

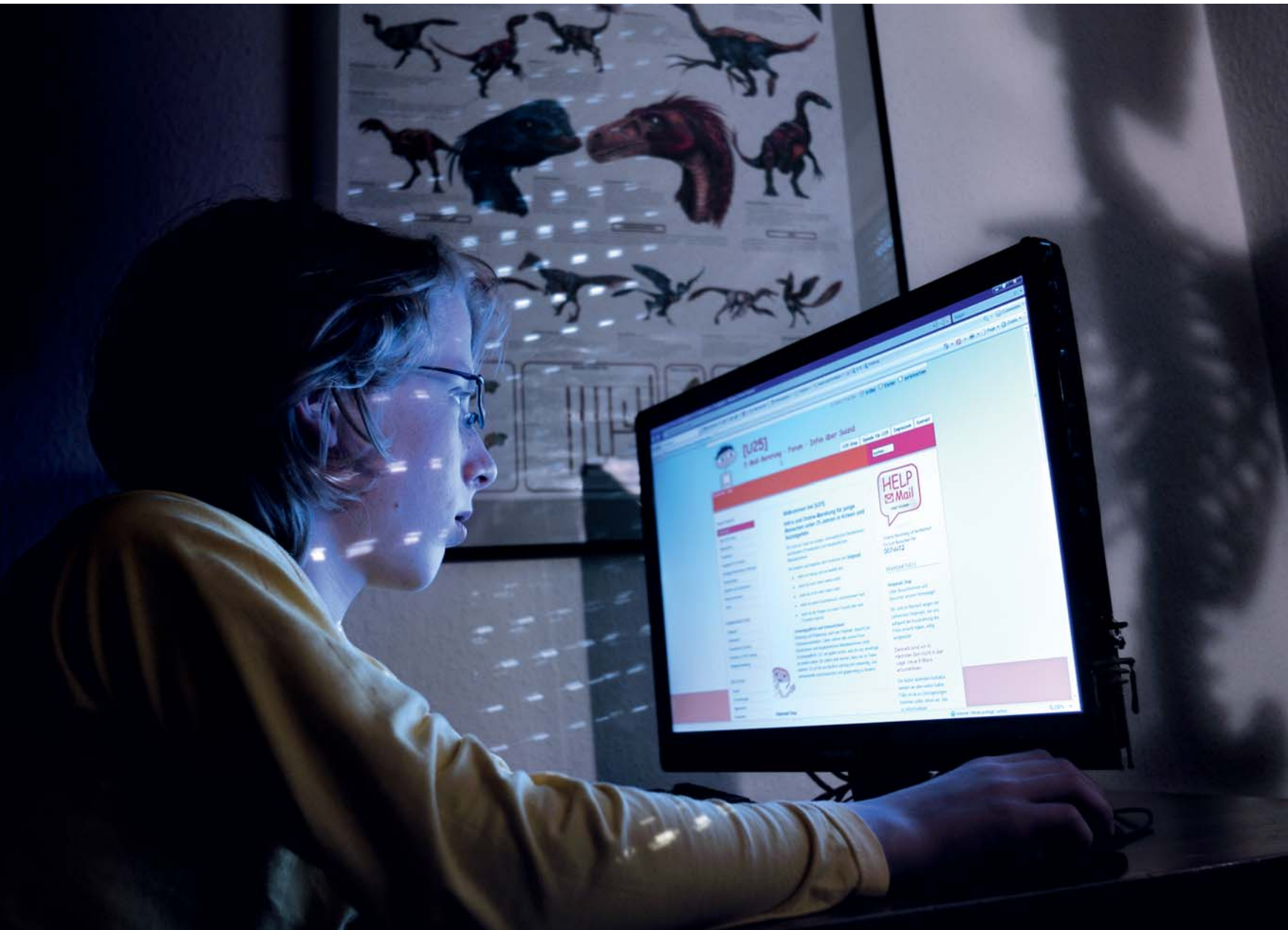
Die Lebensretter kommen barfuß ins Büro. Tilman, mit Stirnband und Kopfhörer, kommt als letzter rein. Der 23 Jahre alte Psychologiestudent gesellt sich zu der Achter-Runde, die sich in einem hellen Dachgeschossbüro versammelt hat. Wenige Minuten später wird er von einem „positiven E-Mail-Kontakt“ berichten. Mit einer 19-Jährigen, die „schon alles hinter sich“ habe: Einen spielsüchtigen Vater, Alkoholismus, Missbrauch, Bulimie und zwei Selbstmordversuche. „Aber sie ist so stark, dass sie jetzt sogar ihren Vater zur Therapie geschleppt hat“, wird Tilman erzählen.

