

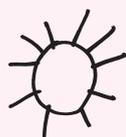
142

Telefonseelsorge Vorarlberg

Wir reden mit Ihnen

www.142online.at

Mailberatung



Wenn Sie uns unterstützen  
wollen, dann können Sie:

Menschen auf die Telefonseelsorge  
aufmerksam machen.

Ehrenamtliche/r MitarbeiterIn  
bei der Telefonseelsorge werden.  
Der nächste Ausbildungskurs startet  
voraussichtlich 2017.

Uns eine Spende auf das Konto 51 607  
bei der Sparkasse Dornbirn überweisen.  
BLZ 20 602, BIC: DOSPAT2D  
IBAN: AT45 2060 2000 0005 1607

Das soziale Engagement Ihrer Firma  
in einer Sponsoringpartnerschaft zum  
Ausdruck bringen.

Vereinsmitglied werden mit einem  
Jahresbeitrag von Euro 20,-



Mitglied der  
Österreichischen  
Leiterkonferenz



Telefonseelsorge

Vorarlberg

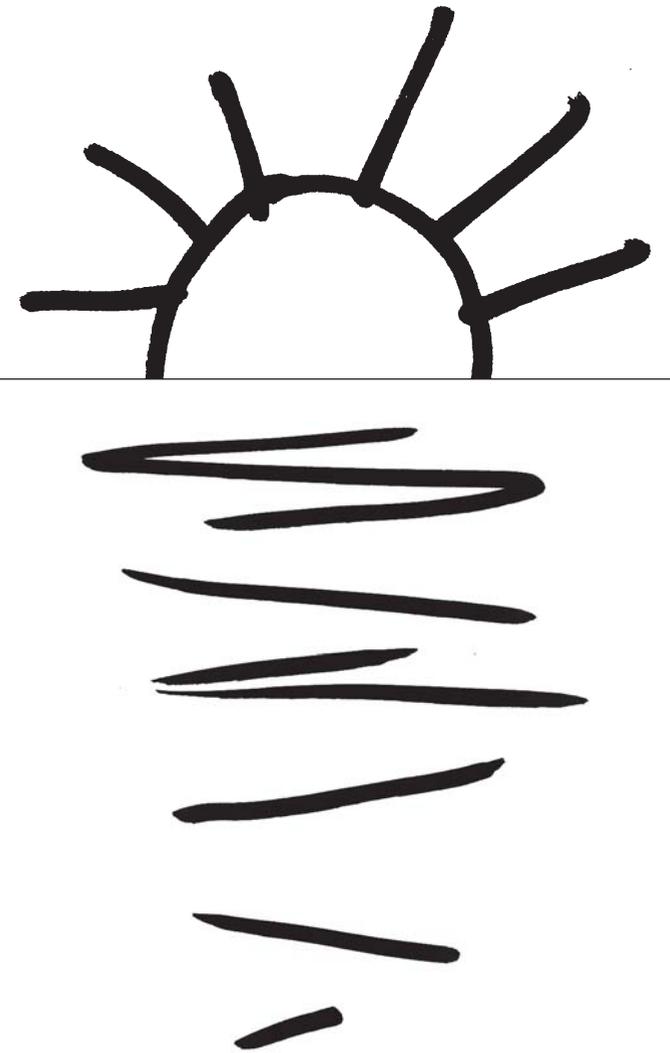
Humor in der Telefonseelsorge?

