

PRESSEKONFERENZ

Ein offenes Ohr zu Weihnachten

TelefonSeelsorge Oberösterreich - Notruf 142

Montag, 15. Dezember 2014

GesprächspartnerInnen:

Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer

Sozial-Landesrätin Mag.^a Gertraud Jahn

Mag.^a Barbara Lanzerstorfer-Holzner, Projektleiterin ElternTelefon

Mag.^a Silvia Breitwieser, Leiterin TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142

Statement

Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer

Im Jahr 1966 wurde die Telefonseelsorge als eine ökumenische Einrichtung der katholischen und der evangelischen Kirche in Oberösterreich gegründet, um Menschen in schwierigen Lebenslagen und Konfliktsituationen eine Kontakt- und Gesprächsmöglichkeit zu bieten.

Wer nicht mehr weiter weiß, findet bei der Telefonseelsorge kompetente und einfühlsame Ansprechpartner. In den letzten 48 Jahren hat sich dieser "Notrufdienst", der von vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern getragen wird, als fester Bestandteil in der psychosozialen Landschaft Oberösterreichs etabliert.

Ich bin stolz darauf, die evangelische und die katholische Kirche in ihrer Trägerschaft dieses sozialen Dienstes unterstützen zu dürfen. Das Land Oberösterreich, aber auch ich persönlich, tun dies aus der festen Überzeugung, dass das Beratungsangebot der Telefonseelsorge gerade in der heutigen Gesellschaft wichtiger ist denn je. Die öffentliche Unterstützung der Telefonseelsorge – Notruf 142 ist ein bedeutsamer Beitrag zu mehr Menschlichkeit in unserer Gesellschaft und lebendiger Ausdruck unserer sozialen Verantwortung.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Notrufdienstes haben ein offenes Ohr für Menschen, die sich einsam fühlen, die an einer Krankheit leiden, die mit ihrem Partner hadern, die nach dem Verlust der Arbeit oder vergeblicher Suche nach einer Arbeitsstelle nicht wissen, wie es weitergehen soll. Geleistet wird diese Beratungsarbeit von bestens ausgebildeten ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Sie ermöglichen die Erreichbarkeit der Telefonseelsorge an allen Tagen des Jahres rund um die Uhr.

Die niederschwellige telefonische psychosoziale Beratung leistet zudem einen Beitrag zur Förderung der psychischen Gesundheit in Oberösterreich. Die AnruferInnen müssen dafür keine Institution aufsuchen, keinen Termin vereinbaren, sondern können in ihren eigenen vier Wänden einfach zum Hörer greifen. Die Telefonberatung stellt dadurch soziale Ressourcen zur Verfügung, welche Familie, Freunde oder Bekannte der Anrufenden in der aktuellen (Krisen-)Situation nicht einbringen können, die aber für die psychische Gesundheit und das Wohlbefinden eines Individuums essentiell sind. Das ist umso bedeutsamer, als fehlende soziale Integration und mangelnde soziale Unterstützung krankmachend wirken können.

Dies gilt besonders auch für überlastete Eltern, weshalb 2012 in Kooperation mit dem Familienreferat des Landes OÖ ein ElternTelefon etabliert wurde. Hier werden Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe und ganz besonders in Phasen der Überforderung unbürokratisch unterstützt.

Es kommt vor, dass das Leben einmal aus der Bahn gerät. Und es ist keine Schande, sich dann Rat zu suchen. Ganz im Gegenteil. Menschliches Dasein wird immer auch von Leid und Not geprägt sein. Menschlich zu handeln, heißt dann, sich darum zu kümmern und für den anderen da zu sein. Das ist unser aller Pflicht und insbesondere die der Politik. Dabei darf nie der Blick für den Einzelnen verloren gehen.

Die Telefonseelsorge nimmt diesen Auftrag an, und sie nimmt ihn ernst, wofür ich allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sehr herzlich danke!

Statement

Sozial-Landesrätin Mag.^a Gertraud Jahn

Unter dem Motto „Hören auf das Ungehörte“ leistet die TelefonSeelsorge Oberösterreich wichtige Beratungsarbeit als niederschwellige Einrichtung für Menschen in Krisen und schwierigen Lebenssituationen.

Dieser Beitrag für die psychosoziale Arbeit in Oberösterreich wird von über 70 ehrenamtlichen MitarbeiterInnen tagtäglich rund um die Uhr geleistet. Ihnen möchte ich hiermit meinen Dank für diesen sozialen Dienst an der Gesellschaft ausdrücken.

Jährlich werden in der Telefonseelsorge rund 20.000 Beratungsgespräche geführt. Dies entspricht einer Beratungszeit von ca. 3.000 Stunden pro Jahr.

Menschen, die mit niemandem sonst über ihre Probleme reden können, erhalten bei diesem kostenlosen Angebot Unterstützung und Entlastung. Die MitarbeiterInnen des Notrufdienstes motivieren die Anrufenden zudem, weitere Hilfs- und Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen.

