Beratung bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

Arbeitskreis Leben

2011

Jahresbericht

Schwerpunktthema: AKL-Krisenberatung – beständig im Wandel

Blickfang
Der Arbeitskreis Leben im neuen Erscheinungsbild

Erscheinungsbild Arbeitskreis Leben e.V. Reutlingen/Tübingen
ProBonoProjekt 2012 | Design für eine gute Sache
Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung, Tübingen

Wir möchten uns herzlich bei
Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung
und ihrem Team bedanken.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 4

Ehrungen 2011 6

Schwerpunkt
AKL Krisenberatung – beständig im Wandel 8

Suizidprävention und Öffentlichkeitsarbeit
Veranstaltungen im Jugendbereich 18
Veranstaltungen im Erwachsenenbereich 19
Pressecollage 20

Statistik der Suizide
Suizide in Deutschland und Baden-Württemberg 22
Suizide in den Landkreisen Reutlingen und Tübingen 23

Trauerbegleitung nach einem Suizid 25

Nachsorge nach einem Suizidversuch 28

Beratung und Krisenintervention im AKL – Statistische Auswertungen 2011
Krisenberatungsstellen Reutlingen und Tübingen 29
Online-Jugendberatung 38

Ehrenamtlich im AKL
Dank an die Ehrenamtlichen 40
Ausbildung, Supervision und Fortbildungen 42

Der AKL aus Sicht des Vorstands 46

Personalsituation 50

Blick in die Kassen 52

Den AKL unterstützen 56

Dank an die SpenderInnen 2011 59

Kassenbericht Arbeitskreis Leben e.V. 60

IMPRESSUM
© 2012
Arbeitskreis Leben e.V. (AKL)
Reutlingen/Tübingen
Österbergstraße 4
72074 Tübingen

Texte
Hauptamtliche MitarbeiterInnen und Vorstand des Arbeitskreis Leben Reutlingen und Tübingen

Gestaltung und Satz
Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung, Tübingen; www.hemmerich.de

Druck
Druck- und Verlagshaus Lorch, Pfullingen
Auflage: 2500 Exemplare

Vorwort

Sehr geehrte LeserInnen*,

der Arbeitskreis Leben Reutlingen/Tübingen e.V. (AKL) zeigt sich in neuem Gewand. Wir freuen uns sehr, dass wir Ihnen mit unserem Jahresbericht 2011 Veränderungen im äußeren Erscheinungsbild des AKL mit neuer Farbgestaltung und einem neuen Logo vorstellen können.

Bereits im Sommer 2010 wurde uns von Frau Christiane Hemmerich – Konzeption und Gestaltung – das Angebot gemacht, im Rahmen eines Pro-Bono-Projektes unsere Öffentlichkeitsmaterialien zu überarbeiten. Wir haben uns sehr über diese Möglichkeit gefreut, waren von ihren Ideen begeistert und sind sehr dankbar für ihr professionelles und sehr zeitintensives Engagement für den AKL. Das Ergebnis zahlreicher Treffen, Überlegungen, Diskussionen, Abwägungen und auch mutiger Entscheidungen sehen Sie in diesem Jahresbericht und in den beigelegten Informationsflyern.

Mit unserem Schwerpunktthema „AKL-Krisenberatung – beständig im Wandel“ möchten wir Ihnen den Zusammenhang zwischen veränderter Außendarstellung und Entwicklungsprozessen innerhalb des AKL verdeutlichen. Dabei stellen wir auch den Bezug her zu den inhaltlichen Grundüberzeugungen unserer Arbeit, die in den Leitlinien formuliert sind. Für unsere Arbeit mit suizidgefährdeten Menschen bieten diese den notwendigen Rahmen.

Die Beratung und Begleitung von Menschen in Krisen stand auch im Jahr 2011 im Mittelpunkt. Gerade in besonders zugespitzten Krisensituationen konnten wir zeitnah und unbürokratisch Unterstützung anbieten, wofür KlientInnen immer wieder ihre besondere Dankbarkeit ausdrücken. An dieser Stelle leisten unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen einen unverzichtbaren Beitrag. Mit ihrer Zeit, ihrer Kompetenz und viel Herzenswärme engagieren sie sich für Menschen in Not.

Wir möchten uns sehr herzlich bei allen bedanken, die uns auf so unterschiedlichen Ebenen im vergangenen Jahr unterstützt haben und dazu beitragen, dass der AKL nun bereits seit 35 Jahren Menschen in Lebenskrisen und Suizidgefahr zeitnah und unbürokratisch Begleitung und Beratung anbieten kann. Diese Wertschätzung unserer Arbeit ist sehr wohltuend.

Nun wollen wir gemeinsam mit Ihnen auf ein ereignisreiches Jahr 2011 zurückblicken und Sie über die Arbeit in unseren beiden Krisenberatungsstellen und unserer Online Jugendberatung Youth-Life-Line (YLL) informieren.

Das Team des AKL

* Im vorliegenden Jahresbericht verwenden wir zur sprachlichen Gleichbehandlung von Männern und Frauen bei personenbezogenen Bezeichnungen das sogenannte Binnen-I.

Youth-Life-Line bei den Gewinnern im Wettbewerb „Ideen Initiative Zukunft"

Jeder kann auch mit kleinen Ideen Großes bewirken. Damit möglichst viele davon umgesetzt werden können, riefen der dm – Drogerie-Markt und die Deutsche UNESCO-Kommission zum Wettbewerb „Ideen Initiative Zukunft" auf. Die Online Jugendberatung hat sich als nachhaltiges und soziales Projekt beworben und im dm-Markt im Nonnenhaus Tübingen als eines von drei Projekten dieser Filiale 1000€ Euro gewonnen. An dieser Stelle bedanken wir uns bei all den vielen UnterstützerInnen, die mit ihrer Unterschrift für Youth-Life-Line als förderungswürdiges Projekt gestimmt haben!

Im Rahmen dieser Initiative fand außerdem eine landesweite Kassieraktion statt. Youth-Life-Line war auch hier beteiligt und mit einem Infostand am Mittwoch, den 29. Februar 2012 im dm-Markt im Depot-Areal präsent. Für eine halbe Stunde durfte eine Peerberaterin an der Kasse sitzen. Alles, was während dieser Zeit über das Band lief, wurde an die Online Jugendberatung gespendet. Dank der unzähligen UnterstützerInnen, FreundInnen, Bekannten und freiwillig Engagierten, die zu diesem Zeitpunkt in einer langen Schlange mit prall gefüllten Einkaufskörben an der Kasse standen, kamen 2000€ Euro für Youth-Life-Line zusammen. Wir sind beeindruckt von der großen Zahl an Menschen, die extra zu diesem Termin ihre Einkäufe erledigt, eine lange Wartezeit in Kauf genommen und dadurch zu dieser hohen Summe beigetragen haben. Ein herzliches Dankeschön dafür!

Youth-Life-Line bei der SWR-Herzenssache

Die Kinderhilfsaktion „Herzenssache" von SWR, SR und Sparda-Bank setzt sich für benachteiligte Kinder in Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und im Saarland ein. Südwestrundfunk und Saarländischer Rundfunk stellen Herzenssache im Programm vor und unterstützen auf diese Weise hilfsbedürftige Menschen im Sendegebiet. Herzenssache steht unter der Schirmherrschaft von Lothar Späth.

In diesem Jahr ist auch die Online Jugendberatung eines der Projekte, die als besonders förderungswürdig ausgewählt wurden und nun für zwei Jahre von der Herzenssache unterstützt wird. Gefördert werden die Beratungszeiten, die Fahrtkostenerstattung der Peers, sowie deren Verpflegung während ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit. Darüber hinaus können mit Hilfe der Förderung Fortbildungen für die PeerberaterInnen zu verschiedenen Themen in der Beratung angeboten werden (Essstörungen, sexuelle Gewalt, Fragen in der Beratung, …).

Im Rahmen der Aktion fanden schon zahlreiche Interviews mit den PeerberaterInnen statt und es wurden mehrere Radioberichte im SWR Hörfunk über das besondere Engagement der PeerberaterInnen und das Beratungsangebot von Youth-Life-Line gesendet.

Ausführliche Informationen
finden sich unter folgendem Link im Internet:
http://www.swr.de/herzenssache/projekte/

Leben heißt Veränderung. Eine Erfahrung, die täglich in der Begleitung von Menschen in Krisensituationen spürbar wird, mit allen Facetten: schmerzlich, unter die Haut gehend und immer wieder auch beglückend dort, wo Entwicklung hin zur mehr Lebensqualität gelingt.

Eine wichtige Veränderung in der Außendarstellung des AKL ist die Entwicklung eines neuen Logos für den Gesamtverein und die Online Jugendberatung. Möglich wurde dies durch das Angebot von Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung. Sie war bereit, den AKL mit ihrem „ProBonoProjekt 2012 – Design für eine gute Sache“ mit der Neugestaltung des Logos und der Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit zu unterstützen.

Der Verein Arbeitskreis Leben Reutlingen/Tübingen e.V. (AKL) bestand im Jahr 2011 stolze 35 Jahre. Menschen in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr zeitnah und unbürokratisch Begleitung und Beratung anzubieten, war all die Jahre das Ziel dieser Arbeit. Sie wird getragen durch die Zusammenarbeit von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen und hauptamtlichen Fachkräften, ein bewährtes Konzept nach dem sich weitere AKL-Einrichtungen in Baden-Württemberg etabliert haben.

Neben den beiden Krisenberatungsstellen in Reutlingen und Tübingen wurde in den letzten Jahren die Online Jugendberatung Youth-Life-Line (YLL) ein weiteres Arbeitsfeld des Hilfeangebotes im AKL und ist damit dem Projektstatus entwachsen. Diese Entscheidung war und ist für den Verein mit einem großen finanziellen Risiko verbunden. Grundlegend für die Entscheidung, YLL weiterzuführen, ist unsere Überzeugung, dass die Online Jugendberatung mit ihrem niedrigschwelligen, anonymen Beratungsangebot eine notwendige Ergänzung in der Beratungslandschaft darstellt. Auch in der Online Jugendberatung arbeiten therapeutische Fachkräfte eng zusammen mit ehrenamtlich Engagierten, ein Konzept, das sich in der AKL-Arbeit so viele Jahre bewährt hat.

Die hohen Anfragezahlen bei YLL, die vielen Auszeichnungen regional und überregional und das Interesse der Medien belegen die Wichtigkeit dieses Angebotes auf eindrucksvolle Weise. Dies bestärkt uns in unserer Arbeit. Denn auch das gehört zur Beständigkeit im AKL: die Überzeugung von der Sinnhaftigkeit seines Angebotes für Menschen in existenzieller Not und die damit verbundene Bereitschaft der AKL-MitarbeiterInnen dafür ausdauernd auf verschiedenen Ebenen einzustehen. Das bedeutet neben der Kernaufgabe der Krisenberatung, sich stark zu machen und zu kämpfen, für Anerkennung und finanzielle Förderung der AKL-Arbeit. Die Erfahrungen mit den Ratsuchenden bestärken uns täglich darin, dass es sich lohnt, einen langen Atem zu behalten.

Leben heißt Veränderung: Der AKL im neuen Gewand

Beratung bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr
Arbeitskreis Leben

Online Jugendberatung im Arbeitskreis Leben
Youth-Life-Line.de

In beiden Namen steckt der Begriff ‚Leben‘. Die Idee von Frau Hemmerich, durch ein Ausrufezeichen zu betonen, dass die AKL-MitarbeiterInnen auf der Seite des Lebens stehen, hat uns überzeugt. Ein weiteres wichtiges Anliegen war, dass wir im Logo ausdrücken, dass die Online Jugendberatung YLL Bestandteil der AKL-Arbeit ist. Dieser Veränderungsprozess hat sich strukturell in den letzten Jahren vollzogen und wird nun durch die Logos auf einen Blick sichtbar.

Zum Leitbild des AKL

Im Zuge der Veränderungen in der Außendarstellung des AKL, haben wir uns noch einmal ausführlich mit den konzeptionellen Grundideen unserer Beratungsarbeit auseinandergesetzt. Daraus entstanden sind folgende Leitlinien, die auf der Erfahrung von 35 Jahren Krisenbegleitung im AKL beruhen und die als Orientierungspunkte für die Arbeit in den Krisenberatungsstellen und der Online Jugendberatung zu verstehen sind.

AUSZUG AUS DEN LEITLINIEN DES AKL REUTLINGEN /TÜBINGEN E.V.

1. Unser Selbstverständnis

Krisen gehören zum Leben. Sie treten auf, wenn bisher erworbene und erprobte Verarbeitungs- und Verhaltensweisen nicht mehr ausreichen, um neuen Anforderungen zu entsprechen und anstehende Probleme zu lösen. Anlässe für Lebenskrisen können unter anderem Trennungen, Verluste, Beziehungsprobleme, Krankheiten oder Arbeitslosigkeit sein. Manche Krisen spitzen sich so zu, dass die Betroffenen sie als unüberwindbar erleben. Sie empfinden diesen Zustand als unerträglich, oft als persönliches Scheitern. Dies kann dazu führen, dass sie das Weiterleben für sich in Frage stellen. In dieser Situation können Gedanken an Selbsttötung näher rücken. Lebenskrisen – auch solche, die zur Suizidgefährdung führen – können eine Chance zur Veränderung und Neuorientierung im Leben sein.

Unser Angebot basiert auf der Erfahrung, dass ein verlässliches Beziehungsangebot während der Krise zur Stabilisierung und zur Eröffnung neuer Möglichkeiten führen kann. Unsere Hoffnung ist, dass Beratung und Begleitung den Weg ebnet zur Lebensbejahung und es dem Betroffenen gelingt, wieder mehr Lebensqualität zu erlangen. Dieser Ansatz bildet sowohl für die hauptamtlichen als auch für die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen die Basis für die Krisenberatung und -begleitung. Die KlientInnen sollen mit Unterstützung der Beratung und Begleitung (wieder) befähigt werden, ihre Interessen im Rahmen ihrer Möglichkeiten selbst verantwortlich und selbst bestimmt zu vertreten. Die Rückbesinnung auf die eigenen Ressourcen ist hierbei ein wichtiger Beitrag, um zu einer dauerhaften Stabilisierung zu gelangen. Grundlegend für Beratung und Begleitung ist neben der Freiwilligkeit der Inanspruchnahme auch die Niedrigschwelligkeit des Angebotes. Wichtige Aspekte sind Authentizität und Verlässlichkeit der BeraterInnen. Eine weitere grundlegende Voraussetzung im Kontakt ist die prinzipielle Achtung vor den Möglichkeiten und der Autonomie der KlientInnen. Die Vernetzung mit anderen Institutionen ermöglicht eine schnelle und umfassende Versorgung mit ergänzenden Angeboten, die der Problematik der KlientInnen angemessen sind.

2. Unsere Haltung zur Suizidalität

Nach unserer Erfahrung basiert Suizidalität in der Regel nicht auf dem freien Willen, sondern auf dem Gefühl der Einengung, der Not und tiefster Verzweiflung. Suizidale Menschen befinden sich in der Ambivalenz zwischen Aufgeben und Hoffnung auf Veränderung. Als hauptamtlich und ehrenamtlich Mitarbeitende im Arbeitskreis Leben verbinden wir uns klar und eindeutig mit der Seite der Hoffnung. Dies steht jedoch nicht im Widerspruch zu der Achtung, die wir der menschlichen Möglichkeit des Suizids entgegenbringen.