Jahresbericht

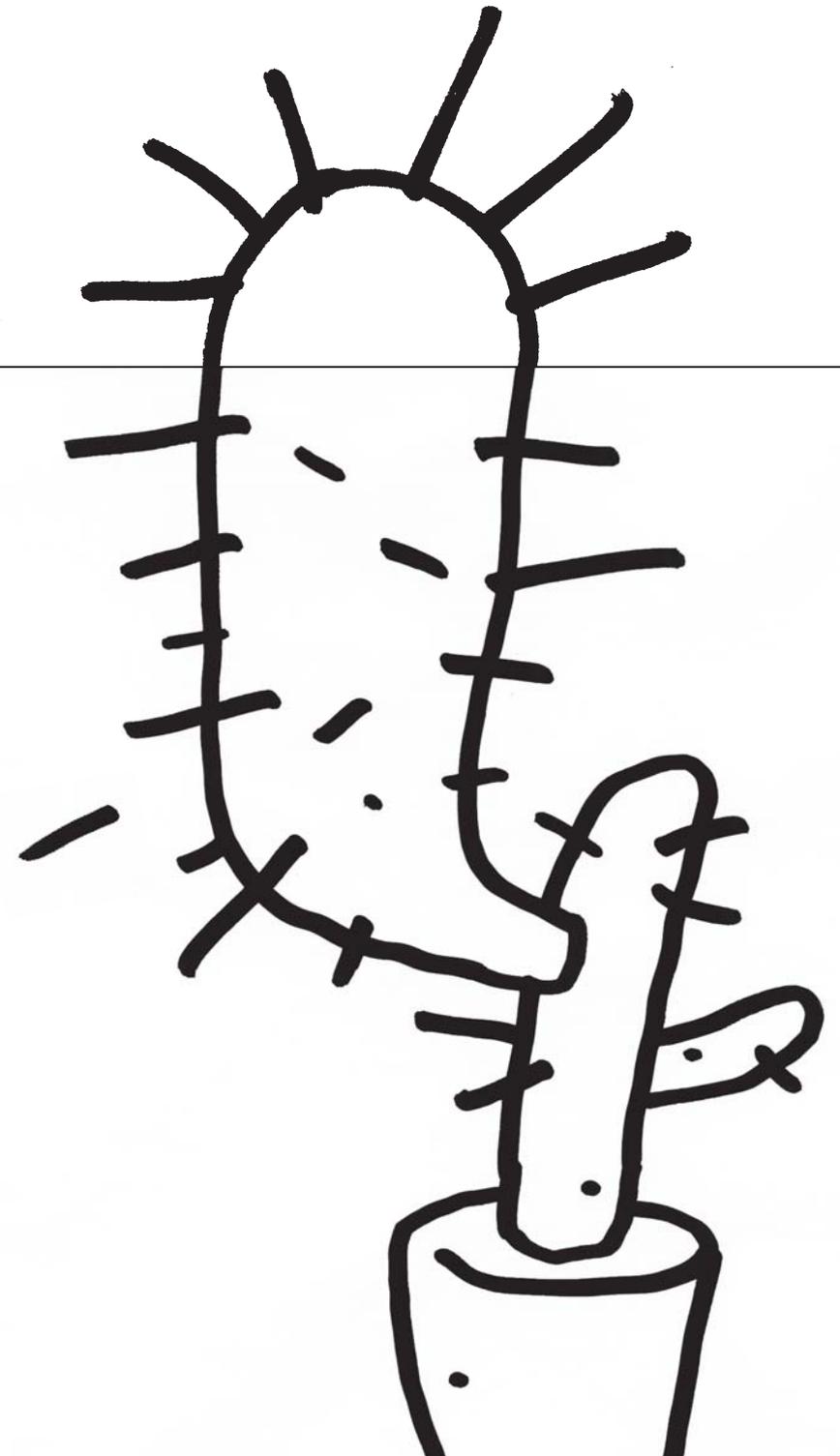
2015

**Etwas  
ganz  
Schlimmes  
ist mir  
passiert...**

... ich glaubte, die Sonne ginge  
für immer unter.

