



Hilfe in  
Lebenskrisen  
und bei  
Selbsttötungsgefahr

ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

# JAHRESBERICHT 2018

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

[www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)

# IM LEBEN BLEIBEN

Nehmen Sie telefonisch zu uns Kontakt auf, wenn

Sie in einer Krise sind und aus dem Leben gehen möchten

Sie in Sorge um jemand sind, der sich das Leben nehmen will

Sie einen nahen Menschen durch Suizid verloren haben

Bei uns erhalten Sie zeitnah einen Gesprächstermin für eine persönliche Beratung.

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Telefon 07131 16 42 51

E-Mail [akl-heilbronn@ak-leben.de](mailto:akl-heilbronn@ak-leben.de)

Online [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)

Sicher erreichen Sie uns:

Montag 10.00 - 12.00 Uhr

Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 15.00 - 17.00 Uhr

Donnerstag 16.00 - 18.00 Uhr

Freitag 10.00 - 12.00 Uhr



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

# INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	02
VORSTANDSMITGLIEDER DES ARBEITSKREIS LEBEN HEILBRONN E.V.	03
DAS TEAM DES AKL	03
FINANZEN	04
ZEITUNGSBERICHTE (SPENDEN)	05
BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN	
Hauptamtlich Mitarbeitende	06
Ehrenamtliche Mitarbeit im AKL	08
Trauerbegleitung von Hinterbliebenen nach Suizid	10
Suizidprävention	11
ÖFFENTLICHKEITSARBEIT	13
PROJEKTVEREINBARUNG „SEELSORGE IN KRISEN UND BEI SUIZIDALITÄT VON JUGENDLICHEN“	15
PRESSEBERICHTE	17
AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK 2018	20

## VORWORT



### MEMENTO

Vor meinem eignen Tod ist mir nicht bang,  
Nur vor dem Tode derer, die mir nah sind.  
Wie soll ich leben, wenn sie nicht mehr da sind?

Allein im Nebel tast ich todentlang  
Und laß mich willig in das Dunkel treiben.  
Das Gehen schmerzt nicht halb so wie das Bleiben.

Der weiß es wohl, dem Gleiches widerfuhr;  
– Und die es trugen, mögen mir vergeben.  
Bedenkt: den eignen Tod, den stirbt man nur,  
Doch mit dem Tod der andern muß man leben.

*Mascha Kaleko*

### Liebe Leserinnen und Leser,

auch im Jahr 2018 haben die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V. wieder dazu beigetragen, dass Menschen „im Leben bleiben“, und dass die Verzweiflung, dass es so nicht weitergeht, noch andere Perspektiven hervorbringt als den Suizid. Auch im vergangenen Jahr wurden wieder Menschen in ihrer Trauer begleitet, für deren Angehörige der Suizid der einzige Ausweg war. Hinter den Zahlen, die dieser Jahresbericht vorstellt, stehen einzelne Menschen:

Gesichter, Lebensgeschichten und nicht selten tragische Ereignisse und Erfahrungen. Es gibt nichts, was es nicht gibt – und jeder „Fall“ ist anders und einzigartig – so immer wieder die Erkenntnis der Mitarbeitenden.

Erfreulicherweise konnte zum 1. Oktober 2018, zunächst für drei Jahre befristet, die zweite Fachkraftstelle auf 50% erhöht werden, so dass der AKL inzwischen mit einer ganzen Stelle, verteilt auf zwei Mitarbeiterinnen, den vielfältigen Aufgaben und Anfragen, die an den Arbeitskreis Leben e.V. Heilbronn gestellt werden, nachkommen kann.

Neben der Ausbildung, Begleitung und der Fortbildung der ehrenamtlichen Mitarbeitenden nehmen die Anfragen an der Beratungsstelle zu und der Bereich der Prävention für junge Menschen wird durch den Projektstellenanteil, der uns von der Bischof-Moser-Stiftung finanziert wird, ausgebaut. Daher wird in diesem Jahresbericht unser Präventionsprogramm an Schulen etwas näher vorgestellt und seine Inhalte in den Blick genommen.

Auch im Jahr 2018 wurde unsere Arbeit wieder von zahlreichen Spenden getragen. Ohne diese Gelder könnten wir unsere Arbeit nicht leisten. Herzlichen DANK!!!

Ich wünsche Ihnen viel Interesse und Aufmerksamkeit beim Lesen unserer Berichte, die bedingt durch das Thema keine leichte „Kost“ sind. Aber Suizide gehören zur Realität unserer Gesellschaft und unserer Welt.

Heilbronn, im März 2019

**Birgit Bronner**

## VORSTANDSMITGLIEDER DES ARBEITSKREIS LEBEN HEILBRONN E.V. (AKL)

- **Jürgen Heuschele** (bis Juli 2018 stellvertretender Vorsitzender, ab Juli Vorsitzender)  
Evangelischer Schuldekan für die Kirchenbezirke Heilbronn und Brackenheim
- **Thomas Schmitz** (bis Juli 2018 Vorsitzender, ab Juli stellvertretender Vorsitzender),  
Kath. Schuldekan Heilbronn-Neckarsulm und Mühlacker
- **Karl-Friedrich Bretz**, Geschäftsführer des Diakonischen Werkes Heilbronn
- **Michael Dieterle**, Dekanatsreferent, Dekanat HN-NU
- **Eva-Maria Krahl**, Neuenstadt, Vertreterin aus dem Dekanatsrat HN-NU
- **Pfarrerin Irmgard Mack**, Seelsorgerin im Klinikum am Plattenwald, Bad Friedrichshall
- **Pfarrer Günther Maier-Flaig**, Seelsorger im Klinikum am Weißenhof, Weinsberg
- **Pfarrer i. R. Friedrich Schwandt**, Brackenheim
- **Dr. Volker Usadel**, Allgemeinarzt in Heilbronn
- Vertreterinnen der Ehrenamtlichen: **Bernd Walter** und **Rosemarie Meyer**  
dazu die Leiterin des AKL: **Birgit Bronner**

## DAS TEAM DES AKL

- **Birgit Bronner**, Dipl. Theologin, Pastoralreferentin, Körpertherapeutin (KBT) (50%)
- Bis September: **Nicole Jacob**, Psychologische Beraterin/Coach, Dipl.-Betriebswirtin (FH) (25%)
- Ab Oktober: **Andrea Herkle**, Dipl. Soz. Päd. / Soz. Arb. (FH), systemische Therapeutin (DGSF) (50%)
- **25 ehrenamtlich Mitarbeitende, 21 Frauen und 4 Männer**
- **Monika Buschmann**, Honorartätigkeit in der Verwaltung
- **Petra Pfeilsticker**, Dipl.-Psychologin, Psychoanalytikerin (DGPT),  
Supervisorin (DGSv)-Supervision der Ehrenamtlichen
- **Prof. Dr. Ralf Bolle**, Psychiater, Psychoanalytiker, Supervision der Leiterin
- **Alexandra Winter**, Supervisorin M.A., Supervision von Nicole Jacob
- **Gerda Braun-Pielot**, Gestalttherapeutin, Ehe- Familie- und Lebensberaterin,  
Leiterin der Trauergruppe (bis September 2018)
- **Reinhard Buyer**, Diakon, ehemaliger Klinikseelsorger, Leiter der Trauergruppe (ab November 2018)

Der Arbeitskreis Leben e.V. Heilbronn ist Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) sowie in der Landesarbeitsgemeinschaft der AKLs in Baden-Württemberg (LAG) und kooperiert mit dem sozialpsychiatrischen Dienst des Stadt- und Landkreises Heilbronn.



# FINANZEN

Der Arbeitskreis Leben e.V. wurde im Jahr 2018 gefördert durch

<b>Zuschüsse</b>	vom Land Baden-Württemberg	<b>23.866,67 €</b>
	vom Landkreis Heilbronn	<b>8.000,00 €</b>
	von der Stadt Heilbronn / Alfred-Beck-Stiftung	<b>8.000,00 €</b>
<b>Spenden</b>	in einer Gesamthöhe von	<b>20.388,27 €</b>

Die Zuschüsse des evangelischen Kirchenbezirks Heilbronn zusammen mit den Kirchenbezirken Weinsberg, Neuenstadt und Brackenheim in Höhe von **19.500,00 €** und des katholischen Dekanats Heilbronn in Höhe von **11.000,00 €** tragen die **Restfinanzierung**.

Spenden gingen ein

- von verschiedenen Kirchengemeinden im Stadt- und Landkreis Heilbronn
- von der Hellmut u. Frida Mogler-Stiftung
- Lions Club Heilbronn-Franken
- Förderverein des Lions Clubs HN e.V.
- von der Heilbronner Stimme im Rahmen der Aktion „Menschen in Not“
- Inkonzert der Diözese Rottenburg-Stuttgart
- Albert-Mayer-Stiftung
- Hilfe durch Rotary e.V.
- KDFB St. Dionysius Neckarsulm
- Basarteam der evangelischen Kirchengemeinde Kochendorf
- sowie von zahlreichen Privatpersonen
- Dazu kamen **Honorare** aus Vorträgen und Fortbildungen.
- Die Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene nach Suizid wird von den gesetzlichen Krankenkassen im Raum Heilbronn-Hohenlohe mit einem Zuschuss gefördert.

# ZEITUNGSBERICHTE (SPENDEN)

**Ev. Kirchengemeinde** Beim Kinderkriecherbasar der evangelischen Kirchengemeinde Kochendorf mit Oedheim und Plattenwald haben 100 engagierte Basarmitarbeiter 3000 Euro Gewinn erwirtschaftet. 1000 Euro davon gingen an den Arbeitskreis Leben Heilbronn (AKL). Auch der Verein Lake's Friends und der Kinderhospizdienst Heilbronn werden unterstützt. Der AKL steckt die Spende in die Suizidprävention an Schulen.  
[red](#)



Andrea Herkle (v.l.), Brigitt Brunner und Gaby Maile-Sandig bei der Übergabe.

## Hilfe für Eltern, Kinder, Kranke und Arme

HEILBRONN Rotary-Club übergibt bei Spenden-Gala 40 000 Euro an elf Projekte

**S**chutz von Mutter und Kind. Kampf gegen Krankheiten wie Polio. Förderung von Bildung. Diesen Herausforderungen haben sich Rotarier besonders verpflichtet, weltweit wie vor Ort. So auch der Rotary-Club Heilbronn.

Private Spenden der Mitglieder haben es im rotarischen Jahr 2017/18 möglich gemacht, acht regionale und drei internationale Projekte mit je bis zu 4000 Euro zu unterstützen. Insgesamt flossen 40000 Euro an Hilfsprojekte und soziale Einrichtungen. Bei der Spenden-Gala in Heilbronn stellten vier Vertreter beispielhaft ihre Projekte und Arbeitsschwerpunkte vor.

Tief beeindruckt laschn die Rotarier den Vortrag von Brigitt Brunner, der Leiterin des Arbeitskreises Leben (AKL). Sie berichtet von den schwierigen Einsätzen bei Menschen nach einem Selbsttötungsversuch und von der Begleitung, die der AKL diesen Menschen und ihren Familien anbietet. In Gesprächsgruppen finden auch Trauernde, die einen Angehörigen durch Suizid verloren haben, fach-



Spendenübergabe (v. l.): Theresine Higró, Brigitt Brunner, Hans-Jörg Weber, Ingrid Peinemann-Schick, Uwe Heilwich, Martina Grün und Andrea Specht.

begleitung. Wichtig ist auch die Prävention. AKL-Mitglieder gehen an Schulen, um für das Thema Suizid zu sensibilisieren und es aus der Tabuzone zu holen.

