

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 16 42 51

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

Online www.ak-leben.de



JAHRESBERICHT 2019

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

www.ak-leben.de

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	02
VORSTANDSMITGLIEDER DES ARBEITSKREIS LEBEN HEILBRONN E.V.	03
DAS TEAM DES AKL	03
FINANZEN	04
ZEITUNGSBERICHTE	05
BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN	
Ehrenamtliche Mitarbeit im AKL	08
Beratungsangebot des AKL	11
Trauerbegleitung von Hinterbliebenen nach Suizid	12
Woche für das Leben	14
Welttag seelische Gesundheit – Schwerpunkt Suizidprävention	14
Suizidprävention	15
Öffentlichkeitsarbeit	17
AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK 2019	18
DANK	21

VORWORT



annäherung an die wirklichkeit

nicht durchblicken
sondern anblicken

nicht im griff haben
vielmehr ergriffen sein

nicht bloß verstehen
auch zu dir stehen

nicht durchschauen
einfach nur anschauen

so werden wir wirklich
wir

Andreas Knapp

Liebe Leserinnen und Leser,

Es freut mich, Ihnen den Jahresbericht des AKL 2019 vorlegen zu können.

Auch im Jahr 2019 haben die Mitarbeitenden des Arbeitskreis Leben viele Menschen „angeblickt“ und sich von vielen Lebenssituationen „ergreifen“ lassen.

Dabei ging es nicht darum, Menschen zu „durchschauen“ oder gar zu „durchleuchten“, sondern sie zu „sehen“ und sie etwas von ihrer Würde und ihrem Menschsein erfahren zu lassen, auch und gerade, wenn sie Unterstützung benötigen und in einer unerträglichen Situation sind.

Die Zahl der Beratungen hat in diesem Jahr einen neuen Höchststand erreicht: mehr als dreihundert Menschen wurden durch den AKL beraten und begleitet. Dabei ist vor allem der Beratungsbedarf an „Fachberatungen“, also für sogenannte Multiplikatoren gestiegen, was zeigt, dass wir als Dienst inzwischen sehr gut vernetzt und in Kooperationen unterwegs sind. Auch die Zahl der Beratungen von Angehörigen und Betroffenen ist gestiegen: die beiden Hauptamtlichen haben fast 50% mehr Beratungen als 2018 durchgeführt. Dies konnte nur dadurch geleistet werden, da 2019 keine Ausbildungsgruppe für neue Mitarbeitende stattfand, was 2020 aber wieder notwendig werden wird.

Das Projekt „Seelsorge bei Suizidalität mit Jugendlichen und jungen Menschen“ ist zur Halbzeit mehr als erfolgreich: Die Anzahl der Beratungen für junge Menschen ist gestiegen und die durchgeführten Präventionsveranstaltungen in Schulen sind gewachsen und für 2020 sind bereits viele Veranstaltungen geplant, so dass das Projekt mit einem guten Gefühl in die zweite Hälfte geht. Bereits jetzt stellt sich die Frage nach der dauerhaften Finanzierung der 25% Fachkraftstelle, welche durch dieses Projekt noch bis September 2021 finanziert ist.

In diesem Jahresbericht ergreifen wieder einige Betroffene das Wort und erzählen ihre Geschichte. Für diese Bereitschaft möchte ich ganz herzlich DANKE sagen. Ihre Berichte sprechen für sich.

Ich wünsche Ihnen viel Interesse und Mitgefühl beim Lesen und hoffe, dass Sie trotz des schweren Themas mit diesem Bericht bereichert werden.

Heilbronn im März 2020

Birgit Bronner

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

- **Jürgen Heuschele** (Vorsitzender), evang. Schuldekan für die Kirchenbezirke Heilbronn und Brackenheim
- **Thomas Schmitz** (stellvertretender Vorsitzender), kath. Schuldekan Heilbronn-Neckarsulm
- **Karl-Friedrich Bretz**, Geschäftsführer des Diakonischen Werkes Heilbronn
- **Eva-Maria Krahl**, Neuenstadt, Vertreterin aus dem Dekanatsrat Heilbronn-Neckarsulm
- **Pfarrer Irmgard Mack**, Seelsorgerin im Klinikum am Plattenwald, Bad Friedrichshall
- **Pfarrer Günther Maier-Flaig**, Seelsorger im Klinikum am Weißenhof, Weinsberg
- **Pfarrer Ulrich Hörmann**, Brackenheim
- **Dr. Volker Usadel**, Allgemeinarzt in Heilbronn
- **Michael Dieterle**, Dekanatsreferent, Dekanat Heilbronn-Neckarsulm