3. Schweigepflicht

Die hauptamtlichen und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen unterliegen generell einer gesetzlichen Schweigepflicht gem. § 203 StGB (Verletzung von Privatgeheimnissen). Diese Schweigepflicht hat bei akuter Selbst- oder Fremdgefährdung ihre Grenzen. So werden wir z.B. aktiv, wenn Betroffene Ort und Zeit ihres geplanten Suizids ankündigen, indem wir notwendige Maßnahmen zur Verhinderung der Selbsttötung einleiten – sofern uns ihre Identität bekannt ist. Darüber klären wir die Betroffenen im Vorfeld auf.

4. MitarbeiterInnen

Die Verknüpfung von Ehrenamt und Hauptamt ist ein konzeptionelles Merkmal des Arbeitskreises Leben. Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen bringen ihre persönlichen und beruflichen Lebenserfahrungen in die Begleitung der Hilfesuchenden ein. Sie verstehen sich als verlässliche GesprächspartnerInnen für die Zeit der Krisenbewältigung. Sie werden zu KrisenbegleiterInnen ausgebildet und fachlich begleitet. Die Vorstandsarbeit ist eine weitere Form der ehrenamtlichen Mitarbeit. Die pädagogisch-therapeutischen Fachkräfte sorgen neben ihrer Beratungstätigkeit für den notwendigen Rahmen. Sie gewährleisten die Erreichbarkeit, die Erstgespräche, die Koordination und die Kontakte zu anderen Diensten. Die hauptamtliche Mitarbeit unterteilt sich in den pädagogisch-therapeutischen Bereich und den Geschäftsführungs- und Verwaltungsbereich. Der Arbeitskreis Leben ist bewusst basisdemokratisch organisiert. Supervision, Intervision und Fortbildung sind unverzichtbare Elemente für die MitarbeiterInnen, um eine stabile Grundhaltung zu bewahren und den Anforderungen gewachsen zu sein.

5. Weltanschauliche Ungebundenheit

Die weltanschauliche Ungebundenheit soll es Menschen jeglicher kultureller oder religiöser Bindung ermöglichen, die Angebote des Arbeitskreises Leben in Anspruch zu nehmen.

Erfahrungen aus der Beratungsarbeit

Wir möchten versuchen, die wichtigsten Aussagen aus den Leitlinien auf dem Hintergrund unserer Beratungserfahrungen in den Krisenberatungsstellen und der Online Jugendberatung zu veranschaulichen. In beiden Beratungsformen steht das verlässliche Beziehungsangebot im Zentrum. Dieses ist besonders wichtig im Umgang mit Menschen in suizidalen Krisen. Eine suizidale Entwicklung ist gekennzeichnet von Gefühlen der Ohnmacht und Verzweiflung. Der suizidale Mensch fühlt sich seiner Situation und seinen Lebensumständen gegenüber hilflos und ohnmächtig ausgeliefert. Versagensgefühle spielen eine zentrale Rolle. All das erzeugt einen immensen Leidensdruck, der übermächtig werden kann.

Bei der Beratung und Begleitung in den Krisenberatungsstellen steht die persönliche Begegnung im Vordergrund. AKL-MitarbeiterIn und KlientIn treffen sich regelmäßig zum persönlichen Gespräch.

„Wenn es ganz schlimm kommt, nehme ich mir das Leben.“ – Ein Satz, wie er in Beratungsgesprächen immer wieder zu hören ist. In einer ausweglos erscheinenden Situation noch eine Handlungsoption zu haben, wirkt entlastend und stabilisierend. Gerade weil ich mir das Leben nehmen kann, muss ich es vielleicht nicht tun. Das klingt paradox. „Sich das Leben nehmen“ – diese Beschreibung allein ist schon zweideutig und eröffnet den Blick für das Paradoxe im suizidalen Handeln. Diese Bezeichnung ist nicht nur im Sinne des Verlustes des eigenen Lebens zu verstehen, sondern kann auch im Sinne des aktiven Zugreifens und Erfassens verstanden werden.

Den Menschen in seiner momentanen Situation zu sehen und ernst zu nehmen, ist ein wichtiger Schritt hin zur Stabilisierung. Dazu gehört, dass das Thema der Suizidgefährdung von AKL-Seite offensiv angesprochen wird. Zum einen ist das die einzige Möglichkeit, den Grad der

Suizidgefährdung des Gegenübers einschätzen zu können. Zum anderen erleben wir, dass darüber Vertrauen entsteht in der Beziehung. Es kann eine existenziell wichtige Erfahrung sein, sich mit den Suizidgedanken zeigen zu dürfen und damit angenommen zu werden. In Beratungsgesprächen hören wir immer wieder „Ich bin eine Zumutung und eine Belastung für andere." Aus diesem Gefühl heraus ziehen sich suizidgefährdete Menschen aus bestehenden Beziehungen zurück. Die Thematisierung der Suizidgefährdung entspricht in den meisten Fällen dem Bedürfnis der Betroffenen. Auf deren Seite besteht vielfach geradezu eine Sehnsucht danach, aussprechen zu dürfen, was schon hundertfach in Gedanken durchgespielt wurde. Auch das wirkt entlastend.

Ein wichtiges Ziel in der Beratung von akut suizidalen Menschen ist es, einen Aufschub der suizidalen Absichten zu erreichen und Zeit zu gewinnen. „Es liegt nicht in meiner Macht, Sie vom Suizid abzuhalten, aber vielleicht geben Sie uns Zeit, um gemeinsam herauszufinden, ob es Alternativen zum Suizid für Sie geben kann." Unsere Erfahrung ist, dass der Blick auf die eigene Situation sich verändert, wenn der Mensch Vertrauen fasst. Da nimmt sich jemand Zeit für mich, hört aufmerksam zu, ist verlässlich in den Absprachen. Diese Erfahrungen stärken das Selbstwertgefühl.

Wie viel Verantwortung tragen die AKL-MitarbeiterInnen für ihre suizidalen KlientInnen? Das ist eine zentrale Frage in Ausbildung und Supervision der AKL-MitarbeiterInnen und darüber hinaus im Beratungsalltag aller Mitarbeitenden. In jeder Einzelsituation muss geprüft werden, wie tragfähig die bereits bestehende Beziehung zwischen KlientIn und MitarbeiterIn eingeschätzt wird. Es gilt abzuwägen zwischen dem Autonomiebedürfnis des Klienten und dem Schutzbedürfnis bei akuter Selbstgefährdung. Rechtliche Grundlagen sind ebenso mit einzubeziehen wie individuelle Grenzen. In der Regel wird sehr offen mit dem suizidgefährdeten Menschen über die Einschätzung und Wahrnehmung der Suizidalität gesprochen. „Ich mache mir große Sorgen um Sie und ich bin mir nicht sicher, ob unsere Vereinbarungen ausreichen in Ihrer momentanen Situation." Im Akutfall wird versucht, den gefährdeten Menschen für weitere Schritte wie z.B. Arztbesuch oder Klinikeinweisung zu gewinnen. Hierfür werden Kooperationen und Netzwerke mit anderen FachkollegInnen bzw. -einrichtungen gepflegt.

In der Online Jugendberatung Youth-Life-Line gehört es zum Beratungsalltag, dass sich verzweifelte Jugendliche per Email melden. Meist machen sie schon in ihrer ersten Anfrage deutlich, wie konkret ihre Suizidgedanken sind. Sätze wie „Ich denke täglich darüber nach, mich umzubringen", „Ich kann einfach nicht mehr", „Meine Suizidgedanken werden immer stärker", „Mein Plan steht, ich weiß schon, wo und wann ich es tun werde" veranschaulichen, in welcher Drucksituation diese jungen Menschen stecken. Oft erzählen sie im weiteren Kontakt, dass ihre Mail das erste Mal überhaupt war, dass sie sich getraut haben, ihre Gedanken und Gefühle so klar zu formulieren. Das einfach eintippen können, egal, zu welcher Tages- oder Nachtzeit, von Zuhause aus oder einem geschützten Ort und das Wissen, dass man vollkommen anonym ist, machen das Mitteilen leichter.

Die Anonymität wird vom Großteil der jugendlichen Ratsuchenden als erstes genannt, wenn wir fragen, was ihnen im Beratungskontakt wichtig ist. Viele haben Angst, dass wir Schritte einleiten müssen und sie in eine Klinik eingewiesen werden, sobald sie ihre Selbsttötungsgedanken aussprechen. Andere fürchten, dass gegen ihren Willen oder ohne ihr Wissen Dritte miteinbezogen werden: „Müsst ihr meine Eltern informieren, wenn ich euch ehrlich sage, wie es mir geht?" Hier hilft auf beiden Seiten das Medium Onlineberatung: es macht einen Zugang leichter, senkt die Hemmschwelle, sich jemandem mitzuteilen und ermöglicht den Schreibenden ein hohes Maß an Autonomie und Selbstbestimmung. Sie entscheiden, ob, wann und wie häufig sie schreiben.

Sie können selbst steuern, was sie preisgeben und genau prüfen, bevor sie ihre Zeilen abschicken. Wenn es zu nah, zu intensiv oder zu unangenehm wird, bleibt die einfache Möglichkeit, sich nicht wieder zu melden oder auch die Zeit, sich in Ruhe zu überlegen, worauf sie sich weiter einlassen möchten. Die Transparenz des festen Rahmens entlastet die meisten KlientInnen und führt dazu, dass sie sich auf den Kontakt einlassen. Auch die Tatsache, dass ihre Identität nicht ausfindig gemacht werden kann, macht einen weitgehend angstfreien und offenen Dialog möglich.

Gleichzeitig wird in der Mailberatung ein zuverlässiger Anker angeboten. Eine eigene PeerberaterIn als persönliche AnsprechpartnerIn, die dableibt, die alles liest, der sie alles schreiben dürfen, ohne die Konsequenzen zu fürchten – dies stellt für die meisten Ratsuchenden eine so wertvolle Erfahrung dar, dass sie sich dessen immer wieder versichern: „Und ich darf dir wirklich alles schreiben, was mich bedrückt?“

Wenn KlientInnen sich inmitten einer suizidalen Dynamik befinden, nimmt der Druck für alle Beteiligten zu. Auch hier steht die verlässliche, vertrauensvolle Beziehung zwischen KlientIn und BeraterIn im Mittelpunkt. Ratsuchende können einmal in der Woche eine Antwort von ihrer BeraterIn bekommen. Im engen Kontakt und durch behutsames Vorgehen versucht jede PeerberaterIn herauszufinden, was ihre KlientIn jetzt gerade braucht, was ihr gut tun könnte und wie viel Hilfe sie zulassen kann. Die Möglichkeit, der PeerberaterIn jederzeit schreiben zu können sowie die Verlässlichkeit der Antwortmail, bietet viel Halt in solchen Grenzsituationen. Auch die anhaltende Ermutigung, im Kontakt zu bleiben und Gedanken und Gefühle zu äußern, stellt eine Stütze dar. Darüber hinaus informieren wir suizidale KlientInnen möglichst umfassend über Beratungsangebote vor Ort und bestärken sie darin, diese in Anspruch zu nehmen. Zusätzlich nennen wir ihnen Notrufnummern, die sie rund um die Uhr erreichen können, für den Fall, dass sie kurz vor einer suizidalen Handlung stehen.

Jede Email an die KlientIn wird in diesen Grenzsituationen als „Rettungsleine“ ausgeworfen – ob sie ergriffen und festgehalten wird, liegt in der individuellen Entscheidung der KlientIn.

Nicht alleine bleiben mit der Verantwortung

Die Beratung von Suizidgefährdeten stellt in allen Arbeitsfeldern hohe Anforderungen an die MitarbeiterInnen. Mit dem Thema Suizid bewegen wir uns im Spannungsfeld zwischen Leben und Tod. Auf der einen Seite steht das Angebot der Unterstützung und auf der anderen Seite bleibt es die Möglichkeit jedes Hilfesuchenden, auch den Weg des Suizids zu gehen. Um das gut aushalten zu können, ist die Anbindung an ein Team ein unverzichtbares und wertvolles Gut. Rücksprache in Supervision und Intervision gehören zum Standard beim AKL.

Die PeerberaterInnen und die therapeutischen Fachkräfte verstehen sich bei Youth-Life-Line als Beratungsteam und sind in engem und vertrauensvollen Kontakt miteinander. Während der Beratungszeiten unterstützen sich die Peers untereinander und erhalten zusätzlich Supervision durch die Fachkräfte. Hier haben alle Gefühle, die eine Grenzsituation auslöst, Platz. In Gesprächen können Ängste und eigene Grenzen im Umgang mit den KlientInnen thematisiert werden. In den Krisenberatungsstellen treffen sich die KrisenbegleiterInnen 14-tägig zur Gruppensupervision unter der Leitung der Fachkräfte. In akuten Beratungssituationen sind jederzeit Einzelabsprachen möglich. Die Fachkräfte in allen Arbeitsbereichen unterstützen sich gegenseitig im kollegialen Austausch und nehmen zusätzlich externe Supervision in Anspruch. Auf diese Weise sorgen die MitarbeiterInnen im AKL also nicht nur zuverlässig für ihre Ratsuchenden, sondern auch für sich selbst.

Suizidprävention und Öffentlichkeitsarbeit
Veranstaltungen im Jugendbereich

Im Rahmen der Suizidprävention im Jugendbereich bietet der AKL Unterrichtseinheiten und Workshops zum Thema „Krisen und Suizidgefährdung – Signale erkennen und Möglichkeiten der Unterstützung“ an. Ziel der Suizidprävention ist es, Jugendliche umfassend über die Themen Lebenskrisen und Suizidgefährdung zu informieren und sie dafür zu sensibilisieren. Wir wollen dadurch erreichen, dass Jugendliche sicherer werden im Umgang mit eigenen Krisen und im Umgang mit Krisen anderer in ihrem persönlichen Umfeld. Wichtig ist uns hierbei auch, verschiedene Handlungsmöglichkeiten und Unterstützungsangebote aufzeigen.

Mit den Präventionsangeboten des AKL wurden 2011 bei 22 Veranstaltungen insgesamt 510 Jugendliche und junge Erwachsene erreicht. Bei 8 Veranstaltungen haben jugendliche PeerberaterInnen von YLL die Fachkräfte begleitet und unterstützt. Im Jahr 2011 haben in folgenden Schulen, Kirchengemeinden und Bildungseinrichtungen Präventionsveranstaltungen stattgefunden:

- Albert-Einstein-Gymnasium Reutlingen – Klassenstufe 10
- Andreae-Gymnasium Herrenberg – Modulnachmittag zum Thema „Krisen und Suizidalität - Signale erkennen und helfen“ für die Klassenstufe 9
- BBQ Reutlingen – Seminareinheit „Lebenskrisen und Suizidgefährdung“
- Bildungszentrum Nord (BZN) Reutlingen – Beratungsstellen-Infotag für die Klassenstufe 9 (2 Veranstaltungen)
- Diakonisches Werk Stuttgart – Junge Menschen im Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ)
- Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium Metzingen – Beratungsstellentag für die Klassenstufe 9
- Eugen-Bolz-Gymnasium Rottenburg – Klassenstufe 10 (4 Veranstaltungen)
- Evangelische Kirchengemeinde Peter und Paul in Reutlingen-Gönningen – Konfirmationsunterricht (2 Veranstaltungen)
- Firmgruppe aus Tübingen – Hospitationstag bei Youth-Life-Line
- Friedrich-Schiller-Gymnasium Pfullingen – Klassenstufe 9
- Geschwister-Scholl-Schule Tübingen – Klassenstufe 9 (Gymnasium)
- Internationaler Bund (IB) Tübingen – Junge Menschen im FSJ (5 Veranstaltungen)
- Isolde-Kurz-Gymnasium Reutlingen – Suchtprävention mit Klassenstufe 7 (3 Veranstaltungen)
- Katholische Kirchengemeinde Mössingen – Firmgruppen (2 Veranstaltungen)
- Wohlfahrtswerk Baden Württemberg – FSJ und Bufdi TeilnehmerInnen

Suizidprävention und Öffentlichkeitsarbeit
Veranstaltungen im Erwachsenenbereich

Die Krisenberatungsstellen und die Online Jugendberatung des AKL wurden von ganz unterschiedlicher Seite für Fortbildungen, Vorträge, Workshops und Seminare rund um das Thema Suizidalität angefragt oder sie haben diese selbst initiiert. Bei 19 Veranstaltungen im Erwachsenenbereich haben sich im Jahr 2011 ca. 652 Menschen über die Angebote des AKL informiert und sich mit dem Thema „Krisen und Selbsttötung“ auseinandergesetzt. 350 davon waren Studierende für Sozialpädagogik an einer Fachhochschule bzw. Universität.

- Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation (bwlv) – Tagesseminar „Krisensituation Suizid“
- Bahnhofsmission Tübingen – Fortbildungstag „Menschen in Krisen brauchen ein Gegenüber – Suizidgefährdung erkennen und unterstützend handeln“
- DGS-Tagung Stuttgart – Workshop „Was erleben Menschen nach dem Suizid eines Angehörigen?“
- Evangelische Fachhochschule für Sozialwesen Ludwigsburg – Vortrag zum Thema „Krisen und Suizidalität“ im Rahmen des Seminars: Einführung in die psychosoziale Beratung (3 Veranstaltungen)
- Freundeskreis Tübingen – Vortrag „Sucht und Suizid“
- Hospizgruppe Hechingen – Fortbildungsabend „Wenn das Leben nicht mehr lebenswert scheint“
- Institut für Erziehungswissenschaft, Universität Tübingen – Vorstellung des AKL und Youth-Life-Line
- Kinder- und Jugendtelefon Reutlingen – Fortbildung „Krisen und Suizidalität im Jugendalter“
- Neigschmeckt Markt Reutlingen – Infotisch und Vorstellung des AKL
- Schwäbisches Tagblatt und Universitätsklinikum Tübingen – Infotisch und Gesprächsangebot am „Gesundheitstag Depression“
- Sucht- und Drogenberatungsstelle Tübingen – Fortbildungsabend für SelbsthilfegruppenleiterInnen
- St. Michael Tübingen – Ökumenischer Trauergottesdienst für Hinterbliebene nach einem Suizid
- Theologische Fachhochschule der ev.-method. Kirche Reutlingen – Psychologieseminar: Vorstellung des AKL
- Thomasmesse Reutlingen – Vorstellung des AKL
- Trauernetzwerk Reutlingen – Vorstellung des AKL
- Universitätsklinikum Tübingen – Ethiktreff zum Thema Suizid: Androhung – Versuch – Therapie

Suizidprävention und Öffentlichkeitsarbeit

Kleine Pressecollage

Mitfühlen ja, mitleiden nein

Im Alltag kriegt man das ja so gar nicht mit. Außerdem ist die Atmosphäre im Büro einfach nett. M...

Leben in ... Im Februar mit heute ...

gendliche Jugendlichen. Zuerst habe die Mutter abwehrend reagiert. Sich länger mit solch einem vermeintlich ... zu beschäftigen, konn-

Für die Welt von morgen

dm fördert Projekte in Tübingen und Umgebung mit 7.250 Eu...

SPENDEN

Bäckerei Berger, Reutlingen

»Soziales Gewissen der Unternehmer«

Er sei das »soziale Gewissen« der Reutlinger Unternehmer, sagte die SPD-Stadträtin Suse Gnant bei einer Scheckübergabe in der Bäckerei Berger in der Reutlinger Wilhelmstraße. 20 000 Euro hatten Hugo und Elisabeth Berger und ihr Sohn Hubert in Einzelschecks aufgeteilt, um sie an karitative ... zu übergeben.

sagte der ehemalige CDU ... Mitte der 60er-Jahre ist die Bäckerei auf Erfolgskurs. ... heute das Mitarbeiter-Team ... Jahren von Hubert Berger. »Wenn man erfolgreich ist, was an die Gesellschaft ...« sagte Hubert Berger, der die Tradition seiner Eltern fortführt. Dieter Hillebrand ... zender ...

1 000 Euro für den Arbeitskreis Leben

Supervision für Mitarbeiter

...tina Guhlmann und Barbara Nohr vom AKL freuen sich und ...anken sich herzlich bei Jutta Gerweck von der Volksbank ...tlingen (v.l.). Foto: pr

...TLINGEN. 1 000 ... Volksbank Reutlingen ...itskreis Leben (... det. Mit Hilfe d... ...n Unterstützung ...Gewinn-Sparen... ...tzten Jahr Sup... ...en für die ehr... ...begleiterInn... ...werden. Seit ...L Reutlinge... ...hen in sufz... Beratung ... ...l der AKL-... ...en aus Ih... ...zu begleiten und mit ihr... ...winn-Sparen« Vereine, Schu... ...d soziale Einrichtungen aus ...

...kmann und Inge Böhm (von links) sind ...sen ist nicht immer nur schwer, sondern FOTO: FINI

...gen und Umgebung freuen sich über die Belohnung für ihr Engagem...

Ein Preis für „Jugend hilft"

Tübingen. Das Projekt „Jug... formiert" des Arbeitskreise... Leben in Tübingen gewann ... Euro für seine Arbeit. Mit ... Summe ist der dritte Platz d... gendbildungspreises 2010 d... den Kultusstaatssekretär Geor... cker am Montag in Stuttgart ve... Bei „Jugend hilft" sind 18 de... gendlichen Peerberater/innen ... Youth-Life-Line, der Online... gendberatung des AK Leben, als ... fentlichkeitsreferent(inn)en for... bildet worden. Sie informieren ... Veranstaltungen an Schulen Glei... altrige über Hilfen in Krisen und ... Suizidgefährdung. Das HSI-Proj...

Warmer Geldregen für 38 gemeinnützige Initiativen im Landkreis

Die Kreissparkasse Tübingen schüttet in diesem Jahr 46 000 Euro aus dem Vermögen der Jugend- und Seniorenstiftung aus

Kreis Tübingen. Amerikanische Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Ehrenamtliche bis zu 21 Prozent länger leben. Das verkündete zumindest Christoph Gögler, Vorstandschef der Tübinger Kreissparkasse, am vergangenen Montag. Fördergeld im Gesamtwert von 46 000 Euro hat die Jugend- und Seniorenstiftung seines Instituts in diesem Jahr an gemeinnützige Projekte ausgeschüttet. Davon profitierten 38 Initiativen im ganzen Landkreis – vom Paulus-Chor in Kiebingen bis zur GIBA gGmbH in Rottenburg. „Der Stiftungsrat achtet dabei darauf, vorrangig Maßnahmen mit Pilot-Charakter zu fördern", sagte Gögler (hintere Reihe Mitte, mit Krawatte und Mütze) bei der Feierstunde im Sparkassen-Carré. „Gute Ideen und neue Projekte werden besonders gefördert, mit Anschubfinanzierung statt Dauerunterstützung", sagte Klaus Rein von der Kreissparkasse (links unten), der die Stiftung mit vertritt. Besonders hervorgehoben wurden in diesem Jahr die Internet-Beratung „Youth-Life-Line" des Arbeitskreises Leben, der Verein „Gegen Vergessen – Für Demokratie", die Senioren-Internet-Initiative Ammerbuch sowie die NABU-Gruppe in Mössingen. Alle Projekte erhielten Beträge von 250 bis 5000 Euro aus dem Stiftungsvermögen, das zum Anfang des Jahres von 2 auf 2,5 Millionen Euro erhöht worden war.

...eik / Bild: Sommer

...haup... ...kostet 120 Eu... Kosten für ein Wo... ...nachrung, das mit der Ausbi... ...pe außerhalb von Reutlingen verbr... wird. (GEA)

...Initiative Zukunft" beworben. ... Deutschlandweit beteiligten ... sich mehr als 4.500 Gruppen ... am W...

...»Menschen, die selbst in Krisen ste... ...d nicht unbedingt geeignet für ...agt Bettina Guhlmann. ... für eine Tätig... ...ale ihr ...

...in diesen Tagen rund 2.800 Pr... ...jektgruppen für ihre Ideen f... ...die Welt von morgen ...

...Deutschlandweit je... ...d Projektgruppen ...nhaltigen Zukunftside... ...n. Die Kunden wählten ... Abstimmkarte ...

...was zu bewegen."

...Deutsch...

Youth-Life-Line erhält Preis

STUTTGART/REUTLINGEN. Das Projekt »Jugend informiert« der Online-Jugendberatung Youth-Life-Line des Arbeitskreises Leben wurde unter 120 Jugendprojekten ausgewählt und mit dem dritten Preis des Jugendbildungspreises Baden-Württemberg sowie dem Siegel »engagiert 2010« ausgezeichnet.

Im Rahmen einer Feierlichkeit in Stuttgart erhielten die Jugendlichen eine Urkunde und einen Scheck in Höhe von 1 000 Euro von Staatssekretär Georg Wacker überreicht. Der Jugendbildungspreis wird dieses Jahr zum zweiten Mal vom Ministerium für Kultus, Jugend und Sport des Landes Baden-Württemberg und der Jugendstiftung Baden-Württemberg vergeben. Bei der Online-Jugendberatung Youth-Life-Line werden junge Menschen, die am Leben verzweifeln, von gleichaltrigen Peerberatern unterstützt. (a)

...ich mit ... schiedli... auch mit ...

...ut: ...tun. ...n: ...n ...onto- ...lin- ...00), ...

...Ideen beim Wettb... ...chen werden nicht ... 14 Tage treffen sie sich ... mit den Hauptamtlichen. Ellen Knehr und Kerstin ... einig: Sie würden den bei... erneut gehen. Und auch ... noch einmal mitmachen, ... zung für das Engagemen... ehrenamtlicher Krisenbeg...

Im kommenden Febr... neut solch eine Gruppe ... können sich nun beim A... melden. Inhalte der Ausb... bis 70 Stunden dauert, bef... Gesprächsführung, mit ... chen Krankheitsbildern, a...

...mission gefolgt ... sich mit ihren ...

...Forum 2. Lebenshälfte, Reutlingen

2 000 Euro aus Flohmärkten

Aus den Erlösen der Flohmärkte, ... das »Forum 2. Lebenshälfte« regelmäß... veranstaltet, spendeten die Organisa... rinnen in diesem Jahr eine Gesamtsu... me in Höhe von 2 000 Euro an vier ... meinnützige Reutlinger Institution... oder Projekte.

Bedacht wurde die Förderliche ... richtung der Jos-Weiß-Schule, der Fre... deskreis der evangelischen Hohbuch... meinde, der Arbeitskreis Leben (A... und das Projekt »Humor verbindet G... rationen«, das im Pflegeheim V... Brunnen der Reutlinger Altenhilfe (R... angesiedelt ist. (pr)

Erika Monzau-Schmidt und Hermine Fuchs (Zweite und Dritte von links) vom Forum 2. Lebenshälfte übergeben die Spenden an Elisabeth Dwenger vom Freundeskreis der Hohbuchgemeinde (rechts) und Bettina Guhlmann vom Arbeitskreis Leben (links). FOTO: SV

...Geld spenden, Gutes tun Per E-Mail und anonym:

Jugendliche helfen Jugendlichen in Krisen

„Ich hätte nie gedacht, dass ich mal so tief falle! Und deshalb denke ich auch jeden Tag dran, mich umzubringen oder mich mit Drogen vollzupumpen, um diese Scheißgefühle abzutöten. Warum tun Gefühle sooo weh?" Das schreibt ein junges Mädchen per E-Mail an die Jugendberatungsstelle Youth-Life-Line. Ihre Not ist kein Einzelfall, sagt Mitarbeiterin Nina Schweigert. Die Jugend sei naturgemäß voller Krisen und Brüche. Nicht wenige drohen, daran zu zerbrechen. Suizid ist – nach Verkehrsunfall – die zweithäufigste Todesursache unter Jugendlichen. In herkömmliche Beratungsstellen trauen sich die wenigsten. Der Arbeitskreis Leben Reutlingen/Tübingen e.V. hat deshalb 2002 die Youth-Life-Line eingerichtet. Heranwachsende bis 23 werden hier anonym und per E-Mail von Gleichaltrigen beraten, manchmal über Monate hinweg. Bisher kamen über 3000 Hilfegesuche. Nina Schweigert und eine Kollegin schulen und betreuen die zurzeit 39 ehrenamtlichen Peerberater, denen es oft gelingt, per wöchentlichen Mailkontakt eine Beziehung aufzubauen und Krisen abzufedern. Youth-Life-Line wird nur zu 40 Prozent von öffentlichen Zuschüssen gedeckt und ist deshalb auf Spenden angewiesen.

Judith Schnurr beantwortet wöchentlich Mails von Gleichaltrigen

Spendeninformation

Youth-Life-Line Online Jugendberatung

Bank: VoBa Tübingen, Konto: 70 976 007, ... Stichwort: chrismon. Für ...

Fragen an Judith Schnurr, 18, seit zwe... Jahren Peerberaterin bei Youth-Life-L...

Warum gerade dieses Ehrenamt?

Ich gehe da so gerne hin! Es ist spar... ganz nah an andere ranzukommen ... erfahren, was sie wirklich bewegt. Ir... und Alltag kriegt man das ja so gar r... Außerdem ist die Atmosphäre im ... fach nett. Meist sind zehn bis 15 E... und wir kennen uns alle ziemlich ...

Wie war die erste Mail, die Sie ... rin beantworten mussten?

Sie kam von einem Mädchen, ... den Eltern nicht angenommen fühlt, ...

... die eigene ... den Eltern nicht a...

Statistik der Suizide

Suizid ist die häufigste Ursache für gewaltsamen Tod. Etwa alle 53 Sekunden nimmt sich irgendwo auf der Welt ein Mensch das Leben.

Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Suizide 2010
(Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf das Vorjahr 2009)

Deutschland	Gesamt		Männer		Frauen	
Gesamt	**10.021**	(9.616)	**7.465**	(7.228)	**2.556**	(2.388)
5-25 Jahre	**634**	(587)	**496**	(456)	**138**	(131)
60 Jahre und älter	**4.199**	(3.986)	**2.971**	(2.861)	**1.228**	(1.125)

Bis zum Jahr 2007 sank die Zahl der Suizidtoten kontinuierlich auf den niedrigsten Stand von 9402, seitdem steigt die Zahl der Suizide langsam wieder an.

Der Anteil der Suizide von älteren Menschen (60 Jahre und älter) liegt bei 41,9 % – zum Vergleich: Der Anteil älterer Menschen ab 60 Jahre an der Gesamtbevölkerung lag Ende 2005 bei 24,9% (Quelle: Statistisches Bundesamt; Statistisches Jahrbuch 2007).