Für Pro Familia und den Kinderschutzbund dankten Martina Grün und Andrea Specht. Mit der Spende werden chronisch kranke Familien ausgebildet, die Familien mit Kleinkindern besuchen, wenn diese sich in einer schwierigen Lage befinden und überfordert fühlen. Der Bedarf in diesem Bereich sei in Heilbronn stark gestiegen, sagte Martina Grün. Mit der rotarischen Spende können weitere Ehrenamtliche geschult werden.

Uwe Heilwich vom Weinsberger Hilfswerk kann mit dem Geld ein neues Projekt starten. Der Verein will sich psychisch kranker Menschen im jungen Erwachsenenalter annehmen, die häufig oft durch Raster fallen. Der Hilfsbedarf dieser Zielgruppe unterschätzt sich als temporärlich stark von dem der Er-

wachsenen, die schon einen längeren psychiatrischen Leidensweg hinter sich haben. „Jüngstlich sind Frauen der schulischen und beruflichen Bildung im Vordergrund. Diese werden aber oft von beeinträchtigenden psychischen Erkrankungen gestört. Auch antitende Abkloppprozesse sind erschwert.“

Theresine Higró stellte das von ihr 1994 gegründete Projekt Kinderhilfe Buda vor. Es ermöglicht armen Kindern oder Waisenkindern nach dem Völkermord von 1994 eine gesicherte Zukunft. Aktuell profitieren mehr als hundert Kinder davon – von der Unterbringung übers Schulgeld bis zur Ausstattung.

Ein Kinderheim, ein Kindergarten und ein Bazarhof mit Landwirtschaft und Viehzucht gehören dazu. Die ersten Jugendlichen haben inzwischen eine Berufsausbildung absolviert und stehen auf eigenen Füßen. Das beweist, wozu Higró immer überzeugt war: „Nur durch Schulbildung und gute Erziehung bekommt ein Kind eine gute Zukunft. Diese Hilfe wird zur Schulhilfe und baut das arme Land auf.“

Olav Frensdal Elias ist ganz im Sinne von Rotary-Gründer Paul Harris, der vor 150 Jahren geboren wurde und in seinem Vermächtnis formuliert hat: „Wer nicht daran interessiert ist, dass es seinen Nachbarn gut geht, muss ein Leben ohne Freude leben.“  
[red](#)

## Projekte vor Ort liegen den Lions am Herzen

Elf Organisationen können sich auf die finanzielle Unterstützung durch den Serviceclub verlassen

**HEILBRONN** 7000 verkaufte Adventskalender machen es möglich: Mit den Einnahmen und weiteren Spenden kann der Lions-Club Heilbronn wieder elf soziale Organisationen in der Region nachhaltig unterstützen.

Bereits beim Neujahrsempfang bekamen die Lebenswerkstatt 15000 Euro und die HHS-Aktion Menschen in Not 10000 Euro. Jetzt freuen sich Vertreter weiterer neun Organisationen über Spendenbeträge zwischen 1500 und 4000 Euro: zusammen 23500 Euro.

**Vermittlung** Präsidentin Stefanie Arnold, Activity-Beauftragter Dieter Steiner und Past-Präsident Michael Jung ließen sich berichten, wofür die Gelder bisher, und wofür sie künftig verwendet werden.

Für den Kinderschutzbund Heilbronn dankte Martina Grün: „Wir bedienen mit Ihrer Spende unser Bindungsmobil.“ Es steht Müttern und Vätern zur Verfügung, für die

sich mit der Geburt eines Kindes alles geändert hat: Sie sind unsicher, haben Fragen, brauchen kompetente Gesprächspartner und Kontakte zu anderen Eltern. HHS-Mitarbeiterinnen machen auch Hausbesuche.

Andrea Barth vom Mehrgenerationenhaus der Diakonie hob vor allem die Nachhilfe hervor, die mit der Lions-Spende finanziert wird. Hundert Kinder profitieren davon.

Der mit Lions-Hilfe renovierte Kiosk am Industriepark ist Anlaufstelle für Flüchtlingskinder, für Kinder aus dem Obdachlosenwohneheim und aus der Nordstadt, berichtete Alexandra Gutmann von der Mitternachtsmission der Diakonie. Lionsgelder fließen in die Arbeit mit traumatisierten Flüchtlingen, in ein Projekt für von Gewalt betroffene Kinder und ins Frauenschutzhause.

Platzverin Sybille Leiß (Evangelische Stiftung Lichtenstern) freut sich über Geld für die Tiertherapie für Menschen mit Behinderung und

für die Ausbildung von Mitarbeitern mit Handicap für das künftige Inklusionscafé im Neckarbogen.

Mike Knauth vom Verein Feß berichtete, dass Jugendliche in Wohn-

gruppen der Diakonischen Jugendhilfe in Sonthem spendenfinanzierte Freizeitangebote, Nachhilfe und Therapieangebote bekommen.

Hans Hambrocher von der Stiftung

Meseno lenkte den Blick auf den Sozialsiedlung, auf die gerade durch die Stadtsiedlung entstehende Meseno-Häuser in der Zeppelinstraße und auf die Schulkindertbetreuung.

Gabriele Oberbeckin: Stefanie Kress bekommt Geld, damit auch Kinder einkommensschwacher Eltern im Sommer das Waldheim besuchen können.



Präsidentin Stefanie Arnold (4. v. r.) und ihr Lions-Team ließen sich von den Spendeneingängern berichten, was sie mit dem Geld vorhaben.

**Notfallinsatz** Beindruckt war die Runde von den Berichten von Anne Pitzemayer und Doris Paul vom Arbeitskreis Leben. Sie schilderten ihre Einsätze bei Menschen nach einem Suizidversuch und beschrieben ihre Arbeit mit Schülern. Die Ausbildung der Ehrenamtlichen ist spendenfinanziert.

Pfarrer Hans-Jörg Eiding stellte die ökumenische Notfallschleife vor: „Wenn wir kommen, ist eine Katastrophe passiert.“ Die Spende wird für die Ausrüstung und Supervision der Helfer ausgegeben.  
[ab](#)

# BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN

## HAUPTAMTLICH MITARBEITENDE

Zum 1. Oktober 2018 gab es einen erneuten Wechsel bei der zweiten hauptamtlichen Stelle des AKL. Durch die befristete Aufstockung der Stelle auf 50% konnte diese im Frühjahr neu ausgeschrieben und nun wieder mit einer sozialpädagogischen und therapeutisch erfahrenen Fachkraft besetzt werden. **Herzlich Willkommen Andrea Herkle!**



### Neue hauptamtlich Mitarbeitende

Mein Name ist Andrea Herkle und seit dem 01.10.2018 bin ich mit einem Stellenumfang von 50 Prozent als hauptamtliche Mitarbeiterin für den Arbeitskreis Leben in Heilbronn tätig. Ich bin 48 Jahre alt, Sozialarbeiterin / Sozialpädagogin mit einer Ausbildung in systemischer Therapie und Familientherapie und zahlreichen Fort- und Weiterbildungen unter anderem im Bereich Traumata. Meine bisherigen beruflichen Stationen lagen in der ambulanten und stationären Kinder- und Jugendhilfe sowie in der wissenschaftlichen Mitarbeit und Lehre an der Evangelischen Hochschule für Soziale Arbeit und Religionspädagogik in Ludwigsburg und in der beruflichen Erwachsenenbildung.

Bereits in den ersten Monaten meiner Tätigkeit war ich für den AKL in fünf Schulklassen im Stadt- und Landkreis Heilbronn tätig und habe mit circa 150 Schülern und Schülerinnen zum Thema Lebenskrisen und möglichen Wegen aus ebensolchen Krisen gearbeitet. Zudem konnte ich bereits zwei Fortbildungsangebote zum Thema suizidale Krisen für insgesamt etwa 30 Fachkräfte durchführen.

Einer der ersten Sätze, die ich zur Begrüßung gehört habe, war „beim AKL gibt es keine Schonfrist“. So war es dann auch. Ich habe zusätzlich zur Präventionsarbeit an Schulen in den ersten drei Monaten Krisenberatungsgespräche mit über zwanzig Klient\*innen in schweren Lebenskrisen oder Angehörigen in Sorge um einen Nahestehenden geführt.

Die Tätigkeit beim AKL erlebe ich als eine sehr sinnstiftende und wertvolle Arbeit, vor allem da der Zugangsweg zum AKL niederschwellig gestaltet ist. Dies ist für mich eine ganz neue und sehr zentrale Erfahrung: Direkte, zeitnahe und an keine speziellen Altersgruppen oder Themen gebundene Begleitung, die Menschen helfen soll, wieder in Hoffnung und Zuversicht und somit ins Leben zu finden. Als sehr wertvoll erlebe ich zudem die Arbeit der ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen des AKL, welche vor allem durch die Suizidnachsorge einen sehr wertvollen Beitrag leisten. Die Unterstützung durch den AKL empfinde ich als direkten Auftrag der Kirchen, die Arbeit für und mit Menschen, unabhängig von Herkunft, Hintergrund oder Lebensthemen. In dieser verantwortungsvollen und mitunter sehr anspruchsvollen und herausfordernden Tätigkeit ist es unerlässlich, in einem tragfähigen Team zu arbeiten, hier erlebe ich den fachlichen Austausch mit meiner Kollegin Birgit Bronner als sehr hilfreich und unterstützend. Ich freue mich sehr auf die kommende Zeit und die neuen Herausforderungen, welche wir als hauptamtliches Team zuversichtlich gemeinsam angehen.

### Bericht Projektstudium:

#### Student der Diakoniewissenschaft und sozialen Arbeit absolviert sein Projektpraktikum beim AKL

*Im Frühsommer hatte der AKL auch für einige Monate Nico Markert, einen Studenten, der sein Projektpraktikum beim AKL absolviert hat, in seinen Reihen. Hier nun sein Bericht:*

Im Sommersemester 2018 absolvierte ich mein Projektstudium im Studiengang Diakoniewissenschaft / Soziale Arbeit an der Evangelischen Hochschule in Ludwigsburg beim AKL Heilbronn. Einen großen Teil meiner Arbeit beim AKL nahm die Ausbildungsgruppe in Anspruch. Hier erfuhr ich gemeinsam mit vier anderen Ehrenamtlichen, worauf es in der Krisenbegleitung ankommt. Wir beschäftigten uns grundsätzlich mit dem Thema Suizid, einigen Theorien zur suizidalen Krise (Pödingler/Ringler) sowie mit unseren eigenen Erfahrungen. Wichtig war vor allem zu lernen, wie es gelingt, dem Gegenüber Wertschätzung entgegen zu bringen und seine Geschichte zunächst nicht zu werten. So lernten wir verschiedene Grundlagen der Beratung kennen. Natürlich waren auch organisatorische und rechtliche Aspekte in der Ausbildung dabei. Durch das selbsterfahrungsorientierte Lernen konnte ich mich selbst nochmal neu vor allem in Bezug auf meine Haltung zum Thema Suizid, Tod und Sterben kennen lernen. Auch empfand ich die praktischen Übungen, in denen wir Kriseninterventionsgespräche übten, als sehr hilfreich. Weiter nahm ich an einem Fortbildungstag der Landesarbeitsgemeinschaft aller AKLs in Baden-Württemberg teil. Dazu verfasste ich einen Artikel für den Jahresbericht. Einen weiteren großen Teil meiner Arbeit nahm der Telefondienst in Anspruch. Ein bis zweimal pro Woche übernahm ich diesen und telefonierte mit Klienten, die in einer akuten Krise steckten und leitete sie in die „face-to-face“ Beratung über. Auch war ich hier Ansprechpartner für andere Hilfseinrichtungen, die Fragen zum Thema Suizid hatten.