DAS TEAM DES AKL

- **Birgit Bronner**, Dipl. Theologin, Pastoralreferentin, Körpertherapeutin (KBT), (50%)
- **Andrea Herkle**, Dipl. Soz. Päd. / Soz. Arb., systemische Therapeutin (DGSF), (50%)
- **22 ehrenamtlich Mitarbeitende**, 18 Frauen und 4 Männer
- **Monika Buschmann**, Honorartätigkeit in der Verwaltung
- **Petra Pfeilsticker**, Dipl.-Psychologin, Psychoanalytikerin (DGPT), Supervisorin (DGSv), Supervision der Ehrenamtlichen
- **Prof. Dr. Ralf Bolle**, Psychiater, Psychoanalytiker, Supervision Birgit Bronner
- **Ulrike Preuß-Ruf**, Dipl. Soz. Päd., systemische Therapeutin (DGSF), Supervision Andrea Herkle
- **Dr. med. Jörg Schablewski**, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychosomatische Medizin u. Psychotherapie, Supervision hauptamtliches Team
- **Reinhard Buyer**, Diakon, ehemaliger Klinikseelsorger, Leiter der Trauergruppe

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

Der Arbeitskreis Leben e.V. wurde im Jahr 2019 gefördert durch

Zuschüsse	vom Land Baden-Württemberg	24.666,67 €
	vom Landkreis Heilbronn	8.000,00 €
	von der Stadt Heilbronn / Alfred-Beck-Stiftung	8.000,00 €
Förderung	durch die Bischof-Moser-Stiftung der Diözese Rottenburg-Stuttgart	
	Projekt "Umgang mit Krisen und Suizidalität bei Jugendlichen"	17.325,00 €
Spenden	in einer Gesamthöhe von	28.142,16 €
	davon Spenden BuGa Gottesdienste	10.221,94 €

Zuschüsse des evangelischen Kirchenbezirks Heilbronn zusammen mit den Kirchenbezirken

Weinsberg, Neuenstadt und Brackenheim in Höhe von	19.500,00 €
und des katholischen Dekanats Heilbronn in Höhe von	11.000,00 €
tragen die Restfinanzierung .	

DANK an die AG Gottesdienst der Kirche auf der BUGA

Die Opfer der Gottesdienste auf der BUGA, die keinem besonderen Zweck zugeführt wurden, bekam der Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Insgesamt erhielt der AKL eine Summe von 10.221,94 Euro aus den Kollekten der Gottesdienste. Der Vorstand hat entschieden, diese Summe komplett für die Anschlussfinanzierung der zweiten Fachkraftstelle beim AKL zu verwenden, die ab dem 1.10.2021 weiterfinanziert werden muss. Mit dieser Stelle kann der erhöhte Beratungsbedarf und die Angebote von Suizidprävention in Schulen und in der kirchlichen Jugendarbeit gesichert werden. HERZLICHEN DANK den Verantwortlichen der AG Gottesdienst der Kirche auf der BUGA!!!

Spenden gingen ein von:

- verschiedenen Kirchengemeinden im Stadt- und Landkreis Heilbronn
- der Hellmut u. Frida Mogler-Stiftung
- dem Förderverein des Lions Clubs HN e.V.
- der Heilbronner Stimme im Rahmen der Aktion „Menschen in Not“
- dem Inkonzert der Diözese Rottenburg-Stuttgart
- der Belegschaft der AUDI AG Werk Neckarsulm
- der Albert-Mayer-Stiftung
- der Schülerschaft des Elly-Heuss-Knapp-Gymnasiums, Heilbronn
- dem Katholischen Deutschen Frauenbund (KDFB), Höchstberg
- dem Hohenlohe Gymnasium, Öhringen
- sowie von zahlreichen Privatpersonen

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

Die Selbsthilfegruppe für Hinterbliebene nach Suizid wurde 2019 von den gesetzlichen Krankenkassen im Raum Heilbronn-Hohenlohe mit einem Zuschuss in Höhe von 3500 Euro gefördert.

Wenn Andrea Herkle vor einer Schulkasse sitzt, sind es meist nur die ersten Minuten, in denen sich die Schüler nicht recht trauen, Fragen zu stellen. Doch bald löst sich die Anspannung und dann sind sie mit großem Interesse bei der Sache. Die Sozialpädagogin vom AKL Heilbronn spricht mit ihnen über Suizid. 2018 haben 15 solcher Präventionsveranstaltungen stattgefunden und rund 180 junge Leute erreicht – auch dank der Bischof-Moser-Stiftung.

Julia Beck (19) aus Untergroppebach (Donau und Ort) gehört zu einer hübschen jungen Frau. Sie ist in einer intakten Familie aufgewachsen und hat zwei Brüder. Ihr Vater leidet an einem Herz-Kreislauferkrankung, die Mutter arbeitet dort mit, beide Eltern bemühen sich, ihren Kindern alles mit auf dem Weg zu geben, was sie fürs Leben brauchen. Doch Julia entscheidet sich fürs Sterben. Zweimal versuchte sie, sich umzubringen. Beim ersten Mal ist die Bestäubung zu ihrem Freund gerade kaputtgegangen und für Julia bricht alles zusammen. Mit Schwesternmännchen will sie ihr Leben beenden. Sie kommt in die geschlossene Kinder- und Jugendpsychiatrie, wird dort behandelt.