Von den Frauen, die sich das Leben nehmen, sind 48,0 % 60 Jahre und älter, bei den Männern liegt der Anteil der über 60jährigen bei 39,8%. Entgegen der gesamtdeutschen Entwicklung waren in Baden-Württemberg im Jahr 2010 weniger Suizide zu verzeichnen als 2009.

Baden-Württemberg	Gesamt		Männer		Frauen	
Gesamt	**1.384**	(1.409)	**1.036**	(1.063)	**348**	(346)

Suizide im Vergleich mit anderen Todesursachen

Suizide 2010 in Deutschland	10.021
Verkehrstote 2010 in Deutschland	3.648
Drogentote 2010 in Deutschland	1.237

Die WHO geht davon aus, dass jeder Suizidtote 5-7 Angehörige hinterlässt, d.h. jährlich sind in Deutschland etwa 50-70 000 Menschen direkt von dieser Todesart betroffen. Unberücksichtigt bleibt dabei das weitere soziale Umfeld, wie ArbeitskollegInnen, MitschülerInnen und LehrerInnen sowie Nachbarn und andere Gruppen mit mehr Distanz zum Verstorbenen, die ebenfalls von Trauer und Hilflosigkeit betroffen werden.

Suizidversuche

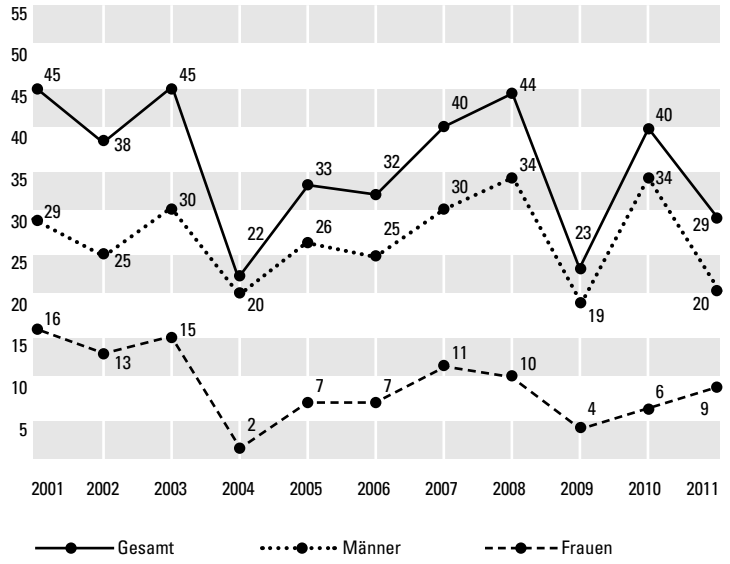
Die statistische Erfassung von Suizidversuchen bleibt ungenau und beruht überwiegend auf Schätzungen. Bei den Suizidversuchen besteht laut Suizidforschung eine Relation von Suizid zu Suizidversuch von etwa:

- Männer 1 : 5
- Frauen 1 : 15
- Jugendliche 1 : 20/30

Die Altersverteilung der Personen mit Suizidversuchen ist der der Suizide entgegengesetzt. Die höchsten Raten sind für die jüngeren Altersgruppen zwischen 15 und 30 Jahren zu ermitteln. Frauen unternehmen sehr viel häufiger Suizidversuche als Männer. Alte Menschen wählen in der Regel Suizidmethoden, die mit großer Sicherheit zum Tod führen. Zählt man die Zahl der Suizide und der Suizidversuche zusammen, erreicht die Zahl der Personen, die eine Suizidhandlung begehen, eine Größenordnung, die an die Einwohnerzahl einer mittleren Großstadt heran reicht.

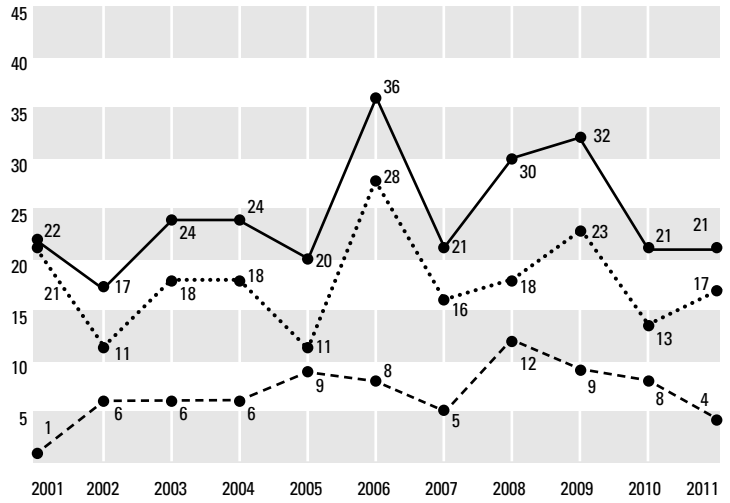
Suizide im Landkreis Reutlingen

(ca. 281.000 Einwohner)



Suizide im Landkreis Tübingen

(ca. 220.000 Einwohner)



Anmerkung:
Die Suizidzahlen beziehen sich auf Angaben vom Statistischen Bundesamt, Statistischen Landesamt und der Polizeidirektionen Reutlingen und Tübingen.

Trauerbegleitung nach einem Suizid

Unterstützungsangebote für Angehörige, die einen nahe stehenden Menschen durch Selbsttötung verloren haben, sind zentraler Bestandteil der AKL-Arbeit. Die Hinterbliebenen nach einem Suizid befinden sich in einer äußerst schwierigen Situation. Sie haben nicht nur den plötzlichen Verlust eines geliebten Menschen zu verkraften, sondern erleben, wie massive Schuld- und Schamgefühle das eigene Leben belasten. Die verschiedenen Angebote im Rahmen der AKL-Arbeit möchten die Betroffenen ermutigen, in dieser schwierigen Situation fachliche Beratung und Begleitung in Anspruch zu nehmen und darüber hinaus in Gruppenangeboten den Austausch mit anderen Betroffenen zu suchen.

In der Zeit unmittelbar nach dem Suizid erfahren Angehörige in der Einzel-, Paar- oder Familienberatung fachliche Hilfe und Unterstützung. Häufig sind auch Kinder vom Suizid eines Familienmitgliedes betroffen. Bei den Angehörigen bestehen oft große Unsicherheiten und Ängste z.B. darüber, ob und wie Kinder vom Suizid eines Familienmitgliedes erfahren sollen. Im geschützten Rahmen einer Beratung können die drängenden Themen angesprochen und Gefühle zum Ausdruck gebracht werden.

Darüber hinaus wurden im vergangenen Jahr folgende Angebote von Hinterbliebenen nach einem Suizid wahrgenommen:

- Seit 2006 besteht die Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene im AKL. Hier treffen sich einmal monatlich Menschen, die einen nahe stehenden Angehörigen durch Selbsttötung verloren haben. Die Gruppe wird von zwei ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des AKL geleitet, die selbst dieses Schicksal erlebt haben. Der Zugang zu dieser Selbsthilfegruppe wird über die Krisenberatungsstelle des AKL in Tübingen koordiniert.

- Auf Wunsch der TeilnehmerInnen vom Seminarwochenende des vergangenen Jahres wurden im Jahr 2011 drei weitere Tagesseminare für die Gruppe der 12 TeilnehmerInnen angeboten. Die Seminare fanden samstags von 11-17 Uhr in den Räumen der Krisenberatungsstelle in Tübingen statt. Bereits am Seminarwochenende waren freundschaftliche Beziehungen gewachsen, die weiter intensiviert werden konnten. Veränderungen im Prozess der individuellen Trauer waren spürbar und sichtbar. Der Rückhalt bei Menschen mit dem gleichen Erfahrungshintergrund wurde als wichtige Ressource benannt, ebenso der Wunsch nach weiteren Treffen im Folgejahr.

- Am 10. November 2011 hatte der AKL zum Pressegespräch nach Tübingen eingeladen. Dabei wurde sowohl auf den geplanten Gedenkgottesdienst und die Angebote zur Trauerbegleitung für Hinterbliebene nach einem Suizid aufmerksam gemacht.

- Am 13. November 2011 fand auf Initiative des AKL in der St. Michael Kirche in Tübingen ein Ökumenischer Gottesdienst für Trauernde nach einem Suizid statt. Die evangelische Pfarrerin Heidrun Kopp und der katholische Pfarrer Thomas Steiger haben den Gottesdienst gemeinsam mit Hinterbliebenen und AKL-Mitarbeiterinnen gestaltet. Musikalisch wurde der Gottesdienst vom Ernst-Bloch-Chor begleitet. Ungefähr 100 Menschen haben diesen Gottesdienst besucht und in persönlichen Gesprächen und durch Spenden ihre Dankbarkeit ausgedrückt. Ein Großteil der GottesdienstbesucherInnen folgte im Anschluss an den Gottesdienst der Einladung ins Gemeindehaus, wo in lockerer Atmosphäre bei Tee und Gebäck so mancher Kontakt geknüpft oder intensiviert werden konnte.

- Vom 02. bis 04. Dezember 2011 fand das Seminarwochenende „Warum konnten wir dich nicht halten?“ – ein Wochenende für Frauen und Männer, die einen nahe stehenden Menschen durch Selbsttötung verloren haben – im Bildungshaus St. Luzen in Hechingen statt. Die Gruppe mit 10 TeilnehmerInnen wurde von zwei Fachkräften der Krisenberatungsstelle Tübingen geleitet. Für die TeilnehmerInnen erfordert es viel Mut, sich einzulassen und die Begegnung mit anderen zu wagen. Der Austausch über die Probleme des Alltags fand ebenso Raum, wie die Beschäftigung mit den Themen Schuldgefühle oder die Bedeutung von Spiritualität angesichts der Erfahrung des Suizides. Das Wochenende war wieder einmal ein intensiver Prozess, in dem Öffnung, Anteilnahme und Ermutigung erfahrbar wurden. Auch diese Gruppe äußerte den Wunsch, bei weiteren Treffen an das gemeinsam Erlebte anzuknüpfen.

AOK
Die Gesundheitskasse.

Nachsorge nach einem Suizidversuch

Auf jeden vollzogenen Suizid kommen statistisch gesehen 10 bis 15 Suizidversuche. Geschätzte 100 000 bis 150 000 Suizidversuche ereignen sich jedes Jahr allein in Deutschland. Die Kooperationen mit den Kliniken vor Ort haben das Ziel, Menschen nach einem Suizidversuch zu erreichen und weiterführende Hilfen nach der Entlassung aus der Klinik zugänglich zu machen. Unmittelbar nach einem Suizidversuch ist die Bereitschaft zur Öffnung relativ hoch und diese kann für ein Beziehungsangebot mit dem Ziel der Krisenbewältigung gut genutzt werden.

Im Jahr 2011 sind 26 PatientInnen nach Suizidversuchen über die Kliniken in Beratungskontakte zum AKL gekommen.

Mit der Medizinischen Universitätsklinik in Tübingen gibt es seit 10 Jahren eine Kooperation mit der Krisenberatungsstelle des AKL. Ein kleines Team von ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen teilt sich die Aufgabe, täglich von Montag bis Freitag auf der Station anzurufen und dort PatientInnen nach einem Suizidversuch ein Gespräch anzubieten. Im Jahr 2011 haben 10 Erstkontakte auf der Intensivstation der Medizinischen Klinik in Tübingen stattgefunden. Zum Teil wurde nach der Entlassung aus der Klinik die Begleitung im AKL-Rahmen weitergeführt.

In Reutlingen gibt es eine Kooperation mit der Klinik über den „Arbeitskreis Suizidnachsorge“. Hier treffen sich zwei mal jährlich Seelsorge, Sozialdienst, medizinisches Personal der Intensivstation und der psychiatrischen Stationen sowie einer VertreterIn des AKL, um die Zusammenarbeit zu intensivieren. Die bestehenden Kontakte erleichtern den PatientInnen bei der Entlassung aus der Klinik den Zugang zum AKL-Hilfeangebot.

Beratung und Krisenintervention im AKL
Statistische Auswertung 2011

Im Jahr 2011 gab es in den Krisenberatungsstellen Reutlingen und Tübingen insgesamt 687 (690) Anfragen von Menschen in Krisensituationen, deren Angehörigen oder von Institutionen.

Inanspruchnahme

Folgende Zahlen geben einen Überblick über die Inanspruchnahme der Angebote des AKL Reutlingen / Tübingen in den letzten 10 Jahren:

2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011
625	**672**	**622**	**623**	**618**	**687**	**672**	**749**	**690**	**687**

Von den insgesamt 687 (690) Anfragen handelte es sich bei 259 (243) um einmalige Kontakte, bei denen nur wenige Daten erhoben werden konnten:

Wer fragt an?
(Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf das Vorjahr 2010)

Betroffene	**31,7 %**	(29,6 %)
Angehörige / Freunde	**33,2 %**	(30,5 %)
Institutionen	**35,1 %**	(39,9 %)

Inhalt der Anfrage

Klientenvermittlung an den AKL	**33,2 %**	(40,7 %)
Informationsvermittlung / Beratung	**52,9 %**	(46,5 %)
Sonstiges	**13,9 %**	(12,8 %)

35,1 % der Anfragen kamen von anderen Institutionen und richteten sich an den AKL als Fachberatungsstelle. Hier ging es vor allem um kollegialen Austausch und um die Vermittlung von KlientInnen an den AKL.

Bei 33,2% der Anfragen suchten Angehörige oder Freunde von Menschen in Lebenskrisen ein entsprechendes Beratungsangebot für sich, ihre Familienmitglieder oder Freunde.

Bei 13,9% der Anfragen wurde an andere Fachberatungsstellen, deren Aufgabenbereich eher dem Inhalt der Anfrage entspricht, vermittelt.

Bei 428 (447) Kontakten handelte es sich um längerfristigere Beratungen und Begleitungen durch hauptamtliche und ehrenamtliche MitarbeiterInnen. Hier konnten detailliertere und aussagekräftigere Daten erhoben werden.

Geschlecht

Frauen		Männer	
68,5%	(67,8%)*	**31,5%**	(32,2%)

Männer nehmen sich fast dreimal häufiger das Leben als Frauen. Der Anteil der Männer unter den Ratsuchenden beträgt 31,5%. Den Zugang zur Beratung fanden Männer mit 29,6% am ehesten über die Anregung von Freunden oder Angehörigen. 17% wurden von ihrem Arzt oder der Klinik an den AKL vermittelt. Ein Viertel der Frauen hatte das Angebot des AKL schon einmal genutzt und wendete sich in einer Krisensituation erneut an den AKL.

