



Hilfe in
Lebenskrisen
und bei
Selbsttötungsgefahr

ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)



JAHRESBERICHT 2023

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

IM LEBEN BLEIBEN

Nehmen Sie telefonisch zu uns Kontakt auf, wenn

Sie in einer Krise sind und aus dem Leben gehen möchten

Sie in Sorge um jemand sind, der sich das Leben nehmen will

Sie einen nahen Menschen durch Suizid verloren haben

Bei uns erhalten Sie zeitnah einen Gesprächstermin für eine persönliche Beratung.

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Telefon 07131 164251

E-Mail akl-heilbronn@ak-leben.de

Online www.ak-leben.de

Sicher erreichen Sie uns:

Montag 10:00 - 12:00 Uhr

Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr

Mittwoch 15:00 - 17:00 Uhr

Donnerstag 13:00 - 15:00 Uhr

Freitag 10:00 - 12:00 Uhr



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	02
AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK	03
BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN	
ANGEBOTE IN DER BERATUNGSSTELLE	06
TRAUERBEGLEITUNG VON HINTERBLIEBENEN NACH SUIZID	07
SUIZIDPRÄVENTION FÜR JUNGE MENSCHEN	09
FACHVORTRÄGE, VERANSTALTUNGEN UND NETZWERKTREFFEN	12
KLINIKDIENSTE: AUFSUCHENDE SUIZIDNACHSORGE	13
FEIERLICHKEITEN UND AUSFLÜGE IM JAHR 2023	15
DAS TEAM DES AKL	18
VORSTANDSMITGLIEDER DES AKL	18
FINANZEN	19
DANK	20

VORWORT



Man verliert vieles im Leben,
doch verliere nie die Hoffnung,
denn ohne Hoffnung verlierst du dein Leben.

(UNBEKANNT)

Liebe Leserinnen und Leser,

es freut mich, Ihnen den Jahresbericht des Arbeitskreises Leben (AKL) Heilbronn 2023 vorlegen zu können.

Das Jahr 2023 war in vielen Bereichen unserer Tätigkeit ein Rekordjahr. Wir haben so viele Menschen begleitet wie nie zuvor. Die gute Seite daran ist: Unsere Arbeit in den verschiedenen Feldern wird geschätzt und ist gefragt. Mehr als 10 ehrenamtlich Mitarbeitende und das Team der Hauptamtlichen in der Beratungsstelle sind für Menschen in der Krise da. Das ist ein großes Geschenk für mich, dass sich das AKL-Team so engagiert und motiviert für Menschen in der (suizidalen) Krise einsetzt, für sie da ist und ihnen ein offenes Ohr und Herz schenkt. Wir haben Hoffnung – manchmal auch stellvertretend für andere – wenn diese selbst keinen Grund mehr zur Hoffnung und zum Leben sehen können.

Die schlechte Seite daran ist: Immer mehr Menschen sind mit Herausforderungen und Krisen konfrontiert, die sie oder ihre Angehörigen, Freunde, Kolleg*innen in eine suizidale Krise bringen, die bis zum vollendeten Suizid gehen kann. Dies zeigt sich auch in anderen Beratungsstellen und Hilfsangeboten. Immer häufiger melden sich auch Kolleg*innen bei uns und bitten um Fortbildung oder kollegiale Beratung.

Wir wollen zuhören, da sein, Not mit aushalten, damit Menschen (wieder) neu Hoffnung und Mut gewinnen, im Leben zu bleiben. Dies tun wir schnell und unkompliziert, kostenlos und auf Wunsch anonym. Wir sind sehr dankbar, dass dies möglich ist, weil wir von unterschiedlicher Seite finanzielle Unterstützung bekommen. Dennoch merken wir, wir sollten eigentlich mehr machen als wir leisten – und auch aktuell finanzieren – können. Umso dankbarer sind wir für jede finanzielle Unterstützung, die uns von Organisationen, Institutionen und Einzelpersonen zukommt. Besonders haben wir uns gefreut, dass wir den Heilbronner Bürgerpreis 2023 der Kreissparkasse Heilbronn erhalten haben und einer von drei Gewinnern sind bei BLIZZ, einer Initiative der Berthold Leibinger Stiftung.

Dass wir 2023 mehr als 300 Menschen zur Seite stehen konnten, liegt besonders auch am hohen Engagement und Einsatz der ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen, aber auch von Frau Hesse und Frau Kasperzak-Scholz. So konnten wir auch 2023 wieder an 365 Tagen den sog. Klinikdienst abdecken, so dass wir an jedem Tag, an dem es nötig war, aufsuchende Suizidnachsorge durch unsere ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen anbieten konnten. Darüber hinaus hat Frau Hesse mit drei Ehrenamtlichen die Krisenkompetenz von über 900 Schülern und Schülerinnen im Rahmen von Schulpräventionsveranstaltungen gestärkt. Umso bedauerlicher, dass wir Ende des Jahres Claudia Kasperzak-Scholz verabschieden mussten, die in den vergangenen Jahren in großer Treue das AKL-Team im Büro unterstützt hat.

In diesem Jahresbericht erhalten Sie Einblick in unsere vielfältigen Arbeitsbereiche und können sich ein Bild machen, wofür der AKL steht und was unser zurückliegendes Jahr geprägt hat.

Heilbronn im März 2024

Caroline Hornberger

AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK

Allgemeine Zahlen zu den begleiteten Personen

Im Jahr 2023 wurden insgesamt **320 Personen** durch die hauptamtlich (HA) und ehrenamtlich Mitarbeitenden (EA) des AKL-Heilbronn begleitet. Im Vorjahr waren es 248 Personen. Es kam also insgesamt zu einem deutlichen Anstieg an Begleitungen um 29%.

Fälle gesamt (HA+EA): 320
(Vorjahr: 248)

Fälle EA: 82
(Vorjahr: 61)

Fälle HA: 238
(Vorjahr: 187)

Im Bereich der Beratung und Begleitung durch die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen kam es zu einer erheblichen Zunahme an Klient*innen von 187 auf 238 Klient*innen in diesem Jahr. Auch die Begleitungen der ehrenamtlich Mitarbeitenden sind im Vergleich zum Vorjahr deutlich von 61 auf 82 Begleitungen gestiegen.

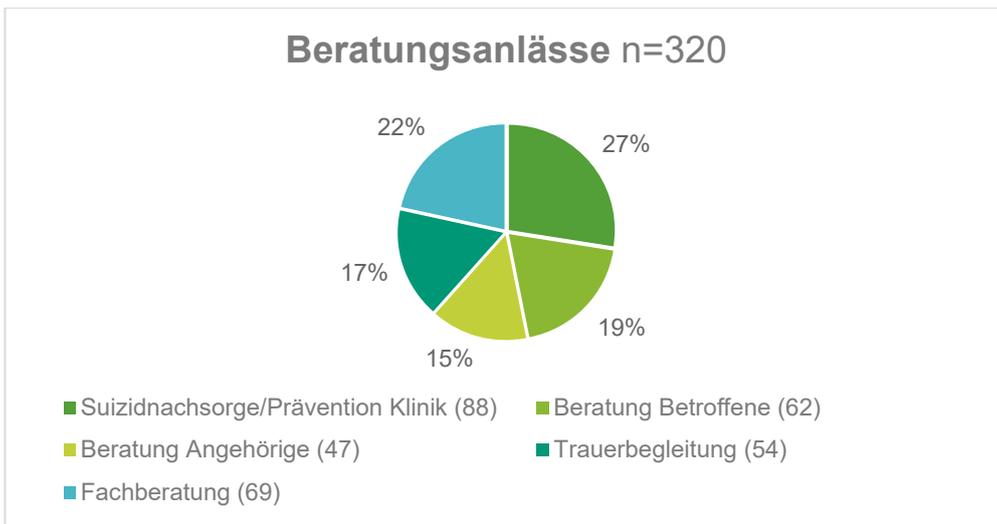
Die **Kurzkontakte** sollen darstellen, von wie vielen Menschen insgesamt Unterstützung durch den AKL Heilbronn angefragt wurde. In diesem Jahr wurden dabei **397 Kurzkontakte** erfasst. Das heißt, dass es neben den 320 Begleitungen 77 Kontaktaufnahmen mit kurzen Nachfragen gab wie dem Wunsch nach Flyerzusendung, der Frage nach Adressen oder Anfragen wegen Praktika.

Es wird bei den Klient*innen unterschieden zwischen Menschen, die sich in einer Krise befinden (**Betroffene**) und Menschen in Sorge um suizidgefährdete Personen in ihrem Umfeld (**Angehörige**). Häufig suchen Angehörige sowohl für sich als auch für die betroffene Person Unterstützung. Eine weitere Klient*innengruppe sind Trauernde, die eine nahestehende Person durch Suizid verloren haben (**Hinterbliebene nach Suizid**). Hinzu kommen noch Fachkräfte aus psychosozialen Handlungsfeldern, die um eine **Fachberatung** im Kontext Suizidalität anfragen.

Im Rahmen der **Suizidnachsorge und Prävention in Kliniken** wurden im Jahr 2023 **88 Personen** (2022: 61) erreicht. Die Nachsorge findet hauptsächlich durch die ehrenamtlich Mitarbeitenden auf den Intensivstationen der Kliniken am Gesundbrunnen und am Plattenwald statt. Dieser Bereich stellt mit 27 Prozent nach wie vor den größten Anteil dar.