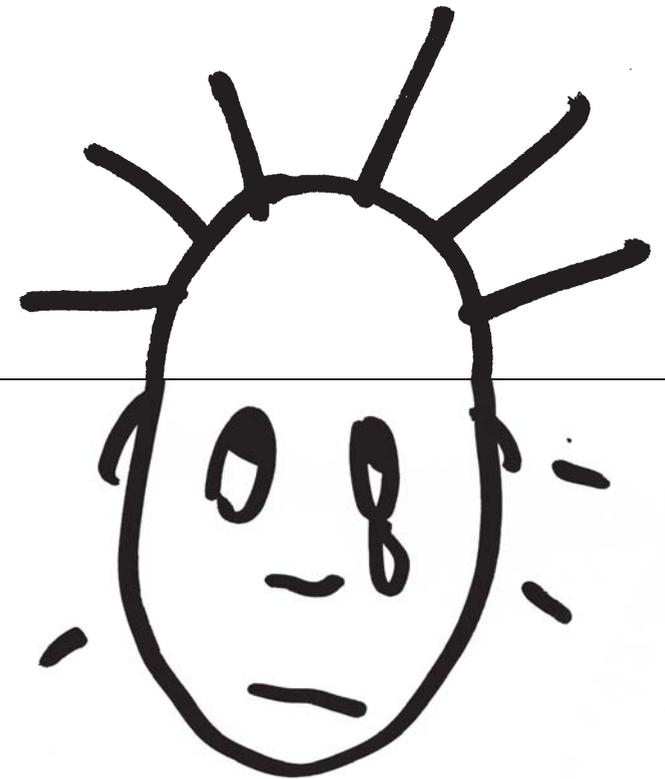


Alles fühlte sich stachlig  
und abweisend an.



---

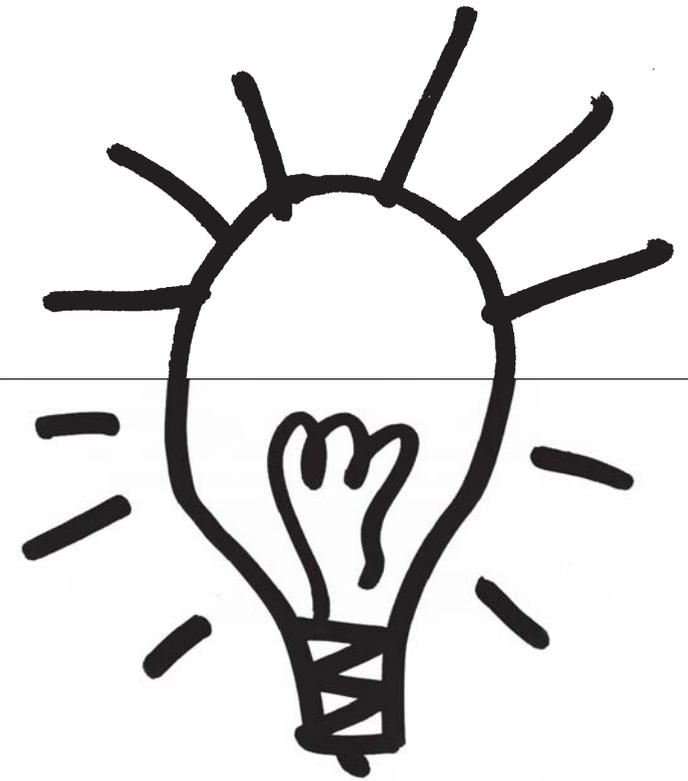
Mir standen die Haare zu Berge.  
Ich war verzweifelt.  
Ich warf einen Teller an die Wand  
und stopfte mich mit Schokolade  
voll. Dann betrank ich mich.



