

Arbeitskreis Leben e.V. (AKL)

Seit 1976 bietet der AKL suizidgefährdeten Menschen und Menschen in Lebenskrisen Beratung und Begleitung an.

Der Verein unterhält je eine Krisenberatungsstelle in Reutlingen und Tübingen.

Der AKL ist als gemeinnützig und mildtätig anerkannt und weltanschaulich nicht gebunden. Dachverband ist der Deutsche Paritätische Wohlfahrtsverband (DPWV). Der AKL ist Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS), im Nationalen Suizid Präventions Programm (NasPro) und im Bündnis gegen Depression.

Kooperation

Die Krisenberatungsstellen des Arbeitskreises Leben sind Bestandteil des psychosozialen Systems der Landkreise Reutlingen und Tübingen.

Wir arbeiten mit der Telefonseelsorge, verschiedenen Beratungsstellen, Ärzten, Kliniken und anderen Institutionen, sowie FachkollegInnen zusammen.

Kosten

Die Kontaktaufnahme in der aktuellen Krisensituation ist kostenfrei. Bei weitergehenden Vereinbarungen wird ein Förderbeitrag erwartet, der sich an den Möglichkeiten des Einzelnen orientiert.

Krisenberatungsstelle Reutlingen

72764 Reutlingen, Karlstraße 28

Krisenberatung Telefon 0 71 21 / 192 98
Sprechzeiten: Mo. und Mi. 10-13 Uhr
Di. und Do. 15-18 Uhr

Geschäftsstelle: Telefon 0 71 21 / 4 44 12
Fax 0 71 21 / 47 07 32
E-Mail: reutlingen@ak-leben.de
Bankverbindung: Konto-Nr. 106 018 000
Volksbank Reutlingen
BLZ 640 901 00

Nach Vereinbarung ist Beratung auch im Haus Matizzo, Christophstr. 20, 72555 Metzingen möglich.

Krisenberatungsstelle Tübingen

72074 Tübingen, Österbergstraße 4

Krisenberatung Telefon 0 70 71 / 192 98
Sprechzeiten: Mo. 10-13 und 16-18 Uhr
Di., Do., Fr. 10-13 Uhr
Jugendsprechzeit: Mo. 16-18 Uhr

Geschäftsstelle: Telefon 0 70 71 / 92 21-0
Fax 0 70 71 / 92 21-90
E-Mail: tuebingen@ak-leben.de
Bankverbindung: Konto-Nr. 259 277
Kreissparkasse Tübingen
BLZ 641 500 20

Internet: www.ak-leben.de

E-Mail-Beratung für Jugendliche: www.youth-life-line.de

In Notfällen außerhalb der Beratungszeiten kann über die Telefonseelsorge (Tel. 08 00 / 1 11 01 11) Kontakt mit den AKL-MitarbeiterInnen aufgenommen werden.

Hilfe in
Lebenskrisen
und bei
Selbsttötungs-
gefahr



Hilfe in
Lebenskrisen
und bei
Selbsttötungsgefahr

ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

Lebenskrisen

Anlässe für Lebenskrisen können unter anderem Trennungen, Verluste, Beziehungsprobleme, Krankheiten, 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, was dazu führen kann, dass sie den Sinn des Weiterlebens für sich in Frage stellen. In dieser Situation können Gedanken an Selbsttötung näher rücken.

Suizid – Selbstmord – Selbsttötung

Es ist eher unbedeutend, welche Benennung wir für diesen Schlusspunkt eines Lebens nehmen. Für den betroffenen Menschen steht dahinter Verzweiflung, Einsamkeit, verletzt sein, Scheitern, seelische Not, wie auch Enttäuschung und Wut und das Gefühl, so nicht mehr leben zu können.

Krisen können bewältigt werden

Lebenskrisen – auch solche, die zur Suizidgefährdung führen – können eine Chance zur Veränderung und Neuorientierung im Leben sein.

Die MitarbeiterInnen des Arbeitskreises Leben bieten Menschen in Krisen und ihren Angehörigen Unterstützung an. Ziel unserer Arbeit ist es, Menschen aus der Ausweglosigkeit zu begleiten und mit ihnen gemeinsam Wege zur Stabilisierung und Neuorientierung zu finden.

Unser Angebot

In einem ersten Gespräch ist das Ziel gemeinsam mit Ihnen herauszufinden, welches Angebot Sie am besten unterstützt:

- Krisenintervention
- Begleitung durch ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen
- Beratungsgespräche (Einzel-, Paar- und Familienberatung)
- Beratung und Begleitung nach einem Suizidversuch auch im Krankenhaus
- Beratung für Angehörige, Freunde und andere Betroffene
- Gesprächs- und Gruppenangebote für Menschen, die einen Nahestehenden durch Suizid verloren haben

Unsere MitarbeiterInnen

Beim Arbeitskreis Leben arbeiten ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen und pädagogisch-therapeutische Fachkräfte Hand in Hand.

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. Als KrisenbegleiterInnen werden sie ausgebildet und fachlich angeleitet.

Die Fachkräfte sorgen neben ihrer Beratungstätigkeit für den notwendigen Rahmen. Sie gewährleisten die Erreichbarkeit, die Erstgespräche, die Koordination und die Kontakte zu anderen Diensten. Die MitarbeiterInnen des Arbeitskreises Leben unterliegen der Schweigepflicht.