Wenig später der zweite Suizidversuch
Ein halbes Jahr später der zweite Versuch. Wieder mit Tabletten und aus ähnlichen Gründen: mangelnde Selbstwertgefühl, schwierige Freundschaften, Stress in der Schule. Die Ärzte erkennen eine Depression und verschreiben eine weitere Therapie. Das ist jetzt drei Monate her. Gesprächchen finden die Gespräche zwischen Andrea Herkle vom AKL in Heilbronn und Julia Mutter Claudia (Name geändert) im Viro-Wischen-Rhythmus statt. Es geht aufwärts. «Abgelagert haben wir uns wöchentlich gegessen», sagt die Sozialpädagogin, die Claudia Beck zur Seite steht. Gerade für die Mutter sind die Taten unbegreiflich. «Sie hat die Schuld bei sich gemacht und sich



Der Arbeitskreis Leben (AKL) in Heilbronn ist Ansprechpartner zum Thema Suizid in Schulen

»Darüber reden kann Leben retten«

Verwirrt gemacht, ob sie nicht selbst genug war, erklärt Andrea Herkle das Gefühl, das sie Eltern in dieser Situation durchleben.
Wie kann sie als Mutter ruhig bleiben?
Was kann sie als Mutter tun, um mit ihrer Familie wieder in eine Normalität zu finden? Wie kann sie ruhig bleiben und sich nicht ständig vertickt machen, dass ihre Tochter einen dritten Suizidversuch startet? – auch um diese Fragen drehen sich die Gespräche. «Denn es geht ja auch darum, ihre Tochter nicht ganz zu verlieren», so Andrea Herkle. Und trotz aller Hilfenleistungen passiert es dennoch, dass

dem AKL Heilbronn leidet, wissen, wie wichtig es ist, bei dem Thema früh anzusetzen. Daher wird es bis auf an Heilbronner Schulen im Einsatz. Dank Birgit Brunner, katholische Theologin und Gemeindepfarrerin, die mit Karenn finanziell von der Bischof-Moser-Stiftung unterstützt (vgl. Interview), die es dem AKL ermöglicht hat, Andrea Herkle zu erlauben, sie zu 25 Prozent zu erhöhen und das Angebot an Schulen auszubauen.
Ganz plötzlich kann alles zu viel werden
In den Klassen spricht Andrea Herkle darüber, wie Krisen entstehen und wie schnell alles zu viel werden kann, vor allem wenn ein stabiles Umfeld fehlt. «Wir wissen, dass es Mut erfordert, sich bei uns zu melden, doch wir zeigen den jungen Leuten Wege auf – auch in ihrem Umfeld –, wo sie Hilfe finden, so die Sozialpädagogin. Bisher hat sie fast keine

Leben schützen und Suizide verhindern
Die »Aloche für das Leben« steht im Mai unter dem Motto »Leben schützen. Suizide verhindern.«
Kirchhorn/Teck: (070 21) 192 98; www.akl-leben.de
750 02; Leonberg: (071 54) 4 01 94 52; Nürtingen: (070 22) 1 92 98; Reutlingen: (071 21) 1 92 98; Sindelfingen: (070 31) 5 04 92 59; Stuttgart: (07 11) 6 06 20 und Tübingen: (07 07 1) 1 92 98. www.akl-leben.de

Suizid hat viele Gesichter: Alle 53 Minuten nimmt sich in Deutschland ein Mensch das Leben. Dem kann präventiv entgegengetreten werden.
Krisen erlebt, in der noch niemand mit Suizid in Betracht gekommen ist – umso wichtiger, darüber zu reden.
»Suizid ist nach wie vor ein Tabuthema«, sagt die Expertin, was Angst vor Nachahmern nicht in den Medien kann auf. Auch wenn die meisten Menschen etwas gleich getrieben sind, sind die Zahlen nicht minder erschreckend. Alle 53 Minuten kommt es in Deutschland zum Suizid, alle fünf Minuten schreit der Versuch. Die hohe Dunkelziffer an Versuchen nicht eingerechnet.