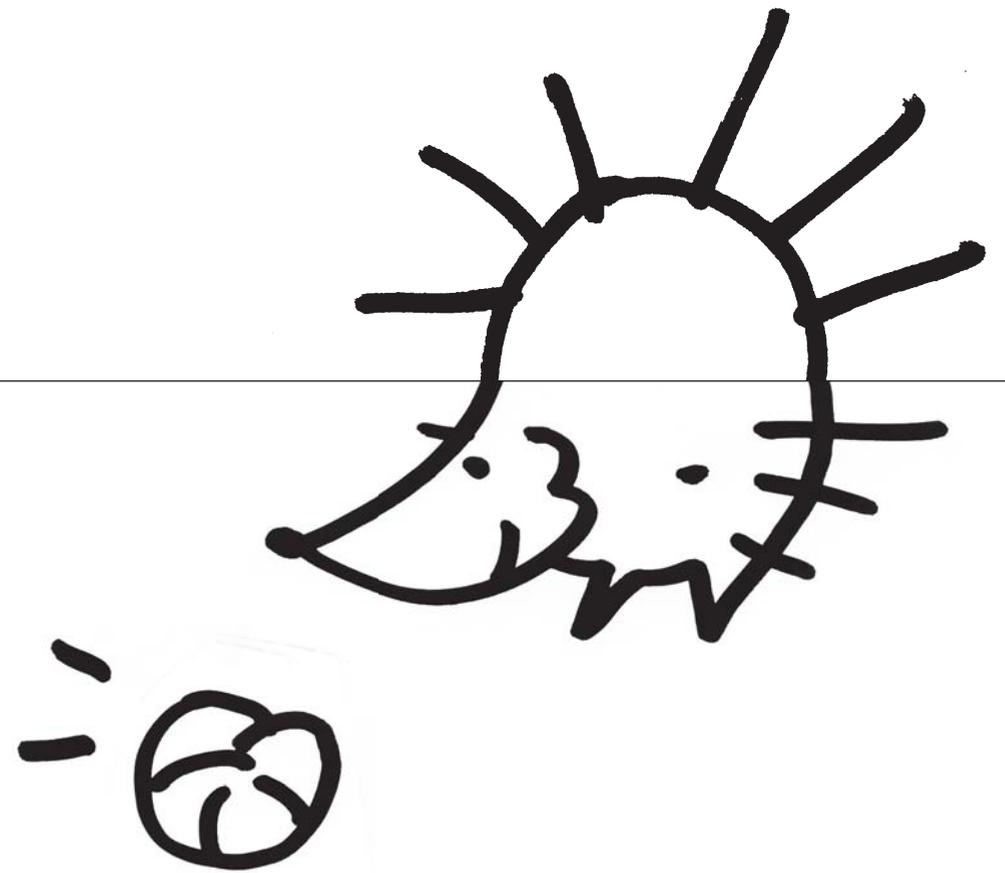
---

Am nächsten Morgen brummte  
meine ‚Birne‘.

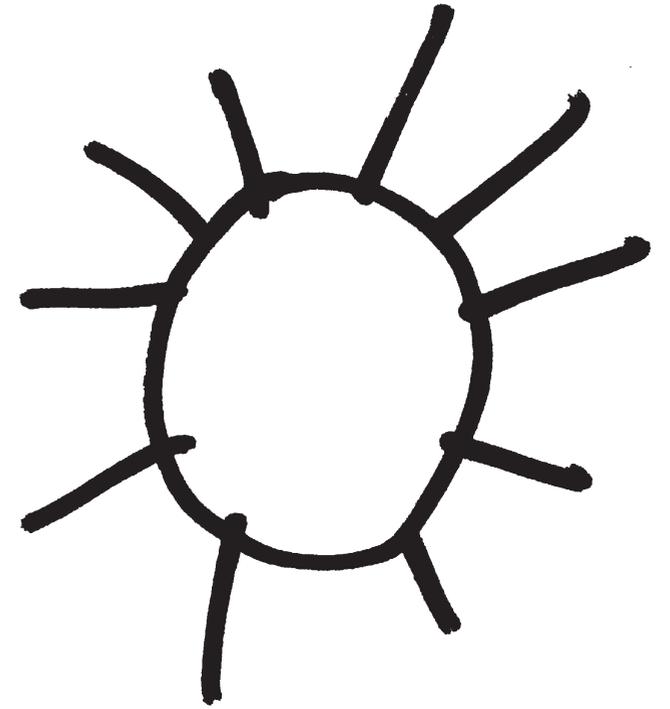
*Plötzlich ging mir ein Licht auf.*  
Ich wählte die Nummer 142.



Die angenehme Stimme am  
Telefon beruhigte mich. Ich fühlte  
mich wie ein ausgehungertes Igel,  
der gerade gefüttert wird.



Ich telefonierte noch ein paar mal mit angenehmen Stimmen. Heute lasse ich mir die Sonne auf den Bauch scheinen. Jetzt. Heute. Und wenn es geht, morgen auch noch. Jeden Tag ein Stück Italien. Danke 142.



Humor in der Telefonseelsorge? –  
„Ja, dürfen die denn das?“

„Die müssen sogar!“

Humor ist eine wichtige Kraftquelle für unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen für die Arbeit am Telefon. Einerseits für sich selber zur „Psychohygiene“ und andererseits für das Gegenüber am Telefon und in der Mailberatung als „Kraftquelle“.

Er wohnt jedem Menschen inne und liefert manchmal den entscheidenden Impuls, den inneren Heiler wieder wachzurütteln.