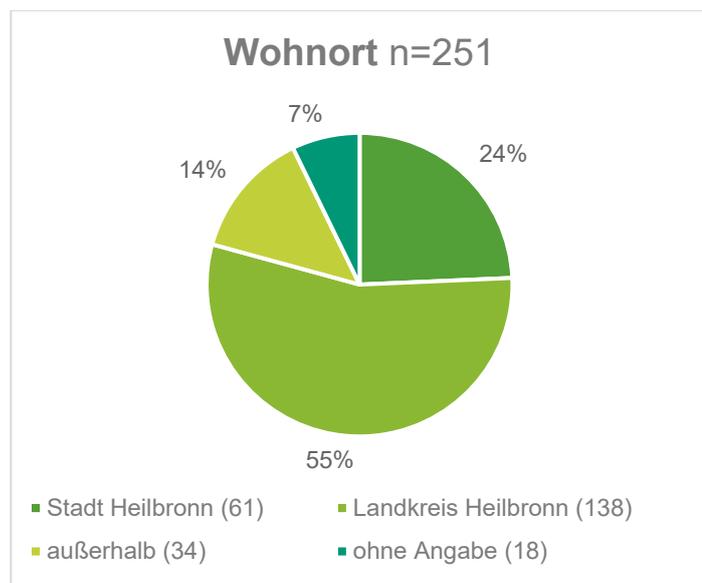
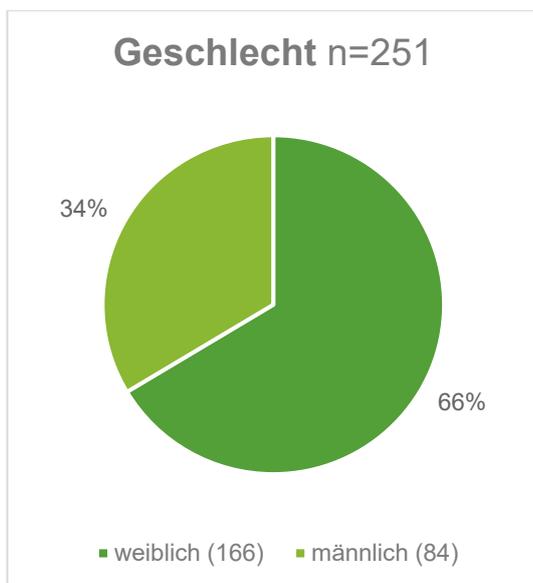
Im Bereich der Arbeit in der **Beratungsstelle** wandten sich insgesamt **232 Personen** an den AKL. Diese wurden hauptsächlich von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen beraten. Dabei war ein Zuwachs in fast allen Klient*innengruppen zu verzeichnen. Der Anteil der **Betroffenen** in einer Krise lag hier bei **62 Personen** (2022: 47). Die Zahl der **Angehörigen** lag bei **47 Personen** (2022: 37). Im Rahmen der **Trauerbegleitung für Hinterbliebene nach einem Suizid** suchten **54 Personen** Unterstützung (2022: 61). Sie wurden in ihrer Trauer durch Einzelgespräche und / oder eine Trauergruppe begleitet. Die Beratungsdauer im Falle einer Krisenintervention beträgt meist zwischen ein und sechs Terminen, hier ist das Ziel oft die Weitervermittlung oder Überbrückung zu therapeutischen Angeboten. Die Begleitung von Hinterbliebenen nach einem Suizid hingegen ist ein längerer Prozess, der bis zu einem Jahr andauern kann. Die Wartezeiten für ein Erstgespräch im akuten Krisenfall liegen nach wie vor zwischen einem und maximal sieben Werktagen und sind somit sehr kurz. Eine schnelle Krisenintervention kann so weiterhin ermöglicht werden.

Zudem wurden durch die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des AKL **69** Lehrer*innen, Schulsozialarbeiter*innen, kirchlich Mitarbeitende und weitere Fachkräfte aus psychosozialen Kontexten im Rahmen der **Fachberatung** durch den AKL unterstützt. Im Rahmen der Fachberatungen gab es einen deutlichen Anstieg im Vergleich zum Vorjahr (2022: 39). Dies ist mit darauf zurückzuführen, dass durch die Zunahme der Angebote im Bereich Suizidprävention an Schulen enge Kooperationen und eine positive Wahrnehmung der Angebote des AKL entstanden sind. Dabei kann es sich um kollegiale Beratung im Umgang mit einzelnen Menschen handeln als auch um Unterstützung bei der Etablierung neuer Prozesse in Bezug auf Suizidprävention oder -nachsorge oder aber um die Nachfrage nach unseren Schulungsangeboten. Darüber hinaus äußern Klient*innen im Rahmen anderer Unterstützungsangebote in Stadt- und Landkreis (Beratungsstellen u. ä.) Suizidgedanken und die Kolleg*innen sind dankbar über den kollegialen Austausch mit dem AKL Heilbronn.

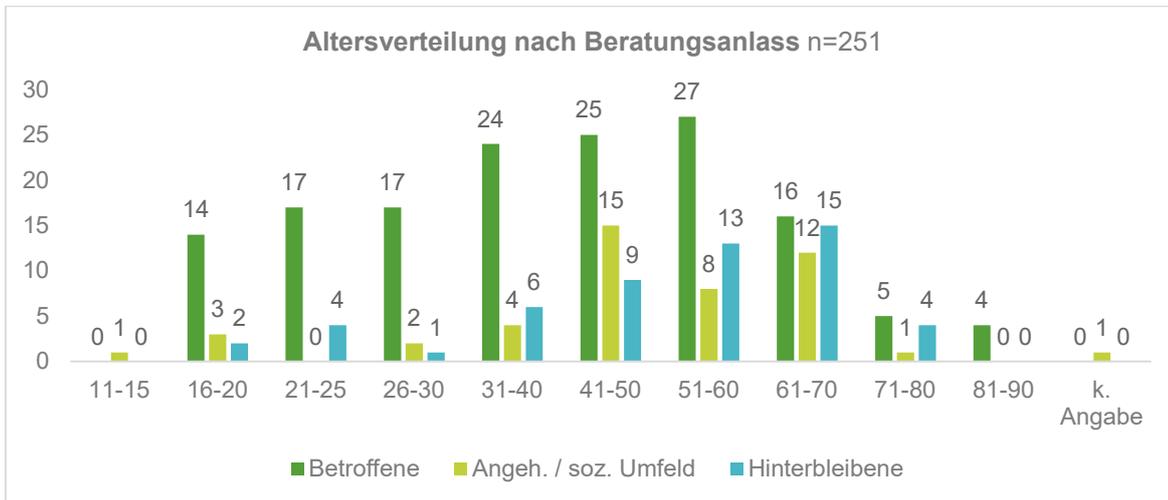


Demografische Informationen zu den begleiteten Personen (ohne Fachberatungen)

Unter den 251 (2022: 209) Personen (ohne Fachberatungen), die vom AKL begleitet wurden, waren **66 Prozent Frauen** und **34 Prozent Männer**. Der Anteil an Männern ist weiter gestiegen und nach wie vor, im Vergleich zu anderen Beratungsangeboten, relativ hoch. Die aufsuchende Arbeit an den Kliniken bewährt sich hierbei nach wie vor.

