraft schöpfen. ArbeitnehmerInnen, die über ihre Situation reden möchten, können sich im nächstgelegenen Treffpunkt mensch & arbeit melden. Selbst wenn momentan kein „offenes Haus“ geführt werden kann, sind die SeelsorgerInnen zu ausgewiesenen Zeiten telefonisch und per E-Mail erreichbar. Gespräche sind persönlich, telefonisch oder online möglich.

**Die Adressen und Kontaktdaten aller Treffpunkte finden Sie unter [www.mensch-arbeit.at/treffpunkte](http://www.mensch-arbeit.at/treffpunkte)**

„Das aufmerksame Zuhören kann heilsam sein“, weiß Michaela Pröstler-Zopf, Bereichsleiterin von mensch & arbeit im Pastoralamt der Diözese Linz. „Menschen in schwierigen und belastenden Situationen können mit einem aufmerksamen Gegenüber Ideen für nächste Schritte entwickeln, das schafft Perspektiven und lässt Menschen wieder aufatmen. Das Angebot gilt für alle, die es brauchen – dafür sind wir als Kirche da.“

## Was die Menschen beschäftigt

BetriebsseelsorgerInnen sind in ganz Oberösterreich in Kontakt mit ArbeitnehmerInnen aus verschiedensten Branchen. Diese Themen begegnen ihnen derzeit am häufigsten:

- **Verausgabung**

In der Pflege, in Krisenstäben und im Handel sind lange Schichten an der Tagesordnung, eigene Gesundheit und persönliche Bedürfnisse werden zurückgestellt, Teambesprechungen finden nur reduziert statt, das Umstellen auf „distance learning“ überlastet bzw. belastet vor allem Frauen, da sie vorwiegend für Kinderbetreuung und Haushalt zuständig sind.

- **Existenzsorgen**

Reduktion von Arbeit, Entfall von Lohn, Lohnvorschüsse und Lohnpfändungen, drohende Betriebsschließungen und Kündigungen haben Existenzängste zur Folge. Besonders betroffen sind Frauen in Handel und Gastronomie – für viele ist 10 Prozent weniger Gehalt bereits die Schmerzgrenze, Armut droht.

Viele ArbeitnehmerInnen schätzen das Sozialsystem und das Engagement der Sozialpartner sehr, doch die Arbeitslosenzahlen sind alarmierend hoch und werden im Winter noch steigen. Menschen sorgen sich zu Recht um ihre Existenz, ganze Familien sind davon betroffen.

- **Ohnmacht und Isolation**

Quarantäne, ohne Arbeitsplatz oder Aufträge, ausgebremst, zurückgeworfen auf sich selbst – viele, vor allem Allein-Lebende, kämpfen mit ihrer Situation, wenn die Erwerbsarbeit mit ihrem sozialen Leben und ihren Kontakten wegbricht. Sie erleben sich ausgeliefert und überflüssig, ihr Selbstwertgefühl sinkt.

- **Wunsch nach Wertschätzung**

Viele freuen sich über Wertschätzung, sie wollen Sinnvolles tun in ihrer Arbeit und haben Ideen zur Verbesserung ihrer Situation und zum Schutz ihrer eigenen Gesundheit, sie fordern zu Recht gute Bedingungen und faire Bezahlung.

## Berichte aus der Arbeitswelt

Mit kurzen Berichten und Interviews erzählt der Bereich mensch & arbeit des Pastoralamtes der Diözese Linz auf seiner Website von den Realitäten der Menschen in verschiedensten Bereichen der Arbeitswelt. Es sind ermutigende Geschichten, die zeigen, was möglich ist, wenn gute Arbeits- und

Rahmenbedingungen herrschen. Der Blick wird aber auch dorthin gerichtet, wo Menschen mit den aktuellen Umständen kämpfen und wo der Druck hoch ist.

<https://www.dioezese-linz.at/site/menscharbeit/themen/kurzreportagen>

### **Betriebsseelsorge der Diözese Linz**

Die Betriebsseelsorge gehört wie die Katholische ArbeitnehmerInnen Bewegung (KAB) zum Bereich „mensch & arbeit“ des Pastoralamtes der Diözese Linz. Ebenfalls angegliedert ist die Bischöfliche Arbeitslosenstiftung. 39 SeelsorgerInnen in 9 Treffpunkten „mensch & arbeit“ besuchen und begleiten Menschen in der Arbeitswelt. Treffpunkte gibt es in Linz-Mitte, am Standort voestalpine, in Braunau, Nettingsdorf, Rohrbach, Steyr, Vöcklabruck und Wels, ein weiterer Seelsorger ist für den Raum Perg zuständig. Die BetriebsseelsorgerInnen setzen dabei regional unterschiedliche Schwerpunkte, z. B. in den Bereichen Handel, Pflege, Industrie, Gastronomie, Reinigung ... In den Treffpunkten wird Bildung, Beratung, Seelsorge und Liturgie in unterschiedlichen Formen angeboten. An acht Standorten sind JugendleiterInnen aktiv, die junge Menschen beim Arbeitseinstieg bzw. in der Arbeitswelt begleiten. Im Mittelpunkt steht der Mensch – Frauen, Männer und Jugendliche mit ihrem je eigenen Wert, ihren Fähigkeiten und ihrer Würde.

Die ReferentInnen der KAB organisieren, bilden und vernetzen rund um das Lebensthema „Arbeit“, auch unbezahlte Arbeit und gesellschaftspolitische Positionen werden dabei in den Fokus genommen.

Das Mobbingtelefon der Betriebsseelsorge OÖ ist immer montags von 17.00 bis 20.00 Uhr erreichbar. Die Onlineberatung können Betroffene rund um die Uhr unter [www.mobbingtelefon.at](http://www.mobbingtelefon.at) kontaktieren.

### **mensch & arbeit**

Kapuzinerstraße 84

4020 Linz

T: 0732 7610 3631 oder 3641

E: [mensch-arbeit@dioezese-linz.at](mailto:mensch-arbeit@dioezese-linz.at)

W: [www.mensch-arbeit.at](http://www.mensch-arbeit.at)

### **Kontakt für Medienrückfragen:**

Mag.<sup>a</sup> Michaela Pröstler-Zopf

Bereichsleiterin

M: 0676 87 76 36 44

E: [michaela.proestler-zopf@dioezese-linz.at](mailto:michaela.proestler-zopf@dioezese-linz.at)

### **Fotos: honorarfrei (Fotocredit siehe jeweiliges Foto)**

Mag.<sup>a</sup> Michaela Pröstler-Zopf, Bereichsleiterin von mensch & arbeit im Pastoralamt der Diözese Linz.  
© privat

Mag. Josef Lugmayr, Beziehungs-, Ehe- und Familienseelsorger und Leiter von **BEZIEHUNGLEBEN.AT**, der Abteilung Beziehung, Ehe und Familie der Diözese Linz  
© **BEZIEHUNGLEBEN.AT**