Dabei sind die Pole, in denen Humor zum Einsatz kommen kann, selbst in sehr schwierigen Situationen, wie z.B. Suizidgefahr, ziemlich weit auseinander. Auf der einen Seite kann er als kleines Augenzwinkern daherkommen – „Wenn einem das Wasser bis zum Hals steht, sollte man den Kopf nicht hängen lassen!“, andererseits kann er harte Provokation sein – „Wenn alle Stricke reißen, macht es keinen Sinn, sich aufzuhängen!“

Diese genannten Sätze können hundertmal nicht passen, aber dann gibt es das eine Gespräch, welches einem das Gefühl gibt, genau mit diesem Satz etwas zu bewegen. Dann löst ein Lachen die Anspannung und weckt beim Gegenüber Kraft und Lebensgeister.

Dazu braucht es Fingerspitzengefühl, eine gute Beziehung und eine Portion Mut. „Wer sich nicht in Gefahr begibt, kommt darin um“, sagte schon Herbert Achternbusch.

„... schau da fliegt was hin und her, zwischen uns zwei hin und her, schau da fliegt ein Lächeln hin und her und der Schnee draußen schmilzt“. In einem Lied von Ludwig Hirsch singt Rebekka Bakken diesen wunderschönen Refrain. Wenn es gelingt, dieses Lächeln in einem Gespräch aufblühen zu lassen, dann bringen wir den Schnee auf der Seele zum Schmelzen und Humor ist im Spiel.

Sepp Gröfler  
Leiter Telefonseelsorge

von Albert Lingg

Obmann

*Humor* als Thema eines Jahresberichts der TS mag erstaunen, ist es uns doch *Ernst* mit unserem Dienst und *Ernst* sind in der Regel auch die Anliegen der Anrufer. „*Humor* ist, wenn man trotzdem lacht“. Mit dieser sprichwörtlichen Wendung hat O. J. Bierbaum (1865 – 1910) treffend auf den Punkt gebracht, wie oft uns *heitere Gelassenheit* über die Widrigkeiten des Daseins hinweg helfen kann. *Humor hilft helfen* – ist auch Credo vieler Psychotherapeuten. Für *Viktor Frankl* etwa ist „der Humor nichts anderes als eine große Paradoxie“. Das Lachen kann unter anderem befreiend, entspannend und angstreduzierend wirken.

Und dies nicht nur in der Beratung und Psychotherapie, sondern vor allem im Alltag – wie auch seine Ehefrau Elli bestätigte: „In unserer Ehe war der *Humor* ein wichtiges *Lebenselexier*, es wurde bei uns sehr viel gelacht und diskutiert ...“  
Nachahmenswert – meint

Albert Lingg

## Wir über uns

Unsere langjährige Mitarbeiterin *Elisabeth Tos* hat sich am 1. Oktober 2015 in die wohlverdiente Pension verabschiedet. 23 Jahre hat Frau Tos die Geschicke der Telefonseelsorge wesentlich mitgeprägt und sehr wertvolle Arbeit geleistet. Ihre Verdienste kamen in einem sehr schönen, manchmal auch tränenreichen Abschiedsprozess noch einmal klar zum Ausdruck. Liebe Elisabeth, vielen Dank für alles, was Du für die MitarbeiterInnen der Telefonseelsorge und den Verein geleistet hast!

Mit 1. September 2015 hat *DSA Barbara Moser-Natter* die Stelle von Frau Tos angetreten. Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, der Leiter und die Vereinsmitglieder freuen sich, dass mit Frau *Moser-Natter* eine sehr kompetente Nachfolgerin gewonnen werden konnte. Die ersten Monate des Mitwirkens waren geprägt davon, Bewährtes fortzusetzen und parallel dazu eigene Akzente zu setzen. Herzlich willkommen im Team!

Im November 2015 wurde der 17. Ausbildungskurs abgeschlossen. Fünf Männer und zwölf Frauen verstärken seither das Team, welches auf 92 ehrenamtliche MitarbeiterInnen angewachsen ist.

Die Anruferzahlen sind gegenüber 2014 um ca. 2% gestiegen. In der Mailberatung wurden 77 Mailanfragen mehr beantwortet als im Jahr davor. Das bedeutet eine Steigerung von 28%, allerdings auf einem insgesamt niedrigeren Niveau.