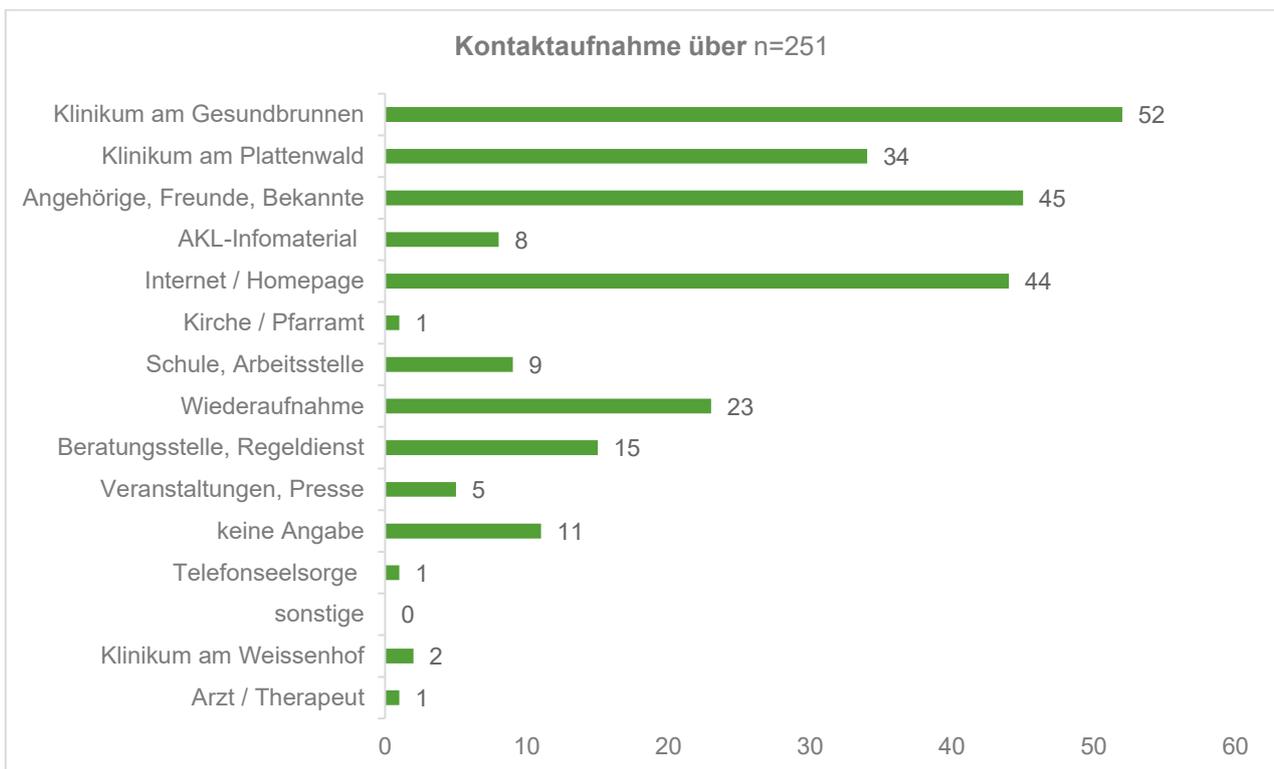


138 Klient*innen (55 Prozent) kamen aus dem **Landkreis Heilbronn**, **61 Klient*innen** (24 Prozent) kamen aus der **Stadt Heilbronn** und **34 Klient*innen** (14 Prozent) kamen von **außerhalb** des Stadt- und Landkreises. Der Anteil an Klient*innen, die nicht aus dem Stadt- oder Landkreis Heilbronn kommen ist auch darin begründet, dass in den Nachbarlandkreisen kein AKL existiert. Dies wird vor allem im Bereich der Trauerbegleitung nach einem Suizid deutlich. Innerhalb der Landesarbeitsgemeinschaft aller AKL in Baden-Württemberg wurde daher die Übereinkunft getroffen, keine Klient*innen aus angrenzenden Landkreisen abzuweisen.



Die **Altersgruppe** der Betroffenen von 41 - 50 Jahren war im Jahr 2023 mit 49 Personen am stärksten vertreten, dicht gefolgt von der Gruppe der 51 - 60-Jährigen mit 48 Personen. Es wurden somit auch im Jahr 2023 **in erster Linie Menschen im mittleren und höheren Erwachsenenalter** durch den AKL erreicht.

Der Anteil an **jungen Menschen unter 25 Jahren**, die durch den AKL erreicht wurden, liegt mit **41 Personen** (2022: 36 Personen) bei knapp 16 Prozent. Im Bereich der Suizidnachsorge werden junge Menschen direkt über die Kinder- und Jugendpsychiatrie versorgt und erhalten somit keine Begleitung im Sinne der Suizidnachsorge durch den AKL. Vor dem Hintergrund, dass ein frühes Beratungsangebot für junge Menschen mit suizidalen Gedanken (weitere) Suizidversuche verhindern kann, ist diese Altersgruppe für die präventive Arbeit jedoch sehr bedeutsam. Die Zunahme an suizidpräventiven Beratungen für diese Altersgruppe ist auch durch die Zunahme an Präventionsveranstaltungen begründet.



Am häufigsten erfolgt die **Kontaktaufnahme** zum AKL nach wie vor über Kliniken im Rahmen der Suizidnachsorge. Aus den beiden **Kliniken** im Stadt- und Landkreis kamen insgesamt **86 Kontakte** (2022: 64) zustande. Über die aufsuchende Arbeit an den Kliniken kamen in diesem Jahr die meisten Klient*innen (52) über die Intensivstation der Klinik am Gesundbrunnen mit dem AKL in Kontakt. Klient*innen, die selbst Kontakt zum AKL suchten, kamen in erster Linie durch Angehörige, Freunde und Bekannte, andere Beratungsstellen oder Regeldienste der psychosozialen Versorgung sowie AKL-Infomaterial oder die Homepage in die Beratung.

BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN

ANGEBOTE IN DER BERATUNGSSTELLE

An jedem Wochentag besteht die Möglichkeit, zu Telefonzeiten direkt mit einer der beiden hauptamtlichen therapeutischen Fachkräfte Kontakt aufzunehmen.

Für wen und was sind wir da?

- Für Menschen nach einem Suizidversuch.
- Für Menschen mit Suizidgedanken.
- Für betroffene Angehörige, die in Sorge sind.
- Für Hinterbliebene, die einen nahen Menschen durch Suizid verloren haben.
- Für Fach- und Führungskräfte wie Pädagogen, Einsatzkräfte, Betreuer, Teamleiter etc., die mehr über das Thema wissen wollen oder kollegialen Austausch aufgrund einer aktuellen Situation wünschen.

Unser Angebot steht allen offen. Wir fragen nicht nach Religionszugehörigkeit oder Weltanschauung.



Caroline Hesse und Caroline Hornberger (rechts im Bild)

Die Telefonzeiten sind:

Mo 10 - 12 Uhr; Di 10 - 12 Uhr; Mi 15 - 17 Uhr; Do 13 - 15 Uhr; Fr 10 - 12 Uhr

Wir bieten einen zeitnahen persönlichen Gesprächstermin in der Beratungsstelle oder am Telefon an, aus dem sich eine Krisenberatung auch über mehrere Termine entwickeln kann. Diese Möglichkeit der niederschweligen, zeitnahen Krisenintervention wird immer wieder genutzt und es ist uns ein Anliegen, Menschen zu erreichen, die aus dem Leben gehen wollen.

TRAUERBEGLEITUNG VON HINTERBLIEBENEN NACH SUIZID

Einen Menschen zu verlieren ist immer schmerzhaft, einen Menschen durch Suizid zu verlieren, bedeutet für Hinterbliebene oft den Beginn eines längeren, komplizierten und schmerzhaften Trauerprozesses, bei dem viele Fragen unbeantwortet bleiben...

Um Suizid-Hinterbliebene auf diesem Weg der Trauer und Verarbeitung zu unterstützen, bieten wir verschiedene Formate der Begleitung an. Dies ist zum einen die individuelle Begleitung in der Beratungsstelle, zum anderen Gruppenangebote und ein jährlich stattfindender Trauergottesdienst.

Trauergruppe

Im September startete eine neue Trauergruppe für Menschen, die einen Angehörigen durch Suizid verloren haben. Geleitet wird die Gruppe von Caroline Hornberger, Sozialpädagogin, Diakonin und Leiterin des AKL sowie Pfarrerin und Supervisorin Alexandra Winter. Die Nachfrage war hoch und so war die Gruppe schnell ausgebucht. Weitere Interessierte wurden auf die AGUS-Selbsthilfegruppen in Leingarten und Crailsheim verwiesen und/oder auf die Interessent*innenliste für 2024 aufgenommen. Seit September treffen sich insgesamt 11 Teilnehmende einmal im Monat, um Erfahrungen und Leid zu teilen und Hilfe zur Bewältigung des unfassbaren Verlustes zu erhalten. Neben theoretischen Anregungen, Hilfen zum Verstehen und praktischen Anregungen ist auch viel Raum, um vom eigenen Erleben, dem Schmerz und der Trauer zu erzählen. Die Gruppe trifft sich insgesamt acht Mal. Eine neue Gruppe wird voraussichtlich im Herbst 2024 starten. Wir freuen uns, dass wir mit dieser Gruppe den Hinterbliebenen einen Raum bieten können, wo sie sich verstanden fühlen, nicht erklären müssen, sich nicht rechtfertigen müssen und erleben können: Hier bin ich angenommen – auch in allem Schmerz, in allem Nicht-Verstehen. Hier kann ich ehrlich sein und muss nicht nur funktionieren...

Erfahrungsbericht zur Trauerbegleitung

Ein Suizid, nichts ist wie vorher. Ein Riss in der Zeit, ein Einteilen in vorher/nachher, unsäglicher Schmerz und trotz allem ein Wille zum Weitermachen, zum Weiterleben. Wie gehe ich mit der Trauer um, die nun zum Leben dazu gehört? Und so viele Fragen.

Mit der Familie trauern ist nicht leicht, jeder kämpft damit und jeder anders. Man möchte sich mitteilen, aber oft nimmt man sich zurück, um nicht noch mehr Leid beim anderen zu verursachen.

Die Möglichkeit, in geschütztem Rahmen unter Gleichbetroffenen zu trauern hat mich angesprochen. Mein Partner und ich haben uns zur Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid angemeldet, ca. ein Jahr nachdem sich sein Sohn das Leben genommen hat.

Nach einem ersten Kennenlernen in der Gruppe und einem etwas mulmigen Gefühl, wie das so werden könnte, habe ich Vertrauen gefasst. Es sind Gruppenabende, auf die ich mich freue, obwohl ich weiß, dass es auch weh tun wird.

Am Beginn eines Abends steht die eigentlich einfache Frage, wie es einem geht. Ich kann ehrlich antworten. Ich bin sicher, dass ich hier gehört und verstanden werde, und das tut gut.

Der Austausch in der Gruppe hilft beim Verarbeiten des Unfassbaren. Die gut gewählten Themen und Ausarbeitungen der beiden Gruppenleiterinnen lassen das Erlebte einordnen, als erster Schritt auf dem noch vor mir liegenden Weg. Und manche Fragen finden Antworten. Mein Partner sagte einmal (zum Thema Schuldgefühle): „Der Verstand sagt: ja, ich weiß, aber mein Herz sagt was anderes.“

Ich finde, die Abende helfen den Weg zwischen Herz und Verstand zu ebnen.

Ich freu mich auf den nächsten Abend. Auch wenn es wehtut. Aber nicht nur.