Ebenso nahm ich mehrmals an der Supervision der ehrenamtlichen Krisenbegleiter/innen teil, die hier ihre Fälle aus den Kliniken besprechen konnten. Dies war sehr aufschlussreich für mich, da ich hier zum ersten Mal überhaupt an einer Supervision teilnehmen konnte. Vor allem beeindruckte mich die Wertschätzung, mit der sich die Ehrenamtlichen begegneten und sich trotzdem gegenseitig herausforderten um herauszufinden, warum manche Gespräche besser laufen als andere. Ab der Mitte des Praktikums durfte ich auch an der Trauergruppe für Trauernde, die einen Menschen durch Suizid verloren hatten, teilnehmen. Im Vorfeld erstellte ich für die Trauergruppe ein Begleitheft mit verschiedenen Liedern sowie einige Texte und Gebete für die Teilnehmer. Dieses Heft soll die Trauernden durch die Trauergruppe und darüber hinaus begleiten. Am ersten Abend ging es um das große Thema Schuld. Dieser Abend war für mich sehr herausfordernd. Der ganze Schmerz und die Trauer dieser Menschen wurde für mich mehr als spürbar. Diese Ohnmacht, nichts mehr ändern, zu können ließ mich nicht so schnell wieder los. Am zweiten Abend ging es um Vorstellungen vom Leben nach dem Tod. Mit diesem doch sehr hoffnungsvollen Thema konnte ich wesentlich besser umgehen. Die Hoffnungen und Vorstellungen der verschiedenen Trauernden hören zu dürfen, empfand ich als große Ehre. Zweimal war ich bei einer Präventionsveranstaltung in einer Schule dabei. Hier ging es um Krisen, deren Bewältigung und was man tun kann, wenn man selbst suizidale Gedanken hat oder jemand diese in meiner Gegenwart äußert. Diese Veranstaltungen halte ich für sehr wichtig. Zum einen wird dadurch der Tabuisierung des Themas Suizid entgegengewirkt, zum anderen wird es Menschen möglich, ihre Gedanken auszusprechen. Außerdem erfahren sie dadurch, an wen sie sich im Krisenfall wenden können.

Zuletzt möchte ich noch den Aspekt der Fachberatungsstelle mit anführen. Der AKL bietet für Fachkräfte Fortbildungen an. Bei einem Treffen mit der Schulsozialarbeit durfte ich dabei sein. Hier ging es vor allem um den Informationsaustausch unter den Mitarbeiter/innen der Schulsozialarbeit sowie die Vernetzung mit dem AKL. Auch führte ich in ähnlicher Form eine solche Veranstaltung mit einem Kurs an der EH durch. Dies wurde als sehr positiv empfunden, da dieses Thema doch in allen Arbeitsbereichen der Sozialen Arbeit auftauchen kann und man dadurch weiß, wo man sich auch als Sozialarbeiter/in Hilfe und Unterstützung holen und an wen man die Klienten in einem solchen Fall auch verweisen kann. Alles in allem war es ein zeitlich sowie psychisch aufwendiges Praktikum. Aber es hat mir einen tiefen Einblick in diesen Bereich ermöglicht, von dem ich profitieren werde. Auch war es eine hilfreiche Erfahrung herauszufinden, wie ich mit einem solch dramatischen Thema umgehen kann. Auch die Relevanz von Selbstschutz und Supervision hat für mich dadurch nochmal einen neuen Stellenwert bekommen.

Nico Markert

### Dank an Nicole Jacob

Von September 2017 bis September 2018 war Nicole Jacob, die bereits seit einigen Jahren beim AKL als ehrenamtliche Mitarbeiterin tätig ist, auf der zweiten Stelle mit 25% befristet beschäftigt. Frau Jacob ist wieder in den Kreis der ehrenamtlich Mitarbeitenden zurückgekehrt. Sie wurde Anfang Oktober durch den stellvertretenden Vorsitzenden Thomas Schmitz offiziell verabschiedet. An dieser Stelle sei ihr nochmals gedankt für ihren Einsatz und ihre Tätigkeit in Büro, Organisation, Beratung und Schulprävention. Für ihren weiteren persönlichen und beruflichen Werdegang wünschen wir ihr alles Gute und Gottes Segen.



## EHRENAMTLICHE MITARBEIT IM AKL

### Ausbildungsgruppe für neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des AKL

Im Januar 2018 begann eine neue Ausbildungsgruppe mit zwei Männern und drei Frauen. Bis Juli trafen sich diese einige Samstage und viele Abende, um sich auf ihr anspruchsvolles Ehrenamt vorzubereiten. Zur Ausbildung gehören auch Besuche in den verschiedenen Kliniken und in der Psychiatrie in Weinsberg, in welchen die Ehrenamtlichen ihre Gespräche mit Menschen nach einem Suizidversuch führen. Neben einer grundlegenden Einführung in Gesprächsführung und Grundlagen von Suizidalität und psychischen Erkrankungen wurde vor allem geübt, geübt und reflektiert. Viele Gesprächsmuster und Verhaltensweisen konnten aufgrund eigener biografischer und eigener Persönlichkeitsstrukturen erkannt und entdeckt werden.

### Supervision und Fortbildung

Die regelmäßige Supervision und Fortbildung gehören verpflichtend zur ehrenamtlichen Mitarbeit dazu. Zweimal im Monat trifft sich die gesamte Gruppe zur Supervision mit der Leiterin und einer externen Supervisorin im Wechsel. Dazu kommt ein jährliches Fortbildungswochenende in Löwenstein und ein Fortbildungstag.

Nach vielen Jahren fand 2018 wieder ein gemeinsamer Fortbildungstag für die Ehrenamtlichen aller AKLs in Stuttgart statt. Daher gab es keinen weiteren Fortbildungstag in Heilbronn im Heinrich-Fries-Haus. Das Fortbildungswochenende stand unter dem Thema Sucht.

### LAG Fortbildungstag in Stuttgart „Verlusterleben in der Krise“



Im Mai 2017 lud die Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) aller AKLs zum gemeinsamen Fortbildungstag ins Haus der katholischen Kirche in Stuttgart ein. An einem Samstag machten sich also 16 Ehrenamtliche von uns mit dem Zug auf den Weg nach Stuttgart. Der Vormittag stand ganz unter dem Thema „Verlusterleben in der Krise“. Zu diesem Thema hielt Ulrike Backhaus einen sehr lebendigen Vortrag, der immer wieder durch Fragen aus dem Plenum ergänzt wurde. Nach einem stärkenden Mittagessen durften wir entsprechend unserer Interessen in verschiedenen Workshops unser Wissen erweitern und vertiefen. Es wurden vier Workshops angeboten mit den Titeln:

- „Erinnerungs- und Symbolarbeit als Hilfe im Umgang mit länger zurückliegenden Verlusten“
- „Grenzen achten - Grenzen setzen“
- „Treffen der Kulturen“
- „Gedanken, die MICH stärken“

Zum Ende hin wurde dem Plenum nun noch kurz vorgestellt, was in den unterschiedlichen Workshops erarbeitet wurde. Anschließend machten wir uns nach einer kurzen Feedbackrunde wieder auf in Richtung Heilbronn. Nach diesem anstrengenden, aber erkenntnisreichen Tag schlossen wir mit einem gemeinsamen Eis in Heilbronn ab, bevor sich dann jeder auf seinen Heimweg machte.

Nico Markert

### Fortbildungswochenende in Löwenstein – Thema „Sucht“



### Betriebsausflug im September nach Bad Mergentheim



### Weihnachtsfeier am 19. Dezember 2018



Bei der diesjährigen Weihnachtsfeier wurde Suse Böttcher für 20 Jahre ehrenamtliche Tätigkeit gewürdigt. Sie hat viel Lebenszeit für und mit dem AKL verbracht. In ihrer Zeit erlebte sie drei unterschiedliche Leiterinnen und viele Supervisorinnen und Supervisoren, viele neue Mitarbeitende und unzählige Menschen, die sie nach einem Suizidversuch in der Klinik aufgesucht und ihnen ein offenes Ohr geschenkt hat. Herzlichen DANK!

Auch 2018 gab es wieder einen Trauergottesdienst in der katholischen Kirche St. Augustinus, der sehr gut besucht war. Im Mittelpunkt des Gottesdienstes stand in diesem Jahr der Prophet Elija, der selbst verzweifelt und lebensmüde in der Wüste von einem Engel mit Brot und Wasser zum Weitergehen gestärkt wird. Bilder der holländischen Künstlerin Brooks unterstützten die biblischen Texte. Beim anschließenden Zusammensein reichte der Platz im Augustinuscafe gerade so aus.



### Neuer Co-Leiter der Trauergruppe

Trauer ist keine Krankheit, aber etwas, was sehr ernst genommen werden muss. Mehr noch die Situation nach einem Suizid. Mein Name ist Reinhard Buyer, ich bin Diakon i.R. und in meinem zuletzt ausgeübten Beruf als Kinderklinikseelsorger im Olghospital in Stuttgart habe ich viele Schicksale miterlebt, die mir gezeigt haben, wie wichtig eine gute Begleitung für trauernde Menschen ist. Dazu habe ich mich auch ausbilden lassen. Beim ökumenischen Gedenkgottesdienst am 17. November 2018 bin ich (wieder) zum AKL gekommen und begleite nun mit Birgit Bronner die derzeitige Trauergruppe. Der meist plötzliche und unangekündigte Tod eines nahen Familienangehörigen stürzt die verbleibenden Familienmitglieder in einen Wirbel von seelischen Kränkungen.

Das Grundvertrauen in die Zuverlässigkeit einzelner Menschen und in die Gerechtigkeit des Lebens überhaupt wird durch eine Selbsttötung erschüttert. Alles wird fraglich. Mit wem kann man darüber reden? Wer hält so eine Situation aus? Wie kann wieder ins Leben gefunden werden?

In der Gemeinschaft mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, versuchen wir eine Atmosphäre des Vertrauens zu schaffen und einen geschützten Rahmen und Raum zu bieten, um überhaupt über die eigene Betroffenheit und Gefühle reden zu können.

Bei den strukturierten Gruppenabenden geht es um Verständnis, um Deutung des Geschehenen und darum, im Leben wieder Tritt fassen zu können und einen neuen Weg für sich selbst zu finden. Beim gemeinsamen Abschluss in der Kapelle des Heinrich-Fries-Hauses stellen wir uns jedes Mal bewusst unter den Segen Gottes, im Vertrauen darauf, dass er an unserer Seite ist und mit uns geht.

*Reinhard Buyer*

### Suizidprävention an der Beratungsstelle

An jedem Wochentag besteht für Menschen in suizidalen Krisen und Menschen, die in Sorge um jemanden sind, die Möglichkeit, zu Telefonzeiten direkt mit den zwei hauptamtlichen, therapeutischen Fachkräften oder in Vertretungszeiten mit langjährig bewährten, ehrenamtlichen Krisenbegleiter\*innen des AKL telefonisch in Kontakt zu kommen.

