

Wir beraten Menschen  
in kleinen und großen Krisen.  
Und wir bieten Praktikumsplätze  
für LSB in Ausbildung an.

EIN PROJEKT DES ÖVLSB  
**SOS CORONA**  
KRISENINTERVENTION

# SOS Corona Krisenintervention

Ein Beratungsprojekt des



**ÖVLSB**

ÖSTERREICHISCHER VERBAND  
DER LEBENS- UND SOZIALBERATERINNEN



ÖVLSB

ÖSTERREICHISCHER VERBAND  
DER LEBENS- UND SOZIALBERATERINNEN

# Der Verband

Der ÖVLSB wurde in COVID-Zeiten im Mai 2020 als österreichweiter Berufsverband gegründet, um als eine wirksame Vermittlungsplattform zwischen der Bevölkerung und den österreichischen Lebens- und SozialberaterInnen zu fungieren. Die Interessenvertretung der Wirtschaftskammer wird durch den neuen Verband kongenial unterstützt, zusätzlich erfahren auch LebensberaterInnen in Anstellung, in Pension, wie auch in Ausbildung Berücksichtigung und Unterstützung.



Der Verband hat sich zum Ziel gesetzt, die Leistungen unserer BerufskollegInnen den Menschen nahe zu bringen, die deren Unterstützung dringend benötigen.

Eine annehmende Grundhaltung gegenüber allen Aspekten und Ausdrucksformen des Menschseins ist eine der Grundvoraussetzungen unseres Berufs. Das wollen wir in Form von Projekten nach außen tragen. Unsere Profession wird – gerade in der jetzigen Zeit – ganz besonders gebraucht.

Die Herausforderung neue Wege zu finden oder gehen zu müssen, die massiven Veränderungen, die uns bevorstehen und die Frage nach dem Sinn beschäftigen uns Menschen immer – und jetzt besonders intensiv. Hier wollen wir einen wertvollen Beitrag zur Stabilisie-

rung der Gesellschaft und zu einem gesunden und glücklichen Leben unserer Mitmenschen leisten.

Eines der wichtigsten Anliegen ist die Förderung von AusbildungskandidatInnen und jungen LebensberaterInnen. Sie finden bei uns die Möglichkeit, sich in Form eines Praktikums einzubringen und werden von erfahrenen KollegInnen supervidiert. Wir unterstützen sie auch beim Einstieg in die Selbständigkeit.

Leben heißt Veränderung, Begegnung und Entfaltung. Wir begleiten Menschen auf dem Weg der Persönlichkeitsentwicklung und in Entscheidungs- und Problemsituationen. Ganz wichtig ist uns dabei, die Eigenverantwortung bei unseren KlientInnen zu lassen. In diesem Sinne sehen wir uns als HilfestellerInnen und ImpulsgeberInnen.

## Im ÖVLSB arbeiten Menschen für Menschen

Wir vertreten eine Haltung von „gemeinsam und gleichzeitig individuell“, jede und jeder nährt jede und jeden durch ihr und sein „Sein“ und ihre und seine Haltung im Leben und im beruflichen „Tun“.



## SOS Corona: Hilfsportal in der Krise und Praktikums- Angebot für angehende Lebens- und SozialberaterInnen

EIN PROJEKT DES ÖVLSB  
**SOS CORONA**  
KRISENINTERVENTION

Das Onlineportal [sos-corona.org](https://sos-corona.org) wurde zu Beginn der Pandemie durch den ÖVLSB ins Leben gerufen, um Menschen kostenlose Kriseninterventionsleistungen anzubieten. Auf dieser Plattform waren und sind bis zu 400 Lebens- und SozialberaterInnen aus ganz Österreich tätig.

### GEWICHTIGE GRÜNDE:

**S**eit dem Beginn der Pandemie, Anfang des Jahres 2020, befindet sich das Land im Ausnahmezustand. Die Belastungen der ÖsterreicherInnen nahmen dramatisch zu, zusätzlich werden viele negative Folgen erst jetzt nach und nach deutlich. Es erschien und erscheint also besonders notwendig und sinnvoll, das Beratungsangebot der Lebens- und SozialberaterInnen effektiver nach außen zu tragen und einen Schwerpunkt auf die psychosoziale Krisenintervention zu legen. Mit den Beratungspotentialen der Lebens- und Sozialberatung werden Menschen mit ihren Belastungen (Familien- und Beziehungsprobleme, Jobverlust, Existenzgefährdung, soziale Isolation, Zunahme psychischer Erkrankungen) ganzheitlich begleitet und profund unterstützt. Dies ermöglicht es, in schwierigen Lebensphasen realistische Lösungswege für sich zu finden.