Mit 652 akut krisenhaften Anrufen, 100 mehr als im Jahr davor, wurden jene Gespräche und Mails registriert, hinter denen Menschen in Ausnahmesituationen stehen. Hier wird die Telefonseelsorge besonders dringend gebraucht. Suizidgedanken, Gewalterfahrungen, psychische Ausnahmesituationen und -belastungen ... sind Themen solcher Gespräche und Mails. 37 Mal waren Kinder von solchen Situationen betroffen.

Die Möglichkeit, das soziale Netz Vorarlbergs durch einen Klick auf unsere Homepage abzurufen, wird gut angenommen und erleichtert manchem die Orientierung in der sozialen Landschaft des Landes. Unter [www.142online.at/soziales-netz](http://www.142online.at/soziales-netz) können Sie die sozialen Einrichtungen Vorarlbergs finden und nähere Informationen dazu in Erfahrung bringen. Unter [www.142online.at/impulsletter](http://www.142online.at/impulsletter) können Sie unseren kostenlosen Impulsletter abonnieren. Die Anmeldung ist ganz einfach und unverbindlich möglich und kann jederzeit sehr einfach wieder abbestellt werden.

## Statistik

### Anrufe in %

36	Männer
64	Frauen
68	Anonym
32	Namentlich
31	ErstanruferInnen*
69	MehrfachanruferInnen*

### Alter\* in %

5	0 – 19 Jahre
18	20 – 39 Jahre
37	40 – 59 Jahre
13	60 – 79 Jahre
2	über 80 Jahre
25	nicht erfasst

### Lebensform\* in %

39	Alleinlebend
11	in Partnerschaft
3	AlleinerzieherIn
5	Familie
7	Heim/WG
35	nicht erfasst

### Problembereich\*\* in %

44	Psychische Themen
14	Partnerschaft/Familie
13	Soziales Umfeld und Fachauskünfte
29	sonstige Themen

### Tagesbereich in %

19	Vormittag
32	Nachmittag
35	Abend
14	Nacht

## Telefonseelsorge Notruf 142

Anrufe gesamt: 12.962

2015 wurde unsere Notrufnummer zusätzlich  
1.149 mal missbräuchlich beansprucht!  
652 mal wurde die Notrufnummer 142  
in akuten Krisensituationen gewählt, davon  
37 mal von Kindern!

\* Konnten nur zum Teil oder ungenau  
erhoben werden

\*\* Mehrfachnennungen möglich

## Statistik

<u>Anrufe in %</u>	<u>Anlässe für Anrufe** in %</u>
47 <u>Burschen</u>	17 <u>Familienprobleme</u>
53 <u>Mädchen</u>	13 <u>Freundschaft, Liebe</u>
83 <u>Anonym</u>	13 <u>Probleme mit Gruppen</u>
17 <u>Namentlich</u>	4 <u>Probleme in der Schule</u>
55 <u>ErstanruferInnen*</u>	4 <u>Gewalt</u>
45 <u>MehrfachanruferInnen*</u>	5 <u>Sucht</u>
	21 <u>Psychische Probleme</u>
	7 <u>Lebenssituation</u>
	3 <u>Fachauskünfte</u>
	12 <u>Anrufe ohne spezielles Thema</u>
	1 <u>Schweiganrufe</u>
	<u>Tagesbereich in %</u>
	14 <u>Vormittag</u>
	32 <u>Nachmittag</u>
	42 <u>Abend</u>
	12 <u>Nacht</u>

<u>Anrufe in %</u>	<u>Lebensform* in %</u>
20 <u>Männer</u>	16 <u>Alleinlebend</u>
80 <u>Frauen</u>	14 <u>in Partnerschaft</u>
72 <u>Anonym</u>	4 <u>AlleinerzieherIn</u>
28 <u>Namentlich</u>	49 <u>Familie</u>
33 <u>ErstanruferInnen*</u>	1 <u>Heim/WG</u>
67 <u>MehrfachanruferInnen*</u>	16 <u>nicht erfasst</u>
	<u>Problembereich** in %</u>
	47 <u>Psychische Themen</u>
	26 <u>Partnerschaft/Familie</u>
	16 <u>Soziales Umfeld</u>
	11 <u>Fachauskünfte</u>
	<u>Tagesbereich in %</u>
	21 <u>Vormittag</u>
	32 <u>Nachmittag</u>
	43 <u>Abend</u>
	4 <u>Nacht</u>