»Jede Krise kann zu einem Suizid führen«
Wenn Andrea Herkle mit den Schülern spricht, geht es auch um Klischees: «Ein Suizidversuch ist nicht mit einer psychischen Erkrankung gleichzusetzen», erklärt sie, »jede Krise kann suicidal werden. Je weniger Ressourcen, desto höher die Gefahr.« Es nimmt auch nicht, dass Selbstmorde vor allem in dunklen Monaten passieren – im Früh- und Spätsommer nehmen sich mehr Menschen das Leben. Mehr Männer als Frauen begehen einen »vollendeten Suizid«, Frauen werden häufiger gefunden und gerettet.
»Wenn wir spüren, dass jemand gefährdet ist, helfen keine guten Ratschläge«, erklärt Andrea Herkle den Schülern. «Dann geht es darum, mutig nachzugehen und zuzuhören.« Die Sozialpädagogin weiß, wie wichtig es für junge Leute ist, jemanden zu haben, dem sie antworten können – auch deshalb geht sie in die Schulen. Mit Erfolg. Immer wieder kommen Initiativen nach der Unterrichtseinheit oder später im Büro auf sie zu. Kontakte ergeben sich auch über Lehrer, Schwesternsister und Schwestern.

»Neben Andrea Herkle und Birgit Brunner, die zu festen Zeiten zu erreichen sind und sich sonst zeitlich zurückziehen, besteht der AKL Heilbronn aus 25 Ehrenamtlichen, die nach geschulten Suizidversuchen, wenn das gewünscht ist, am Krisenbesuch präsent sind. Sie sind einfach da und hören zu.« Diana Müller

DAS INTERVIEW

Die Bischof-Moser-Stiftung fördert den AKL Heilbronn »Junge Leute ermutigen und in ihrer Entwicklung fördern«

Gerhard Rauscher aus Sindelfingen gehört zum Vorstand der Bischof-Moser-Stiftung. Junge Menschen in verschiedenen Bereichen zu unterstützen, ist der Stiftung ein wichtiges Anliegen.
Her Rauscher, gemeinsam mit dem AKL Heilbronn hat die Bischof-Moser-Stiftung das Projekt »Umgang mit Krisen und Suizidalität bei Jugendlichen« gestartet. Wie sind Sie auf dieses Thema gekommen?
Birgit Brunner, der Leiterin des AKL in Heilbronn, war bekannt, dass die Bischof-Moser-Stiftung Projekte zur Erprobung neuer Wege in der Seelsorge fördert. Daher hat sie mit dem Vorstand der Stiftung Kontakt aufgenommen. Wir haben uns mit dem Ziel und Aufgaben des Arbeitskreises Leben e.V. befasst. Dabei ist uns deutlich geworden, dass die Begleitung selbstmordgefährdeter Jugendlicher eine wichtige seelsorgerische Aufgabe ist, für die es einer besonderen Sensibilität und fachlichen Kompetenz bedarf.

Wie sieht die Unterstützung des AKL Heilbronn durch die Bischof-Moser-Stiftung aus? Was wird dem AKL durch Ihren Einsatz ermöglicht?
Die Stiftung gewährt dem AKL einen Personalkostenzuschuss in Höhe von 49.500 Euro für die Projektlaufzeit von drei Jahren. Damit konnte der Verein die Sozialarbeiterin Andrea Herkle einstellen, die die Präventionsarbeit an Schulen und die Zusammenarbeit mit der Seelsorge verstärken wird.



Wir müssen achtsamer miteinander umgehen. Gerhard Rauscher

Wie haben Sie die Unterstützung der Bischof-Moser-Stiftung in Erfahrung gebracht?
Wir haben uns mit dem Ziel und Aufgaben des Arbeitskreises Leben e.V. befasst. Dabei ist uns deutlich geworden, dass die Begleitung selbstmordgefährdeter Jugendlicher eine wichtige seelsorgerische Aufgabe ist, für die es einer besonderen Sensibilität und fachlichen Kompetenz bedarf.
In welchen weiteren Bereichen ist die Bischof-Moser-Stiftung im Einsatz? Welche Themen liegen Ihnen am Herzen?
Die Stiftung fördert auch ein Projekt zur seelsorgerischen und sozialen Begleitung von Langzeit-Erwerbslosen in Stuttgart und die Seelsorge im Familienförderer Langenargen/Bodensee. Aber der Schwerpunkt unserer Förderfähigkeit liegt in der Begleitung und Unterstützung von Jugendlichen. Dies entspricht ganz dem »Jahr der Jugend«, das Bischof Fürst für unsere Diözese ausgerufen hat. Mir ist wichtig, dass junge Menschen in ihrer Entwicklung gefördert und für die Mitgestaltung unserer Kirche und Gesellschaft ermöglicht werden. Daher unterstützen wir auch das Projekt »Jugend und Musik beim Bischöflichen Jugendamt und die Anstellung eines Jugendberaters in Leutkirch.
Interview: Diana Müller

Katholisches Sonntagsblatt, 02/2019

Hinschauen, wo Leid geschieht

Kreuzweg durch die Innenstadt lenkt den Blick auf Menschen, die mit ihrem Kummer oft im Schatten stehen

Von Luise Schadt

HEILBRONN Ein schweres Holzkreuz auf der Schulter. In Erinnerung an den Kreuzweg von Jesus Christus zogen am Freitag über 40 Teilnehmer mit Trommel, Banner und bemalten Gesichtern durch Heilbronns Innenstadt. Das Thema des Kreuzwegs hieß »Kreuzweg unseres Lebens – in Blick nehmen«. Veranstalter waren das Katholische Dekanat Heilbronn-Neckarsulm, die Betriebsseelsorge, die Katholische Arbeitnehmerbewegung (KAB) und der Arbeitskreis Leben (AKL).