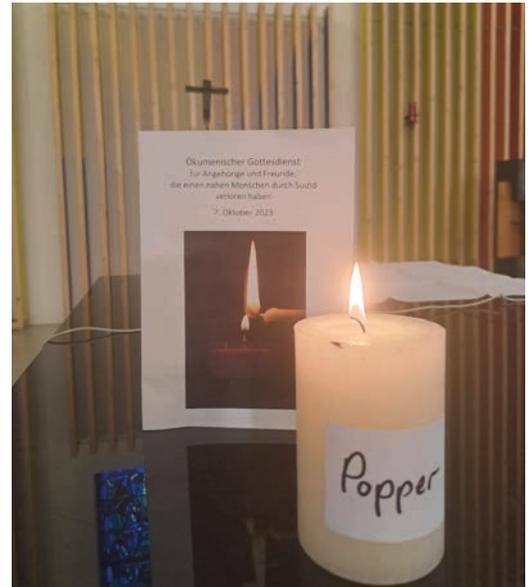
Dank dem Einsatz der ehemaligen AKL-Leiterin Frau Bronner konnten die zwei in 2022 begonnenen Trauergruppen mit insgesamt zwanzig Personen bis im Februar 2023 zu Ende begleitet werden.

Aus einer dieser letztjährigen Trauergruppen hat sich eine Selbsthilfegruppe gebildet, die sich monatlich zum Austausch trifft, um sich gegenseitig beizustehen. Außerdem konnten wir für ehemalige Trauergruppenteilnehmende im letzten Sommer einen Trauertreff anbieten zum Thema „Was stärkt mich?“. Etwa 15 Personen kamen zu dem Abend und waren dankbar für dieses Angebot der gegenseitigen Stärkung.

Trauerdienst

Am 7. Oktober fand wieder der jährliche Trauergottesdienst des Arbeitskreis Leben Heilbronn für Hinterbliebene nach einem Suizid in der Kirche St. Augustinus in Heilbronn statt. Zahlreiche Trauernde nahmen teil, um den Verstorbenen zu gedenken. Auf Wunsch konnten Kerzen für sie angezündet und die Namen verlesen werden. Caroline Hornberger leitete den Gottesdienst und fand Worte des Trostes. Das Nikolaiorchester schaffte eine besonders würdevolle Atmosphäre mit der musikalischen Umrahmung. An dieser Stelle nochmal ein herzliches DANKEschön für die Mitgestaltung des Gottesdienstes. Im Anschluss gab es noch die Möglichkeit sich bei Tee und Kuchen auszutauschen.

Impressionen zum Gottesdienst:



Gemeinsam mit der Citykirche Heilbronn und anderen Beratungsstellen haben wir am 23.12. in der Nikolaikirche eine Abend-Andacht für Trauernde zur Ermutigung veranstaltet.

SUIZIDPRÄVENTION FÜR JUNGE MENSCHEN

Schulveranstaltungen

Suizidale Handlungen sind weiterhin die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen bis 29 Jahre. Und dennoch ist das Thema Suizid immer noch ein Tabuthema. Die Angst ist groß, etwas Falsches zu sagen oder jemanden überhaupt erst auf die Idee zu bringen. Dabei sind Gespräch und Austausch über das Thema sowie das Ansprechen von Suizidgedanken genau das, was Leben retten kann. Oft wissen suizidale Menschen nicht, wie und mit wem sie über ihre Suizidgedanken sprechen können. Ein offenes Gespräch kann Entlastung schaffen und die Möglichkeiten erweitern, eine Krise zu bewältigen. Suizidprävention ist somit eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, der der Arbeitskreis Leben mit seinen Angeboten an Schulpräventionsveranstaltungen und Gesprächsangeboten begegnet.

Die Nachfrage nach unseren Veranstaltungen ist in den letzten Jahren spürbar gestiegen und bei mehreren Schulen sind sie mittlerweile fest im jährlichen Programm verankert. Wir freuen uns, dass wir auch in diesem Jahr wieder mehr Schüler*innen denn je erreichen konnten. 41 Veranstaltungen mit mehr als 900 Schüler*innen sind erneut ein Rekord für uns. Bei den Veranstaltungen machen wir auch auf unser Beratungsangebot aufmerksam, das danach des öfteren genutzt wird. Der Umgang mit eigenen Krisen sowie mit belasteten Nahestehenden und Informationen um die Entstehung und den Verlauf von Krisen und Suizidalität sind Kernthemen der Doppelstunde. So werden die Schüler*innen gestärkt, um Krisen besser bewältigen zu können. Außerdem ist es uns wichtig, auch den Fachkräften an den Schulen wie Lehrkräften oder Mitarbeitenden der Schulsozialarbeit mit kollegialer Beratung zur Seite stehen zu können.

Übersicht der Präventionsveranstaltungen im Jahr 2023

Im Jahr 2023 wurde der AKL zu insgesamt 41 Präventionsveranstaltungen an 12 Schulen eingeladen. Dabei konnten wir erfreulicherweise dieses Jahr sogar **mehr als 900 junge Menschen** erreichen. Das Niveau des Rekordjahres 2022 (876 TN) konnte somit leicht übertroffen werden.

Wir bedanken uns herzlich für die Zusammenarbeit und das Vertrauen bei:

• Albert-Schweizer-Gymnasium, Neckarsulm	85 TN
• Berufsfachschule für Pflege, Ludwigsburg	67 TN
• Evangelisches Paul-Distelbarth-Gymnasium, Obersulm	55 TN
• Gymnasium Hohenlohe, Öhringen	26 TN
• Hölderlin-Realschule, Lauffen	147 TN
• Heinrich-von-Kleist-Realschule, Heilbronn	150 TN
• Johann-Friedrich-Mayer Schule, Kupferzell	43 TN
• Justinus-Kerner-Gymnasium, Weinsberg	22 TN
• Mönchsee-Gymnasium, Heilbronn	65 TN
• Realschule Güglingen	92 TN
• Robert-Mayer-Gymnasium, Heilbronn	87 TN
• Schule Neuenstein	68 TN

INSGESAMT

907 TN

Junge Menschen im Umgang mit Krisen stark machen

Arbeitskreis Leben ist mit seiner Suizidprävention an Schulen gefragt – Bischof-Moser-Stiftung half dabei

HEILBRONN Familie und Freunde, Sport, Musik, Glaube: Caroline Hesse schreibt mit Kreide an die Tafel, was im Leben wertvoll ist, was Kraft geben kann. Sie steht vor 15 Neuntklässlern in einem Raum der Heinrich-von-Kleist-Realschule Heilbronn und greift deren Stichworte auf. „Mir geht es heute darum, euch zu stärken“, hat sie den Jugendlichen zu Beginn gesagt. Es geht um ein schwieriges Thema: Suizid.

Hesse ist hauptamtliche Mitarbeiterin beim Arbeitskreis Leben (AKL) Heilbronn. Der AKL, ein ökumenisch organisierter Verein, kümmert sich mit seinen Ehrenamtlichen um Menschen nach einem Suizidversuch. Angehörige von Menschen in suizidalen Krisen und Hinterbliebene nach Suizid finden Unterstützung durch Gesprächsangebote. Außerdem leistet die Beratungsstelle im Heinrich-Fries-Haus in Heilbronn Präventionsarbeit. Eine besondere Zielgruppe sind dabei Jugendliche. Daher bietet der

AKL spezielle Veranstaltungen für Jugendgruppen in Kirchengemeinden wie Firm- oder Konfirmandengruppen und für Schulen.

„Kinder müssen heute stärker mit Krisen umgehen können als früher“, sagt Hesse am Rande ihres Vortrags. Ein gutes Beispiel, wie auch junge Menschen von Krisen betroffen sein können, ist für sie die Corona-Pandemie.

In anderthalb Stunden vermittelt die 39-Jährige den Jugendlichen daher Wissen zum Thema Suizid. Sie erklärt, wie persönliche Krisen entstehen. Sie hilft, die Gedankenwelt suizidgefährdeter Menschen zu verstehen. Sie gibt Empfehlungen, was beim Umgang mit suizidalen Menschen zu beachten ist. Denn Wissen verschaffe Sicherheit, wie gehandelt werden soll. Die Schüler folgen dem offenen und zugewandten Vortrag und machen bei verschiedenen Frage-Antwort-Spielen mit.

Es sei wichtig, sich mit diesem Tabu-Thema auseinanderzusetzen,

sagt Renate Widmaier. Widmaier bildet mit ihrer Kollegin Sabine Mäule das Team der Schulsozialarbeit an der Heinrich-von-Kleist-Realschule. Von der Schulsozialarbeit wurde das Präventionsangebot des AKL vor einigen Jahren aufgegriffen. Für die neunten Klassen an der Schule ist eine solche Veranstaltung

seitdem fester Bestandteil des Ethik- und Religionsunterrichts. Hesse und Ehrenamtliche des AKL besuchen die Bildungseinrichtung meistens um das Frühjahr herum.

Die Präventionsarbeit des AKL an Schulen hat sich etabliert. Das belegt die Statistik. So stieg die Zahl der Veranstaltungen nach Angaben

des AKL von 15 im Jahr 2018 auf 43 im Jahr 2022. Mit diesen erreichte der Verein im vergangenen Jahr an 13 Schulen 876 Schüler und damit mehr als doppelt so viele wie 2018. Das Angebot richtet sich an alle Schularten ab der achten Klasse.

Förderung Die Bischof-Moser-Stiftung der Diözese Rottenburg-Stuttgart unterstützte den AKL dabei, die Suizidprävention bei Jugendlichen systematisch auszubauen: Von 2018 an förderte die Stiftung für drei Jahre einen Stellenanteil von 25 Prozent. Aber nicht nur die reine Statistik ist ein Indikator dafür, dass der AKL Wirkung entfaltet. Wie Hesse berichtet, melden sich nach den Veranstaltungen auch schon mal Jugendliche zu einem Beratungsgespräch beim AKL. *red*



Caroline Hesse vom Arbeitskreis Leben Heilbronn spricht vor einer Klasse darüber, was im Leben Halt gibt. Foto: DRS/Guzy

INFO Hilfe und Kontakt

Bei Suizidgedanken bitte unbedingt Hilfe suchen: Telefon 07131 164251 beim Arbeitskreis Leben (AKL) Heilbronn.