Details Jugendliche  
Anrufe gesamt: 695

Mailberatung  
www.142online.at  
gesamt: 317

## Finanzierung und Sponsoring

in %

47	<b>Land Vorarlberg</b>
43	<b>Diözese Feldkirch</b>
2,5	<b>Freiwilliger Beitrag von MitarbeiterInnen für Fortbildungen</b>
1,5	<b>Evangelische Gemeinde Vorarlberg</b>
1	<b>Vorarlberger Gebietskrankenkasse</b>
—	Österreichische Nationalbank
—	Sparkasse Dornbirn und weitere Banken
—	Vorarlberger Kraftwerke AG
—	Arbeiterkammer Vorarlberg
—	Vorarlberger Volkswirtschaftliche Gesellschaft
—	Ämter der Stadt Dornbirn, Bludenz, Bregenz,
—	Feldkirch und Hohenems
—	Marktgemeinden Lustenau, Schwarzach, Lauterach,
—	Wolfurt, Egg, Gemeinde Höchst,
—	sowie viele weitere Pfarren und Gemeinden Vorarlbergs
—	und private Spender und Vereinsmitglieder
5	<b>Spenden gesamt</b>

## Dank

**Danke** an alle Subventionsgeber, Sponsoren und Spender, die mit ihren Beiträgen die Basis für eine gute Arbeit begründen. Ein besonderer Dank gilt in diesem Zusammenhang auch allen Kirchenbeitragszahlern. Deren Beiträge ermöglichen erst die Unterstützung der Telefonseelsorge durch die Diözese Feldkirch!

Brauchen Sie für ein Spendenprojekt noch konkrete Informationen? Haben Sie Interesse an einer Sponsoringpartnerschaft? Nehmen Sie bitte Kontakt auf mit unserem Leiter Sepp Gröfler: [sepp.groefler@ts-vorarlberg.at](mailto:sepp.groefler@ts-vorarlberg.at).

Spenden erreichen uns über das Konto bei der Sparkasse Dornbirn:  
IBAN: AT45 2060 2000 0005 1607  
BIC: DOSPAT2DXXX

## Veranstaltungen 2015

TN = TeilnehmerInnen

<b>Jänner</b>	<b>Pastorale Kernkompetenzen, Workshop der Diözese Feldkirch</b> Teilnahme durch Sepp Gröfler
<b>Februar</b>	<b>Ausbildung der MailberaterInnen der Telefonseelsorge Österreich / Teil 1</b> Wolfgang Bögl und Sepp Gröfler – Ausbildungsleitung
<b>März</b>	<b>Start der 17. Ausbildungsgruppe der Telefonseelsorge, Batschuns</b> Leitung: Elisabeth Tos, Dr. Peter Lissy, Sepp Gröfler – 14 TN
	<b>Humor in der Telefonseelsorge</b> Workshop mit Sepp Gröfler, Telefonseelsorge Ravensburg
	<b>Ehrung von Bernadette Kazil durch das Land Vorarlberg.</b> Frau Kazil erhält das Große Verdienstzeichen des Landes Vorarlberg für ihre 27-jährige ehrenamtliche Tätigkeit für die Telefonseelsorge!
<b>April</b>	<b>Ausbildung der MailberaterInnen der Telefonseelsorge Österreich / Teil 2</b> Wolfgang Bögl und Sepp Gröfler – Ausbildungsleitung
	<b>Workshop zur Arbeit der Telefonseelsorge für die Konfirmanden der evangelischen Gemeinde Dornbirn</b> mit Sepp Gröfler
<b>Mai</b>	<b>Vorstellung der Arbeit der Telefonseelsorge im EFZ Feldkirch</b> Sepp Gröfler