Gewalt In den Blick genommen wurden Menschen, die in der heutigen Zeit in ihrem Leben ein Kreuz zu tragen haben. »Oft sehen wir diese Menschen nicht und ihre Leidensgeschichte geht unter. Doch an diesem Tag nicht. Wir wollen diese Kreuze in den Blick nehmen und sie klar benennen«, sagt Joachim Küh-

ner von der Katholischen Arbeitnehmerbewegung und Mitinitiator. Von der evangelischen Nikolai-Kirche führte der Kreuzweg zum katholischen Heinrich-Fries-Haus, unterbrochen von Stationen im Stadtzentrum, an denen schwierige Lebenssituationen klar zur Sprache ka-

»Die Themen waren keine leichte Kost.«
Josef Krebs

men. Am Spielplatz in der Innenstadt nahmen die Teilnehmer sinnbildlich eine alleinerziehende Mutter mit zwei Kindern in den Blick, die unter dem zu geringen bezahlbaren Wohnraum zu leiden hat. Die Teilnehmer erfuhren, dass Kinder, die unter sexueller Gewalt leiden, im Schnitt sieben Personen ansprechen müssen, bis einer von

ihnen ihr Leiden wahrnimmt. An der Station am Kiliansplatz fiel die Betrachtung auf unfaire Arbeitsbedingungen und die Ausbeutung von Näherinnen in Bangladesch.

Auch Hirn-Doping, das am Arbeitsplatz leistungsfähiger machen soll, und die steigende Anzahl unter Burn-out und Depression Leidender in Deutschland wurden angespro-



Mit Holzkreuz auf der Schulter und Banner zogen am Freitag über 40 Teilnehmer des Kreuzwegs durch die Innenstadt von Heilbronn. Foto: Mario Berger

chen. Dazu bot sich als Zwischenhalt symbolisch die Apotheke am Wollhaus an.

Suizid Das 14-köpfige Organisationssteam machte auch vor dem Thema Suizid nicht halt. An der Brücke am Götzenturm räumten sie mit Worten und Gebeten für die Opfer und Hinterbliebenen. Der Blick auf Pflegeotstand und Überlastung der Pflegenden rundete den »Kreuzweg unseres Lebens« ab. Der Abschluss fand im Heinrich-Fries-Haus statt. Ein kleines Licht für jeden Teilnehmer lenkte den Blick an diesem Abend auf die Hoffnung und auf Jesus Christus. Mitinitiator Josef Krebs von der Betriebsseelsorge ist mit der Veranstaltung zufrieden: »Die Themen, die wir angesprochen haben, waren keine leichte Kost, doch bei uns Christen endet der Kreuzweg ja nicht mit dem Tod, sondern mit dem Glauben und der Hoffnung auf Auferstehung.«

Gedankenaustausch ohne Vorurteile

HEILBRONN Präventionsprojekt informiert Schüler über suizidale Krisen – Information über Beratungsstelle

Von unserer Redakteurin
Tanja Ochs

Im Schnitt begehen in Deutschland jeden Tag elf Menschen Selbstmord. Die Zahl der Versuche ist wesentlich höher: „Alle fünf Minuten probiert's einer“, sagt Birgit Bronner. Die Pastoralreferentin leitet den Arbeitskreis Leben Heilbronn, der Menschen in suizidalen Krisen berät und Ansprechpartner für Angehörige und Hinterbliebene ist. 240 Personen haben die Haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter des Arbeitskreises (AKL) im vergangenen Jahr beraten.

Die meisten Suizide gibt es bei alten Menschen und bei jungen Erwachsenen. Auslöser für einen Suizid sei meistens nicht die Entscheidung, sterben zu wollen, sondern der Wunsch, dass „es endlich aufhört“, erklärt die AKL-Leiterin. „Suizid ist keine freie Entscheidung.“ Weil besonders Jugendliche gefährdet sind, hat der Verein im vergangenen Jahr ein Präventionsprojekt für Schulen entwickelt. Für die „Krisenintervention für Jugendliche und junge Menschen und Suizidprävention an Schulen“ wurde mit Hilfe der Bischof-Moser-Stiftung und der Diözese Rottenburg-Stuttgart eine 50-Prozent-Stelle geschaffen. Auf Anfrage gehen Mitarbeiter in Klassen.