**Die Telefonzeiten sind: Mo 10-12 Uhr; Di 10-12 Uhr; Mi 15-17 Uhr; Do 16-18 Uhr; Fr 10-12 Uhr**

Wir bieten einen zeitnahen persönlichen Gesprächstermin an, aus dem sich eine Krisenberatung auch über mehrere Termine entwickeln kann. Diese Möglichkeit der niederschweligen, zeitnahen Krisenintervention wird immer mehr genutzt und es ist uns ein Anliegen, Menschen, die aus dem Leben gehen wollen, zu erreichen. Auch Menschen mit Migrationshintergrund will der AKL erreichen. Aus diesem Grund haben wir unseren Flyer in Form einer Kurzzusammenfassung in anderen Sprachen übersetzen lassen.

### Suizidprävention an Schulen

Das Thema Suizid ist ein Tabu in unserer Gesellschaft. Doch das Schweigen darüber verhindert leider nicht die Tatsache, dass sich in Deutschland jährlich etwa 10.000 Menschen das Leben nehmen. Jeder Suizid ist ein Suizid zu viel. Wir wissen, dass es vor allem nach einem Suizid(versuch) in einer Schule sehr häufig zu Nachahmungseffekten unter den Schüler\*innen kommen kann. Dieses gilt es zu verhindern. Kinder und Jugendliche verbringen den größten Teil des Tages in der Schule. Jugendliche treffen in der Schule ihre Freund\*innen und vertrauen sich ihnen an. Damit spielt Schule im Leben der jungen Menschen eine große und wichtige Rolle.

In den seltensten Fällen stellt die Schule einen ursächlichen Faktor bei der Entstehung von Suizidgedanken dar, aber Schulprobleme können auslösende Faktoren für ein suizidales Geschehen sein, das schon lange vorher "gedacht" und "geplant" worden ist. Probleme und Konflikte im Kontext Schule können also ein "Fass zum Überlaufen" bringen und subjektiv empfundene Belastungen noch unerträglicher werden lassen. Suizidgefährdete Schüler\*innen sprechen oft über ihre Suizidabsichten und sind sehr ambivalent; dies ist die Chance, um ihnen zu helfen. Es geht also darum, einen Raum zu schaffen, Probleme anzusprechen.

Genau dieses Ziel hat „AKL macht Schule“. Es soll zum einen das Thema Krisen und Suizid enttabuisieren und zum anderen sollen Schüler\*innen dazu ermutigt werden, über ihre Gefühle zu sprechen. Schüler\*innen sollen gestärkt werden, wenn sie sich hilflos fühlen, weil es ihrer Freundin oder ihrem Freund schlecht geht und sie nicht wissen, wie sie helfen können. Die jungen Menschen sollen damit keineswegs zu "kleinen Therapeuten" gemacht werden, aber sie sollen lernen, ihre Fähigkeiten einzusetzen und damit eventuell Leben zu retten. Der Grundgedanke lautet, dass "über Suizid reden" keineswegs einen Suizid auslöst, sondern dass offenes Ansprechen bedeuten kann, ihn zu verhindern.

**Zielgruppen und Ziele:** Die Zielgruppe unseres Präventionsprojektes sind Schüler\*innen frühestens ab der 8. Klasse in allen Schulformen im Stadt- und Landkreis Heilbronn. Ebenso möglich ist die Einbettung des Projektes im Rahmen des Unterrichtes für Konfirmanden und Firmlinge. Die gewählte Unterrichtsmethode wird dabei dem Kenntnisstand, der Gruppenzusammenstellung und der Diskussionserfahrung der jungen Menschen angepasst. Der zeitliche Umfang beträgt meist zwei Unterrichtsstunden. Möglich sind neben den Veranstaltungen für junge Menschen auch Elternabende. Parallel zur Arbeit mit den Schülern und Schülerinnen finden regelmäßig Fortbildungen für Lehrer\*innen sowie Fachkräften aus der Schulsozialarbeit und der Schulseelsorge statt. Diese können sowohl übergreifend für mehrere Schulen als auch in Form einer Inhouse Veranstaltung für eine einzelne Schule stattfinden. Oft wird der AKL in einer akuten Krise eines oder mehrerer Schüler\*innen angefragt.





**Ziele der Präventionsveranstaltungen für die Schülerinnen und Schüler sind:**

- Ent-Tabuisierung der Themen Suizid und psychische Erkrankungen
- das Vermitteln von Wissen um die Entstehung und Entwicklung von suizidalen Krisen
- das Vermitteln von Wissen um hilfreiche Interventionen und
- das Kennenlernen der Arbeit und der Angebote des AKL.

Der zentrale Gedanke dabei ist: Krisen gehören zum Leben, sie können jeden treffen und Hilfe holen hat nichts mit „petzen“ zu tun, aber es kostet manchmal sehr viel Mut.

**Angebote im Bereich Schulprävention 2018**

Im Jahr 2018 fanden 15 Präventionsveranstaltungen an 11 Schulen statt. Hierbei wurden etwa 380 junge Menschen erreicht:

- Heimbundschule, Neuenstadt
- Krankenpflegeschule Ludwigsburg
- Susanne Finkbeiner Schule, Heilbronn
- Katharina-Kepler-Schule, Güglingen
- Elly-Heuss-Knapp Gymnasium, Heilbronn
- Bernd-Blindow-Schule, Heilbronn
- Justinus-Kerner-Gymnasium, Weinsberg
- Robert-Mayer-Gymnasium, Heilbronn
- Diakonisches Institut
- Kolping-Sozialwissenschaftliches Gymnasium, Heilbronn
- Hölderlin Realschule, Lauffen

Die Präventionsveranstaltungen wurden von den hauptamtlichen und einer ehrenamtlichen Mitarbeitenden durchgeführt. In 2018 fanden darüber hinaus fünf Fortbildungen für Fachkräfte und Lehrer\*innen zum Thema „Suizidprävention“ statt.

**Ausblick 2019**

Im kommenden Jahr wird der AKL im Rahmen der BUGA auch mit einem Angebot für Schulklassen im Rahmen des "bunten Klassenzimmers" vertreten sein.

Andrea Herkle

**Der AKL am sozialwissenschaftlichen Gymnasium des Kolping Bildungszentrums Heilbronn**

Seit zwei Jahren lade ich den AKL in die Eingangsklasse des sozialwissenschaftlichen Gymnasiums des Kolping Bildungszentrums Heilbronn ein. Das Thema lautet: „Ich – selbst“. Dazu gehört auch der Umgang mit Grenzsituationen. Wenn die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen unter 25 Suizid ist, erscheint es mir wichtig, dass die Jugendlichen sich mit diesem Thema auseinandersetzen. Dies aus zwei Gründen: Zum einen ist es durchaus möglich, dass sie in ihrem Umfeld früher oder später mit diesem Thema konfrontiert werden. Zum anderen können sie selbst in eine Krise geraten. Für beide Situationen ist der AKL die geeignete Adresse, um unterstützend wirken zu können. Ich hatte mir erhofft, dass im Rahmen der Präventionsveranstaltung einige wichtige Dinge besprochen werden:

- 1) Ein Heranführen an die Thematik, wie junge Menschen oder Menschen überhaupt auf Suizidgedanken kommen und ein Abbau gängiger Vorurteile zum Thema Suizid.
- 2) Ein hilfreicher Umgang mit jungen Menschen, die sich dahingehend äußern, dass sie mit dem Gedanken spielen, ihr Leben zu beenden.
- 3) Ein Abbau der Schwellenangst gegenüber einer unterstützenden Stelle wie des AKL für die SchülerInnen, die entweder selber Suizidgedanken haben oder im Umfeld betroffen sind und Hilfe benötigen.
- 4) Ein Bekanntmachen der Arbeit des AKL.

Überrascht hat mich letzten Endes, wie brennend das Thema für die Jugendlichen ist. Mehrere Jugendliche waren im näheren Umfeld von der Thematik betroffen und es gelang auch, den Kontakt zum AKL zu nutzen oder selbst mit ihnen ins Gespräch zu kommen.

Meine Erwartungen an die Präventionsveranstaltung an der Schule sind voll erfüllt worden. Mit den jeweiligen kompetenten Ansprechpartnerinnen ist es gelungen, mit vielen der Jugendlichen in ein gutes Gespräch über das Thema Krise und Suizid zu kommen. Sie konnten ihre Fragen stellen und in der Rückmeldung der SchülerInnen wurde deutlich, dass sie die Veranstaltung interessant und hilfreich fanden.

Nachdenklich gemacht hat mich lediglich eines: Wenn so viele SchülerInnen einer elften Klasse schon von dem Thema betroffen sind, dann wäre es noch sinnvoller, diese Präventionsveranstaltung früher anzusetzen, zum Beispiel in Klassenstufe 10, um den Präventionsgedanken noch mehr hervorzuheben.

Ich kann aus meiner Sicht nur weiterempfehlen, den AKL an die Schule zu holen. Es braucht sicher etwas Vorarbeit oder Nacharbeit, aber das ist sinnvoll angelegte Zeit mit einem Thema, das das Leben betrifft.

Monika Edler-Rist, Katholische Religionslehrerin

**ÖFFENTLICHKEITSARBEIT**

Erstellung und Druck neuer Postkarten für Jugendliche, die an Beratungsstellen, Schulen, in Jugendtreffs etc. ausgelegt werden können und speziell die Zielgruppe junger Menschen ansprechen.



## Veranstaltungen und Vorstellung des AKL

<b>Februar</b>	Lions Club Heilbronn: Vorstellung des AKL
<b>April</b>	Rotarier Club Heilbronn Spendengala: Vorstellung des AKL Gustav-Schmoller-Schule Heilbronn: Fortbildung
<b>Mai</b>	Hospizdienst Leintal: Vorstellung des AKL Team Schulsozialarbeit Caritas Heilbronn-Hohenlohe: Vorstellung des AKL
<b>Juni</b>	St. Augustinus Heilbronn: Predigt und Vorstellung des AKL
<b>Juli</b>	Schulleiter*innen Heilbronner Gymnasien: Vorstellung des AKL
<b>September</b>	Oase e.V., Angehörige psychisch Kranker: Vorstellung des AKL
<b>Oktober</b>	Katholisches und evangelisches Schuldekanat Heilbronn: Fortbildung
<b>November</b>	ZfP Weinsberg, Gerontopsychiatrie: Fortbildung Schulpastoral Hohenlohe: Fortbildung Weinsberger Hilfsverein, Sozialpsychiatrischer Dienst Kooperation Schule und Jugendhilfe Bad Friedrichshall: Fortbildung Trauergottesdienst

## Unterzeichnung der Projektvereinbarung mit der Bischof-Moser-Stiftung am 04. Oktober 2018



*Der neue Vorsitzende des AKL e.V. Heilbronn Jürgen Heuschele bei der Unterschrift*



*Gerhard Rauscher, Evangelischer Schuldekanat Jürgen Heuschele, Rolf Seeger, Dekan Siegbert Denk, Katholischer Schuldekanat Thomas Schmitz*

## PROJEKTVEREINBARUNG

### „Seelsorge in Krisen und bei Suizidalität von Jugendlichen“



#### 1. Ausgangslage: Hintergründe und Anlass des Projekts

Der Arbeitskreis Leben e.V. Heilbronn ist seit seiner Gründung 1984 in kirchlicher Trägerschaft (Evangelische Kirchenbezirke/Katholisches Dekanat). Ursprüngliches Anliegen war die Suizidnachsorge in den Kliniken durch Mitarbeitende zu sichern. Daneben hat sich in den vergangenen dreißig Jahren der AKL zu einer Fachberatungsstelle für Menschen in schweren Krisen und bei Selbsttötungsgefahr entwickelt. Neben der Suizidnachsorge in den SLK-Kliniken durch ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen, der Hinterbliebenenarbeit (Trauerbegleitung / Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid) und der Krisenintervention an der Beratungsstelle gab es auch schon in den vergangenen Jahren Präventionsveranstaltungen an Schulen.