Alter

Bis 10 Jahre	**0.2 %**	(0,0 %)
11-15 Jahre	**1,6 %**	(0,0 %)
15-20 Jahre	**4,9 %**	(7,2 %)
21-25 Jahre	**10,3 %**	(9,2 %)
26-30 Jahre	**7,9 %**	(9,8 %)
31-40 Jahre	**14,7 %**	(14,8 %)
41-50 Jahre	**25,7 %**	(30,4 %)
51-60 Jahre	**21,7 %**	(18,8 %)
61-70 Jahre	**8,2 %**	(6,9 %)
71 -80 Jahre	**2,1 %**	(1,6 %)
81 und älter	**1,1 %**	(0,9 %)
Keine Angaben	**1,6 %**	(0,4 %)

* Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf das Vorjahr 2010

Die Anzahl der Anfragen von älteren Menschen ab dem 61. Lebensjahr erfuhr eine leichte Zunahme von 2%. Während die Ratsuchenden der mittleren Jahrgänge zum Großteil von sich aus Beratung in Anspruch nahmen, brauchten die jüngeren und die älteren Jahrgänge in der Regel hilfreiche Multiplikatoren. Zu diesen zählen beispielsweise Angehörige, FreundInnen, LehrerInnen, ÄrztInnen, Pflegefachkräfte und SeelsorgerInnen. Nach wie vor waren die Jahrgänge zwischen 41 und 60 Jahren mit 47,4 % am stärksten vertreten. Zwei Drittel dieser Altersgruppe stand im Berufsleben. Für viele war die Bewältigung der Krisensituation eine Voraussetzung, um die Präsenz im Berufsalltag zu gewährleisten. Die Sorge „nicht mehr zu können“, krank zu werden und vielleicht den Arbeitsplatz zu gefährden, erlebten viele Betroffene als massiven Druck.

Wohnort

Stadt Tübingen	**22,4 %**	(20,1 %)
Landkreis Tübingen	**22,2 %**	(18,1 %)
Stadt Reutlingen	**21,5 %**	(25,3 %)
Landkreis Reutlingen	**18,9 %**	(22,4 %)
Außerhalb der Landkreise	**13,6 %**	(13,9 %)
Keine Angaben	**1,4 %**	(0,2 %)

In den angrenzenden Landkreisen in Richtung Schwäbische Alb und Bodensee gibt es keine Beratungsstellen, die sich speziell mit dem Thema Suizidalität befassen. Daher kamen 13,6 % der Ratsuchenden aus anderen Landkreisen und nahmen eine längere Anfahrt in Kauf, um in den Krisenberatungsstellen Reutlingen und Tübingen Unterstützung zu finden.

Nationalität

Deutsch	87,6 %	(89,5 %)*
Mit Migrationshintergrund	7,00%	(keine Angabe)
Andere	4,7 %	(9,2 %)
Keine Angaben	0,7 %	(1,3 %)

11,7 % der KlientInnen waren Menschen mit Migrationshintergrund oder einer anderen Nationalität. Fast alle Betroffenen nannten die Beziehungssituation mit Angehörigen oder die Sorge um einen nahe stehenden Menschen als Problem.

Partnerstatus

Alleinstehend	44,9 %	(49,47%)
In Partnerschaft lebend	45,6 %	(41,6 %)
Getrennt lebend	7,9 %	(6,7 %)
Keine Angaben	1,6 %	(2,0 %)

Berufliche Situation

In Ausbildung	13,6 %	(15,0 %)
Berufstätig	48,6 %	(48,3 %)
Arbeitslos	12,4 %	(11,9 %)
Hausfrau / -mann	6,1%	(7,2 %)
Berentet	9,8 %	(10,3 %)
Vorzeitig berentet	5,8%	(4,7 %)
Sonstige	1,6 %	(1,5 %)
Keine Angaben	2,1 %	(1,1 %)

12,4 % der KlientInnen waren von Arbeitslosigkeit betroffen. Der größte Anteil der KlientInnen stand im Berufsleben oder befand sich in Ausbildung. Dies spiegelte sich auch darin wieder, dass 61,7% der Ratsuchenden über ein geregeltes Einkommen verfügte.

* Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf das Vorjahr 2010

Finanzielle Situation

Grundsicherung	11,2%	(12,3 %)
Einkommen plus aufstockende Hilfen	6,3%	(4,3 %)
Geregeltes Einkommen	61,7%	(68,0 %)
Kein eigenes Einkommen	12,9%	(11,0 %)
Keine Angabe	7,9%	(4,4 %)

Kontaktaufnahme

Hier wurde erfragt, wie die Menschen auf das Angebot des AKL aufmerksam wurden.

Wiederaufnahme	21,0 %	(17,2%)
Angehörige / FreundInnen / Bekannte	27,3 %	(25,3%)
Schule / Betrieb	5,4%	(3,8%)
Telefonseelsorge	0,9 %	(0,7%)
DRK	0,0 %	(0,7%)
Polizei	1,6%	(0,9 %)
Kirche	1,6 %	(1,3 %)
Kliniken	6,1 %	(7,2 %)
Ärztin, Arzt / PsychiaterIn / TherapeutIn	10,3 %	(14,1%)
Beratungsstelle	2,3%	(3,6%)
Behörde	2,1%	(2,2%)
Presse	2,1 %	(1,1%)
AKL-Info-Material	3,5 %	(3,8%)
Internet / Homepage	6,5 %	(9,6%)
Veranstaltungen	0,9%	(0,4 %)
Telefonbuch	0,9 %	(0,7%)
Sonstige	2,1 %	(1,3%)
Keine Angaben	5,4 %	(6,1%)

Die meisten KlientInnen wurden von Angehörigen oder FreundInnen an den AKL verwiesen oder wendeten sich in einer Krise wiederholt an den AKL. 16,4 % der Ratsuchenden wurden von Kliniken oder niedergelassenen ÄrztInnen bzw. TherapeutInnen an unsere Beratungsstelle vermittelt.

Suizidalität bei Kontaktaufnahme
(Mehrfachnennungen)

Keine eigene Suizidalität	**37,4 %**	(31,3 %)*
Suizidgedanken	**28,7 %**	(29,5 %)
Akute Suizidalität	**5,4 %**	(6,3 %)
Nach Suizidhandlung	**7,9 %**	(10,7 %)
Sorge um Suizidgefährdete/n	**15,7 %**	(14,8 %)
Trauer nach Suizid	**15,0 %**	(15,0 %)
Keine Angaben	**3,0 %**	(2,9 %)

Mehr als ein Drittel aller Ratsuchenden war durch Suizidgedanken belastet oder von akuter Suizidalität bedroht.

30,7% der KlientInnen haben einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren oder sorgten sich um einen suizidalen Angehörigen.

Von den 15% der Trauernden nach Suizid war ein großer Anteil Frauen. Trauernde Menschen finden beim AKL sowohl in der Einzelberatung, als auch in unterschiedlichen Gruppenangeboten Begleitung.

Vorgeschichte
(Mehrfachnennungen)

Eigene Suizidimpulse	**24,1 %**	(22,6 %)
Eigene Suizidhandlung	**13,1 %**	(13,0 %)
Suizidversuch in der Familie / im sozialen Umfeld	**12,6 %**	(10,7 %)
Suizid in der Familie / im sozialen Umfeld	**18,0 %**	(15,7 %)
Keine Suizidhandlung bekannt	**27,6%**	(29,5 %)
Keine Angaben	**16,6 %**	(13,4 %)

* Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf das Vorjahr 2010

Bei 67,8% der Anfragen stand Suizidalität im Zentrum der Beratung bzw. Begleitung. Hier wird deutlich, wie notwendig der AKL mit seinem spezifischen Beratungsangebot ist.

Angebote / Maßnahmen während der Betreuung
(Mehrfachnennungen)

Krisenintervention	**45,3 %**	(52,1 %)
Einzelberatung/Begleitung (hauptamtlich)	**26,6%**	(13,0 %)
Paar- / Familienberatung (hauptamtlich)	**14,7 %**	(13,2 %)
Gruppe	**5,8%**	(5,6 %)
Krisenbegleitung (ehrenamtlich)	**31,8%**	(28,9 %)

14,7 % der KlientInnen nahmen eine Paar- oder Familienberatung in Anspruch. Bei vielen stand die Sorge um einen suizidalen Angehörigen oder der Tod eines Familienangehörigen im Vordergrund.

Viele Hinterbliebene nach einem Suizid haben den Wunsch, mit Menschen, die das gleiche Schicksal erfahren haben, ins Gespräch zu kommen. Hier bietet der AKL Unterstützung in Form von fortlaufenden Gruppen und Seminarwochenenden unter der Leitung von Fachkräften an.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, sich regelmäßig in einer Selbsthilfegruppe mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Dauer der Beratung / Begleitung

Hier wurden ausschließlich die Kontakte berücksichtigt, die im Jahr 2011 abgeschlossen wurden.

einmalig	**30,1 %**	(27,5 %)
bis zu 1 Monat	**28,5 %**	(27,4 %)
bis zu 3 Monate	**15,8 %**	(19,0 %)
bis zu 6 Monate	**10,4 %**	(9,0 %)
bis zu 1 Jahr	**6,3%**	(7,8 %)
länger	**8,9%**	(9,3 %)

Viele suizidale Menschen haben sich aus verbindlichen Beziehungen zu Angehörigen und Freunden zurückgezogen. Für die Bewältigung einer akuten Krise sind jedoch soziale Kontakte, die sich durch Vertrauen und Belastbarkeit auszeichnen, eine wichtige Voraussetzung.

Die Dauer einer Beratung oder Begleitung orientiert sich an der individuellen Situation des Betroffenen. Manchmal genügt ein einmaliges Beratungsgespräch, in anderen Fällen finden regelmäßige Gespräche über einen längeren Zeitraum hinweg statt.

Problemfelder
(Mehrfachnennungen)

In einer Krisensituation werden fast immer mehrere Lebensbereiche als schwierig und konflikthaft erlebt. Daher stehen auch in der Beratung und Begleitung häufig mehrere Problemfelder im Vordergrund.

Isolation / Vereinsamung	**16,8%**	(18,6 %)*
Gefühl von Überforderung / Sinnlosigkeit	**61,0 %**	(61,5 %)
psychiatrische Erkrankung (diagnostiziert)	**15,9 %**	(19,0 %)
Psychische Auffälligkeiten (Angst, selbstverletzendes Verhalten, depressive Verstimmung)	**25,9 %**	(24,8 %)
Chronische Erkrankung/ psychosomatische bzw. körperliche Beschwerden	**13,1 %**	(13,9 %)
Depression	**16,4%**	(0,9 %)
Körperliche Behinderung	**4,4%**	(3,4 %)
Sucht	**8,2%**	(8,5 %)
Konflikte in der Partnerschaft	**22,7 %**	(23,5 %)
Trennung / Scheidung	**15,2 %**	(12,8 %)
Tod eines Nahestehenden	**25,0 %**	(23,3 %)
Trauer	**23,4%**	(19,5 %)
Sorge um einen Nahestehenden	**32,2 %**	(30,6 %)
Beziehungssituation mit Angehörigen	**48,6 %**	(49,2 %)
Beziehungssituation im sozialen Umfeld	**22,0 %**	(25,3 %)
Arbeits-, Schul-, Ausbildungssituation	**20,1 %**	(20,8 %)
Belastende Kindheit	**13,6%**	(15,9 %)
Arbeitslosigkeit / Erwerbsunfähigkeit	**9,6 %**	(10,5 %)
Wohnsituation	**10,7%**	(10,7 %)
Finanzielle Situation	**18,5%**	(17,4 %)
Gewalterfahrung	**3,7 %**	(6,5 %)
Sexueller Missbrauch / Vergewaltigung	**3,8%**	(3,8 %)
Gesetzeskonflikt / Straftat	**2,6 %**	(2,9 %)
Sonstige	**1,9%**	(0,9 %)

* Die Zahlen in Klammern beziehen sich auf das Vorjahr 2010

Häufiger Auslöser für Krisensituationen sind Beziehungskonflikte mit dem Partner (22,7%), den Angehörigen (48,6%) oder dem sozialen Umfeld (22,0%).

Ein weiterer zentraler Auslöser für Krisen sind Verlusterfahrungen, wie der Tod eines nahestehenden Menschen (25 %) oder die Trennung bzw. Scheidung von einem Partner (15,2%).

Die finanzielle Situation wird von 18,5 % der Ratsuchenden als Belastungsfaktor genannt. Mangelnde finanzielle Möglichkeiten schränken die Teilhabe an der Gesellschaft häufig stark ein und haben Auswirkungen auf Autonomie, Selbstwert und gesellschaftliche Anerkennung.

Die Online Jugendberatung Youth-Life-Line kann wie die Jahre zuvor über ein spannendes und fruchtbares Jahr 2011 berichten.

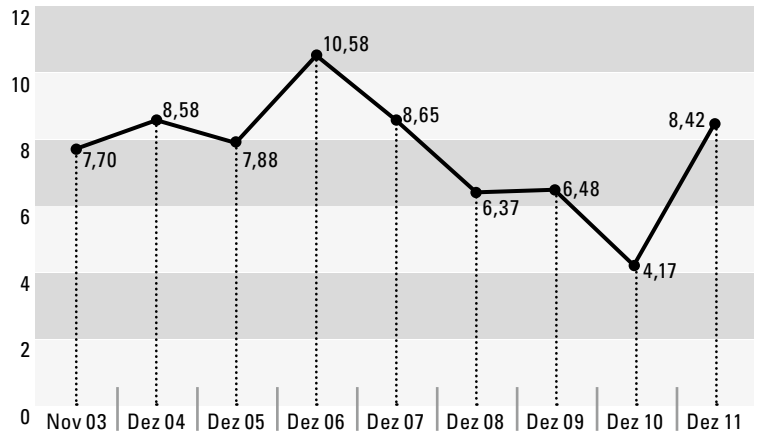
KlientInnenaufkommen

Die Nachfrage von ratsuchenden Jugendlichen bei Youth-Life-Line ist nach wie vor größer als das Angebot. Da die Konzeption der Mailberatung vorsieht, dass die Kontaktaufnahme sowie die Intensität der Beratung von der Initiative der KlientInnen ausgeht und die Beratung auf die vertrauensvolle Beziehung zwischen einer KlientIn und ihrer festen PeerberaterIn basiert, können nicht unendlich viele KlientInnen eine Beratung beginnen. Wenn mehr neue Anfragen da sind als freie BeraterInnen, wird der Beratungszugang regelmäßig für neue Anfragen geschlossen.

Erfreulicherweise ist uns im Jahr 2011 jedoch durch eine strategische Änderung gelungen, das Angebot so zu verändern, dass doppelt so viele neue Anfragen als im Vorjahr angenommen werden konnten. Bisher bekam eine KlientIn, die sich neu bei Youth-Life-Line anmeldete, sofort eine eigene feste PeerberaterIn. Die Erfahrung zeigt jedoch, dass viele KlientInnen nach einem Erstkontakt zunächst einige Zeit brauchen, bis sie sich wieder melden bzw. dass es bei einigen auch bei einem einmaligen Kontakt bleibt. Das kann viele Ursachen haben. Unter anderem ist inzwischen bekannt, dass sich viele User zeitgleich an verschiedene Angebote wenden und letztendlich nur mit einer Beratungsstelle in Kontakt bleiben. Manche mögen ihr Passwort vergessen haben und wieder anderen hilft unter Umständen bereits eine erste Antwort weiter. Durch das bisherige Vorgehen, entstand eine kapazitäre Bindung der einzelnen PeerberaterInnen.

Die 2011 eingeführte Änderung sieht vor, dass jede neue KlientIn zunächst eine Antwort vom Youth-Life-Line Team erhält. Diese „Team-Mail“ kann von jeder BeraterIn geschrieben werden. Das birgt den Vorteil, dass auch BeraterInnen antworten können, die bereits mit festen KlientInnen ausgelastet sind, aber beispielsweise an einem Tag keine Antwort von ihrer KlientIn bekommen haben und so Zeit finden können, eine „Team-Mail“ zu schreiben. Auf diese Weise konnten auch die Wartezeiten auf eine erste Antwort massiv verringert werden.