### NEUE CHANCEN:

**D**ie derzeitigen gesellschaftlichen Herausforderungen bieten jedoch für Lebens- und SozialberaterInnen auch große Chancen, der österreichischen Bevölkerung ihr ganzheitliches Beratungsangebot wirksam zu vermitteln. In diesem Geiste wurde die Internetplattform **SOS Corona** mit einer eigenen Telefon-Krisenhotline eingerichtet. Der ÖVLSB wurde dabei als Trägerstruktur gegründet und übernahm in Folge zur Gänze die Plattform SOS Corona.

Dabei galt es die wertvollen Bemühungen der Interessensvertretung innerhalb der Wirtschaftskammer Wien zu verstärken, indem allen teilnehmenden KollegInnen die Möglichkeit gegeben wurde, auf dieser Plattform mit persönlichem Foto und den eigenen Kontaktdaten direkt mit potentiellen KlientInnen in Kontakt zu treten.





# Helpen und dabei trainieren. Eine klare Win-Win-Situation.

## Neue Perspektive

Ich hatte als alleinerziehende Mutter zur Zeit der Lockdowns schwer zu kämpfen. Ich habe bei SOS-CORONA tolle Unterstützung erfahren und bin extrem dankbar dafür! – *Sabine K., 28*

Im Rahmen dieses Krisenportals SOS CORONA entstand auch eine eigene Praktikumsstelle für Lebens- und SozialberaterInnen in Ausbildung unter Supervision, die vom ÖVLSB mittels autorisierter SupervisorInnen zur Gänze betreut wird.

So wurden seit März 2020 bis dato zukünftige KollegInnen in Ausbildung im Rahmen ihres Praktikums für Ihre fachliche Tätigkeit durch verpflichtende Supervisionen profund begleitet: Einerseits durch Mitarbeit für die Online-Plattform **SOS Corona im Rahmen der kostenfreien Krisenintervention**, andererseits in der persönlichen Face-toFace-Beratung für Menschen, die in der ersten Phase der

keit und führen häufig zu längerdauernden Beratungsprozessen. Mit unternehmerischer Kompetenz gelingt es den Lebens- und SozialberaterInnen auf diese Weise wiederkehrende KlientenInnen zu gewinnen, und eine seriöse Beratungsbeziehung mit transparenter Finanzierung zu etablieren.

In einem eigenen Onlineauftritt wurde das „Sorgen- und Hoffnungsportal“ veröffentlicht, damit die telefonische Hotline bundes-



## Selbstwertgefühl

Ich habe durch Corona meinen Job verloren und war verzweifelt. Ein Lebens- und Sozialberater hat mir Mut gemacht, trotz meines „vorergrühten Alters“ neue Visionen zu entwickeln. Ich habe mich vor kurzem selbständig gemacht und lasse mich weiterhin beraten, wenn ich Zweifel habe oder einen Motivationsschub brauche – *Franz P., 63*

weit eine breitere Bevölkerungsschicht erreicht

und so auch in allen Regionen der österreichischen Bundesländer das Beratungsangebot dieses Portals letztlich in die ländliche Dorfgemeinschaft bzw. in die „Grätzelszene“ einer Großstadt gelangen kann. Unterstützt wird dieses Vorhaben durch die Plattform [www.lebegut.org](http://www.lebegut.org) – die ebenfalls vom ÖVLSB betrieben und betreut wird.

## Ehe gerettet

Mein Mann und ich hatten durch das ständige Zusammensein immer mehr Konflikte. Wir haben uns beraten lassen und konnten unsere Beziehung auf eine neue Basis stellen. Ich bin happy! – *Martina F., 44*



Pandemie dringend psychosoziale Begleitung benötigten und wegen der fortdauernden Krisensituation auch weiterhin brauchen und suchen.