Nachfrage Rund 25 Schulbesuche hat der AKL in diesem Jahr absolviert, die Nachfrage sei groß. „Bis März sind 20 weitere Besuche geplant“, erzählt Birgit Bronner. Damit kommt der Verein an seine Grenzen – dabei bestehe Gesprächsbedarf bei den Schülern. Um weitere Projektstunden zu finanzieren, unterstützt die Aktion Menschen in Not den AKL finanziell. Mit 3000 Euro werden zehn Schulbesuche ermöglicht. Immer wieder hat die Spendenaktion in den vergangenen Jahrzehnten Präventionsprojekte gefördert. In diesem Fall überzeigte die nachhaltige Arbeit mit den Jugendli-



Birgit Bronner leitet den Arbeitskreis Leben Heilbronn. Die Pastoralreferentin bietet im Rahmen eines Projekts Schulbesuche an, bei denen sie mit Jugendlichen über suizidale Krisen spricht. Foto: Tanja Ochs

chen den Verein. Zehn weitere Klassen haben jetzt Gelegenheit, Gedanken auszutauschen und sich zu informieren. So kommt Hilfe an, wo sie gebraucht wird. Mit dem Präventionsprojekt finden betroffene Jugendliche den Weg in die Beratungsstelle, viele andere werden sensibilisiert.

In einer Doppelstunde nähern sich die Schüler der Thematik. Was ist eine Krise? Was löst sie aus? Wie kann man Betroffenen helfen? Diese Fragen stellt Birgit Bronner den Jugendlichen. Im sozialwissenschaftlichen Gymnasium des Kolping Bildungszentrums in Heilbronn haben sich in der vergangenen Woche Elft-

klässler mit dem Thema Suizid beschäftigt. „Jeder hat Krisen“, sagt Birgit Bronner. „Aber jeder geht anders damit um.“ Sie ermutigt die Jungen und Mädchen zum Gespräch, gibt ihnen Gelegenheit, im geschützten Raum Fragen zu stellen. Es geht um Mobbing, um Depressionen, um psychische Erkran-



Spendenkonten

Kreissparkasse Heilbronn
IBAN: DE96 6205 0000 0102 34
BIC: HEISDE66XXX

Baden-Württembergische Bank
IBAN: DE81 6005 0101 7406 5052 81
BIC: SOLADEST600

Volksbank Heilbronn
IBAN: DE44 6209 0100 0222 2220 00
BIC: GENODE33VHN

kungen und immer wieder auch um eigene Erfahrungen. Warnsignale und eigene Empfindungen werden genannt. „Mit dem Projekt betreten wie eine Bühne in der Gesellschaft, auf der wir viele weitere Themen streifen“, betont Birgit Bronner. Viele davon werden noch immer stigmatisiert. In den eineinhalb Stunden gelingt es ihr jedoch, Vorurteile anzusprechen. Sie argumentiert mit Fakten und schafft Vertrauen. Offen sein, zuhören und die Jugendlichen ernstnehmen ist Teil des Projekts.

Angebot 80 Prozent aller Suizidversuche sind einmalig, erklärt Birgit Bronner. Umso wichtiger sei die Beratung für Menschen in Krisen: Wer keinen Ausweg mehr sieht, braucht Hilfe. Wo sie die finden, sollen auch junge Erwachsene wissen. Die Gymnasiasten kannten den AKL vor dem Projekt gar nicht. Birgit Bronner verteilt deshalb Flyer und macht ein niederschwelliges Angebot. Die Beratungsstelle in der Bahnhofstraße in Heilbronn steht allen offen.

INFO Kontakt Weiterführenden Schulen können den Arbeitskreis Leben Heilbronn kontaktieren, wenn sie am Präventionsprojekt teilnehmen möchten. Die Besuche werden ab Klasse acht angeboten. Kontakt unter Telefon 07131 164251.



Vertreter von Vereinen und Organisationen wurden bei der Jahresausschüttung der Aktion Menschen in Not mit einem Scheck bedacht. Foto: Dennis Mugler

Von unserer Redakteurin
Tanja Ochs

Seit 50 Jahren verteilt die Aktion Menschen in Not der Heilbronner Stimme im Advent Spendengelder. Neben den Einzelfällen, die der Verein das ganze Jahr hindurch bearbeitet, gibt es im Dezember stets eine Jahresausschüttung, bei der soziale Organisationen und Vereine aus der Stadt und dem Landkreis Heilbronn sowie aus dem Hohenlohekreis einen Scheck erhalten. Mit dem Geld haben die Mitarbeiter vor Ort die Möglichkeit, schnell und unkompliziert zu helfen. Auch in diesem Jahr freuen sich die Verantwortlichen über die Finanzspritze: „Menschen in Not ist für uns ein Fels in der Brandung“, erklärt Karl-Friedrich Bretz, Geschäftsführer des Diakonischen Werks in Heilbronn. Die Aktion helfe praxisorientiert, menschennah und unbürokratisch an der Basis. Und das seit einem halben Jahrhundert: „Es ist genauso nötig wie vor 50 Jahren.“