Die beiden großen Kirchen sehen in der Begleitung von Menschen in (suizidalen) Krisen eine seelsorgliche und pastorale Aufgabe, was sich zum Beispiel daran zeigt, dass die Leitung des Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V. seit der Gründung entweder durch eine Pfarrerin der evangelischen Landeskirche oder seit einigen Jahren durch eine Pastoralreferentin der Diözese Rottenburg-Stuttgart wahrgenommen wird. Jugendliche und Menschen in suizidalen Krisen stellen nicht selten die Sinn- und Gottesfrage, und wo, wenn nicht hier, hat Kirche einen originären Auftrag. Das Angebot des AKL, auch in Gottesdiensten oder an anderen pastoralen und kirchlichen Veranstaltungen mitzuwirken, zeigt das seelsorgliche Profil des AKL in Heilbronn. Dieser Auftrag wurde von Anfang an als gemeinsamer und daher ökumenischer Auftrag verstanden.

In den vergangenen Jahren sind die Anfragen im Bereich von Schulen deutlich gestiegen. Allein im Januar 2018 hat der AKL in fünf Schulen Präventionsveranstaltungen durchgeführt. Auffallend ist, dass gerade am Rande der Präventionsveranstaltungen Gesprächsbedarf bei Schülern und Schülerinnen besteht. Durch die Kooperation mit der Schulsozialarbeit finden auch zunehmend Jugendliche in Krisen und mit Suizidgedanken den Weg in unsere Beratungsstelle. Dieser Bereich wird nachgefragt, kann aber mit den bisherigen personellen Ressourcen nicht zufriedenstellend „bedient“ werden. Das Projekt knüpft daher an die bestehende Präventions- und Beratungsarbeit an, baut diese konzeptionell auf, pflegt und sucht nach möglichen Kooperationspartnerinnen und Kooperationspartnern und entwickelt Konzepte, die auch im Bereich von Konfirmanden und Firmvorbereitung bzw. kirchlicher Jugendarbeit einsetzbar sind. Außerdem können die Anfragen nach Beratung von Jugendlichen personell bedient werden.

#### 2. Zielgruppe des Projekts

Zielgruppe des Projekts sind Jugendliche und junge Erwachsene in Krisen und bei Selbsttötungsgefahr. Von dem Projekt profitieren Schulen, Schulsozialarbeiterinnen, Lehrkräfte, aber auch Kirchengemeinden und die kirchliche Jugendarbeit.

#### 3. Ziele des Projekts

Das Projekt strukturiert und baut die bisherige Präventionsarbeit des AKL e.V. Heilbronn für Jugendliche aus. Außerdem werden neue Konzepte für Präventionsveranstaltungen für die kirchliche Jugendarbeit erarbeitet (Angebote für Konfirmanden und Firmlinge, Angebote für die Jugendarbeit).

Durch das Projekt kann Jugendlichen Beratung personell gesichert angeboten werden.

Das Projekt baut die Kooperation mit der Dekanatsstelle „Kirche und Schule“ im Dekanat HN-NU und die Kooperation mit der Schulpastoral beider Kirchen aus.

Am Ende des Projekts werden jährlich ca. zehn bis 15 Veranstaltungen in Schulen, im Konfirmandenunterricht und im Rahmen der Firmvorbereitung durchgeführt. Daneben werden jährlich mindestens zwanzig Jugendliche beim AKL e.V. Heilbronn beraten.

2019 bietet die Bundesgartenschau in Heilbronn die besondere Möglichkeit, für Schulklassen Angebote zu machen. Der Arbeitskreis Leben hat hier seine Mitarbeit und Teilnahme bereits zugesagt.

Wenn möglich, werden Lehrerinnen und Lehrer, Seelsorgerinnen und Seelsorger und andere Berufsgruppen, die mit Jugendlichen arbeiten, fortgebildet und beraten. Außerdem haben die Träger neue Möglichkeiten geschaffen, die Projektstelle als feste Stelle einzurichten.



#### 4. Kooperation und Vernetzung der Projektstelle

Die Projektstelle wird mit 25% an die bisherige 25%-Stelle der zweiten Mitarbeiterin, neben der Leiterin (50%), angegliedert. Es wird im Frühjahr 2018 daher eine 50%-Stelle für die zweite Mitarbeiterin des AKL e.V. Heilbronn ausgeschrieben. Die Inhaberin der Projektstelle ist damit fest in das Team des AKL integriert und durch die Aufgaben der anderen Stellenhälfte fachlich und strukturell im AKL angesiedelt. Die pastorale Fachkompetenz bringt die derzeitige Leiterin des AKL, die Pastoralreferentin ist, ein. Sie wird auch weiterhin in diesem Bereich des AKL Heilbronn mitarbeiten und ihre fachliche Expertise zur Verfügung stellen. Der Arbeitsplatz befindet sich in der Bahnhofstraße 13, 72074 Heilbronn im Heinrich-Fries-Haus. In das Projekt werden die bisherigen Kooperationspartner (Träger der kirchlichen Jugendarbeit, Schulsozialarbeit, verschiedene Schulen und Schularten (Berufliche Schulen, Realschulen, Werkrealschulen, Gymnasien)) und die Einrichtungen beider Kirchen auf der Dekanats- bzw. Kirchenbezirksebene eingebunden. Da die beiden Vorstandsvorsitzenden des AKL e.V. Heilbronn Schuldekane der beiden Kirchen sind, wird hier durch die inhaltliche und strukturelle Anbindung an die beiden Kirchen vieles möglich werden.

#### 5. Evaluation

Durch die Statistik des AKLs, die jährlich erhoben wird, können die Anzahl der Veranstaltungen ebenso wie die Anzahl der Beratungen bei Jugendlichen problemlos evaluiert werden. Dies wird im jährlichen Jahresbericht dokumentiert und ausgeführt. Neu erarbeitete pädagogische Konzepte werden am Ende des Projekts zur Verfügung gestellt und in einer Dokumentation veröffentlicht.

#### 6. Projektleitung

Die Projektleitung übernimmt die Leiterin des AKL e.V. Heilbronn.

#### 7. Projektteam

Das Projektteam besteht aus den beiden Vorsitzenden des AKL e.V. Heilbronn, der Leiterin des AKL e.V. Heilbronn und weiteren Vorstandsmitgliedern.

#### Grußwort der Bischof-Moser-Stiftung

Anfang Oktober 2018 unterzeichneten Vertreter der Bischof-Moser-Stiftung (Rottenburg) und des Vorstandes des Arbeitskreises Leben e.V. eine Vereinbarung, in der die Zielsetzung des Projekts und die Zusammenarbeit zwischen Förderstiftung und Projektträger geregelt werden. Die Bischof-Moser-Stiftung, die von den Vorstandsmitgliedern Gerhard Rauscher undolf Seeger vertreten wurde, fördert das Projekt „Umgang mit Krisen und Suizidalität bei Jugendlichen“ für drei Jahre mit einem Gesamtbetrag von 49.500,00 Euro.

In seinem Grußwort stellte Gerhard Rauscher kurz die Bischof-Moser-Stiftung vor und begründete die Entscheidung zur Unterstützung dieses ökumenischen Projekts. Der Zweck dieser rechtsfähigen Stiftung unter der Aufsicht der Diözese Rottenburg-Stuttgart ist die Förderung pastoraler Dienste in Kirchengemeinden, Dekanaten und Verbänden. Konkret wird dies in der Förderung von pastoralen Projekten, in denen neue Wege in der Seelsorge erprobt werden. Zur Begründung sagte Rauscher: „Wir brauchen in unserer Kirche neue Wege in der Seelsorge, neue Wege zu den Menschen, deren Not - und oft ist es seelische Not - allzu leicht übersehen wird. Daher bevorzugen wir Projekte für Lebensbereiche bzw. seelsorgerliche Bedürfnisse, die von den kirchlichen Grunddiensten oft zu wenig berücksichtigt werden. Meist fehlen dafür die Personalressourcen oder die Fachkompetenz.“

Daher entspricht dieses Projekt des Arbeitskreises Leben in Heilbronn den Prioritäten der Bischof-Moser-Stiftung und dem pastoralen Prozess „Kirche am Ort - Kirche an vielen Orten gestalten“. Der Vorstand der Bischof-Moser-Stiftung freut sich, dass der Arbeitskreis Leben mit dem Zuschuss der Stiftung die wertvolle Arbeit des Vereins intensivieren und qualitativ ausbauen kann. So konnte die neue Mitarbeiterin Andrea Herkle angestellt werden, die mit der Leiterin Birgit Bronner zusammenarbeitet. Der Namenspatron der Stiftung Dr. Georg Moser war von 1975 - 1988 Bischof der Diözese Rottenburg-Stuttgart. Sein Wahlspruch „damit sie das Leben haben“ (Joh 10,10) ist Richtschnur für die Stiftung; sie unterstützt Menschen, die Halt und Orientierung in ihrem Leben suchen.

Gerhard Rauscher

## PRESSEBERICHTE

### Sich helfen zu lassen, fällt vielen schwer

Arbeitskreis Leben kümmert sich um Menschen in Lebenskrisen – Leiterin Birgit Bronner spricht über Klischees und Achselzucken

Von unserem Redakteur  
Alexander Klög

HEILBRONN: 58 Menschen haben sich im vergangenen Jahr in Stadt- und Landkreis Heilbronn das Leben genommen. Der Verein Arbeitskreis Leben bietet Menschen, die sich in schwierigen Lebenssituationen befinden und eventuell bereits darüber nachdenken, sich umzubringen, eine unkomplizierte und vertrauliche Gesprächsmöglichkeit. „Der bei Weitem größte Teil der Selbstmorde ist nicht spontan, sondern angekündigt“, sagt Leiterin Birgit Bronner. „Das Klischee, man könne jemanden, der sich umbringen will, nicht daran hindern, ist falsch.“

Vor allem die Altersgruppe zwischen 31 bis 60 Jahren ruft laut der Jahresstatistik des Vereins desens Hilfestellen an. Die Menschen, die hier anrufen, stecken oft in einer schweren Krise, oft geht es um Trennung, Streit in der Familie oder um Schulden. Aber sie sind noch unentschieden, was den Selbstmord angeht, sonst würden sie nicht anrufen“, sagt die Diplomtheologin. „Ältere Menschen erreichen wir mit Prävention schwer.“ Zunächst sich helfen zu lassen, in diesen Altersgruppen mit großem Schamgefühl verbunden sei. „Viele können mit ihrem Ehepartner oder ihren Freunden nicht darüber reden und sind über einen aufstrebenden Ansprechpartner froh.“

„Der größte Teil der Selbstmorde ist angekündigt.“  
Birgit Bronner

Sie beobachte regelmäßig, dass Selbstmorde von Senioren in der Gesellschaft mit einem Achselzucken quittiert werde. Er oder sie sei ja schon alt gewesen, hätte es dann. „Das ist schrecklich, es ist jedes einzelne Mal tragisch, wenn es so endet“, sagt Birgit Bronner. „Der Gesellschaft sind die positiven Szenarien abhandele kommen, in Würde und in Anerkennung der Folgen zu altern. Die einen trauern davon, mit 90 auf den Mount Everest zu klettern, die anderen sehen nur das Siechen im Pflegeheim.“ Die Frage sei, wie die Gesellschaft und der Einzelne mit Schwachen umgeht – nicht erst im Alter. „Die Vorstellung, alles in der Hand zu haben und ewig zu funktionieren, trägt. Wir kommen aus der Abhängigkeit, und wir gehen wieder dahin zurück. Auch die gesunde Ernährung und viel Sport können daran nichts ändern.“ Ein wichtiger Schritt sei Offenheit: „Es ist gut, mit seinem Partner oder mit seinen Eltern darüber zu sprechen, wie sie sich das Alter vorstellen.“

**INFO Arbeitskreis Leben**  
Das Team des Vereins aus zwei haupt- und 25 ehrenamtlichen Helfern ist unter [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de) und per Telefon 07131164251 zu erreichen.