Neuanfragen pro Woche



Frühjahrsfest
im schönen Ambiente der Citykirche in Reutlingen, wo sich die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen mit einem Suppen- und Dessertbüffet stärken konnten …

… bevor sie Quizaufgaben lösen durften – moderiert von Filiz Ablak.

Bei unserem diesjähriges Sommerfest bei der Bächlehütte in Genkingen …

… verabschiedeten wir auch unsere langjährige Kollegin aus Reutlingen: Angelika Schmitz.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind das „Herzstück“ des Arbeitskreis Leben. Ohne sie gäbe es dieses Beratungs- und Begleitungsangebot für Menschen in suizidalen Krisen nicht.

2011 brachten sich 50 ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen und 35 PeerberaterInnen mit ihren Fähigkeiten, ihrer Kraft und Zeit in die Begleitung von Menschen in Krisen ein.

Technik

Auch die Einrichtung und Pflege der PC-Hard- und Software wurde weiterhin von Raphael Noailles und Peter Schmitz ehrenamtlich übernommen. Die technische Infrastruktur sowie das Mail-System und die Bereitstellung des Servers werden seit Beginn der Online Jugendberatung durch Prof. Dr. Klaeren und seinen Mitarbeiter Herrn Marcus Crestani des Wilhelm Schickard-Instituts für Informatik kostenlos sichergestellt.

Das Team der Hauptamtlichen dankt den Ehrenamtlichen

Ihnen allen unseren Dank und unsere Wertschätzung auszudrücken, ist uns ein großes Anliegen! Mit unseren alljährlichen Festen im Frühjahr und im Sommer möchten wir uns für das große Engagement unserer ehrenamtlichen MitarbeiterInnen in den Krisenberatungsstellen bedanken und einen Rahmen schaffen, in dem die Möglichkeit besteht, Kontakte über die „Gruppengrenzen“ hinaus zu pflegen und uns als Gemeinschaft im AKL zu erleben.

BIO-VOLLKORN-BÄCKEREI

Hauptgeschäft:
72764 Reutlingen, Wilhelmstraße 127, Telefon 0 71 21/33 73 87

BERGER

BERGER

Filialen:

72793 Pfullingen
Marktplatz 9
Tel. 0 71 21/70 42 69

72764 Reutlingen
Am neuen Busbahnhof
Willy-Brandt-Platz
Tel. 0 71 21/32 00 70

72764 Reutlingen
Storlachstraße 196
Tel. 0 71 21/93 96 37

Eine qualifizierte Vorbereitung auf die Tätigkeit der KrisenbegleiterIn in Form einer Ausbildung, regelmäßige Gruppensupervision durch hauptamtliche Fachkräfte sowie Fortbildungsangebote tragen zur Weiterqualifizierungen der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen bei. Im vergangenen Jahr gab es die Möglichkeit, sich zu folgenden Themen weiter zu bilden:

„Iss doch endlich mal normal“ Hintergründe von und Umgang mit Essstörungen

Referentin Katharina Zeller, Mitarbeiterin von „*Lebenshunger*“ – *Prävention und Beratung* – in Trägerschaft der Tübinger Initiative für Mädchenarbeit e.V. (TIMA)

Der Symptomatik von Essstörungen widmete sich dieser Fortbildungsabend mit dem Fokus auf:

- Ursachen
- Erscheinungsformen
- Sinn und Funktion des Symptoms „Essstörung“
- Innerpsychischen Dynamiken bei Essstörungen
- Behandlungsmöglichkeiten

Fortbildung für Ehrenamtliche

Umgang mit Tod und Trauer in der Krisenbegleitung

Referentin: Lena Herdtfelder-Schuon, Logotherapeutin, Trauerbegleiterin

In der Begleitung von Menschen in Krisen- und Verlustsituationen begegnen die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter immer wieder den Themen „Tod und Trauer“ – ganz besonders gilt dies für die Begleitung von Hinterbliebenen, die um einen Menschen trauern, der sich das Leben genommen hat.
Die Begegnungen mit trauernden Menschen rühren immer auch an eigene Erfahrungen und Haltungen zu Leben, Tod und der eigenen Sterblichkeit. Verstehen wir Trauer-Begleitung vor allem als Ausdruck einer inneren Haltung im Kontakt mit trauernden Menschen, verbunden mit entsprechenden fachlichen und methodischen Kompetenzen zur Beratung und Begleitung, so hatte dieser Fortbildungstag folgende Zielsetzungen:

- Reflexion eigener Erfahrungen, Empfindungen und Einstellungen
- das Erkennen und Verstehen von Trauerprozessen
- Vertiefung von Einfühlungsvermögen und Vertrauen in Trauerprozesse als Lebensprozesse
- Arbeit mit Symbolen und Ritualen in der Trauerbegleitung

Gewalt im Namen der Ehre

Referentin: Collin Schubert, Referentin für Frauenrechte im Islam bei *Terre des Femmes*

Die Suizidalität bei Migrantinnen ist fünf mal so hoch wie bei deutschen Frauen. Viele Mädchen und Frauen aus Migrantenfamilien fühlen sich zerrissen zwischen zwei Welten.
Auf dem Hintergrund ihrer Erfahrungen in der Beratung mit Mädchen und jungen Frauen mit muslimischem Migrationshintergrund beschäftigte sich Collin Schubert in ihrem Vortrag mit Ursachen und Motiven ehrbezogener Gewalt. Ein Dokumentationsfilm, der u.a. einen türkischen Mädchentreff in Berlin portraitierte, veranschaulichte auf berührende und eindrucksvolle Weise das Erzählte. Im anschließenden gemeinsamen Gespräch hatten die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, Erfahrungen und Fragen aus Krisenbegleitungen mit entsprechender Hintergrundproblematik einzubringen.

Wir danken der Bürgerstiftung Reutlingen für ihre Unterstützung, ohne die diese Fortbildungsreihe nicht möglich gewesen wäre.

Ausbildung zur PeerberaterIn

Nachdem mit zahlreichen InteressentInnen Vorauswahlgespräche stattfanden, startete die Ausbildung zur ehrenamtlichen PeerberaterIn am 10. November 2011 mit 16 Jugendlichen, davon 13 Mädchen und 3 Jungen im Alter von 15 bis 26, die aus den Landkreisen Tübingen (9), Reutlingen (6) und Esslingen (1) zur Ausbildung in die Beratungsstelle kamen.

Eine Besonderheit im Rahmen der Ausbildung, die Youth-Life-Line 2011 bereits zum zweiten Mal anging, ist eine Kooperation mit der Universität Tübingen. Drei StudentInnen des ersten Semesters Erziehungswissenschaft (BA) werden nach der Absolvierung ihrer Ausbildung zwei Mal pro Woche für je drei Stunden zum Beraten in die Online Jugendberatungsstelle kommen, was den doppelten Umfang einer üblichen BeraterInnenaktivität bedeutet. Des Weiteren haben sie sich bereiterklärt, für mindestens drei statt der geforderten zwei Jahre aktiv zu sein. In ihrem dritten Jahr werden die StudentInnen weitere Aufgaben im organisatorischen Bereich und vermehrt in der Öffentlichkeitsarbeit der Onlineberatungsstelle übernehmen. Aufgrund dieses erweiterten Einsatzes, wird das Institut für Erziehungswissenschaft der Uni Tübingen den StudentInnen diese Tätigkeit als Praktikum anerkennen. Die Kooperationsform wird als Modellprojekt von der Uni Tübingen wissenschaftlich begleitet und der Kompetenzzuwachs der StudentInnen durch ihre Aktivität bei Youth-Life-Line wissenschaftlich erforscht.

Angebote für Ehrenamtliche bei Youth-Life-Line

Regelmäßig (etwa einmal im Monat) finden sogenannte „Offene Abende“ in den Räumen der Online Jugendberatung statt. Hier bietet sich den Jugendlichen sowie den Hauptamtlichen die Möglichkeit, gemeinsame Zeit zu verbringen mit Austausch, Kicker spielen, Dart, Musik hören oder „chillen“. An einigen dieser Abende finden auch Fortbildungsangebote für die ehrenamtlichen PeerberaterInnen durch interne oder externe ReferentInnen statt.

Fortbildungsthemen 2011 waren: „Depression“, „Das ist aber mal ’ne schwere Frage – spezielle Fragetechniken in der Onlineberatung“ und „Suizidprävention an Schulen“. Alle PeerberaterInnen bekamen die Möglichkeit, an einem von zwei Besuchen in der Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen teilzunehmen, wo Dr. med. Gottfried Maria Barth ihnen einen detaillierten Einblick in die Klinik gab und für Rede und Antwort bereit stand. Einmal im Jahr veranstaltet die Online Jugendberatung eine Weihnachtsfeier. Zudem gab es im Februar ein Event, bei dem die neu ausgebildeten Jugendlichen auf die langjährigen PeerberaterInnen trafen. Dazu wurde die Tanz- und Bewegungstherapeutin Anja Wolfermann eingeladen, um die Jugendlichen mit Hilfe des Stockkampfes miteinander vertraut zu machen.

Der AKL aus Sicht des Vorstandes

Seit März 2011 gehöre ich zum Vorstand des AKL. In meiner Beratungslehrertätigkeit habe ich vom AKL viel Hilfestellung und Unterstützung erhalten und freue mich nun, durch meine Mitarbeit etwas zurückgeben zu können. Nach einem Treffen mit **Horst Döpper**, **Heiko Dettweiler** und **Collin Schubert**, der scheidenden Vorstandsfrau, konnte ich es mir gut vorstellen, mit so versierten Vorständlern meinen Anteil der Arbeit zu erlernen. Inzwischen weiß ich, dank der freundlichen Unterstützung, dass es einen ausgeglichenen Haushalt am Ende des Jahres geben sollte und wie ich einen Haushaltsplan lesen und auch verstehen kann.

Ich war beeindruckt über die Art und Weise, wie engagiert und ideenreich die GeschäftsführerInnen von Reutlingen und Tübingen sich beim Akquirieren von Spenden und Fördermitteln engagieren. Ohne ihren Einsatz wäre die Arbeit des AKL nicht möglich. Erfreulich ist die Tatsache, dass der AKL auch dieses Jahr mit einem ausgeglichenen Haushalt abschließen konnte. Die Sorge für das nächste Jahr bleibt.

In den monatlichen Vorstandssitzungen erlebte ich eine offene Diskussionsrunde, geprägt von einer gegenseitigen Wertschätzung, die es mir leicht machte, mich einzuarbeiten und wohl zu fühlen. Ich erfuhr interessante Details über die Arbeit der Festangestellten, der PraktikantInnen und der Ehrenamtlichen. Vor ihrer Arbeit habe ich einen großen Respekt.

Über die inhaltliche Arbeit des Vorstandes 2011 hier eine kurze Zusammenfassung:

Heide Lehnert (ehemalige AKL-Geschäftsführerin) übernahm ab Januar die Stiftungsakquise und das Erbschaftsfundraising.

Gegen Jahresende 2010 und Anfang 2011 zeichnete sich eine längere krankheitsbedingte Abwesenheit einer MA des AKL-RT ab. Im Laufe des Frühjahres wurde klar, dass eine neue Mitarbeiterin gefunden werden musste. In dieser Zeit waren die MitarbeiterInnen der Reutlinger Krisenberatungsstelle sehr stark belastet. Nachdem vereinbart worden war, den Arbeitsvertrag von **Angelika Schmitz** im April 2011 aufzulösen, was der AKL außerordentlich bedauert, fiel die Wahl auf **Inge Böhm**, die damit das Reutlinger Team zur Freude aller als therapeutische Fachkraft ergänzt. Die Übergabe am 18.7.2011 verlief reibungslos.

Wir danken **Peter Schmitz** (dem Ehemann von Angelika), der noch für ein Jahr die PC-Betreuung in der Reutlinger Krisenberatungsstelle übernimmt. Beim Sommerfest des AKL in der Bächle Hütte mussten wir uns leider offiziell von Angelika Schmitz verabschieden.

Im Juli tagten die hauptamtlichen MitarbeiterInnen zwei Tage in Hechingen (St.Luzen), um zu planen und zu überlegen, wie sie ihre Kräfte schonender einsetzen könnten, denn alle arbeiten an ihren Kapazitätsgrenzen. Es wurden Strategien entwickelt, welche Aufgaben eingespart werden können und wie die zur Verfügung stehende Arbeitszeit bestmöglich genutzt werden kann.

Im September fand der Betriebsausflug des Vorstandes und der hauptamtlichen MitarbeiterInnen statt. Die Wanderung am Albtrauf über den Wackerstein zur Nebelhöhle war von **Horst Döpper** bestens geplant und organisiert worden.

In einer Vorstandssitzung mussten wir uns mit der Thematik „Schweigepflicht bei Amokandrohung“ auseinandersetzen. **Heiko Dettweiler** informierte die Beteiligten über die rechtliche Situation bei der Garantenstellung von haupt- und ehrenamtlichen AKL MitarbeiterInnen.

Die Erfolgsgeschichte von Youth-Life-Line (YLL) ist auch 2011 in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt. Mehrere Radiosendungen und ein

Der Vorstand des AKL
(v.l.n.r.: Horst Döpper, Anne Ellenberger, Hans-Heiko Dettweiler)

ZDF-Beitrag zur YLL-Thematik wurden gesendet. Auch erhielt Youth-Life-Line eine Förderung durch die SWR-Herzenssache und auch eine Aktion beim DM-Markt in Tübingen war ein toller Erfolg, der sich neben monetärer Wertschätzung auch durch umfangreiche Öffentlichkeitsarbeit gelohnt hat. Herzlichen Glückwunsch und herzlichen Dank.

Die Einsparungen im Personalbereich durch die zeitweilige Stellenvakanz in Reutlingen führten zu einem leichten Überschuss. Darüber ist der Vorstand glücklich. Dieser Umstand darf dennoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass die finanzielle Absicherung vor allem von der Online Jugendberatung Youth-Life-Line noch lange nicht gewährleistet ist.

Der Vorstand bedankt bei den haupt- und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen für die geleistete Arbeit. Ebenso möchten wir uns bei allen Fördermitgliedern, der Erwin-Ringel-Stiftung, allen SpenderInnen und sonstigen UnterstützerInnen herzlich bedanken.

Wie man dem Bericht entnehmen kann, erlebte ich als Teil des Vorstandes ein aufregendes und interessantes AKL-Jahr, das erfolgreich abgeschlossen werden konnte. Ich freue mich auf weiterhin gute Zusammenarbeit.

Anne Ellenberger

Haus Matizzo in Metzingen

Krisenbegleitung im Haus Matizzo in Metzingen

Im Haus Matizzo werden gezielt Hilfen zur Lebensgestaltung, Lebensbewältigung und beim Lebensabschied angeboten.

Der Krankenpflegeverein und Diakonische Förderverein Metzingen e.V. stellt seit 2002 die Räume vom Haus Matizzo zahlreichen Vereinen zur Verfügung. Neben der ambulanten Hospizgruppe Metzingen/ Ermstal e.V., der Betreuungsgruppe Demenzkranker, dem Treffpunkt Gesundheit sowie verschiedenen Selbsthilfegruppen ist auch der AKL im Haus Matizzo angesiedelt. KlientInnen aus Metzingen und Umgebung kann der AKL entsprechend wohnortnahe Beratung und Begleitung anbieten. Möglich wird dieses Angebot dank der finanziellen Unterstützung durch die Dorotheen-Stiftung.

Druck- + Verlagshaus
LORCH Hugo Lorch
GmbH & Co. KG

Unsere Leistung überzeugt !