Denn Aufgabe der Telefonseelsorge ist es unter anderem auch, über die psychosoziale Landschaft - sprich die Angebote, welche auch im Sozialratgeber angeführt sind - zu informieren.

Viele Menschen, die über ein instabiles oder geringes soziales Netz verfügen, kontaktieren den Notrufdienst der Telefonseelsorge. Für diese Menschen ist die telefonische Begleitung sehr wichtig. Sie erhalten dadurch Stabilisierung und Strukturierung in ihrem Alltagsleben.

Einsamkeit, Beziehung und psychische Erkrankung sind Themen, die alle betreffen – unabhängig von ihrer Herkunft, ihrem Geschlecht, ihrem Alter, ihrem soziökonomischen Status, ihrer religiösen, politischen oder ideologischen Anschauung. Die Telefonseelsorge – Notruf 142 ist für alle Themen und für alle Menschen eine erste Anlaufstelle.

Denn Menschen brauchen Beziehung und ein offenes Ohr, wenn es um ihre ganz individuellen Herausforderungen, Sorgen und Nöte geht.

Telefonseelsorge geht daher weit über das hinaus, was „Seelsorge“ im eigentlichen Sinne bedeutet. Sie ist weit mehr als eine innerkirchliche Angelegenheit. Sie ist eine besondere Form der Lebenshilfe in der Trägerschaft der katholischen und evangelischen Kirche.

Vor Weihnachten nehme ich mir mit den Telefonstunden bei der Telefonseelsorge zwei Stunden Zeit für Menschen, die sonst vielleicht nicht die Möglichkeit haben, vertraulich mit mir als Sozial-Landesrätin ins Gespräch zu kommen. Ich möchte gerade in diesen Tagen die Gelegenheit nutzen, das Ungehörte wahrzunehmen.



TelefonSeelsorge zu Weihnachten

Die Nummer 142 der Telefonseelsorge ist auch zu Weihnachten besonders gefragt. Am Heiligen Abend und zu den Feiertagen sind ehrenamtliche MitarbeiterInnen erreichbar, die ein offenes Ohr für die Nöte und Anliegen der Anrufenden haben. Weil rund um Weihnachten die Sehnsucht nach Geborgenheit und Zuwendung besonders groß ist, sind die in dieser Zeit besprochenen Themen zwar nicht anders, aber sie erhalten noch einmal eine andere Dimension. Lebens(um)brüche, Enttäuschungen, Verluste und manches Scheitern - das alles wird deutlicher und schmerzhafter erlebt.

Weihnachten ist zweifellos das Fest des Jahres. Die Traditionen und Rituale rund um dieses Fest haben eine wichtige Funktion für uns Menschen. Sie geben Halt, Orientierung und Sicherheit, da sie vertraut sind und erleichtern dadurch das Zusammenleben.

Es besteht aber auch die Gefahr, dass die Rituale zu leeren Hüllen werden. Denn Rituale sollten authentisch gelebt werden und mit echten Gefühlen verbunden sein. Zwangsverpflichtungen und ungeliebte Traditionen („Das haben wir immer schon so gemacht“) nehmen den Festtagen ihren Zauber und den Beteiligten die Freude.

Es ist wichtig, mit dem Partner/der Partnerin und der Familie die jeweiligen Erwartungen zu besprechen, sich darüber auszutauschen, was Weihnachten für die Beteiligten bedeutet.

Oftmals kommt es zu Enttäuschungen und Kränkungen, weil Ansprüche und Erwartungen, wie der andere sein sollte, zu hoch sind. Weiters kann es für viele Familienmitglieder eine Überforderung sein, zu den Feiertagen ständig zusammen zu sein. Jede/r braucht auch Zeit für sich allein.

All diese Faktoren können zu einer Krise führen und dann ist es wichtig, dass sich die Betroffenen alles von der Seele reden können. Das entlastet.

Am Heiligen Abend werden auch Menschen anrufen, die wenigstens über das Telefon mit einem Menschen sprechen wollen, einfach, weil sonst niemand da ist.

Viele empfinden geradezu Angst vor Weihnachten und denken: "Wenn ich sogar Weihnachten allein bin, dann bin ich wirklich allein". Auch als alleinstehender Mensch ist es einerseits wichtig, die Zeit um Weihnachten zu planen, vielleicht gibt es eine Gruppe, der man sich anschließen kann, und andererseits zu überlegen, was man sich selbst Gutes tun kann.

Die TelefonSeelsorge sorgt mit mehr als 70 ehrenamtlichen MitarbeiterInnen dafür, dass unter der Notrufnummer 142 rund um die Uhr, an allen Tagen des Jahres jemand da ist und für ein Gespräch am Telefon zur Verfügung steht.