Von unserem Redakteur  
Carsten Friese

Es ist ein besonderes Angebot, das offenbar überfällig ist und jungen Menschen in schlimmen Krisen Auswege aufzeigen soll. Mit Hilfe der Bischof-Moser-Stiftung der Diözese Rottenburg-Stuttgart hat der Arbeitskreis Leben Heilbronn ein neues Projekt auf die Beine gestellt, das Suizidprävention an Schulen verstärkt soll.

„Das Angebot ist dringend notwendig“, sagt Arbeitskreis-Leiterin Birgit Bronner. Weil sie immer wieder davon erfährt, dass es Suizidversuche oder vollendete Taten an Schulen in der Region gab. In einer Schule habe es mehr als zehn Versuche in relativ kurzem Zeitraum gegeben. Jetzt ist ein Angebot auf den Weg gebracht, das deutlich häufiger als bisher Gesprächsangebote an Schulen ermöglichen soll.

Mit Hilfe der Bischof-Moser-Stiftung und der Kirchen ist das Projekt auf den Weg gebracht. Mit einer Fördersumme von 49.500 Euro unterstützt die Stiftung das Projekt über drei Jahre. Als „Dienst am Leben junger Menschen“ begründet Stiftungsvorstand Gerhard Rauscher das Engagement.

**Häufigste Todesursache** Arbeitskreis-Leben-Leiterin Birgit Bronner verdeutlicht, dass junge Menschen besonders gefährdet seien, sich das Leben zu nehmen. Die meisten Suizide gebe es bei älteren und bei jungen Menschen. Krisen seien für die junge Generation gerade beim Durchlaufen der Pubertät normal. Suizid sei bei jungen Menschen die häufigste Todesursache. Da sei es wichtig, Gesprächsangebote zu haben.

Bronner hat auf Anfrage auch vereinzelt Schulbesuche gemacht. Da habe es oft Folgegespräche gegeben, dass Schüler in die Sprechstunde kamen – oder auch besorgte Eltern anriefen mit der Frage, was sie bei einem Verdacht machen sollten.

Sozialpädagogin Andrea Herkle ist diejenige, die das Präventionsprojekt aufbauen soll und in einer Art Doppelrolle in Schulen mit Schülern über das dazugehörige Thema redet. Ab Klasse 8 soll das Projekt anlaufen. Eine 25-Prozent-Stelle ist für Herkles Projektarbeit vorgesehen, weitere 25 Prozent umfassen bei ihr



## Mehr Suizidprävention an Schulen

REGION Arbeitskreis Leben verstärkt durch neue Stelle Angebot – Bedarf für Hilfe in Notlagen ist da

die allgemeine Beratungsarbeit im AK Leben. Auch Lehrer und Sozialarbeiter sollen in die Kommunikation eingebunden werden und die Fachkraft bei Bedarf anfordern.

„Es geht darum, jungen Menschen klarzumachen, dass eine Notlage jeden treffen kann und Hilfe hoch ist.“

„In einem Beispiel haben drei Fälle eine ganze Schule ausgehebelt.“  
Schuldekan Jürgen Heuschle

len durchaus intelligent ist“, stellte Herkle in der Arbeitskreissitzung fest, in der auch der Projektvertrag unterschrieben wurde. In der Jugendhilfe hat die 48-Jährige vorher gearbeitet, unter anderem mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen. Der evangelische Schuldekan Jürgen Heuschle sprach von „sin-

voll investiertem Geld“ in das Projekt. Er halte es für einen großen Fehler, das Thema zu tabuisieren. Es sei einfach wichtig zu verdeutlichen, dass es Hilfe und Ansprechpartner für Kinder gibt. Heuschle verwies auf das Beispiel einer Schule, die drei Suizidversuche erleben musste. „Das hat die ganze Schule ausgehebelt“, Lehrz. Mitschüler, Eltern fassungslos gemacht. Heuschle ist froh, dass man das neue Präventionsprojekt nun auf den Weg gebracht hat.

**Erhöhte Priorität** Dass das Fördergeld der Bischof-Moser-Stiftung eine stattliche Summe ist, verdeutlichte Vorstand Gerhard Rauscher. Im Jahr gebe man rund 60.000 für Projekte aus, verglich er. Das Projekt Suizid an Schulen sei für die Stiftung eines mit erhöhter Priorität. Man brauche als Kirche „neue Wege in der Seelsorge, weil Not allzu leicht übersehen wird“.

2017 fanden über den AK Leben 14 Veranstaltungen zur Suizidprävention an Schulen in Stadt- und Landkreis Heilbronn statt. Rund 350 Schüler wurden dabei informiert, an drei Gymnasien, einer Realschule



Arbeitskreis-Leben-Leiterin Birgit Bronner und Andrea Herkle (re.), die Suizidprävention an Schulen anbietet. Foto: M. M.

und drei Berufsschulen. Diese Zahlen sollen mit der neuen Stelle nun deutlich steigen.

**INFO Kontakt**  
[www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de), 07131164251

**Zahlen & Fakten**  
Der ökumenische Arbeitskreis Leben Heilbronn bietet Präventionsangebote, Beratung sowie Suizidnach-sorge bei Hinterbliebenen an. 2017 waren es 158 Personen, die von den Haupt- und Ehrenamtlichen des Vereins begleitet wurden. 50 Prozent kamen aus dem Landkreis, 50 Prozent aus dem Stadtkreis Heilbronn. Die Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention gibt an, dass sich jedes Jahr in Deutschland etwa 10.000 Menschen das Leben nehmen. Dabei sterben mehr Menschen als durch Verkehrsunfälle, Gewalttaten und illegale Drogen zusammen. cf



# Wie reden Leben retten kann

REGION Im Jahr 2017 hat der Arbeitskreis Leben Heilbronn 168 Menschen in Krisen begleitet



Foto: Flickr/Beckwith, iStock.com

Von unserem Redaktionsmitglied  
**Christine Faget**

Liebe Anna. Dass du Suizidgedanken hast, ist okay. Wichtig ist, dass du darüber redest, dass du nicht alleine bleibst", schreibt Jule in einer E-Mail. Jule hat selbst sieben Suizidversuche hinter sich und weiß, wie anstrengend der Weg aus der Krise ist. Nun arbeitet sie ehrenamtlich für das Projekt U25, bei dem Jugendliche anonym per Mail Gleichaltrige mit Suizidgedanken beraten. Die Szene stammt aus dem Dokumentarfilm „Hallo Jule, ich liebe noch.“ Mit viel Einfühlungsvermögen und einer Kamera hat der Filmemacher Bernd Umbreit aus Oberstenfeld den E-Mail-Kontakt zwischen Jule und Anna verfolgt, um auf ein verbreitetes Phänomen aufmerksam zu machen: In Deutschland nimmt sich statistisch gesehen alle 56 Minuten ein Mensch das Leben, alle sechs Minuten versucht es einer. Allein im Land- und Stadtkreis Heilbronn haben im vergangenen Jahr 60 Menschen Suizid begangen. Im Stadtkreis untersucht die Kriminalpolizei weitere fünf Fälle, sagt Christian Britzke, Pressesprecher bei der Stadt Heilbronn. Die Zahl könnte also sogar steigen. Im Hohenlohekreis liegt noch keine Statistik vor.

**Falsche Scham** Angesichts solcher Zahlen stellt sich die Frage: Wie kann ich handeln, wenn jemand suizidale Anspielungen macht? In Heilbronn führt die Suche nach Antworten in die Bahnhofstraße 13, genauer gesagt in das Büro von Birgit Bronner. Die Theologin und Therapeutin leitet den Arbeitskreis Leben Heilbronn, der er sich seit 1984 zur Aufgabe gemacht hat, suizidgefährdete Menschen und ihre Angehörigen zu begleiten. „Es gibt dieses Klischee, dass man Menschen nicht auf Suizidgedanken ansprechen sollte“, räumt Bronner direkt auf. „Das ist Quatsch!“ Noch immer trennen sich nur weni-

ge Menschen, offen darüber zu sprechen. Und doch ist das Thema allgegenwärtig: Bei den Unter-25-Jährigen ist Suizid die zweithäufigste Todesursache nach Verkehrsunfällen. „Gehen Sie mal in eine Gruppe und fragen Sie, wer schon einmal mit Suizid zu tun hatte. Da meldet sich jeder Zweite“, sagt Bronner. Vor allem Scham und Schuldgefühle seien Grund dafür, dass das Thema selten angesprochen wird. „Viele Menschen haben Angst und übergehen die Situation.“ Dabei könne es manchmal schon helfen, die Gedanken aussprechen zu dürfen, ohne verurteilt zu werden.

„Viele Menschen haben Angst und übergehen die Situation.“

Birgit Bronner

Ansprechpartner können dabei immer auch auf die Arbeit des AK Leben hinweisen. Denn Bronners Mitarbeiter kennen keine falsche Scham: Zu den Aufgaben der 22 Ehrenamtlichen gehört es unter anderem, Menschen nach einem Suizidversuch zurück ins Leben zu begleiten. Wacht jemand im Krankenhaus oder in der psychiatrischen Anstalt auf, sind sie mitunter die ersten, die einfach nur da sind. Und zuhören. Die meisten Men-

schen reagierten positiv überrascht, erzählt Bronner. „Es gibt viele Menschen, die uns vorher gar nicht kannten.“

**Diskrete Hilfe** Dieser Umstand ist für die Beratungsstelle Flach und Segen zugleich. Zwar ist der AK Leben ein niedrigschwelliges Angebot. Den Schritt über die Türschwelle müssen die Menschen aber selbst gehen und dazu wissen, dass es das Angebot überhaupt gibt. Auf der anderen Seite ist Diskretion oberstes Gebot. Denn die komplette Verschwiegenheit ist ein Schutz für die Klienten. Nicht einmal die Krankenversicherungskarte müsse man zeigen, betont Bronner.

Das ist vor allem in der Präventionsarbeit wichtig: Hat jemand suizidale Gedanken, dann kann er bei der Beratungsstelle anrufen. Bronner oder ein Ehrenamtlicher klären dann ab, in welcher Situation der Betroffene sich befindet und vereinbaren einen Termin – der innerhalb einer Woche stattfindet. „Das leistet kein Arzt und kein Psychologe“, betont Bronner die wichtige Arbeit des Vereins, der sich mit Hilfe der Kirchen, des Landes, dem Land- und Stadtkreis Heilbronn, und vor allem auch durch Spenden finanziert.

In den Krisenberatungen geben die Ehrenamtlichen gemeinsam mit dem Betroffenen auf die Suche: Was braucht er, und wo gibt es

die entsprechenden Angebote? Das kann eine psychische Beratung sein, genauso eine Schulden- oder Eheberatung.