Prävention an Schulen wird immer wichtiger

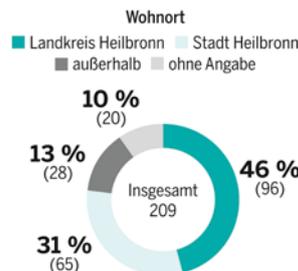
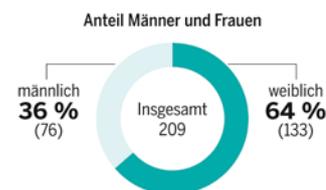
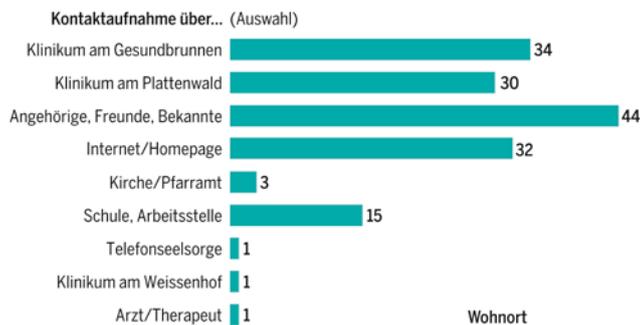
Höchststand bei der Nachfrage: Arbeitskreis Leben erreicht 2022 deutlich mehr Heranwachsende als im Vorjahr

Von unserer Redakteurin
Petra Müller-Kromer

HEILBRONN Eine stark gestiegene Nachfrage nach Präventionsveranstaltungen an Schulen: Das verzeichnet der Arbeitskreis Leben (AKL) für das Jahr 2022. Bei 43 Veranstaltungen an 13 Schulen in der Region erreichte er rund 900 junge Menschen. Das sind 200 mehr als im Vorjahr und damit Rekord, heißt es im Jahresbericht des ökumenischen Vereins. Mit je rund 130 Schülern ganz vorn dabei bei der Anzahl der Teilnehmer sind das Albert-Schweitzer-Gymnasium Neckarsulm, die Heinrich-von-Kleist-Realschule und das Robert-Mayer-Gymnasium, beide in Heilbronn.

Prophylaxe Der Hintergrund ist ernst. Eine internationale Studie belege, dass sich die Zahl der Unter-18-Jährigen mit Suizidgedanken fast verdoppelt hat, auf 37 Prozent, heißt es im AKL-Jahresbericht. Die Praxis bestätige dies. Selbstmord sei weiter die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen bis 29 Jahre. Auch die Nachwirkungen von Corona mit erhöhten psychischen Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen spielten eine große Rolle, stellt der AKL wie auch soziale Träger in diesem Bereich fest. Insgesamt hat der Arbeitskreis im vergangenen Jahr 209 Menschen beraten. Der Anteil der Unter-25-Jährigen, die die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter erreicht haben, liegt mit 36 Personen bei 17 Prozent. Betroffene werden nach einem Suizid-

Jahresstatistik AKL Heilbronn für 2022



HST-Grafik, Quelle: Arbeitskreis Leben Heilbronn

versuch direkt über die Kinder- und Jugendpsychiatrie versorgt – ohne den AKL.

Erwachsene im mittleren Alter zwischen 50 und 60 Jahren sind die größte Gruppe bei der Beratung. Insgesamt hat die Nachfrage zugenommen. Schwerpunktmäßig hauptamtliche Mitarbeiter berieten hier 187 Personen, davon 47 Menschen in akuter Krise (2021: 35) und 37 Angehörige (2021: 30).

Auch die Zahl Hinterbliebener nach dem Suizid eines Angehörigen, die eine Trauerbegleitung suchten, ist mit 61 Menschen im Vergleich zu 53 im Vorjahr gewachsen. Sie bekamen Einzelgespräche oder auch Hilfe in der Gruppe. Der Bedarf ist groß und wächst, inzwischen gibt es zwei Trauergruppen für insgesamt 20 Menschen. Unter den 209 Personen, die der AKL begleitetete, waren mit 64 Prozent der Großteil Frauen, 36 Prozent der Hilfesuchenden waren Männer. Auch wenn ihr Anteil deutlich geringer ist, wird er kontinuierlich größer und ist im Vergleich dazu, wie häufig Männer andere Beratungsangebote nutzen, hoch, bilanzieren die Fachleute.

Kliniken Besonders wichtig dabei: die aufsuchende Arbeit in den Kliniken. Am häufigsten nehmen allerdings Angehörige, Freunde und Bekannte Kontakt auf (44 Fälle von 209 insgesamt), auch Internet und Homepage (32 Fälle) spielen eine wichtige Rolle, genau wie das schulische Umfeld und Kollegen am Arbeitsplatz.

Workshops für pädagogische Fachkräfte

In unserem Angebot zur Suizidprävention bei jungen Menschen befinden sich nicht nur Veranstaltungen, die sich direkt an Schüler*innen richten, sondern auch Schulungen für pädagogische Mitarbeitende, um Eltern im Umgang mit betroffenen Jugendlichen zu stärken, sowie Elternabende.

Insgesamt konnten wir in diesem Jahr vier Fortbildungen für Mitarbeitende der Schulsozialarbeit sowie Lehrkräfte durchführen. Zu Beginn des Jahres wurde der Arbeitskreis Leben zum Beispiel zur Gestaltung eines Workshops anlässlich eines pädagogischen Fachtages der Hermann-Herzog-Schule, Neckartalschule und der Pestalozzischule aus Heilbronn eingeladen. Aus organisatorischen Gründen fand er im Onlineformat statt. Caroline Hesse versorgte die Lehrkräfte dabei mit Informationen rund um das Thema Suizid und die Angebote des Arbeitskreis Leben e.V., um diesem Tabuthema ein Stück weit die Sprachlosigkeit zu nehmen und die Lehrkräfte handlungsfähiger mit jungen Menschen in suizidalen Krisen zu machen. Sie stand den Lehrkräften dabei außerdem Rede und Antwort. Die teilnehmenden Lehrkräfte wirkten angeregt mit und so verlief die Zeit wie im Flug.



Rückmeldungen aus dem Bereich Schule

*„Der Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V. ist ein wertvoller Ansprechpartner für die Schulsozialarbeit. Durch ihn können wir uns als Fachkräfte beraten lassen. Er hilft somit bei der Einschätzung einzelner Fälle, welche das Thema Suizidalität betreffen, und kann uns Schulsozialarbeiter*innen, wenn nötig, auch emotional auffangen. Dadurch können wir entsprechend beraten. Zudem ist er eine wichtige Anlaufstelle, an die wir bei Bedarf unsere Schüler*innen in unserem beruflichen Alltag vermitteln können. Der Arbeitskreis Leben bietet durch seine Workshops an Schulen eine Möglichkeit, präventiv an die Thematik heranzugehen und die Schülerschaft somit für den Bereich Krisen und Suizidalität zu sensibilisieren. Vor allem sorgt er auch dafür, das Thema zu enttabuisieren.“*

Stefanie Geiger
Sozialarbeiterin B.A

Veranstaltung zum Thema „Suizid“ an der Berufsfachschule für Pflege Ludwigsburg

„Frau Hesse vom AKL hat bei uns an der Berufsfachschule für Pflege Ludwigsburg der RKH-Kliniken ein Suizidseminar für die Auszubildenden zur Pflegefachfrau/-mann durchgeführt.

Die Arbeit des Arbeitskreis Leben Heilbronn wurde vorgestellt und auch die Begleitung von Betroffenen. Die Auszubildenden waren sehr interessiert, konnten Fragen stellen und von ihren eigenen Erfahrungen berichten – sowohl aus dem privaten als auch aus dem beruflichen Umfeld.

Sehr wertvoll war die Auseinandersetzung mit Gefühlen wie Schuld, Scham und Wut, die Angehörige von Menschen nach Suizid erleben. Frau Hesse hat mit den Auszubildenden über Krisensituationen und die Bewältigung damit gesprochen. Die Auszubildenden bekamen viele gute Impulse.

Danke für das Seminar und den Austausch!“

Petra Kaiser

Berufsfachschule für Pflege LB der RKH Kliniken

FACHVORTRÄGE, VERANSTALTUNGEN UND NETZWERKTREFFEN

Die Nachfrage nach Fortbildungsveranstaltungen war in diesem Jahr sehr hoch. Caroline Hornberger und Caroline Hesse nahmen, neben der Durchführung von Veranstaltungen, noch an verschiedenen Netzwerktreffen teil, um das Angebot des AKL Heilbronn weiter sichtbar zu machen und zur besseren Vernetzung der Einrichtungen zur Unterstützung von Menschen in Krisen in Heilbronn und Umgebung beizutragen.