Die kostenfreien Erstberatungen für Menschen in Krisen sind eine niederschwellige Einstiegsmöglich-

## Als Chance genutzt

Nach Abschluss des Studiums fand ich wegen der Pandemie keinen Job. Ich war fix und fertig! Dank einer tollen Beratung auf SOS Corona beschloss ich, mich weiter zu spezialisieren. Ich weiß jetzt, wo ich mir Unterstützung holen kann – *Bertram N., 25*



© 2020 SOS-CORONA.ORG

Startseite Psychosoziale Krisenintervention Gesunder Sport Gesunde Ernährung Tipps zur Selbsthilfe Organisation Personenbetreuung

PERSONENBETREUERINNEN WKW Info-Service Corona

# SOS-CORONA.ORG

EINE INITIATIVE DES ÖSTERREICHISCHEN VERBANDES DER LEBENS- UND SOZIALBERATERINNEN

## Strategien im Umgang mit der Corona-Pandemie

Willkommen auf dem Informationsportal des Österreichischen Verbandes der Lebens- und SozialberaterInnen. Wir möchten Sie in dieser Krise unterstützen. **Wir bieten – laufend aktualisiert – folgende Hilfestellungen an:**

- KRISEINTERVENTION FÜR ALLE:** Beratung bei Stress und Angst durch geprüfte Lebens- und SozialberaterInnen
- SPORT & BEWEGUNG IN DER KRISE:** SportwissenschaftlerInnen unterstützen Sie mit maßgeschneiderten Konzepten
- GESUNDE UND HEILSAME ERNÄHRUNG:** Wie Sie Ihren Körper schützen und widerstandsfähig gegen Infektionen machen
- FÜR VERMITTLUNGSAGENTUREN IN DER PERSONENBETREUUNG:** Unterstützung bei Koordination und Krisenmanagement
- FÜR PERSONENBETREUERINNEN:** Unterstützung bei Krisen in den Muttersprachen, Hilfe bei Organisation
- FÜR MITGLIEDS-UNTERNEHMEN:** Unser aktuelles Informations-Service für Mitgliedsbetriebe zur Corona-Krise