Was auf den ersten Blick wirkt wie ein studentischer Kaffeeklatsch, ist in Wahrheit ein Umwälzwerk für schwere Probleme.

Letzte Rettung: Inbox

Per E-Mail rettet eine Gruppe junger Menschen in Freiburg Gleichaltrigen aus ganz Deutschland das Leben. Sie machen ihren selbstmordgefährdeten anonymen Gesprächspartnern Mut, einen Weg aus der Verzweiflung zu finden.

Text: Hilmar Poganzat | Foto: Eric Vazzoler



Die Gruppe, die sich in dem Büro mit Blick auf die Freiburger Weinberge versammelt hat, nennt sich „U25“. Gemeinsam mit mehr als einem Dutzend anderer Schüler und Studenten bieten sie Deutschlands erste Online-Beratung für selbstmordgefährdete Jugendliche an, die von Gleichaltrigen betrieben wird. Die Helfer und die Hilfesuchenden sind allesamt unter 25 Jahre. Manche Berater sind erst 16 – manche Klienten erst elf Jahre alt.

„Alle 47 Minuten bringt sich ein Mensch ums Leben. Alle vier Minuten versucht es einer“, steht auf einem Plakat, das an der Tür zur Beratungsstelle hängt. Ihrem Gründer, dem Sozialarbeiter Wolfgang Stich, war vor fast zehn Jahren ein bedenklicher Zusammenhang aufgefallen: Obwohl gerade junge Leute zwischen 15 und 25 sehr anfällig für Suizidversuche waren, wagten sie sich fast nie in eine Beratungsstelle. 2001 beschloss der Leiter des kirchlichen Arbeitskreises „Leben Freiburg“, zu handeln: „Ich wollte den Jugendlichen dort begegnen, wo sie sich aufhalten: im Internet.“

Die Idee war nicht ganz neu. Die Telefonseelsorge zum Beispiel berät ihre Klienten schon seit 1995 im Netz. Stich aber ging einen Schritt weiter: Um noch näher dran zu sein, schulte er ehrenamtliche Jugendliche zu Beratern. Das war neu – und erfolgreich.

Julia stieß als 16-Jährige zu Stichts Team. Ein Lehrer hatte der Gymnasiastin vorgeschlagen, bei U25 ein Praktikum zu machen. Schnell merkte sie: „Die psychische Belastung ist gar nicht so groß, wie man denkt.“ Die Hilfe der ausgebildeten Gruppenleiter und die Anonymität der E-Mails halfen ihr, auch extreme Fälle zu meistern. Schon im ersten Jahr schrieb ihr ein Mädchen: „Mein Vater vergewaltigt mich und verkauft mich an andere Männer.“ Mit vielen einfühlsamen Briefen brachte Julia das Mädchen davon ab, sich selbst zu töten. Das hofft sie jedenfalls. Denn so anonym, wie die Kontakte beginnen, so enden sie meist auch.

„Es geht immer darum, die Leute zum Reden zu bringen“, sagt Julia, „viele öffnen sich per E-Mail zum ersten Mal.“ Dabei versteht sie sich weder als Ärztin noch als Therapeutin, sondern einfach als Begleiterin. Eine Begleiterin, die behutsam Ratschläge gibt: zum Arzt zu gehen, zur Polizei oder zu einer Beratungsstelle. Eine Begleiterin aber auch, die Mut macht, weiterzuleben, indem sie zuhört.

Julia ist inzwischen seit drei Jahren für andere da. Neben dem Abitur und der Leitung einer

Jugend- und einer Turngruppe findet sie einmal pro Woche Zeit für U25. Bei der Teamsitzung im Dachgeschoss zwischen freigelegten Balken und einer Ikea-Spüle wirkt die junge Frau mit den braunen Augen wie die Ruhe selbst. „Du hast ein höheres psychologisches Alter“, sagt Tilman, und nickt ihr zu. Julia lächelt verlegen.

Bei den alle zwei Wochen stattfindenden Teamsitzungen arbeiten die jungen Berater ihre Fälle gemeinsam auf. „Shedd“, ein 19-jähriger aus Baden-Württemberg, hat sich nach einem Jahr Funkstille bei Julia zurückgemeldet. Sie liest vor: „Ihr habt sicher Besseres zu tun, als euch mit mir zu beschäftigen“. Die Minderwertigkeitsgefühle der Klienten sind oft die erste Barriere, die die Berater überwinden müssen. „Shedd“ gilt als „akut suizidgefährdet“. Vor zwei Wochen hatte Julia ihn aufgefordert, positive Seiten an sich zu suchen. Nach langer Funkstille kam endlich eine Antwort: „Mir fällt einfach nichts ein.“

„Keiner hört mich, weil ich das Nichts bin.“

Mehr als 10000 Hilfesuchende haben sich bislang an U25 gewandt. Weil das Internet keine Grenzen kennt, kommen sie aus dem ganzen Bundesgebiet. In letzter Zeit sind es manchmal so viele, dass Stich die „Help-Mail“ <http://www.u25-freiburg.de> wochenlang sperren muss.