**Trichter** Denn geht es nach Erwin Ringel, dem Vater der Suizidforschung, dann funktioniert eine suizidale Krise wie ein Trichter. Je tiefer jemand hineintrifft, desto mehr erreicht der Suizid als einziger Ausweg. Alternative Lösungen nimmt der Betroffene irgendwann nicht mehr wahr. In solchen Situationen versuchen Menschen wie Birgit Bronner vom AK Leben oder Jule von U25, eine Hand zu reichen.

Auch Jule hatte eine helfende Hand gebraucht, um den Weg aus der Lebenskrise zu schaffen. Als sie wieder einmal vor der Schulbank stand und überlegte, welches Messer sie benutzen sollte, um sich zu ritzen, entschied sie sich um. Sie vertraute sich ihrem Vater an und bat ihn, sie direkt in die Klinik zu fahren. „Das war die Wende“, erzählt sie im Dokumentarfilm. In der Klinik lernte sie, mit den überwältigenden Gefühlen umzugehen und ihr selbstverletzendes Verhalten zu ersetzen: „Ich gehe jetzt dafür laufen.“ Den Film hatte Bernd Umbreit 2009 gedreht, vor fast zehn Jahren. Zu den beiden jungen Frauen hat er noch immer Kontakt. Glücklicherweise berichtet er: „Jule und Anna haben sich für das Leben entschieden. Sie arbeiten mittlerweile beide im Sozialbereich und sind weg von der Krise.“

In 142 Mails hat Jule Anna einen Weg zurück ins Leben gezeigt. In einer der letzten schreibt Anna dankbar: „Jule, von dir habe ich gelernt, dass man darüber reden sollte, wenn es einem schwerfällt.“

**INFO Erste Hilfe bei Suizidgedanken** Der AK Leben Heilbronn ist Mo., Di., Fr. 10 bis 12, Mi. 15 bis 17, Do. 16 bis 18 Uhr erreichbar unter Telefon 07131 164251. Bei der Telefonseelsorge kann man rund um die Uhr unter 0800 1101111 anrufen.

## Tipp

Wie reagiert man, wenn jemand im Bekanntenkreis suizidale Gedanken äußert? Experten raten zu folgenden Maßnahmen:  
Suizidale Äußerungen immer ernst nehmen.  
Unterstützung in Anspruch nehmen.  
Interessiert und offen nachfragen.  
Zu den eigenen Grenzen stehen.  
Immer verbindlich sein.  
Die Verantwortung hat jeder für sich selbst.  
Quelle: U25

## Jahresstatistik 2017

Wie der Arbeitskreis Leben Heilbronn Menschen in Krisen begleitet hat



**Hilfediale**  
Quelle: Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Von unserem Redakteur  
**Alexander Klug**

**Emickinkt**  
E in Mann erschießt Mitte August in Künzelsau erst seine Ehefrau, dann sich selbst. Ein Heilbronner Ehepaar zündet sich Ende September in seinem Wohnmobil bei Pfaffenhofen an. Was bringt Paare dazu, sich gemeinsam das Leben zu nehmen? Gibt es Möglichkeiten, selbstmordgefährdeten Menschen zu helfen? Darüber haben wir mit Dr. Rainer Schaub gesprochen, dem Chefarzt der Gerontopsychiatrischen Klinik am Zentrum für Psychiatrie in Weinsberg.

**Zwei Paare, die sich zuletzt selbst getötet haben, waren Senioren. Welche Rolle spielt das Alter bei der Absicht, sein Leben zu beenden, Herr Schaub?**

**Rainer Schaub:** Das hat sich in den vergangenen Jahrzehnten stark verändert. Noch am Anfang des vergangenen Jahrhunderts gab es deutlich mehr Selbstmorde unter jungen Menschen, auch Paaren. Zum Beispiel, weil die Frau schwanger war, aber eine Beziehung wegen gesellschaftlicher oder religiöser Konventionen unmöglich war. Das hat sich verändert. Die Wahrnehmung einer aussichtslosen Situation betrifft heute eher ältere Menschen.

**Selbst, wenn es sich um ein Paar handelt? Können sich Partner nicht gegenseitig Halt geben?**  
**Schaub:** Ja, können sie, aber das kann paradoxerweise auch problematisch sein. Es handelt sich oft um starke, vertraute, fast symbiotische Beziehungen über viele Jahrzehnte, in denen sich eine Isolation in Zweimasken entwickelt hat. Mit relativ schwachen Kontakten nach außen. Wenn dann ein Partner vom Tod bedroht ist, zum Beispiel durch eine schwere Krankheit, passiert es, dass der andere Partner nicht alleine weiterleben will. So entsteht der Plan, sich gemeinsam das Leben zu nehmen, und man überlegt, wie man ihn umsetzt.

**Ihracnt es nicht enormen Willen, erst den geliebten Partner zu töten und dann sich selbst?**  
**Schaub:** Zu diesem Schritt ist eine ungeliebliche Entschlossenheit und Energie nötig. Eine Affekthandlung kommt nicht in Betracht, etwa wie bei einem betrogenen Mann, der loszieht und zuerst die Freundin umbringt und dann sich selbst. Bei älteren Menschen spielt sich die Entschlossenheit zum großen Teil aus dem Gefühl, keine Perspektive zu haben.

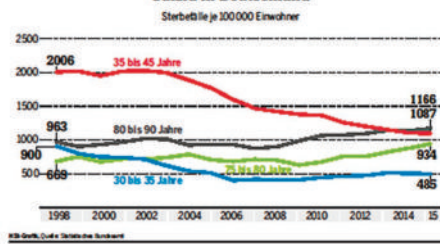
**Sehen ältere Menschen ihre Zukunft pessimistischer als jüngere?**  
**Schaub:** Die Möglichkeiten für junge Menschen sind heutzutage größer als früher, die gesellschaftlichen Zwänge sind weniger geworden. Demgegenüber werden immer mehr Menschen immer älter. Die Folgen sind tiefgreifend. Viele tun sich mit dem Verlust von Fähigkeiten schwer, hadern mit Einschränkungen, dem teilweisen Verlust der Selbstständigkeit. Die Häufigkeit schwerer Erkrankungen steigt mit dem Alter, von Herz-Kreislauf-Erkrankungen über Diabetes bis zu Krebs. Hinzu kommt nicht selten das Gefühl, die gemeinsamen Aufgaben seien erledigt, zum Beispiel wenn die Kinder erwachsen und aus dem Haus sind.



# „Das Gefühl, keine Perspektive zu haben“

INTERVIEW Chefarzt Dr. Rainer Schaub erklärt, wie es zu Selbstmorden älterer Paare kommt und warum Suizide unter Senioren zunehmen

## Suizid in Deutschland



**Zur Person**  
Rainer Schaub (Foto privat) wurde am 26. September 1959 in Altdorf bei Nürnberg geboren. Nach Jugend und Schulzeit studierte er Psychologie und Medizin in Marburg und Berlin. Er arbeitete in der psychiatrischen Klinik der Freien Universität Berlin und der psychiatrischen Universitätsklinik Grefenwald/Stralsund. Seit 2003 leitet er als Chefarzt die Klinik für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie am Zentrum für Psychiatrie Weinsberg. Alterspsychiatrie befasst sich mit Diagnostik und Therapie psychiatrischer Erkrankungen älterer Menschen. ale

Das klingt alles sehr zwangsläufig. Was können Sie da überhaupt machen?

**Schaub:** Das stimmt, die Entwicklungen selbst sind nicht zu vermeiden. Aber es gibt Modelle, die eine andere Art veranlassen wollen, damit umzugehen. Eines davon sieht die drei Schritte vor, Selektion, Optimierung und Kompensation. Bei der Selektion geht es um die Auswahl von Tätigkeiten, die dem Senior wichtig und für ihn noch möglich sind. Bei der Optimierung steht im Mittelpunkt, das zuvor Ausgewählte zu verbessern. Ältere Menschen müssen für das Stabilisieren oder Verbessern einer Fähigkeit mehr Zeit aufwenden als jüngere. Bei der Kompensation geht es darum, zu lernen, Schwächen zu erkennen und Mittel zu finden, Funktionsverluste auszugleichen. Zum Beispiel, sich im Haushalt oder bei der Körperpflege helfen zu lassen. Ob liegen auch depressive Erkrankungen vor, die lassen sich behandeln.

Was können Angehörige tun? Worauf müssen die Kinder achten?

**Schaub:** Die Entwicklung, dass meistens drei Generationen an drei verschiedenen Orten wohnen und nicht mehr wie früher unter einem Dach, tut sich nicht umhren. Aber Kinder sollten genau hinschauen und vermeiden, dass das Alter ihrer Eltern zum Tabuthema wird und es ansprechen. Das führt nicht immer zum Erfolg, manche blocken auch ab und verweigern sich. Oft bringt es aber auch Entlastung für beide Seiten, darüber reden zu können. Natürlich ist das bloße Reden häufig nicht ausreichend, aber ein wichtiger Anfang. Unsere Gesellschaft reagiert in Teilen auch schon, zum Beispiel, wenn Mehrgenerationenwohnen entstehen und Senioren aus ihrer Vereinzelung dadurch herauskommen können.

Das das Alleinsein deutlich unpopulärer ist als das Alleinwerden macht es nicht einfacher, oder?

**Schaub:** Dass die Gesellschaft sehr an Jugendlichkeit orientiert und auf Leistung ausgerichtet ist, stellt ein Kernproblem dar. Wenn sich jemand nur über die Position im Beruf definiert, wird es eng. Das Stereotyp „alt“ ist sehr negativ besetzt, das befördert die Angst vieler Menschen vor dem Alter werden noch und stört die rationale Herangehensweise. Dass es gar nicht schlimm ist, wenn es nicht mehr die Andeutung sein muss, sondern die schwäbische Art. Das verengt die Wahrnehmung auf die Verluste, statt auf mögliche Perspektiven hinzuweisen.

# AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK

## 2018

Im Jahr 2018 wurden **240 Personen** durch die Haupt-(HA) und Ehrenamtlichen (EA) des AKL-Heilbronn begleitet. Im Vorjahr waren es 168 Personen, somit kam es zu einer deutlichen Zunahme der Fallzahlen in diesem Jahr.

**Fälle gesamt (HA+EA): 240**  
(Vorjahr: 168)

**Fälle EA: 108**  
(Vorjahr: 69)

**Fälle HA: 132**  
(Vorjahr: 51)

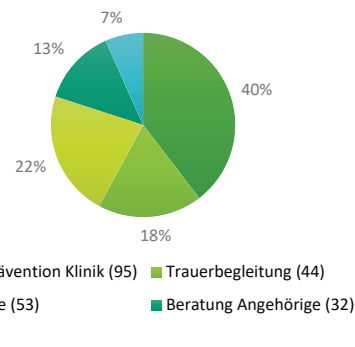
Die meist telefonischen **Kurzkontakte** werden nach wie vor nicht statistisch erfasst. Deren Inhalt ist zumeist eine Kontaktaufnahme zur Weitervermittlung an den AKL durch andere Stellen sowie eine Informationsvermittlung. Diese Art der Anfragen geht sowohl von Betroffenen, Angehörigen als auch von Institutionen aus.