- | | |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Februar | <ul style="list-style-type: none">• Fortbildung für Lehrkräfte der Neckartalschule, Pestalozzischule und Hermann-Herzog Schule Heilbronn• Spendenübergabe des Lions Club Heilbronn |
| März | <ul style="list-style-type: none">• hoffnung.trotzdem! Aktion der Citykirche Heilbronn und der kath. Stadtkirche Heilbronn: Kurz-Info und Gebet durch Caroline Hornberger, Heinrich-Fries-Haus Heilbronn• Vorstellung der Arbeit des AKL bei einem Treffen der katholischen Klinikseelsorger• Netzwerktreffen mit der Beratungsstelle Pfiffigunde Heilbronn |
| April | <ul style="list-style-type: none">• ZfP Weinsberg, Netzwerktreffen Akutversorgung• Fortbildung beim pädagogischen Fachtag der Schulsozialarbeit Hohenlohe in Öhringen• Fachtag der Caritas Hohenlohe in Heilbronn |
| Juni | <ul style="list-style-type: none">• Trauertreff für Hinterbliebene nach einem Suizid (ehemalige Trauergruppen-Teilnehmende) im Heinrich-Fries-Haus Heilbronn• Netzwerktreffen mit AGUS Leingarten (Selbsthilfegruppe für Suizid-Hinterbliebene) |
| Juli | <ul style="list-style-type: none">• Fortbildung der Ausbildungsgruppe der Telefonseelsorge Heilbronn• Einführungsgottesdienst und Veranstaltung von Caroline Hornberger in St. Augustinus• Vortrag in einer Angehörigengruppe psychisch erkrankter Menschen in Künzelsau• Vorstellung der Arbeit des AKL bei einem ökumenischen Gottesdienst am Breitenauer See |
| September | <ul style="list-style-type: none">• AKL-Infoabend für die Ausbildungsgruppe für ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen |
| Oktober | <ul style="list-style-type: none">• Trauergottesdienst für Hinterbliebene nach Suizid, St. Augustinus Heilbronn• Fortbildung von Mitarbeitenden der Schulsozialarbeit der DJHN in Flein• Fortbildung von Lehrkräften und Sozialpädagoginnen des Schlossgymnasium Künzelsau |
| November | <ul style="list-style-type: none">• Vortrag Citykirche Heilbronn: „Begleitung anbieten in Krisen: Hilfreich zuhören – gekonnt begleiten?!“ |
| Dezember | <ul style="list-style-type: none">• Mitveranstalter von „Sei getrost – Abendandacht für alle die in Trauer sind“, Nikolaikirche Heilbronn |

Ehrenamtliche Mitarbeit im AKL

365 Tage im Jahr gewährleistet der AKL Heilbronn Bereitschaftsdienste am Klinikum Gesundbrunnen sowie am Klinikum Plattenwald und das seit nun fast vierzig Jahren. Jeden Tag melden sich die diensthabenden Mitarbeitenden auf den Intensivstationen und bieten Gespräche an, falls Patient*innen nach einem Suizidversuch dort sind. „Menschen in Krisen brauchen ein Gegenüber“. Dieses Motto treibt die Mitarbeitenden des AKL an, da zu sein in sehr verzweifelten Situationen des Lebens. Dabei handelt es sich manchmal um ein einmaliges Gespräch und manchmal um Begleitungen über mehrere Monate. Der Dienst wird dabei hauptsächlich von den ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen geleistet. Diese werden vorab in einer 70-stündigen, AKL-internen Ausbildung geschult und verpflichten sich auch danach zur regelmäßigen Teilnahme an der Supervision sowie an den internen Fortbildungsangeboten. Dankbar sind wir, dass unser AKL-Klinikdienst-Team aus dem Ausbildungskurs 2022/23 Unterstützung erfahren hat.

Supervision und Fortbildung

Die regelmäßige Supervision und Fortbildung zweimal im Jahr gehören verpflichtend zur ehrenamtlichen Mitarbeit dazu. Zweimal im Monat treffen sich die Mitarbeitenden zur Supervision. Dies ist eine wichtige Grundlage, um eine hohe Qualität der Arbeit und die Möglichkeit der psychischen Entlastung der Mitarbeitenden zu gewährleisten. Dies erfolgt im Wechsel mit Caroline Hornberger, der Leiterin des AKL, und der externen Supervisorin Petra Pfeilsticker-Spohr.



Fortbildungswochenende in Löwenstein

In diesem Jahr fand unser jährliches Fortbildungswochenende in der evangelischen Tagungsstätte in Löwenstein das erste Mal unter der Leitung von Caroline Hornberger statt. Als Referent gab uns Thomas Hanns ehrenamtlich Einblick in die Entstehung der systemischen Therapie und zu den Haltungen gegenüber Klient*innen. Neben der theoretischen Einführung in das Thema ging es darum, uns inhaltlich mit unseren inneren Haltungen auseinanderzusetzen, um uns für unsere Arbeit zu stärken und so auch besser für unsere Klient*innen da sein zu können. Neben dem fachlichen Input für unsere Arbeit haben Diskussionen im Plenum, Übungen in Kleingruppen sowie die gemeinsame Zeit bei den Mahlzeiten auch unseren Gruppenzusammenhalt gefestigt.



Außerdem konnte im November ein weiterer Fortbildungstag unter Leitung von Caroline Hornberger im Heinrich-Fries-Haus stattfinden. Unter dem Thema „Was macht ein hilfreiches, gutes Gespräch aus?“ reflektierten wir unser Handeln und betrachteten die verschiedenen psychologischen Konzepte.

Neuer Ausbildungskurs zur/zum Ehrenamtlichen Krisenbegleiter*in im AKL

Am 27. September 2023 luden wir zum Infoabend für unsere Ausbildungsgruppe für ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen ins Heinrich-Fries-Haus ein. Caroline Hornberger, Caroline Hesse und Doris Paul berichteten von der Arbeit des AKL und dem Ablauf der Ausbildung. Erfreulicherweise konnten auch dadurch noch einmal neue Teilnehmende für die Ausbildungsgruppe gewonnen werden.



Mit insgesamt 9 Teilnehmenden – 7 Frauen und 2 Männern – konnte unsere neue Ausbildungsgruppe nun am 18. November starten. Eine spannende Reise aus theoretischem Input zur Suizidtheorie, Gesprächstechniken, psychologischen Grundkenntnissen und Selbsterfahrung soll sie nun auf die zukünftige Aufgabe vorbereiten und stärken. Wir freuen uns, bald gemeinsam mit den neuen Mitarbeitenden Menschen in Lebenskrisen zur Seite zu stehen.

Rückblicke auf die ehrenamtliche Mitarbeit beim AKL Heilbronn

Unsere zwei in diesem Jahr verabschiedeten Mitarbeiterinnen berichten über ihre Erfahrungen:

"Sei wer du bist und tu was du kannst"

Diese in Erinnerung gebliebene Zeile eines Gedichtes von Mascha Kaléko ging mir nach, als ich mich für dieses Ehrenamt beim AKL entschied und nicht ahnte, dass ich diesem für 14 Jahre verbunden bleiben würde.

Es passte zu mir und meiner Neigung aufmerksam zuzuhören und mich in Lebenswege einzufühlen.

In einer anspruchsvollen Ausbildungsgruppe mit viel Selbsterfahrung und Fachwissen konnte ich Mut und Fähigkeiten entwickeln, um im Krankenhaus mit Menschen in Beziehung zu kommen, die mit ihrer verzweiferten Krise so nicht weiterleben wollten. Nähe aufzubauen gelingt nicht immer und ist über die Jahre eine große Herausforderung für mich geblieben.

Viele Begegnungen haben Raum in mir genommen, mich sehr bewegt und bereichert.

In der Supervisionsgruppe hatte ich die Möglichkeit, mich im Umgang mit intensiven und schwierigen Zusammenhängen zu erleben und zu hinterfragen. Wichtig, zum Wohl des jeweiligen Klienten als auch für mich.

Ja, und natürlich werde ich zurückdenken an die Vertrautheiten und an die Verantwortung füreinander, die mich mit den anderen Ehrenamtlichen sehr verbunden hat.

E.M.

Ich habe im Winter 2015/2016 die Ausbildung zur Krisenbegleiterin beim AKL absolviert. Es war eine sehr gute Entscheidung. Ehrenamtliche Mitarbeit beim AKL ist: wertvoll | wertschätzend | soziales Engagement | erfüllend
Aufgrund einer beruflichen Veränderung verabschiedete ich mich nun nach 8 Jahren beim AKL. Rückblickend war es eine wunderschöne Arbeit mit besonderen, wertvollen Menschen! Man darf stolz auf sich sein diese Arbeit zu machen, aber auch zu können.

Ein langjähriger Mitarbeiter hat zu Beginn meiner Arbeit zu mir gesagt:

"Du bekommst viel zurück". Ich hatte ihm nicht so richtig Glauben schenken können.

Was ich heute weiß: Es ist so!

Vielen Dank, dass ich die Arbeit beim AKL kennenlernen durfte und ein Teil davon war.

Was ich noch anmerken möchte: Bei meinen beruflichen Stationen kommt mir die Ausbildung beim AKL sehr zu Gute.

Carmen Bauer

FEIERLICHKEITEN UND AUSFLÜGE IM JAHR 2023

Feste und Ausflüge für unsere Mitarbeitenden

Ausflug der Mitarbeitenden

In diesem Jahr wurde bei einem Ausflug der Mitarbeitenden die Stadt Heilbronn näher erkundet. Eine Stadtführerin erzählte uns lebendig geschichtliche Hintergründe. Im Anschluss an die Führung konnten wir uns in geselliger Runde bei gutem Essen austauschen und die Gemeinschaft genießen.



