



Die **Telefonseelsorge Österreich** ist eine Einrichtung, die seit Jahrzehnten Menschen in seelischen Krisen begleitet. Kostenlos, anonym, rund um die Uhr – telefonisch und online.

Unsere Erfahrung zeigt: Armut ist keine freie Entscheidung und nicht nur ein ökonomisches Problem.

Sie hat auch emotionale, psychische und soziale Dimensionen.

Und oft beginnt sie dort, wo Menschen den Kontakt zur Gesellschaft verlieren –

wo sie sich nicht mehr verstanden fühlen, wo das Vertrauen fehlt, sich Hilfe zu holen,

wo das Gefühl entsteht: „Für mich ist niemand mehr da.“ Viele unserer Anruferinnen und Anrufer befinden sich in akuten Krisen, leiden unter Einsamkeit, psychischen Belastungen und Existenzängsten.

Genau hier setzen die vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Telefonseelsorge an: Sie schenken ein offenes Ohr, zeigen Mitgefühl und nehmen sich Zeit. Das ist weit mehr als ein Gespräch – es ist aktive Prävention. Denn wer sich gehört und ernst genommen fühlt, schöpft oft neue Kraft und Perspektive.

Es bedeutet auch: Du bist nicht allein. Deine Sorgen zählen.

Ziel ist es, Menschen zu stärken, bevor sie den Halt verlieren – durch Orientierung, Entlastung und konkrete nächste Schritte. Die Telefonseelsorge hilft, Gedanken zu klären und emotionale Überforderung zu mildern. Denn wer früh Unterstützung erlebt, gerät seltener in akute Krisen. Wer verstanden wird, bleibt in Verbindung. Und wer reden kann, muss nicht still bleiben – bis es zu spät ist.

Die Telefonseelsorge ist ein wichtiger Player in der Armutsbekämpfung.

Aber sie ist ein **wichtiger Baustein in der Prävention von Vereinsamung, psychischer Destabilisierung und sozialem Rückzug** – alles Faktoren, die Armut begünstigen oder verschärfen.

Wir arbeiten eng mit sozialen Einrichtungen zusammen, kennen Unterstützungsangebote, begleiten in Gedanken, stärken in Entscheidungen. Aber vor allem: **Wir sind da – wenn sonst niemand da ist.**

Die Gesellschaft braucht viele Antworten auf Armut, die Telefonseelsorge ist sicherlich eine davon und wer mit Sorgen nicht allein bleiben will, kann jederzeit ein offenes Ohr ganz anonym, kostenlos, vertraulich – unter der 142 erreichen. Und in täglich auch im Chat.