Vergleicht man die **Entwicklung der Fallzahlen**, so kam es in 2018 zu einem sehr deutlichen Zuwachs, wobei die Zahlen im Bereich der Suizidalität bundesweit seit Jahren in etwa gleichbleibend sind. Diese Zunahme ist sicher zu großen Teilen in der stetigen Öffentlichkeitsarbeit und in der gelingenden Kooperation mit anderen Stellen begründet. Ebenso war der AKL im Rahmen der Beratungsstelle im Jahr 2017 für sechs Monate lediglich mit 60 Prozent Stellenanteil besetzt. Um den gestiegenen Bedarfen weiterhin wie gewohnt gerecht werden zu können, war die Ausweitung des Stellenumfanges der zweiten Fachkraftstelle von 25 Prozent auf 50 Prozent notwendig und sinnvoll.

Es wird bei den Klient\*innen unterschieden zwischen Menschen, die sich in einer Krise befinden (Betroffene), und Menschen in Sorge um suizidgefährdete Personen in ihrem Umfeld (Angehörige). Häufig suchen Angehörige sowohl für sich als auch für die betroffene Person Unterstützung. Eine weitere Gruppe sind Trauernde, die eine nahestehende Person durch Suizid verloren haben (Hinterbliebene nach Suizid).

Im Rahmen der **Suizidnachsorge und Prävention in Kliniken** wurden **95 Personen (2017: 58)** erreicht. Die Nachsorge findet hauptsächlich durch die ehrenamtlichen Mitarbeitenden auf den Intensivstationen der Kliniken am Gesundbrunnen und am Plattenwald statt. Dieser Bereich stellt mit 39,6 Prozent nach wie vor den größten Anteil dar. Auch die Zahl der Einsätze an den Kliniken ist im Vergleich zum Vorjahr deutlich um 37 gestiegen.

Beratungsanlässe n=240



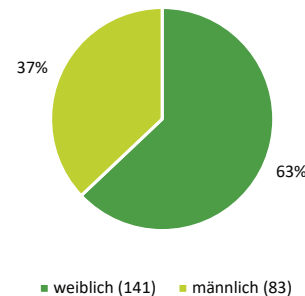
Im Bereich der Arbeit in der **Beratungsstelle** wandten sich insgesamt **129 Personen** an den AKL. Diese wurden, bis auf 13 Fälle, von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen beraten. Der Anteil der **Betroffenen** in einer Krise lag hier bei **53 Personen**. Die Zahl der **Angehörigen** lag bei **32 Personen**. Im Rahmen der **Trauerbegleitung für Hinterbliebene nach einem Suizid** suchten **44 Personen** Unterstützung. Sie wurden in ihrer Trauer durch Einzelgespräche und / oder eine Trauergruppe begleitet. Die Beratungsdauer im Falle einer Krisenintervention beträgt meist zwischen ein und sechs Terminen, hier ist das Ziel oft die Weitervermittlung oder Überbrückung zu therapeutischen Angeboten. Die Begleitung von Hinterbliebenen nach einem Suizid hingegen ist ein längerer Prozess, der bis zu einem Jahr andauern kann. Die Wartezeiten für ein Erstgespräch im akuten Krisenfall liegen nach wie vor zwischen einem und maximal sieben Werktagen und sind somit sehr kurz.

Zudem wurden durch die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des AKL **16 kirchliche Mitarbeitende**, Lehrer\*innen, Schulsozialarbeiter\*innen und weitere Fachkräfte aus psychosozialen Kontexten im Rahmen der **Fachberatung** durch den AKL unterstützt.

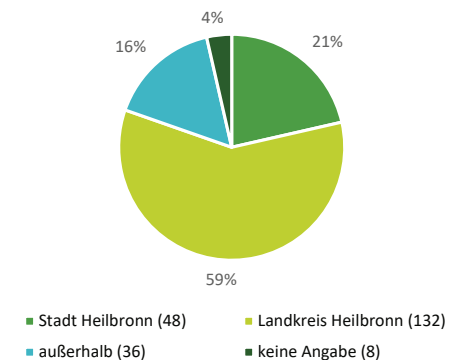
Laut Kriminalpolizei haben sich 2018 insgesamt **47 Personen im Stadt- und Landkreis Heilbronn** das Leben genommen (2017: 58). Das Gesundheitsamt des Landratsamtes gibt für den Zeitraum Januar bis November 2018 **28 Personen im Landkreis** an. Davon waren **24 Männer** und **4 Frauen**. Die Zahl der Suizide betrug in der **Stadt Heilbronn 19 Personen**. Zahlen zur Geschlechterverteilung für die Stadt liegen uns nicht vor.

Unter den 224 Personen (ohne Fachberatungen), die vom AKL begleitet wurden, waren **63 Prozent Frauen** und **37 Prozent Männer**. Nach wie vor ist der Anteil an Männern, im Vergleich zu anderen Beratungsangeboten, relativ hoch. Die aufsuchende Arbeit an den Kliniken bewährt sich hierbei nach wie vor.

Geschlecht n=224

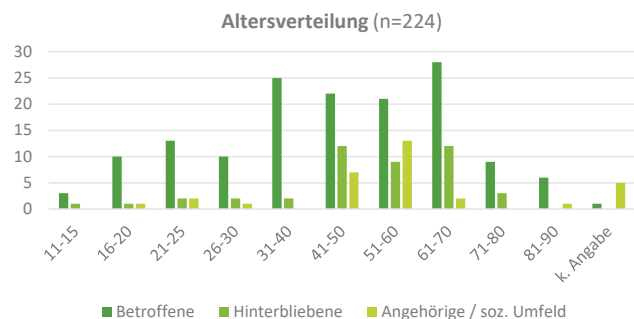


Wohnort n=224





**132 Klient\*innen** (59%) kamen aus dem **Landkreis Heilbronn**, **48 Klient\*innen** (21%) kamen aus der **Stadt Heilbronn** und **36 Klient\*innen** (16%) kamen von **außerhalb** des Stadt- und Landkreises. Bei **8 Klient\*innen** (4%) liegt **keine Angabe zu ihrem Wohnort** vor. Der Anteil an Klient\*innen, die nicht aus dem Stadt- oder Landkreis Heilbronn kommen, ist auch darin begründet, dass in den Nachbarlandkreisen kein AKL existiert. Dies wird vor allem im Bereich der Trauerbegleitung nach einem Suizid deutlich. Innerhalb der Landesarbeitsgemeinschaft aller AKL in Baden-Württemberg wurde daher die Übereinkunft getroffen, keine Klient\*innen aus angrenzenden Landkreisen abzuweisen.

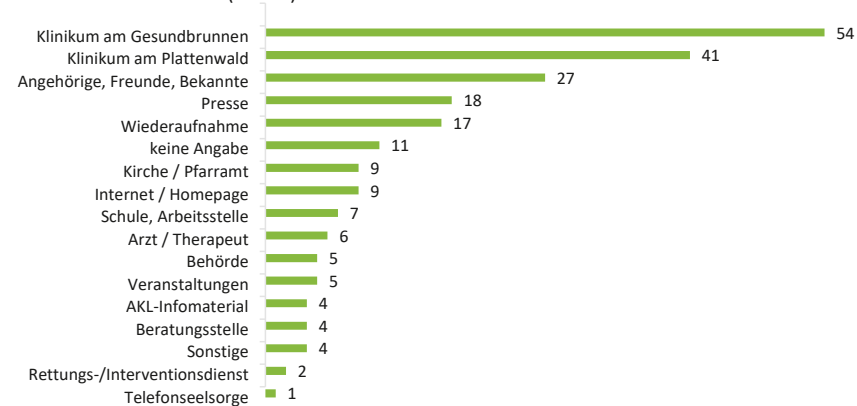


Die **Altersgruppe** der Betroffenen 31-70-Jährigen war im Jahr 2018 am stärksten vertreten. Es wurden somit auch im Jahr 2018 **in erster Linie Menschen im mittleren und höheren Erwachsenenalter** durch den AKL erreicht.

Der Anteil an **jungen Menschen unter 25**

**Jahren**, die durch den AKL erreicht wurden, liegt mit **33 Personen** bei knapp 14 Prozent. Im Bereich der Suizidnachsorge werden junge Menschen direkt über die Kinder- und Jugendpsychiatrie versorgt und erhalten somit keine Begleitung im Sinne der Suizidnachsorge durch den AKL. Vor dem Hintergrund, dass ein frühes Beratungsangebot für junge Menschen mit suizidalen Gedanken (weitere) Suizidversuche verhindern kann, ist diese Altersgruppe für die präventive Arbeit jedoch sehr bedeutsam.

#### Kontaktaufnahme über (n=224)



Am häufigsten erfolgt die **Kontaktaufnahme** zum AKL nach wie vor über Kliniken im Rahmen der Suizidnachsorge. Aus den beiden **Kliniken** im Stadt- und Landkreis kamen insgesamt **95 Kontakte** zustande, davon betrafen **85 Fälle die Suizidnachsorge**. Somit wurden **10 Fälle der Suizidprävention an Kliniken** vermittelt. Über die aufsuchende Arbeit an den Kliniken kamen die meisten Klient\*innen (54) über die Intensivstation der Klinik am Gesundbrunnen mit dem AKL in Kontakt.

Klient\*innen, die selbst Kontakt zum AKL suchten, kamen in erster Linie durch Angehörige, Freunde und Bekannte sowie Presseartikel oder über eine erneute Wiederaufnahme in die Beratung.



# DANK

## Unser Dank gilt allen, die sich mit ihrem Engagement für den AKL eingesetzt haben:

- Dem Vorstand des AKL, der die Arbeit begleitet und in einen stabilen Rahmen stellt.
- Herrn Heuschele, der als Vorsitzender immer ein offenes Ohr für unserere Belange hat.
- Den zahlreichen Geldgebern, die dem AKL z.T. seit vielen Jahren verbunden sind, unsere Arbeit der Suizidprävention für notwendig erachten und ihre Wertschätzung auch finanziell zum Ausdruck bringen. Unsere Arbeit ist auf Spenden angewiesen.
- Der Bischof-Moser-Stiftung.
- Den Mitarbeitenden in den SLK-Kliniken und am Weissenhof, die sich trotz hoher Arbeitsbelastung engagiert einsetzen, möglichst gute Gesprächsbedingungen zu schaffen.
- Den Mitarbeitenden beim Ev. Kirchenbezirk Heilbronn, besonders Herrn Bernauer und Frau Schmidt.
- Den Verantwortlichen im Heinrich-Fries-Haus, die für unsere Raumwünsche und andere Hausangelegenheiten immer zugänglich sind.
- Den Caritasmitarbeiterinnen im 2. und 3. Stock für die gute „Büro- und Beratungsgemeinschaft“, vor allem Frau Kempen und Frau Kienzle.
- Der Telefonseelsorge, die den Hintergrunddienst übernimmt.
- Frau Buschmann, die als Honorarkraft in der Verwaltung tatkräftig Unterstützung leistet.
- Bernd Walter, der mit seinen Fotos unserer Veranstaltungen die Erstellung des Jahresberichts bereichert und unterstützt.
- Gudrun Böckermann für das Korrekturlesen des Jahresberichtes.
- Florian Kratzer von webvisio für das neue Layout des vorliegenden Jahresberichtes.
- Und: dem Ehrenamtlichenteam, das das Herzstück des AKL ist und die Suizidnachsorge in den Kliniken als wichtigen Arbeitsbereich des AKL trägt!



## **Spendenkonto AKL e.V.**

Kreissparkasse Heilbronn

IBAN: DE72 6205 0000 0000 1989 43

BIC: HEISDE66XXX

## **Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.**

Bahnhofstraße 13

72070 Heilbronn

Telefon 07131 16 42 51

E-Mail [akl-heilbronn@ak-leben.de](mailto:akl-heilbronn@ak-leben.de)

Online [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)