LORCH

Telefon 07121/97 29 01
Telefax 07121/97 29 02
info@lorch-druckhaus.de
www.lorch-druckhaus.de

72793 Pfullingen
Gutenbergstraße 15
Industriegebiet Steinge

ÜBER 50 JAHRE

Ihr Partner für Privat- und Geschäftspapiere

- CTP Bogenoffset
- Rollenoffset + Endlosdruck
- Digitaldruck-, Großformatdruck
- Prospekte, Flyer, Bücher
- Mailings, Versand, ...

Zum 31.12.2011 hatte der Verein 197 Mitglieder. Der Zuwachs von 25 Mitgliedern im Jahr 2011 im Vergleich zu 2010 liegt hauptsächlich daran, dass viele jugendliche PeerberaterInnen als beitragsfreie Mitglieder aufgenommen wurden. Im einzelnen ergibt sich folgende Verteilung der Mitglieder: drei Mitglieder sind als ehrenamtliche Vorstände beim AKL tätig, 53 Mitglieder engagierten sich als ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen und 47 Jugendliche arbeiteten bei der Online Jugendberatung Youth-Life-Line. 82 Mitglieder unterstützten den Verein als Fördermitglieder, davon 27 ohne Beitrag. Der Verein hatte Ende Dezember mit **Beate Majer** und **Robert Schütz** zwei Ehrenmitglieder. Neun Mitglieder waren hauptamtlich (in Teilzeit) beim AKL beschäftigt. Um die vielfältigen Aufgaben bewältigen zu können, wurden punktuell Honorarkräfte eingesetzt.

Angelika Schmitz

Auch 2011 hieß es Abschied von einer langjährigen Mitarbeiterin zu nehmen. Ende April beendete **Angelika Schmitz** ihre Tätigkeit in der Krisenberatungsstelle Reutlingen. Angelika Schmitz war von 1999 bis April 2011 als pädagogisch-therapeutische Fachkraft beim Arbeitskreis Leben tätig. Ihre Mitarbeit begann mit einer Urlaubsvertretung, danach unterstützte sie die Arbeit des AKL als Honorarkraft und seit Oktober 2001 als Hauptamtliche Fachkraft in Reutlingen. Neben ihrer fachlichen Qualifikation bereicherte Angelika Schmitz das Team durch ihre warmherzige, wertschätzende und fröhliche Persönlichkeit sehr. Bei einem schönen Grillabend feierten wir gemeinsam mit Angelika Schmitz, vielen ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen und ehemaligen KollegInnen ihren Abschied. Wir danken ihr herzlich für die erfolgreiche Zusammenarbeit und freuen uns sehr, dass sie dem AKL weiterhin als Fördermitglied verbunden ist. Wir wünschen Angelika Schmitz für ihre berufliche und persönliche Zukunft alles Gute.

Als neue Mitarbeiterin im pädagogisch-therapeutischen Team konnten wir **Inge Böhm** (Diplom Pädagogin) gewinnen, die seit Juli 2011 das

Das Team der Hauptamtlichen

Team in Reutlingen verstärkt. Wir freuen uns sehr, dass wir mit Inge Böhm eine erfahrene, kompetente und engagierte Mitarbeiterin in unserem Team begrüßen durften.

Die PraktikantInnen **Iris Solmaz, Olga Gulnizkij, Katharina Harter und Markus Urban** haben im Rahmen ihres Studiums ein Praktikum beim AKL absolviert. Für ihren engagierten Einsatz danken wir ihnen sehr herzlich.

Im November 2011 startete eine neue Ausbildungsgruppe bei Youth-Life-Line mit **Alexander Oswald, Nicole Pavic, Alissa Horer, Noelle Haffter, Carolin Haberkorn, Rosa Haffter, Charlotte de Bruyn, Sarah Detering, Charlotte Boldt, Silja Hauß , Christina Politidou-Melkov, Theresa Huber, Claudia Takac, Daniel Frattollino, Julian Schott und Lea Bangemann.**

Ihre ehrenamtliche Mitarbeit in der Krisenbegleitung beendeten **Ingeborg Renz**, **Karin Spata** und **Beate Schäfer.** Wir bedanken uns herzlich für ihr Engagement.

Die Krisenberatungsstellen Reutlingen und Tübingen erhielten auch im Jahr 2011 im Rahmen der Freiwilligkeitsleistungen vom Land Baden-Württemberg sowie von den Landkreisen und Städten Reutlingen und Tübingen finanzielle Zuschüsse. Wir danken den verantwortlichen MitarbeiterInnen in den öffentlichen Verwaltungen und den gewählten politischen VertreterInnen für das Interesse an unserer Arbeit und die vertrauensvolle Zusammenarbeit. Immer wieder haben wir in Gesprächen mit ihnen erfahren dürfen, wie sehr die Arbeit des AKL für suizidgefährdete Menschen in der Region geschätzt wird.

Die Online Jugendberatung Youth-Life-Line wurde im Jahr 2008 als weiterer wichtiger Bereich in den AKL integriert. Heute ist die Online Jugendberatung im Angebot des AKL nicht mehr wegzudenken und eine feste und wichtige Institution in der Beratungsinfrastruktur der Landkreise Reutlingen und Tübingen.

Das Jahr 2011 war für die Online Jugendberatung ein wichtiges Jahr: Nachdem 2010 die Personalkosten erstmals in voller Höhe vom Verein getragen werden mussten, erhöhten sie sich durch Tarifanpassungen des TVöD 2011 bereits. Dies verschärfte den Druck, ausreichend Spendengelder zu akquirieren. 2011 haben die Landkreise Reutlingen und Tübingen Youth-Life-Line finanziell gefördert (Landkreis Reutlingen: 10.000 Euro, Landkreis Tübingen: 26.000 Euro). Mit dem Landkreis Tübingen besteht ein Kooperationsvertrag über drei Jahre, mit dem Landkreis Reutlingen über zwei Jahre. Diese Unterstützungen schätzen wir sehr, denn sie bieten einen verlässlichen Planungshorizont.

Die Stadt Tübingen förderte Youth-Life-Line im Jahr 2011 mit einem Zuschuss von 10.000 Euro. Leider war es bisher nicht möglich, von der Stadt Reutlingen eine Förderung für Youth-Life-Line zu erhalten. Dies ist nicht nur für uns als Träger der Online Jugendberatung sehr bedauerlich, sondern auch für die vielen PeerberaterInnen aus Reutlingen, die sich dadurch von ihrer Stadt nicht unterstützt fühlen. Die Stadt Metzingen förderte dagegen schon das zweite Jahr mit 1.000 Euro die Arbeit der PeerberaterInnen. Wir freuen uns über diese Unterstützungen und das uns dadurch entgegengebrachte Vertrauen.

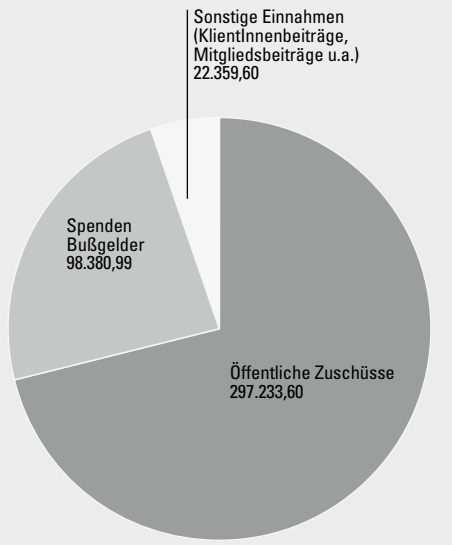
Die Jugendstiftung Baden-Württemberg ermöglichte Youth-Life-Line im Rahmen des Bundes-Förderprogramms „VIELFALT TUT GUT. Jugend für Vielfalt, Toleranz und Demokratie“ 2009 den Start des Projektes „Jugend informiert“. Nach der Schulungsphase im Herbst 2009 und Frühjahr 2010 konnten viele geschulte PeerberaterInnen unsere Fachkräfte bei Präventionsveranstaltungen unterstützen und wertvolle Akzente setzen. Es hat sich gezeigt, dass die Anteilnahme und Auseinandersetzungsbereitschaft durch die Vermittlung eines/einer Gleichaltrigen belebt werden kann. 2011 lief die Förderung durch die Jugendstiftung Baden-Württemberg aus und es war spannend für uns, wie die durch das Projekt geweckte hohe Nachfrage nach Präventionsveranstaltungen befriedigt und vor allem finanziert werden kann.

Dank der Unterstützung durch die Stiftung Schmetterling konnten 2011 und im Frühjahr 2012 mehr als 10 Präventionsveranstaltungen durchgeführt werden, bei denen wieder PeerberaterInnen unterstützend dabei waren. Wir bedanken uns herzlich für diese wertvolle Unterstützung.

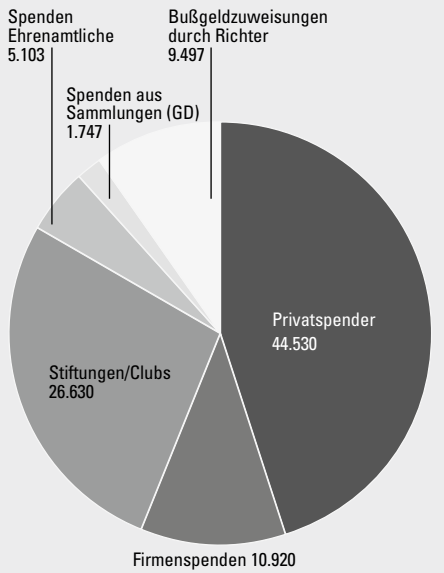
Spenden, Stiftungszuwendungen und Bußgeldzuweisungen werden für die Finanzierung des Vereins immer wichtiger. Ohne diese Einnahmequellen könnten wir unsere vielfältigen Hilfeangebote für suizidgefährdete Menschen und ihre Angehörigen nicht ermöglichen.

Die nachfolgenden Graphiken veranschaulichen die Finanzierung des Vereins im Jahr 2011:

Zuschüsse AKL-Gesamtverein 2011 in Euro



Erlöse aus Fundraising AKL-Gesamtverein in 2011 in Euro



Der Finanzbedarf des Vereins war im vergangenen Jahr u.a. aufgrund der Tariferhöhungen im öffentlichen Dienst erneut sehr hoch. Durch Einsparungen im Personalbereich aufgrund einer zeitweisen Stellenvakanz war es möglich, das Jahr mit einem leichten Plus abzuschließen. So konnten im vergangenen Jahr 6.420,51 Euro den Rücklagen zugeführt werden.

Viele Menschen unterstützen den AKL mit ihren Spenden. Manche SpenderInnen begleiten und fördern unsere Arbeit schon seit vielen Jahren.

Dies gilt auch für die Fördermitglieder, die unsere Arbeit interessiert begleiten und sie mit einem jährlichen Förderbeitrag von mindestens 60 Euro unterstützen. Viele der ehrenamtlich tätigen KrisenbegleiterInnen verzichten auf die ihnen zustehende Erstattung der entstandenen Fahrtkosten. Wir freuen uns sehr über diese solidarische Verbundenheit.

Immer wieder verzichten Menschen anlässlich ihres Geburtstags, ihrer Hochzeit oder eines Jubiläums auf die ihnen zugedachten Geschenke und bitten stattdessen um eine Spende für den AKL. Auch im vergangenen Jahr hat der AKL Anlass-Spenden nach dem Motto „Spenden statt Geschenke“ erhalten. Herzlichen Dank hierfür.

Ebenso hat der Verein im letzten Jahr mehrere Kondolenzspenden erhalten, indem Angehörige auf Kondolenzkränze verzichten und stattdessen um Spenden für den AKL baten. Wir sind sehr berührt und dankbar, dass die Hinterbliebenen in diesen schweren Stunden an den AKL denken und ihn unterstützen.

Die Förderung durch Stiftungen und die Zuweisungen von Geldauflagen durch Bußgeld- und StrafrichterInnen werden für die Finanzierung des Vereins immer wichtiger. Im vergangenen Jahr haben wir großzügige finanzielle Förderung erfahren dürfen. Danke!

Im vergangenen Jahr hat der AKL nur von einigen wenigen Firmen und Unternehmen Spenden erhalten. Wir hoffen sehr, dass sich die Konjunktur bald wieder belebt und es Firmen und Unternehmen in der Region wieder vermehrt möglich ist, soziale Einrichtungen wie den AKL finanziell zu fördern.

Der Vorstand sowie das Team der ehrenamtlichen und hauptamtlichen MitarbeiterInnen bedanken sich sehr herzlich bei allen, die im vergangenen Jahr die Hilfeangebote des AKL für suizidgefährdete Menschen und ihre Angehörigen ideell und finanziell gefördert haben.

Krisen sind zu bewältigen – Selbsttötung muss nicht sein!
Bitte helfen Sie, damit wir helfen können!

Der Arbeitskreis Leben e.V. (AKL) Reutlingen/Tübingen wird finanziell gefördert vom Land Baden-Württemberg sowie den Landkreisen und Städten Tübingen und Reutlingen. Die Online Jugendberatung Youth-Life-Line des AKL wird bezuschusst von den Landkreisen Tübingen und Reutlingen sowie der Stadt Tübingen, seit 2010 auch von der Stadt Metzingen. Doch ohne Spenden, Stiftungszuwendungen und Bußgeldzuweisungen durch Gerichte, könnten wir unsere vielfältigen Unterstützungsangebote für suizidgefährdete Menschen und ihre Angehörigen nicht aufrecht erhalten. Auch für die Durchführung von Präventionsveranstaltungen sind wir auf Spendenunterstützung angewiesen. Durch Spenden werden die notwendigen Rahmenbedingungen für das Engagement der ca. 60 ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen und ca. 40 PeerberaterInnen in der Region Neckar-Alb gestärkt.

Sie möchten dem AKL eine Geldspende zukommen lassen?

Vereinsspendenkonto:
Konto 40 400 bei der Kreissparkasse Tübingen
oder über das helpedia-Onlineportal:
www.helpedia.de/organisationen/akl

Sie möchten den AKL regelmäßig mit Geldspenden unterstützen?

Sie können dies mit der Einrichtung eines Dauerauftrags oder dem Erteilen einer Einzugsermächtigung tun. Diese können Sie jederzeit widerrufen.

Sie möchten dem AKL anlässlich eines freudigen persönlichen Anlasses (z.B. Geburtstag, Jubiläum, Hochzeit) eine Spende zukommen lassen?

Nach dem Motto „Spenden statt Geschenke“ verzichten Sie auf Geschenke und bitten stattdessen um eine Spende auf das Konto des AKL. Natürlich erhalten Sie von uns Informationsmaterial für Ihre Gäste, damit sich diese ein Bild von der Arbeit des AKL machen können. Nach Spendeneingang erhalten die Spender von uns ein Dankschreiben mit der Spendenbescheinigung. Nach Abschluss Ihrer Spendenaktion informieren wir Sie über den Gesamtbetrag der eingegangenen Spenden.

Sie möchten den AKL mit Kondolenzspenden unterstützen?

Im Sinne von verstorbenen Angehörigen kann es sein, statt Blumen um Spenden für einen guten Zweck zu bitten. Falls Sie anlässlich eines Trauerfalls den AKL mit Kondolenzspenden unterstützen möchten, erhalten die Spender von uns ein Dankesschreiben mit der Spendenbescheinigung. Wir informieren Sie über den Gesamtbetrag der eingegangenen Kondolenzspenden.