WERTVOLLE TIPPS ZUR SELBSTHILFE – Unser Erste-Hilfe-Kasten



**Die Lebens- und SozialberaterInnen lassen Sie mit Stress, Kummer und Angst nicht alleine.**

**☎ 0820 89 01 01**



**Die Lebens- und SozialberaterInnen lassen Sie mit Stress, Kummer und Angst nicht alleine.**

**☎ 0820 89 01 01**

**SOS-Corona:**  
kostenlose Hilfe  
auf der Online-  
Krisenplattform und  
den telefonischen  
Krisen-Hotlines

**Initiativen des ÖVLSB,  
von der Wirtschaftskammer  
Wien umgesetzt**

# SOS Corona: Grundlage und Inhalte der Beratungen

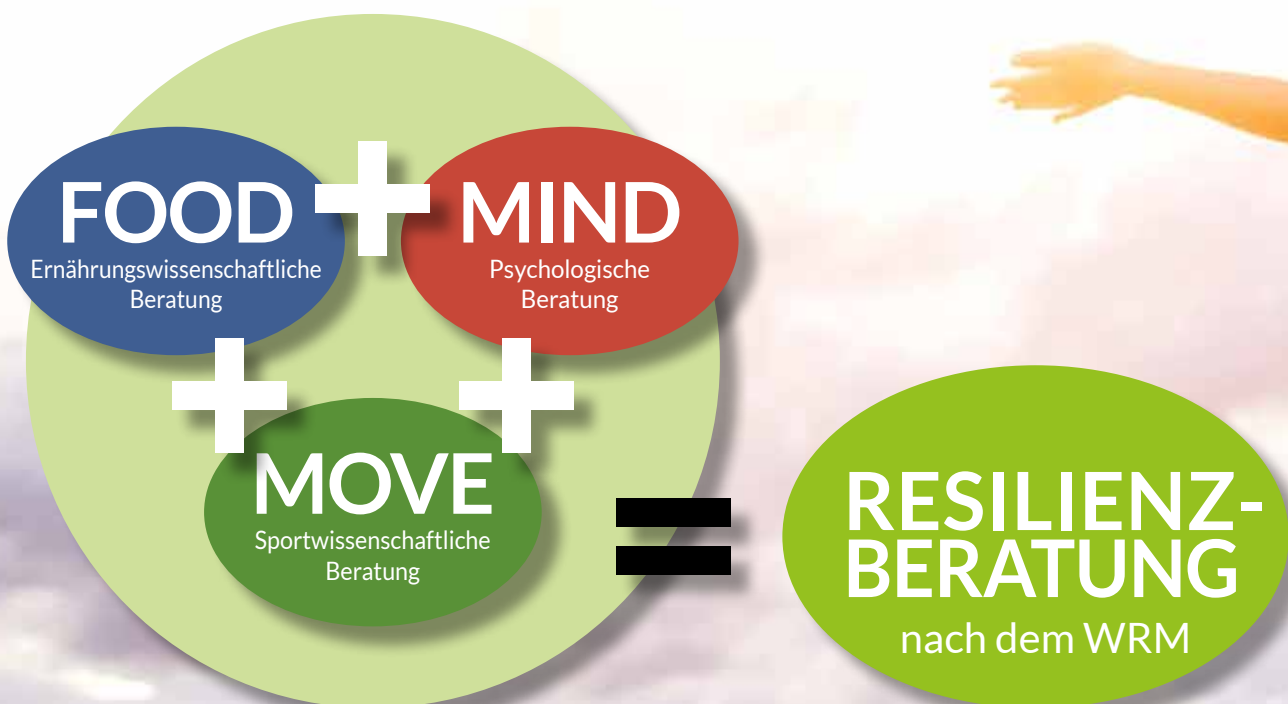
**D**ie Grundlage aller Beratungen liefert das WIENER RESILIENZ MODELL – kurz WRM – welches fachlich auf der holistischen Verbindung von den Säulen FOOD, MOVE und SOCIAL MIND aufbaut. Es geht dabei um eine ganzheitliche Lebensberatung, die mit ihren Beratungsinterventionen auf die holistische Stärkung der RESILIENZ, als psychophysische Widerstandsfähigkeit des menschlichen Organismus, in Verbindung zum sozialen Umfeld, abzielt.

Das WRM will ursächlich die „Urkraft“ des Menschen und seiner Sozietäten stärken, indem es auf ein gelungenes Lebensrollenmanagement abzielt, um in Folge psychosoziale oder physische Krisen besser bewältigen zu können.

**SOS CORONA liefert hierbei einen Beratungsansatz hinsichtlich der Ressourcenoptimierung von Menschen und deren Familien.**

Die Plattform bietet einzigartig die Möglichkeit, zeitgemäße hybride Beratungsformen durchzuführen, insbesondere durch das Angebot einer digitalen Helpline (Telefon, Online) um Menschen in ihren Alltagsorgen und beruflichen wie privaten Herausforderungen professionell zu stützen: Onlineberatungen für tägliche Allfälligkeiten, wie auch für Krisen, sowie Face-to-Face-Beratung bis hin zu Selbsthilfegruppen habe sich dabei bestens bewährt.

**D**ie Isolationspolitik der letzten Monate hat zu immensen psychosozialen Problemfeldern geführt. Dank dieses Projektes konnte und kann vielen Menschen effektiv und nachhaltig geholfen werden. Gerade die achtsame Revitalisierung in Richtung sozialer Kontakte, Überwindung von Existenzängsten, um wiederum einen guten Alltag mit Glücksoasen zu gestalten, stehen dabei im Vordergrund!



**So funktioniert das Wiener Resilienzmodell**



# Supervision und Beratung von PersonenbetreuerInnen



In der CORONA Krisenzeit haben besonders die Säulen der Daseinsvorsorge eine extrem wichtige Aufgabe für ca. 40 000 österreichische Familien geleistet. Mit etwa 900 Organisationen für Personenbetreuung und circa 60 000 PersonenbetreuerInnen aus den östlichen Ländern der EU wurde es unter einem enormen Einsatz von menschlichen und organisatorischen Kapazitäten ermöglicht, dass die Betreuung von alten und kranken Menschen in den eigenen Häusern ohne Ausfälle oder Störungsfaktoren bis heute stabil blieb.