Sommerfest

Am 22. Juli fand nun zum dritten Mal unser Sommerfest für die Mitarbeitenden des AKL statt. Traditionell wurde das Fest durch eine Rede unseres 1. Vorsitzenden Jürgen Heuschele eröffnet, in der er den Mitarbeitenden für ihr Engagement dankte und über aktuelle Entwicklungen informierte. Anschließend folgte eine Rede von Caroline Hornberger zum Dank an die Mitarbeitenden. Gemeinsam mit Caroline Hesse verabschiedete sie schweren Herzens zwei langjährige Mitarbeiterinnen. Auch Vertreter der ehrenamtlich Mitarbeitenden drückten den beiden noch einmal ihren Dank aus und wünschten ihnen alles Gute für die Zukunft. Im Anschluss an die Reden konnten wir in geselliger Runde das leckere persische Essen des Restaurants Nabatian aus Heilbronn genießen.



Weihnachtsfeier

Am 20. Dezember fand unsere traditionelle Weihnachtsfeier im Heinrich-Fries-Haus statt. Caroline Hornberger und Jürgen Heuschele dankten für die Arbeit im letzten Jahr und blickten auf die Geschehnisse zurück. Bei leckerem Essen konnten wir das Zusammensein genießen.

Feierlicher Einführungsgottesdienst von Caroline Hornberger in der Kirche St. Augustinus

Am 6. Juli fand die feierliche Einführung von Caroline Hornberger als Leiterin des Arbeitskreis Leben Heilbronn in der Kirche St. Augustinus in Heilbronn statt. Vertreter*innen aus dem Netzwerk des AKL, der evangelischen und katholischen Kirche, der Schulen und der Politik nahmen teil und zeigten damit ihre Wertschätzung der Zusammenarbeit.

Jürgen Heuschele als Vorstandsvorsitzender des Arbeitskreis Leben e.V. setzte Frau Hornberger im Rahmen des Gottesdienstes feierlich in den Dienst als Leiterin des AKL Heilbronn ein. Zeugenworte wurden von Schwester Brigitte Klenk und Caroline Hesse gesprochen, in denen ihr noch Kraft und Unterstützung für die neue Aufgabe zugesprochen wurde.

Im Anschluss an den Gottesdienst wurde noch mit einem kleinen Stehempfang gefeiert. Der gesamte AKL Heilbronn heißt Caroline Hornberger herzlich willkommen und wünscht ihr alles Gute für ihre neue Aufgabe!

Impressionen zum Einführungsgottesdienst von Caroline Hornberger:





Caroline Hornberger ist Sozialpädagogin und Diakonin und hilft in ihrem neuen Job mit Gesprächen und Weitervermittlung Menschen in größter psychischer Not.

Foto: Andreas Weigel

Warum ein offenes Ohr der Seele so sehr hilft

REGION Caroline Hornberger ist neue Leiterin des Arbeitskreises Leben in Heilbronn und Diakonisse im Mutterhaus Aidlingen

Von unserer Redakteurin
Petra Müller-Kromer

Fragen Sie ruhig weiter, ich bin relativ multitaskingfähig.“ Caroline Hornberger, bestens gelaunt, sucht die Information, die ihr für die letzte Antwort fehlt, auf dem Handy. Wenn sie lacht, und das tut sie gern, leuchten ihre Augen und vermitteln Lebensfreude, auch wenn sich ihre neue Aufgabe um das genaue Gegenteil dreht. Menschen in größter Not und Verzweiflung beistehen: Das will die neue Leiterin des Arbeitskreises Leben (AKL) für Menschen in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr.

Krisenschwerpunkte, so die studierte Sozialpädagogin, sind das junge Erwachsenenalter bis Mitte 20, wenn der Berufseinstieg misslingt und erste Lebensentwürfe scheitern, wenn mit Mitte 50 die Kinder aus dem Haus sind und Beziehungen in die Brüche gehen oder im Alter das Alleinsein unerträglich wird. „Einsamkeit führt oft zu Suizidgedanken“, sagt die 43-Jährige.

Tracht T-Shirt, schwarze Strickjacke, die Haare im Nacken locker mit einem Stoff-Haargummi zusammengefasst. In Heilbronn arbeitet die gebürtige Heidelbergerin, die auf dem Döbel im Schwarzwald aufgewachsen ist, die Hälfte der Woche in Zivil. Sobald sie wieder ins Diakonissenmutterhaus Aidlingen im Landkreis Böblingen zurückkehrt, tauscht Schwester Caroline ihre Jeans gegen das graue Kleid mit weißer

„Einsamkeit führt oft zu Suizidgedanken.“
C. Hornberger

Aufgaben

Mitarbeiter des Arbeitskreises Leben (AKL) betreuen unter anderem Menschen nach Suizidversuchen im Krankenhaus. In diesem Bereich sind elf ehrenamtliche Krisenbegleiter im Einsatz. Es gibt eine Telefonbereitschaft und die Möglichkeit, Gespräche vor Ort zu führen. Innerhalb von 24 Stunden gibt es eine Reaktion auf Nachrichten auf dem Anrufbeantworter, einen Termin möglichst innerhalb einer Woche. Ein großes Aufgabengebiet ist auch die **Präventionsarbeit** an Schulen. Zudem bietet der AKL eine Trauergruppe für Hinterbliebene an. Der Arbeitskreis Leben ist in ökumenischer Trägerschaft mit Vertretern der Diakonie und der Caritas. *amo*

Schürze. Ihre Haube verdeckt einen Teil der Haare. Beim Arbeitskreis Leben lässt die Diakonisse, „das ist eine evangelische Nonne“, wie sie erklärt, die Tracht im Schrank, um niemanden vor den Kopf zu stoßen. „Die Menschen, die zu mir kommen, haben unter Umständen ganz verschiedene Erfahrungen mit der Kirche gemacht“, erklärt sie ihre Beweggründe. Wenn sie die Tracht anlege, interpretiere jeder etwas hinein. Mit der Alltagskleidung möchte sie ihre Offenheit hinsichtlich verschiedener Weltanschauungen auch nach außen hin klar signalisieren.

Oftmals gebe es in einer sowieso schwierigen Lage einen Auslöser, der Betroffene in Verzweiflung stürze. Zuhören, nicht vorverurteilen, Verständnis zeigen: „Dass sich jemand Zeit nimmt für die Probleme seines Gegenübers, das hat einen Effekt auf die Seele eines Menschen. Das weckt Mut“, sagt sie. Und versucht, gemeinsam mit Betroffenen verschüttete Kraftquellen zu finden und nächste Schritte festzulegen. Der Termin beim Arzt, bei der Beratungsstelle, der Treff bei der Selbsthilfegruppe, Nachbarn, Freunde, das alles könne ein Anker in der Not sein. „Wenn jemand Suizidgedanken hat, verengt sich der Blick ganz stark, und er sieht keine anderen Optionen mehr“, weiß sie.

Tanzen Vernetzen, weitervermitteln, auch ins Zentrum für Psychiatrie in Weinsberg, das gehört zu ihrer Arbeit dazu. Trotz professioneller Distanz scheint die Schwere manchmal über-

mächtig. „Dann hilft mir beten“, sagt Hornberger, die im Vorbereitungsjahr auf die Schwesternschaft im Krankenhaus gearbeitet hat. „Ich vertraue die Situation Gott an. Das hilft mir loszulassen.“

Supervision, Sport, Tanzen, auch gern allein, oder ein Spaziergang in der Stadt, und sei es nur zum Drogeriemarkt, zeigen ihr: Das Leben besteht nicht nur aus Last. „Die Seele braucht Zeit, um das Erlebte zu verarbeiten.“ In Aidlingen lebt sie mit zwei Diakonissen in einer WG. Die Gebetszeit oder Andacht in der Gemeinschaft, das morgendliche Lesen in der Bibel, das Essen im Speisesaal mit den Schwestern, insgesamt sind es 209, Pressearbeit und Homepage-Pflege gehören hier zu ihrem Rhythmus.

Ohne christliche Vorprägung seitens der Familie ist sich Caroline Hornberger, die über den Sportverein zum Glauben gefunden hat, ihres Weges sicher. Er begann damit, dass sie sich als junge Übungsleiterin um ein Kind mit Entwicklungsverzögerung kümmerte. Bin ich fromm genug? Bilde ich mir alles nur ein? Viele Auseinandersetzungsprozesse habe sie hinter sich gebracht, sagt sie und wird ernst. Dazu gehört auch, dass der Wunsch nach Familie und eigenen Kindern plötzlich verschwunden war.

INFO Hilfe bei Suizidgedanken

Wer in dem Gedanken gefangen ist, sich das Leben nehmen zu wollen, wendet sich an den AKL unter Telefon 07131 164251 oder an die Telefonseelsorge unter 07131 86566.