Impulse Seit 1970 sammelt die Redaktion vor Weihnachten Spenden, um damit Menschen zu unterstützen, die in Not geraten sind. Damit sei das Unternehmen auch ein Impulsgeber für Hilfe in der Region, betont Verleger Tilmann Distelbarth. „Es gibt viele, die Verantwortung übernehmen.“ Organisationen und Einrichtungen wie Meseno, Mitternachtsmission, Arbeiterwohlfahrt, Kinderschutzbund, Schuldnerberatungen oder das Albert-Schweitzer-Kinderdorf profitieren von der Hilfsaktion. Sie sind aktiv vor Ort und gehen verantwortungsvoll mit dem Geld der Leser der Heilbronner Stimme um. Die Verwendung muss jeder Spendenempfänger jedes Jahr aufs Neue dokumentieren.

„Menschen in Not stopft Löcher, die im Sozialsystem entstehen“, sagt Hannes Finkbeiner, Geschäftsführer der Aufbaugilde Heilbronn. Androniki Petsos, Vertreterin des Sozial- und Jugendamtes des Landkreises Heilbronn, ergänzt: „Wir können mit dem Geld helfen, wenn es rechtlich nicht möglich ist.“ Mit den Spenden werde beispielsweise Kindern Teilhabe ermöglicht, er-

Spenden für unbürokratische Hilfe im Notfall

AKTION Verein Menschen in Not unterstützt soziale Organisationen in der Region – Drei neue Projekte berücksichtigt

klärt Martina Grön vom Kinderschutzbund Heilbronn. Mittagessen in der Schule, die Klassenfahrt, Nachhilfe oder endlich Winterschuhe – bei den Spenden gehe es nicht nur ums Geld. „Menschen in Not bringt Menschen zusammen“, sagt Martina Grön. Die kleinen Gesten seien wichtig, ergänzt Achim Bocher, Leiter des Amts für Familie, Jugend und Senioren in Heilbronn. „Das macht die Aktion so wertvoll.“

In diesem Jahr werden drei neue Projekte unterstützt, die beim Verein Menschen in Not Hilfe beantragt haben. Die Schwangerenberatung der Diakonie Heilbronn erhält Geld für einen Rückbildungskurs für Mütter von sogenannten Schmetterlingskindern. Dabei werden Eltern, deren Kind vor, während oder kurz nach der Geburt gestorben ist, von einer Hebamme und einer Sozialpädagogin betreut. Außerdem unterstützt die Aktion Menschen in Not erstmals das Elterncafé im Rahmen des Projekts „Von A nach B“ im Bildungspark Heilbronn, bei dem sich Eltern von Jugendlichen mit Migrationshintergrund regelmäßig austauschen. Ziel ist es, die Jugendlichen beim Übergang von der Schule in

den Beruf zu unterstützen. Dabei ist es wichtig, auch die Eltern einzubeziehen. Das Projekt wird vom Land gefördert, das Elterncafé muss die Fachstelle allerdings mit Spenden finanzieren. Neu auf der Empfängerliste ist auch das Suizid-Präventionsprojekt des Arbeitskreises Leben Heilbronn. Die Aktion Menschen in Not ermöglicht weitere Schulbesuche, bei denen junge Menschen die Möglichkeit haben, über suizidale Krisen zu sprechen, und gleichzeitig das Angebot der Beratungsstelle kennenzulernen.

Patenschaften Bewährte Aktivitäten werden weiterhin unterstützt. Unter anderem übernimmt die Aktion Menschen in Not wieder Schulpatenschaften an der Susanne-Finkbeiner-Schule, die jungen Menschen den Weg zum Schulabschluss und den Anschluss in den Beruf ermöglicht. Der Kreisdiakonieverband Hohenlohe hat erfolgreich ein Projekt gestartet, bei dem Wohnraum geschaffen wird, in dem Vermieter und Mieter betreut werden. Außerdem wird das Hebammenprojekt mit Hilfe der Spenden fortgesetzt. „Es ist beschämend, wie erfolgreich es ist“, sagt Elisabeth Ernst, Geschäftsführerin im Kreisdiakonieverband Hohenlohekreis. Seit Mai haben Frauen, die aufgrund des Hebammenmangels keine Betreuung gefunden haben, die Möglichkeit, zur Sprechstunde nach Öhringen zu kommen. Viele Frauen nehmen dafür weite Wege auf sich, erzählt die Verantwortliche.

