

SELBSTTÖTUNGEN IM KREIS ESSLINGEN

## Mehr Suizide im Kreis verzeichnet

Corinna Meinke 08.09.2023 - 06:00 Uhr

**2022 ist die Zahl der Suizide im Kreis Esslingen erstmals wieder stark gestiegen. Was steckt dahinter und wer kann helfen?**

Männer tragen ein größeres Risiko, ihrem Leben selbst ein Ende zu bereiten. Das legen auch die Zahlen im Kreis Esslingen nahe. Von den 77 Selbsttötungen, die im vergangenen Jahr im Kreis Esslingen bekannt geworden sind, wurden 58 von Männern und 19 von Frauen unternommen. Zum ersten Mal seit vielen Jahren ist die Zahl der Suizide insgesamt im Kreis Esslingen gestiegen. Darauf weist der Verein Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim (AKL) aus Anlass des Welttags der Suizidprävention am 10. September hin. Wichtig ist ein stärkerer Ausbau von Hilfsangeboten für suizidale Menschen und die Förderung von präventiver Arbeit, sagen die Akteure.

### Bis heute ein Tabuthema

#### Suizidalität ist weiter ein Tabuthema

Suizidgedanken werden häufig noch als Tabuthema behandelt, bedauert AKL-Geschäftsführerin Alena Rögele. Für sie steht fest: Nur wenn über das Thema Suizidalität, also Gedanken und Handlungen, bei denen es darum geht, den eigenen Tod anzustreben, gesprochen wird und eine öffentliche Auseinandersetzung damit stattfindet, kann langfristig ein positiver Effekt auf die Fallzahlen erzielt werden. Denn die Zahlen alarmieren die Fachleute.

Zum ersten Mal seit Jahrzehnten hat es im Kreis Esslingen einen Anstieg gegeben. Und der fällt tragischerweise sogar recht hoch aus. Verzeichnete das Polizeipräsidium Reutlingen für den Landkreis 2021 noch 51 Selbsttötungen, lag die Zahl 2022 bei besagten 77 Menschen, die ihrem Leben ein Ende gesetzt haben. Die Ursachen seien schwer zu benennen und so unterschiedlich wie die Betroffenen, erklärt Rögele. Oft brächten zusätzliche Belastungen wie wirtschaftliche Not, eine Trennung oder Krankheit das Fass zum Überlaufen. Die aktuellen Krisen belasten viele, aber auch die Isolation während der Pandemie sei für manche Menschen ein herber Rückschlag gewesen.

Angehörige und Freunde sind beim Thema Suizid schnell überfordert. Was soll man tun, wenn beispielsweise ein Familienmitglied mit dem Sinn des Lebens hadert und überlegt, sein Leben zu beenden, und was sind die richtigen Worte angesichts einer derart schweren Krise? In solchen Fällen kann der Verein Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim eine gute Adresse sein, der sich seit 40 Jahren der Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr verschrieben hat. Für Rögele steht fest, dass die meisten Suizide im Rahmen von Krisen verübt werden und eine entsprechende Krisenbewältigung eine Selbsttötung verhindern kann.

### Gespräche können entlasten

Der Verein möchte deshalb möglichst früh mit Betroffenen ins Gespräch kommen. Dafür gibt es auf der Homepage einen eigenen Hilfsbutton, der direkt zur Telefonnummer vom Arbeitskreis Leben führt: Die Beratungsstelle Nürtingen ist erreichbar unter der Nummer 0 70 22/1 92 98, die Beratungsstelle Kirchheim unter 0 70 21/7 50 02. Montags bis freitags ist die Kontaktstelle von 10 bis 12 Uhr, und Dienstag- und Donnerstagnachmittag von 14 bis 17 Uhr erreichbar. In den übrigen Zeiten ist ein Anrufbeantworter eingeschaltet.

## **Reden hilft Betroffenen in vielen Fällen**

Die Möglichkeit, Suizidgedanken mit jemandem zu besprechen, bringt den Betroffenen meist eine große Entlastung, dies ist eine zentrale Erfahrung für das Team vom Arbeitskreis Leben, zu dem zwei Psychologinnen und eine Sozialarbeiterin gehören. Unterstützt werden die Fachkräfte von rund 20 Ehrenamtlichen, die von den Fachkräften geschult werden und regelmäßige Supervision erhalten.

## **Jugendliche und Senioren sind Risikogruppen**

Rögele spricht von einer guten Ergänzung und anders könne der Arbeitskreis Leben sein Angebot nicht stemmen, das von der Online-Beratung über die Betreuung von Angehörigen und Hinterbliebenen, einem offenen Treff bis zur Präventionsarbeit in Schulen und Jugendgruppen reicht, da Jugendliche häufig von suizidalen Gedanken betroffen seien. Auch Seniorinnen und Senioren zählen zu den Risikogruppen. Seine Flyer legt der Arbeitskreis Leben deshalb auch bei Bestattungsunternehmen aus und schult Pflegekräfte, um sie für das Thema zu sensibilisieren.