Sie möchten den AKL als Fördermitglied unterstützen?

Mit Ihrer Fördermitgliedschaft unterstützen Sie den Verein mit einem jährlichen Mindestbeitrag von EUR 60,00. Als Fördermitglied erhalten Sie Einladungen zu den Mitgliederversammlungen und werden regelmäßig über Aktuelles im Verein informiert.

Sie möchten den AKL als Unternehmen unterstützen?

Das soziale Engagement von Unternehmen in ihrem regionalen Umfeld gerät immer mehr in das Blickfeld der Öffentlichkeit. Sozial engagierte Unternehmen gewinnen an Prestige. Indem Sie als Unternehmen soziale Initiativen wie den AKL finanziell und ideell unterstützen, leisten Sie einen wertvollen Beitrag zu einer lebenswerten Gesellschaft. Sie fördern damit auch solidarisch das bürgerschaftliche Engagement der ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen. So können Sie beispielsweise auf Weihnachtsgeschenke an Kunden verzichten und mit dem eingesparten Kostenbetrag den AKL durch eine Spende unterstützen. Auch Jubiläen, Betriebsfeste oder andere Ereignisse können Anlässe für eine Spende sein.

Sie möchten den AKL als RichterIn in Straf- und Bußgeldsachen bzw. als StaatsanwältIn unterstützen?

Wir freuen uns sehr, wenn Sie bei Einstellungen von Gerichtsverfahren bzw. von Ermittlungen die vom Beschuldigten zu zahlende Geldauflage (Bußgeld) dem AKL zuweisen. Gerne lassen wir Ihnen spezielle Überweisungsvordrucke sowie Aufkleber mit unseren Kontodaten zukommen. Wir werden die Geldzuweisungen sorgfältig überwachen und Sie umgehend über Zahlungseingänge oder auch das Ausbleiben von Zahlungen informieren.
Falls Sie in Ihrem Bekannten- und Freundeskreis Kontakte zu Straf- und BußgeldrichterInnen oder zu StaatsanwältInnen haben, freuen wir uns, wenn Sie bei diesen als „FürsprecherInnen“ für den AKL auftreten und um Zuweisungen von Geldauflagen an den AKL bitten.

Krisen sind zu bewältigen – Selbsttötung muss nicht sein!

Bitte helfen Sie, damit wir helfen können!

Sie möchten den AKL nachhaltig und zukunftssichernd unterstützen?

In diesem Falle gibt es die Möglichkeit, Zustiftungen oder Spenden der Erwin-Ringel-Stiftung zukommen zu lassen. Alleiniger Zweck der Stiftung ist die Förderung des AKL Tübingen/Reutlingen. Der AKL und die Erwin-Ringel-Stiftung arbeiten eng zusammen. Unser gemeinsames Ziel ist es, Menschen in Krisensituationen und bei Suizidgefahr jetzt und auch in Zukunft vielfältige Hilfen anbieten zu können.

Bei einer Zustiftung fließt diese in den Vermögensstock der Stiftung, nur die anfallenden Kapitalerträge (Zinsen) dürfen ausgeschüttet werden. Dies bedeutet: Je höher das Stiftungskapital, desto höher sind die jährlichen Ausschüttungen an den AKL. Zustiftungen an die Erwin-Ringel-Stiftung sind dafür gedacht, den AKL nachhaltig und zukunftssichernd zu unterstützen.

Sie können der Erwin-Ringel-Stiftung natürlich auch eine Spende zukommen lassen. Im Gegensatz zur Zustiftung müssen Spenden zeitnah für die satzungsmäßigen Aufgaben und Zwecke der Erwin-Ringel-Stiftung eingesetzt werden.

Selbstverständlich erhalten Sie für Ihre Zustiftung oder Spende eine steuerlich absetzbare Spendenbescheinigung.

Stiftungskonto Erwin Ringel-Stiftung:
Konto 506 566 bei der Kreissparkasse Tübingen (BLZ 641 500 20).

Sie denken über eine Testamentsspende an den AKL oder die Erwin-Ringel-Stiftung nach?

Immer mehr Menschen verspüren den Wunsch, mit dem zu Lebzeiten geschaffenen Vermögen in ihrem Testament, neben den ihnen nahestehenden Menschen, auch eine gemeinnützige Organisation zu bedenken. So können sie, über den eigenen Tod hinaus, die Zukunft in unserer Gesellschaft positiv beeinflussen und mitgestalten. Auch steuerliche Gesichtspunkte spielen hierbei eine Rolle: Da Zuwendungen an gemeinnützige Organisationen von der Erbschaftssteuer befreit sind, hilft ein gut aufgeteiltes Erbe auch Erbschaftssteuern zu sparen.

Ist kein Testament vorhanden, tritt die gesetzliche Erbfolge unter den Angehörigen ein. Hat jedoch der Verstorbene keine Angehörigen, so fällt das gesamte Vermögen dem Staat zu.

Anfang der achtziger Jahre wurde dem AKL eine größere Testamentsspende zugewidmet. Vielleicht würde es ohne diese Zuwendung den AKL heute gar nicht mehr geben – diese Testamentsspende hat damals den AKL über so manche finanziell bedrohliche Situation hinweg getragen!

Eine Testamentsspende hilft, die Arbeit des AKL zu sichern. Das Vorhandensein von finanziellen Mitteln ist Voraussetzung, um auch in Zukunft auf Veränderungen in der Gesellschaft mit entsprechenden Angeboten reagieren zu können.

Wir danken unseren SpenderInnen im Jahr 2011!

Neben zahlreichen großzügigen Privatpersonen, ohne deren Unterstützung unsere Arbeit nicht möglich wäre, waren dies:

- BACAA e.V. , Leverkusen
- Bürgerstiftung Reutlingen, Reutlingen
- Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung, Tübingen
- Dorotheenstiftung, Metzingen
- Erwin-Ringel-Stiftung, Tübingen
- Forum 2. Lebenshälfte, Reutlingen
- Hans und Gretel Burkhardt-Stiftung, Pfullingen
- Herrmann Druck + Media, Sonnenbühl
- Hugo Boss AG, Metzingen
- Ilse-Graulich-Stiftung, Reutlingen
- Irmgard Boss Stiftung, Metzingen
- Kion Warehouse System GmbH, Reutlingen
- Kreissparkasse Reutlingen
- Kreissparkasse Tübingen
- Reinhold- Beitlich- Stiftung, Tübingen
- Sanitär Bez, Reutlingen
- Tisoware Gesellschaft für Zeitwirtschaft mbH, Reutlingen
- ubf Unternehmensberatung, Tübingen
- Volksbank Metzingen-Bad Urach eG, Metzingen
- Verein der Freunde des Lions-Club Tübingen e.V.
- Werner Kossmann Stiftung, Reutlingen
- Wepuko Pahnke GmbH, Metzingen
- Wir sind Freunde e.V., Reutlingen
- Zonta Club Reutlingen

Vielen Dank auch an alle Stiftungen und Firmen, die den AKL finanziell unterstützt haben, jedoch ungenannt bleiben möchten.

Ebenfalls bedanken wir uns bei den Richterinnen und Richtern, die dem AKL gerichtliche Zahlungsauflagen zugewiesen haben.

Nicht zuletzt danken wir den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die oft auf die Erstattung der im Rahmen ihrer Krisenbegleitungen anfallenden Fahrtkosten zu Gunsten des AKL verzichten.

Kassenbericht Arbeitskreis Leben e.V. (AKL) Reutlingen/Tübingen 2011

für die Krisenberatungsstellen in Reutlingen und Tübingen
sowie die Online Jugendberatung www.youth-life-line.de

EINNAHMEN IN EURO	
I. Öffentliche Zuschüsse	
Land Baden-Württemberg	79.109,00
Landkreis Tübingen	77.506,00
Stadt Tübingen	42.600,00
Landkreis Reutlingen	63.550,00
Stadt Reutlingen	30.280,00
Sonstige öffentliche Zuschüsse (Präventionsprojekte Soz. Ministerium)	2.038,60
Jugendstiftung Baden Württemberg	2.150,00
Zwischensumme	*297.233,60*
II. Eigenmittel	
Spenden (privat, Firmen, Stiftungen, Sammlungen etc.)	88.883,79
Öffentlichkeitsarbeit / Erlöse / Dienstleistungen	3.331,60
Mitgliedsbeiträge etc.	2.920,00
Klientenbeiträge	10.309,30
Bußgelder	9.497,20
Untervermietung und Technik-Vermietung	4.265,00
Zinseinnahmen	321,25
Sonstiges / Erstattung aus Vorjahr / Krankenkassenerstattungen	1.212,45
Zwischensumme	*120.740,59*
Einnahmen gesamt	**417.974,19**

AUSGABEN IN EURO	
I. Personalkosten	
Hauptamtliche Fachkräfte	301.048,75
Honorare	16.252,43
Geringfügig Beschäftigte, PraktikantInnen etc.	8.471,61
Kostenerstattung an Ehrenamtliche	6.910,97
Allgemeine Personalkosten (BUV, LFZG, etc.)	2.983,02
Zwischensumme	*335.666,78*
II. Sachkosten	
Miete und Nebenkosten	49.471,83
Verwaltungskosten	12.825,61
Öffentlichkeitsarbeit, Druck, Kopien	2.525,87
Investitionen / Wirtschaftsgüter	1.853,14
Versicherungen, Beiträge, Wirtschaftsprüfung, Aufwendungen Ehrenamtl.	9.210,45
Zuführung zu Rücklagen	6.420,51
Zwischensumme	*82.307,41*
Ausgaben gesamt	**417.974,19**

Das Sparkassen-Finanzkonzept:
ganzheitliche Beratung statt 08/15.

Service, Sicherheit, Altersvorsorge, Vermögen.

Kreissparkasse Reutlingen

Kreissparkasse Tübingen

Geben Sie sich nicht mit 08/15-Beratung zufrieden – machen Sie jetzt Ihren individuellen Finanz-Check bei der Kreissparkasse. Wir analysieren gemeinsam mit Ihnen Ihre finanzielle Situation und entwickeln eine maßgeschneiderte Rundum-Strategie für Ihre Zukunft. Sprechen Sie mit unseren Kundenberatern, denn wir beraten Sie kompetent.

Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr

Arbeitskreise Leben (AKL) in Baden-Württemberg

AKL Freiburg e.V.
Menschen in Lebenskrisen / Suizidprävention
Oberau 23
D- 79102 Freiburg
Tel. 07 61 – 3 33 88
Fax 07 61 – 2076 2133
Akl-freiburg@ak-leben.de

AKL Heilbronn e.V.
Bahnhofstr. 13
D-74072 Heilbronn
Tel. 0 71 31 – 16 42 51
Fax 0 71 31 – 898 09 355
Akl-heilbronn@ak-leben.de

AKL Karlsruhe e.V.
Hirschstr. 87
D-76137 Karlsruhe
Tel. 07 21 – 81 14 24
Geschäftsstelle:
Tel. 07 21 – 820 06 67
Fax 07 21 – 820 06 68
Akl-karlsruhe@ak-leben.de

AKL Nürtingen e.V.
Bahnhofstr. 2 / 1
D- 72622 Nürtingen
Tel. 07022 – 19 2 98
Geschäftsstelle:
Tel. 0 70 22 – 3 91 12
Fax 0 70 22 – 3 85 90
Akl-nuertingen@ak-leben.de

AKL Kirchheim e.V.
Alleenstr. 96
D-73230 Kirchheim
Tel. 0 70 21 – 7 50 02
Akl-nuertingen@ak-leben.de

AKL Leonberg e. V.
am Krankenhaus Leonberg
Rutesheimerstr. 50
D-71229 Leonberg
Tel. 0 71 52 – 202 46 20
Krankenhauspfarramt.leo@kikbb.de
oder
Akl-leonberg@ak-leben.de

AKL Reutlingen e.V.
Karlstr. 28
D-72764 Reutlingen
Tel. 0 71 21 – 19 2 98
Geschäftsstelle:
Tel. 0 71 21 – 4 44 12
Fax 0 71 21 – 47 07 32
Akl-reutlingen@ak-leben.de

AKL Sindelfingen-Böblingen e.V.
Burgenstr. 3 b
71116 Gärtringen
Tel. 07031 – 98-12006
Fax 07031 – 981-2822
Akl-sindelfingen@ak-leben.de

AKL Stuttgart e.V.
Römerstr. 32
D-70180 Stuttgart
Tel. 0711 – 600 620
Fax 0711 – 607 91 69
Akl-stuttgart@ak-leben.de

AKL Tübingen e.V.
Österbergstr. 4
D-72074 Tübingen
Tel 07071 – 19 2 98
Geschäftsstelle:
Tel. 07071-9221-0
Fax 07071 – 92 21 90
Akl-tuebingen@ak-leben.de

Online-Beratungsmöglichkeiten für Jugendliche:

www.u25-freiburg.de
(AKL Freiburg e.V.)

www.youth-life-line.de
(AKL Reutlingen/Tübingen e.V.)

Landesarbeitsgemeinschaft der AKL in Baden-Württemberg
(LAG AKL BaWü)
www.ak-leben.de

Kontaktadresse:
AKL Reutlingen e.V.
Karlstr. 28
D-72764 Reutlingen
Geschäftsstelle:
Frau Nohr
Tel. 0 71 21 – 4 44 12

Stand: 2012

Beratung bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

Arbeitskreis Leben

Kontaktaufnahme zum Arbeitskreis Leben e.V.

Wenn Sie Hilfe suchen, mitarbeiten oder den Verein fördern möchten, Informationen brauchen oder Anregungnen haben, rufen Sie uns an, faxen oder mailen Sie oder kommen Sie direkt zu uns:

Krisenberatungsstelle Reutlingen

Karlstraße 28, 72764 Reutlingen

Krisenberatung	Telefon 0 71 21 / 19 29 8
Sprechzeiten	Mo und Mi 10 – 13 Uhr Di und Do 15 – 18 Uhr
Geschäftsstelle	Tel 0 71 21 / 4 44 12 Fax 0 71 21 / 47 07 32 akl-reutlingen@ak-leben.de
Bankverbindung	Volksbank Reutlingen Konto-Nr. 106 018 000 BLZ 640 901 00 Kreissparkasse Reutlingen Konto-Nr. 714 028 BLZ 640 500 00

Krisenberatungsstelle Tübingen

Österbergstraße 4, 72074 Tübingen

Krisenberatung	Telefon 0 70 71 / 19 29 8
Sprechzeiten	Di, Do, Fr 10 – 13 Uhr Mi 15 – 17 Uhr
Jugendsprechzeit	Mi 15 – 17 Uhr
Geschäftsstelle	Telefon 0 70 71 / 92 21-0 Fax 0 70 71 / 92 21-90 akl-tuebingen@ak-leben.de
Bankverbindung	Kreissparkasse Tübingen Konto-Nr. 259 277 BLZ 641 500 20

In dringenden Fällen, außerhalb der Beratungszeiten, ist die Telefonseelsorge rund um die Uhr erreichbar unter: 0 800 / 111 0 111 oder 0 800 / 111 0 222

Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPWV)
Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention e.V. (DGS)

Erscheinungsbild Arbeitskreis Leben e.V. Reutlingen/Tübingen
ProBonoProjekt 2012 | Design für eine gute Sache
Christiane Hemmerich Konzeption und Gestaltung, Tübingen