<b>Juni</b>	<b>Sommerfest Museumsbrunch</b> 48 TN
<b>August</b>	<b>Bodenseetreffen der Stellen Dargebotene Hand St. Gallen, Telefonseelsorge Ravensburg, Konstanz, Dornbirn</b> in der Stelle St. Gallen mit Sepp Gröfler und Elisabeth Tos
<b>September</b>	<b>Cafe 142</b> Abschiedstag für Elisabeth Tos
<b>November</b>	<b>MitarbeiterInnenfest in Feldkirch</b> 85 TN
<b>Dezember</b>	<b>50 Jahre Bildungshaus Batschuns</b> Kabarett-Auftritt Sepp Gröfler
	<b>BORG Lauterach – Vorstellung der Telefonseelsorge</b> 2 Vorträge mit Sepp Gröfler
<b>Ganzjährig</b>	<b>5 Treffen der MitarbeiterInnenvertretung</b> 9 TN
	<b>Redaktionssitzungen für den Impulsletter der Telefonseelsorge</b> Vier ehrenamtliche MitarbeiterInnen und Sepp Gröfler

## Fortbildungsprogramm 2015

<b>Februar</b>	<b>Sprache formt Wirklichkeit</b> mit Astrid Weidner, Bruchsal – 8 h   16 TN
<b>März</b>	<b>Dem Schrecken, der Verzweiflung ein würdiges Gefäß geben</b> mit Mag. Barbara Knittel, Feldkirch – 8 h   16 TN
	<b>LeiterInnentagung der Österreichischen TS in Salzburg</b> , Elisabeth Tos und Sepp Gröfler
<b>April</b>	<b>Film- und Diskussionsabend zum Thema Soziopathie und Psychopathie</b> mit Dr. Franz Riedl, Bregenz – 3 h   18 TN
<b>Mai</b>	<b>Ich stelle meine Themen – ich stelle mich meinen Fragen</b> Aufstellungstag mit DSA Maria Hartmann, Bregenz – 8 h   12 TN
<b>Juni</b>	<b>Treibgut – Hand-Werk-Wort Workshop</b> mit Sepp Gröfler, Dornbirn – 8 h   12 TN
<b>September</b>	<b>Die Anonymen Alkoholiker stellen sich vor</b> , Dornbirn – 3 Teilnehmer der Selbsthilfegruppe berichten aus ihrem Leben und geben wertvolle Einblicke in die Arbeit – 2 h   20 TN
<b>Oktober</b>	<b>Österreichweite „Tagung für Online-BeraterInnen“ in St. Pölten, NÖ</b> – 3 Tage   7 TN
	<b>Trauergespräche am Telefon</b> mit Mag. Eva Steinbichler, Graz – 8 h   16 TN
<b>November</b>	<b>LeiterInnentagung der österreichischen TS in Salzburg</b> Barbara Moser-Natter und Sepp Gröfler – 2 Tage
<b>Dezember</b>	<b>Anklang – Das Geheimnis des Angerührtwerdens</b> mit Dr. phil. Barbara Gindl, Will – 8 h   16 TN

### Impressum

Herausgeberin:  
Arbeitsgemeinschaft  
für Telefonseelsorge  
und Krisenintervention  
F.d.l.v.: Sepp Gröfler  
Postfach 51  
A-6850 Dornbirn  
office@ts-vorarlberg.at

Inhaltliche Gestaltung:  
Albert Lingg  
DSA Barbara Moser-Natter  
Sepp Gröfler

Illustrationen und Gestaltung:  
Peter Felder Grafikdesign  
Rankweil

## Öffentlichkeitsarbeit

Wenn Sie unsere Öffentlichkeitsarbeit unterstützen möchten, senden wir Ihnen gerne kleine Plakate oder Visitenkarten zur Auflage in Ihrem Umfeld zu. Bestellungen bitte unter der Nummer 05572/26 368 (vormittags) oder unter: office@ts-vorarlberg.at

Über unsere Homepage **www.142online.at** können Sie kostenlos einen Impulsletter abonnieren, der Ihnen pro Jahr ca. zehn Impulse aus unserer Arbeit näherbringt.

Auf unsere Informationskartei zum sozialen Netz Vorarlbergs können Sie ebenfalls über **www.142online.at** zugreifen. Hier finden Sie alle wichtigen Informationen zur sozialen Landschaft des Landes.