DAS TEAM DES AKL

- **Caroline Hornberger**, Sozialpädagogin (M.A.) und Diakonin, seit Februar 2023 Leiterin des Arbeitskreis Leben e.V. (50%)
- **Caroline Hesse**, Dipl.-Kauffrau, systemische Beraterin und Therapeutin (SG), pädagogische Mitarbeiterin und stellvertretende Leitung (50%)
- **Claudia Kasperzak-Scholz**, Verwaltung (25%) (bis Ende 2023)
- **12 ehrenamtlich Mitarbeitende**, 7 Frauen und 5 Männer
- **Alexandra Winter**, Supervisorin (M.A.), Pfarrerin – gemeinsame Leitung der Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid mit Caroline Hornberger
- **Dr. Anna Christ-Friedrich**, Supervisorin (M.A.), Diplom-Theologin, Lehrsupervisorin (DGfP) – Dozentin in der Ausbildungsgruppe und Beraterin für Hinterbliebene nach Suizid
- **Monika Buschmann**, Honorartätigkeit in der Verwaltung
- **Petra Pfeilsticker-Spohr**, Dipl.-Psychologin, Psychoanalytikerin (DGPT), Supervisorin (DGSv) – Supervision der Ehrenamtlichen
- **Thomas von Stosch**, Dipl.-Psychologe, psychologischer Psychotherapeut, Ausbilder Kinderpsychotherapie – Supervision Caroline Hesse
- **Sabine Reichert**, Dipl.-Psychologin, psychologische Psychotherapeutin, Dozentin für Verhaltenstherapie, Supervisorin – Supervision Caroline Hornberger

VORSTANDSMITGLIEDER DES ARBEITSKREIS LEBEN HEILBRONN E.V. (AKL)

- **Jürgen Heuschele** (Vorsitzender), Evangelischer Schuldekan für die Kirchenbezirke Heilbronn und Brackenheim
- **Stefan Schneider** (StV Vorsitzender), Regionalleiter Caritas Heilbronn-Hohenlohe, bis März 2023
- **Eleonore Reddemann** (StV Vorsitzende), Fachleitung „Solidarität“ Caritas Heilbronn-Hohenlohe, seit Juli 2023
- **Karl-Friedrich Bretz**, Geschäftsführer der Kreisdiakonie Heilbronn
- **Eva-Maria Krahl**, Neuenstadt, Vertreterin aus dem katholischen Dekanatsrat Heilbronn-Neckarsulm
- **Pfarrerin Elke Kaltenbach-Dorfi**, Seelsorgerin im Klinikum am Plattenwald, Bad Friedrichshall
- **Pfarrer Ulrich Hörmann**, Brackenheim, bis September 2023
- **Michael Marek**, Leiter Diakonische Bezirksstelle Brackenheim, seit Oktober 2023
- **Dr. Volker Usadel**, Allgemeinarzt in Heilbronn
- **Michael Dieterle**, Dekanatsreferent, Dekanat Heilbronn-Neckarsulm

Der Arbeitskreis Leben e.V. Heilbronn ist Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) sowie in der Landesarbeitsgemeinschaft der AKL in Baden-Württemberg (LAG) und kooperiert mit dem sozialpsychiatrischen Dienst des Stadt- und Landkreises Heilbronn.

FINANZEN

Als Verein sind wir zur Durchführung unserer verschiedenen Arbeitsfelder darauf angewiesen, dass wir von verschiedenen Stellen gefördert und bezuschusst werden. Darum danken wir allen Unterstützern unserer Arbeit sehr.

Der Arbeitskreis Leben e.V. wurde im Jahr 2023 gefördert durch

Zuschüsse	vom Land Baden-Württemberg	24.780,00 €
	vom Landkreis Heilbronn	13.000,00 €
	von der Stadt Heilbronn / Alfred-Beck-Stiftung	13.000,00 €

Spenden und Bußgelder in einer Gesamthöhe von **35.186,50 €**

Zuschüsse des evangelischen Kirchenbezirks Heilbronn zusammen mit den Kirchenbezirken

Weinsberg-Neuenstadt und Brackenheim in Höhe von	20.900,00 €
und des katholischen Dekanats Heilbronn-Neckarsulm in Höhe von	12.650,00 €
sowie von weiteren katholischen und evangelischen Kirchbezirken in Höhe von	6.950,00 €

tragen die **Restfinanzierung**.

Dazu kamen **Honorare** aus Vorträgen und Fortbildungen.

Die Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid wurde 2023 von den gesetzlichen Krankenkassen im Raum Heilbronn-Hohenlohe mit einem Zuschuss in Höhe von **4.400 Euro** gefördert.

Spenden gingen ein von:

- verschiedenen Kirchengemeinden im Stadt- und Landkreis Heilbronn
- Cents for help e.V. – Die gemeinsame Aktion von Mitarbeitenden und Unternehmen der Bosch-Gruppe in Deutschland
- der Hellmut und Frida Mogler Stiftung
- dem Rotary Heilbronn e.V.
- dem Förderverein des Lions Clubs HN e.V.
- der Heilbronner Stimme im Rahmen der Aktion „Menschen in Not“
- dem Inkonzept der Diözese Rottenburg-Stuttgart
- der Albert-Mayer-Stiftung
- sowie von zahlreichen Privatpersonen und weiteren Institutionen.

AKL erhält Heilbronner Bürgerpreis 2023 der KSK und ist einer der drei BLIZZ-Gewinner 2023

Im November 2023 erreichte uns die freudige Nachricht, dass der AKL einer der drei Gewinner von BLIZZ ist, einer Initiative der Berthold Leibinger Stiftung. Diese fördert uns durch die Finanzierung eines 12-stündigen Prozess-Coachings durch mehrwert gGmbH und zusätzlich durch eine Summe von 10.000 €.

Im Januar 2024 erhielt der AKL den Heilbronner Bürgerpreis 2023 der Kreissparkasse im Wert von 5.000 €.

Die Auszahlung der mit den Preisen verbundenen Förderungen erfolgt 2024.



Bildquelle: Kreissparkasse Heilbronn

DANK

Unser Dank gilt allen, die sich mit ihrem Engagement für den AKL eingesetzt haben:

- dem Vorstand des AKL, der die Arbeit begleitet und in einen stabilen Rahmen stellt.
- Herrn Heuschele, der als Vorsitzender immer ein offenes Ohr für unsere Belange hat.
- Claudia Kasperzak-Scholz, die den Mitarbeitenden immer einen sicheren organisatorischen Rahmen bot und eine große Entlastung für Caroline Hornberger und Caroline Hesse darstellte.
- Frau Pfeilsticker-Spohr für die Begleitung der Ehrenamtlichen sowie den Unterricht in der Ausbildungsgruppe.
- Frau Buschmann, die als Honorarkraft in der Verwaltung tatkräftig Unterstützung leistet.
- Birgit Bronner für die Leitung der in 2023 endenden Trauergruppen und ihren jahrelangen großen Einsatz für den Arbeitskreis Leben Heilbronn.
- Frau Dr. Christ-Friedrich, Frau Württemberger, Herrn Woecht, Herrn Bretz für ihren Unterricht in der Ausbildungsgruppe, die es uns ermöglicht haben, auch 2023 eine Ausbildungsgruppe durchzuführen.
- den zahlreichen Geldgebern, die dem AKL z.T. seit vielen Jahren verbunden sind, unsere Arbeit der Suizidprävention für notwendig erachten und ihre Wertschätzung auch finanziell zum Ausdruck bringen. Unsere Arbeit ist auf Spenden angewiesen.
- den Mitarbeitenden in den SLK-Kliniken und am Weissenhof, die sich trotz hoher Arbeitsbelastung engagiert einsetzen, um möglichst gute Gesprächsbedingungen zu schaffen.
- den Mitarbeitenden beim Ev. Kirchenbezirk Heilbronn, besonders Herrn Bernauer und Frau Gladrow sowie Frau Zimmermann und Herrn Beye.
- den Verantwortlichen im Heinrich-Fries-Haus, im Besonderen Frau Gärtner, Frau Kiesel und Herrn Willhauk, die für unsere Raumwünsche und andere Hausangelegenheiten immer ansprechbar sind.
- den Caritas-Mitarbeitenden im 2. und 3. Stock für die sehr gute „Büro- und Beratungsgemeinschaft“
- der Telefonseelsorge für die gute Kooperation und dass sie für Menschen in der Krise 24 Stunden am Tag erreichbar sind.
- Bernd Walter und Pasquale Iavarone, die mit ihren Fotos unserer Veranstaltungen die Erstellung des Jahresberichts bereichert und unterstützt haben.
- Frau Winter für ihre Mitarbeit in der Leitung der Trauergruppe.
- Herrn Hanns für die Impulse zur „systemischen Haltung“ auf unserem Fortbildungswochenende.
- Florian Kratzer von webvisio für das Layout des vorliegenden Jahresberichtes.
- den verschiedensten Kooperationspartnern in Stadt und Landkreis für das gute Miteinander.
- und dem Ehrenamtlichen-Team, das das Herzstück des AKL ist und die Suizidnachsorge in den Kliniken als wichtigen Arbeitsbereich des AKL trägt!

Dank an Claudia Kasperzak-Scholz

Liebe Claudia!

Nun bist du schon einige Wochen nicht mehr im AKL und du fehlst uns sehr!!! Du hast über viele Jahre in großer Treue im AKL-Büro „den Laden geschmissen“. Egal um was es ging, du wusstest, wen man fragen muss, an was man wann im Jahr denken und dann erledigen sollte. Du hattest Termine im Blick, Listen geschrieben, Veranstaltungen organisiert, Formulare erstellt, Flyer verschickt, Häuser gebucht, Mails verschickt, bist in Lücken gesprungen... – kurz: du hast uns den Rücken freigehalten durch deinen Einsatz im AKL-Büro, so dass wir Zeit für die Klient*innen hatten.

Dein Einsatz war einfach unbezahlbar! So lassen wir dich mit einem weinenden Auge und einem lachenden Auge in neue Aufgaben ziehen. Denn wir wissen, dass für dich nun anderes dran ist!

Von Herzen Danke für deinen Einsatz und alle Verbundenheit mit dem AKL und mit uns! Wir wünschen dir Gottes Segen für deine Zukunft!

Caroline Hesse und Caroline Hornberger



Spendenkonto AKL e.V.

Kreissparkasse Heilbronn

IBAN: DE72 6205 0000 0000 1989 43

BIC: HEISDE66XXX

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Bahnhofstraße 13

74072 Heilbronn

Telefon 07131 164251

E-Mail akl-heilbronn@ak-leben.de

Online www.ak-leben.de