

Arbeitskreis Leben (AKL) Sindelfingen e. V.

# Wo der Selbstmord zum Alltag gehört

Claudia Gabrys Lachen ist ansteckend. Zülig läuft die Frau mit dem grauen Kurzhaarschnitt und der bunten Perlenkette über die Flure des Böblinger Krankenhauses zu ihrem Büro. Auf der onkologischen Station für Frauen mit Brustkrebs ist Lachen Mangelware. Claudia Gabrys hat sich ihren Humor bewahrt – zum Wohle der Frauen, die die Psychoonkologin betreut und zum Wohle derer, für die sie ehrenamtlich tätig ist: Seit 23 Jahren engagiert sich die 48-Jährige im Arbeitskreis Leben in Sindelfingen.

Wer in Claudia Gabrys Rolle schlüpfen möchte, sollte Kraft mitbringen. Tagsüber das Beratungsgespräch mit der an Brustkrebs erkrankten dreifachen Mutter, abends der Hausbesuch bei dem jungen Mann, der sein Leben beenden möchte. Wie hält man das aus? Claudia Gabrys lächelt: »Menschen in extremen Situationen faszinieren mich«, sagt die Sozialpädagogin mit der psychoonkologischen Zusatzausbildung.

So war es ihr 1986 auch sehr wichtig, die Initiative »Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen« – Arbeitskreis Leben (AKL) Sindelfingen e.V. mit aufzubauen. »Wir haben uns zusammengesetzt und überlegt, was wir für Suizidgefährdete tun können«, erzählt sie, und dass es schwierig gewesen sei, eine solche Gruppe hauptamtlich aufzuziehen. »Also haben wir begonnen, ehrenamtliche Krisenbegleiter auszubilden.« Heute ist Claudia Gabrys eine von zehn Ehrenamtlichen im Sindelfinger AKL, die sich für suizidgefährdete Menschen und deren Angehörige einsetzen: »Einer unserer Leute hat selbst schon einen

Manchmal bringen Mütter Kinder mit in die Sprechstunde. Mit Hilfe der Puppe Sophie lässt sich manches leichter erklären. Foto: dim

Selbstmordversuch hinter sich und möchte nun für Betroffene da sein.« Das Team arbeite gut zusammen, »bei uns geht es sehr humorvoll zu«, so die Sozialpädagogin, die weiß, »wer das Leben nicht mit Humor nimmt, nimmt es nicht ernst!«.

## Selbstmord aus Beziehungsgründen

Beziehungsgründe sind der häufigste Anlass für einen Selbstmord, manchmal steckt auch eine psychische Krankheit dahinter. Claudia Gabrys zuckt die Schultern: »Wenn jemand sich wirklich umbringen will, können wir es nicht verhindern. Bei vielen, die den Versuch unternehmen, handelt es sich aber auch einfach um einen Hilferuf!« Deutlich mehr Frauen als Männer werden im AKL Sindelfingen betreut, ihre Altersspanne geht von 15 bis 89 Jahren. Dabei stellen die Ehrenamtlichen fest, dass Alterssuizid zugenommen hat – für die 48-Jährige ein grausames Phänomen.

Der Inanspruchnahme des

AKL ist freiwillig: die Hausbesuche, die Einzelgespräche, die Weitervermittlung in Selbsthilfegruppen. »Suizid verbindet nicht. Deshalb kriegt man auch keine Gruppe von Suizidalen zusammen«, erklärt die Psychoonkologin. Eine feste Gemeinschaft, die sich meist über ein Jahr trifft, bilden hingegen die Hinterbliebenen, meist sind es Frauen. »Angehörige von Menschen, die sich umgebracht haben, sind höchst gefährdet«, betont Claudia Gabrys. »Wir möchten ihnen die Möglichkeit geben, über ihre Gefühle zu sprechen und über die Vorwürfe, mit denen viele sich quälen. Denn wenn es um Suizid geht, steht bald die Schuldfrage im Raum.«

## Angehörige werden vom Umfeld geächtet

Die Psychoonkologin weiß um die Faszination, die das Mysterium Selbstmord auf viele ausübt und wie oft es vorkommt, dass Angehörige von Selbstmördern von ihrem Umfeld geächtet werden. »Das mag daran liegen,

dass Suizid das Menschlichste im Menschlichen ist und dass es anderen Angst macht, damit in Berührung zu kommen – fast so, als hätten die Angehörigen eine schlechte Aura, so als könnte man sich infizieren!« Dabei liegen im Suizidversuch auch Chancen, stellt die 48-Jährige fest. Sie kann nachvollziehen, dass jemand am Leben erkrankt, weil er immer nur Konventionen nachgegeben und ein Leben geführt hat, dass er gar nicht führen wollte.

## In Gedanken bei den Menschen

Der Mensch an sich fasziniert sie. Doch trotz ihrer Erfahrung gelingt es ihr nicht immer, die Schicksale abends aus ihren Gedanken zu verdrängen. »Ich weiß nicht, ob ich in einer Kinderkrebeklinik arbeiten könnte«, gesteht die Sozialpädagogin, für die Kinder die besten Lehrmeister sind. »Kürzlich hatte ich eine Frau in der Psychoonkologie, die ihren Sohn mitgebracht hat. »Wenn die Mama im Himmel ist, hat er gesagt, »dann müssen wir aber gucken, wie wir das Essen dahin bringen.«

Diese positiven Erfahrungen nimmt Claudia Gabrys mit in ihr Ehrenamt, wo es kürzlich Grund zur Freude gab: »Meine Mutter hat im Sonntagsblatt vom Caritas-Preis für sozial-karitatives Engagement gelesen und hat mir den Artikel ausgeschnitten. Wir haben uns mit dem AKL beworben – und gewonnen!«, freut sie sich. Durch ihren Beruf und ihr Ehrenamt, in dem sie regelmäßig den Bogen zwischen freiwilligem und unfreiwilligem Tod schlagen muss, hat sie selber die Angst vor dem Sterben verloren. »Unser Ende ist festgelegt, daran können wir nichts ändern«, stellt sie klar, »aber ich bin sicher, dass es nach dem Tod weitergeht!«

Diana Müller



## INFO

### Arbeitskreis Leben

Infos zum Arbeitskreis Leben unter [www.-ak-leben.de](http://www.-ak-leben.de)