Verantwortlich dafür ist ein Film, der die Arbeit der jungen Berater eindrucksvoll dokumentiert. „Hallo Jule, ich lebe noch“ läuft in den Dritten Programmen der ARD, und ist auch im Internet auf YouTube und als Podcast zu sehen. Der Film erzählt die 142 Briefe lange E-Mail-Odyssee zwischen der Beraterin Jule und der Teenagerin Anna: „Hallo“, eröffnet Anna den Briefwechsel, „ich halte das alles nicht mehr aus, und beende jetzt mein Leben.“ Seit sie 14 ist, „ritz“ sie sich, fügt sich selbst Verletzungen zu. Nun will sie sich töten, am Jahrestag des Todes ihrer Mutter. Hunderte Jugendlicher fühlen sich angesprochen, wenn Anna mit monotoner Stimme klagt: „Keiner hört mich – weil ich das Nichts bin.“

Der starke Zuspruch der jungen Menschen macht Wolfgang Stich und seine ehrenamtlichen Helfer betrübt: „Es ist ein Trauerspiel“, seufzt der Gründer von U25: „So viel Bedarf, so viele Auszeichnungen, aber nicht genug Unterstützung.“ Obwohl er auf 23 Berater zählen kann

und zurzeit elf weitere Freiwillige schult, verfügt sein Projekt gerade mal über drei Computer. Die professionelle Anleitung der jugendlichen Berater muss mit 0,6 bezahlten Stellen auskommen. Und die zukünftige Finanzierung ist ungewiss: Zwar tragen Stadt und Land das Projekt zu zwei Dritteln. Der Teil, den die Erzdiözese Freiburg zuschießt, fällt jedoch bald weg.

Stich schüttelt den Kopf. Er versteht nicht, wie die politischen Prioritäten gesetzt sind: „Wie viel Geld wird in Verkehrssicherheit investiert?“, fragt er. Dabei sei die jährliche Zahl der Suizidtoten fast doppelt so hoch wie die Zahl der Verkehrstoten. „Das Wort ‚Suizid‘ ist ein großer Dämon“, sagt Stich, keiner wolle darüber reden. Dabei sei Reden das Einzige, was hilft: „Mit dem Selbstmord ist es wie mit Tur Tur, dem Scheinriesen: Je mehr man sich ihm nähert, desto kleiner wird er.“

So weit ist „Shedd“ noch nicht. „Ich kann einfach nicht darüber reden, ich will nicht so weinerlich sein“, schreibt er an Julia. Nach der Teamsitzung setzt sie sich an einen der drei Rechner in einem fensterlosen Durchgang der Beratungsstelle. Gerade jungen Männern fällt es schwer, über ihre Probleme zu reden, und so ringt sie mit ihrer Antwort. „Fragen, fragen, fragen“, hat Wolfgang Stich im Meeting gesagt. Aber junge Männer sind verschlossen. Sie versuchen seltener als Mädchen, sich zu töten. Wenn sie es aber versuchen, dann oft mit grausamer Konsequenz. Julia beginnt, zu tippen ...

„Ihr müsst den Klienten Mut machen“, hat Stich am Ende der Teamsitzung gesagt. Denn die wollen nicht wirklich sterben – „sie wollen nur nicht mehr so leben wie bisher“.

Mit einer Erfolgsquote kann U25 nicht werben. Hinter jeder E-Mail, hinter jedem Nickname steht ein Fragezeichen. Julia, Tilman und die anderen stört das nicht. Sie wissen, dass jeder verständnisvolle Satz hilft. Und dass – wenn alles gut läuft – ein Drama so enden kann wie die Geschichte von Jule und Anna. „Du hast mich immer wieder aus dem Tal der Hoffnungslosigkeit gezogen“, sagt Anna im Film. Jedes Mal, wenn sie vor dem Sprung ins Nichts stand, habe eine Mail in ihrer Inbox sie zurückgeschubst. Am Ende entschied sie sich: „Für das Leben – und gegen den Tod.“

HILMAR POGANATZ, Jg. 1972, lebt als freier Autor in Berlin. Er besuchte die Springer-Journalistenschule und gründete das Journalistenbüro „Blockfrei“. Seine Texte erscheinen in „brand eins“, „Geo“ und der „Welt am Sonntag“ u.a.