Mag.^a Silvia Breitwieser, Leiterin der TelefonSeelsorge OÖ – Notruf 142



Ein-Eltern-Familie, Patchwork-Familie, Vater-Mutter-Kind(er) zwischen weihnachtlicher Idylle und harter Realität

Das Leben ist keinesfalls immer planbar, sondern zum Teil äußerst chaotisch, die Familie manchmal nervenaufreibend, die Familienverhältnisse schwierig, die Vereinbarkeit von Privat- und Berufsleben kräfteraubend. Warum sollte dies also ausgerechnet zu Weihnachten anders sein?

An kaum einem anderen Fest sind die emotionalen Erwartungen so hoch wie an Weihnachten. Auch die Sehnsucht nach harmonischen Beziehungen zwischen den Familienmitgliedern ist in dieser Zeit besonders stark. Gleichzeitig erleben viele Menschen aber gerade in jenen Tagen, dass die Beziehung zum Partner/zur Partnerin doch nicht so oder gar nicht mehr tragfähig ist oder die Kinder und Jugendlichen ganz andere Vorstellungen von Weihnachten haben als man selbst.

Lange aufgestaute Emotionen und Konflikte können aufbrechen und nach Klärung verlangen. Durch die vermehrte Zeit des Zusammenseins während der Feiertage gelingt es dann weniger gut, sich über bestehende Differenzen hinwegzutäuschen, als im turbulenten Alltag. Schwierigkeiten, längst vergessen geglaubte Kränkungen und Enttäuschungen treten offen hervor.

Für getrennt lebende Familien stellt Weihnachten eine besondere Herausforderung dar. Die Besuchszeiten – vor allem am Heiligen Abend - müssen gut koordiniert werden. Rechtzeitige Absprachen zwischen den Eltern sind hier die erste Wahl.

Neue Familienformen wie Ein-Eltern-Familien, Patchwork-Familien, Stieffamilien etc. sind aufgefordert, passende Rituale für Weihnachten und die Feiertage zu entwickeln.

Herausfordernd ist besonders, wenn eines der (Stief-)Kinder mit dem jeweils anderen Elternteil feiert und die Familie somit nicht „vollständig“ ist. Oder wenn ein Kind traurig darüber ist, dass die „echte Mama“ nicht mitfeiern kann/darf. Oder wenn die Erwartung besteht, dass zu allen Kindern die „gleiche“ Liebe bestehen muss ...

Klarheit über das, was Fakt ist, kann helfen: Wo keine leibliche Verbindung ist, kann auch die Liebe nicht erzwungen werden. Das Kind aus einer früheren Beziehung des Partners/der Partnerin so zu nehmen, wie es ist, mit seiner Trauer und Fröhlichkeit, mit seinen Sorgen, Sehnsüchten und Bedürfnissen, ... ohne zu viel zu erwarten, künstlich herzustellen oder gar zu erzwingen, kann hilfreich sein. Sich Zeit geben zum Zusammenwachsen – vor allem dort, wo es eine lange Zeit vorher gab in einer anderen Familienkonstellation.

Wenn Mütter oder Väter in den Weihnachtstagen einfach nicht mehr weiter wissen, jemanden zum Reden brauchen, mit einer neutralen Person über ihre Erziehungsschwierigkeiten,

Sorgen und Ängste sprechen wollen, dann bietet das ElternTelefon ein kostenloses, vertrauliches und rund um die Uhr erreichbares Beratungsangebot.

Wie wird geholfen?

Auch beim ElternTelefon zeigt sich, dass in schwierigen Situationen und Krisen ein Gespräch schon sehr viel weiterhilft.

Als erstes geht es um Entlastung: Die Anrufenden können ohne Angst vor Bewertungen oder Konsequenzen, ohne das Gefühl versagt zu haben und ohne Scham mit einer neutralen Person über ihre Erziehungsschwierigkeiten, Sorgen, Ängste, Nöte sprechen.

Individuelle Eltern haben individuelle Kinder, die wiederum individuell herausfordernd sind. Am ElternTelefon wird daher gemeinsam nach gangbaren, situationsangemessenen Lösungen in kleinen Schritten gesucht. Eltern werden bei Bedarf ermutigt, passende Unterstützungsangebote in Anspruch zu nehmen und mit Adressen von Hilfs-/Beratungseinrichtungen versorgt.

Die MitarbeiterInnen des ElternTelefons bieten den anrufenden Eltern auf diese Weise Entlastung und Unterstützung. Sie versuchen, die Kompetenzen und Ressourcen der anrufenden Eltern zu stärken, damit diese herausfordernde Lebensphasen entsprechend bewältigen können.

Auch Eltern dürfen Probleme, Sorgen und Ängste haben; ärgerlich, traurig oder wütend sein. Das ist ganz normal - Erziehung ist eben kein Kinderspiel. Sich dann Hilfe zu holen, ist keine Schande, sondern ein Zeichen von Verantwortungsbewusstsein.

Mag.^a Barbara Lanzerstorfer-Holzner, Projektleiterin ElternTelefon