Dennoch waren PersonenbetreuerInnen in der sogenannten Lebensbegleitung innerhalb des Verbandes von österreichischen Familien enormen

Strapazen ausgesetzt. SOS CORONA hat deshalb im Besonderen mit einem eigenen Schwerpunkt die PersonenbetreuerInnen durch spezielle Beratungs- und Supervisionsangebote gestützt und sie in ihren herausfordernden Tätigkeiten durch eine gesonderte „Beratungstaskforce“ psychosozial beraten und begleitet. Auch hier wurden im speziellen BeraterInnen eingesetzt, die zum einen über psychosoziale Beratungskompetenzen wie auch Befugnisse verfügen aber zum anderen auch die jeweilige sprachliche Fertigkeit mitbringen.

**Bibiana Kudziowa,**  
*Personenbetreuerin*



Für die professionelle Psychohygiene der Lebens- und SozialberaterInnen, wie auch aller anderen beratenden und begleitenden Berufsgruppen, ist es aus professioneller Sichtweise notwendig sich selbst in verpflichtende Supervision zu begeben. Dadurch soll das Seelenheil der beratenden Personen aufrechterhalten bleiben, um professionell die psychosozialen Belastungen der Beratungstätigkeit „gut verdauen“ zu können.

Weil gerade die CORONA Zeit zu enormen Belastungen der Beraterinnen geführt hat, wurden im Rahmen der Plattform SOS CORONA gesondert bundesweite Angebote zur Supervision von LebensberaterInnen ausgerollt. Mit dieser Hotline für Beraterinnen ist die Lücke geschlossen, um den Anspruch erheben zu können, mit SOS CORONA alle Bereiche der Stärkung von helfenden Menschen in ihrer Berufung und in ihrem Beruf abgedeckt zu haben!

**Stephanie Niederhuber,**  
*Lebens- und Sozialberaterin*



# Projektinitiatoren, SupervisorInnen und Projektverantwortliche



**Maresi Frauendorfer**  
**Obfrau des ÖVLSB**  
Lebens- und Sozialberaterin,  
Ombudsfrau & Leiterin der  
EthikKommission in der WKW,  
FG für Personenberatung



**Birgit Meerwald**  
**Generalsekretärin des ÖVLSB**  
Lebens- und Sozialberaterin, Supervisorin,  
akkr. Erziehungsberaterin § 107, Koordinatorin  
der Schnittstelle zwischen ÖVLSB & Fach-  
gruppe für Personenberatung & -betreuung in  
der WKW



**Beate Kolouch**  
**Vorstandsmitglied des ÖVLSB**  
Lebens- und Sozialberaterin,  
Supervisorin, ZivRMediatorin,  
BGO § 39 LSB in der WKW,  
Koordinatorin der Schnittstelle zwischen  
ÖVLSB & SupervisorInnenverbänden



**Stephanie Niederhuber**  
**Vorstandsmitglied des ÖVLSB**  
Lebens- und Sozialberaterin, Supervisorin,  
Koordinatorin der Schnittstelle zwischen  
Lebensberatung und Lebensbegleitung



**Oliver Zehner**  
**Vorstandsmitglied des ÖVLSB**  
Lebens- und Sozialberater, Werbekaufmann  
und Designer, Koordinator der Schnittstelle  
zwischen ÖVLSB und Unternehmensberater-  
strukturen, Creative Director des ÖVLSB



**Mag. Haris Harald G. Janisch**  
**Gründungsmitglied des ÖVLSB**  
Lebens- und Sozialberater, Supervisor, Sport-  
wissenschaftler, ZivRMediator, Univ. Lektor



**ÖVLSB**  
ÖSTERREICHISCHER VERBAND  
DER LEBENS- UND SOZIALBERATERINNEN  
PRÄSIDENTIN MARIETHERES FRAUENDORFER  
WEITLOFFGASSE 3, 1180 WIEN

**Kontakt: +43 664 9982 8644 • [www.övlbs.at](http://www.övlbs.at) • [praktikum@övlbs.at](mailto:praktikum@övlbs.at)**