Alexandra Gutmann von der Mitternachtsmission Heilbronn berichtet von einer Zunahme häuslicher Gewalt bei ihren Klienten. Mit den Spenden könne im Einzelfall geholfen werden: „Viele Frauen kommen nur mit einer Plastiktüte zu uns“, erzählt sie. Ein anderes Problem für viele Menschen ist die Wohnungsnot. „Bezahlbares Wohnen ist in der gesamten Region ein Thema“, sagt Stefan Schneider, Regionalleiter bei der Caritas Heilbronn-Hohenlohe. Von „prekären Verhältnissen, berichtet der Heilbronner Amtsleiter Achim Bocher. „Auch Kinderschutzthemen nehmen zu.“ Überall dort, wo in der Region Hilfe notwendig ist, ist der Verein Menschen in Not verlässlicher Ansprechpartner.

„Menschen in Not ist für uns ein Fels in der Brandung.“

Karl-Friedrich Bretz,
Diakonie Heilbronn

Heilbronner Stimme, 12/2019

BERICHTE IN RADIO- UND TV



Frau Bronner und unsere ehrenamtliche Mitarbeiterin Frau Paul hatten anlässlich der Woche für das Leben ein Interview mit der Radioredaktion des Evangelischen Medienhauses. Das Interview wurde am 5. und am 12. Mai 2019 auf Antenne 1 in der Sendung „Kirche am Sonntagmorgen“ gesendet.

Am 26. August 2019 wurde zudem in L-TV ein Beitrag über die Arbeit des AKL Heilbronn e.V. ausgestrahlt.

Heilbronner Stimme, 12/2019

BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN

EHRENAMTLICHE MITARBEIT IM AKL

Supervision und Fortbildung

Die regelmäßige Supervision und Fortbildung gehören verpflichtend zur ehrenamtlichen Mitarbeit dazu. Zweimal im Monat trifft sich die gesamte Gruppe zur Supervision mit der Leiterin und einer externen Supervisorin im Wechsel. Dazu kommt ein jährliches Fortbildungswochenende im März und ein Fortbildungstag im November.



Ich bin beim AKL, weil ...

- *ich Menschen in einer akuten Krise zuhören und sie gegebenenfalls längere Zeit begleiten möchte. (Ulrike Gropper)*
- *ich Menschen, die in einer schwierigen Situation sind, meine Hilfe anbieten möchte. (Bernd Walter)*
- *ich dadurch meine Aufmerksamkeit im Gespräch schulen und meine Perspektive erweitern kann und so meinem Gegenüber mein waches Interesse an dessen Thema signalisieren möchte.*
- *Ich neue Sichtweisen entdecken und mich ein kleines bisschen besser kennenlernen will.*
- *ich Menschen nach einem Suizidversuch Nähe zum Leben anbieten will, sofern ein Gespräch als Unterstützung hierzu angenommen werden möchte, bzw. kann.*
- *ich das Thema Suizid vielleicht ein kleines bisschen besser verstehen lernen möchte.*
- *ich die Herausforderung suche, mich fremden Menschen am Krankenbett zu stellen. Ich muss das Wagnis und die Hoffnung darauf, mit diesen in Beziehung zu kommen und eine Begleitung möglich werden zu lassen, jedes Mal neu eingehen. (Elisabeth Mertz)*
- *es für mich eine wertvolle und sinnvolle Aufgabe ist, Menschen in Krisen- und Ausnahmesituation begleiten zu dürfen. (Nicole Jacob)*
- *ich die Herausforderung annehme, Menschen in Extremsituationen zur Seite zu stehen. (Uwe Schmidt)*



Die ehrenamtliche Arbeit beim AKL ist mir wichtig ...

- *weil ich selbst viel dabei lerne und Menschen in Not ein Gesprächspartner sein darf. (Heidi Zierhut)*
- *weil ich viel Positives aus der Arbeit auch und gerade für mich mitnehme. (Bernd Walter)*
- *um in Kontakt mit Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu sein, in denen ich mein Zuhören- und Hinhören-Können anbieten kann. (Elisabeth Mertz)*
- *weil ich die Möglichkeit habe unseren Klienten Mut zu machen, eine neue Sichtweise auf ihr Leben zu geben (Uwe Schmidt)*



Die ehrenamtliche Arbeit beim AKL bedeutet für mich persönlich, ...

- *etwas für hilfesuchende Menschen zu tun. (Bernd Walter)*
- *eine immer wiederkehrende Auseinandersetzung mit dem Leben an sich und seinem Tod. (Ulrike Gropper)*
- *Horizontenerweiterung durch das Öffnen meines Verstandes für die Bedürfnisse und Sichtweisen anderer Menschen. (Uwe Schmidt)*

Die regelmäßige Fortbildung und Supervision ist hilfreich und notwendig, ...

- *weil dies für die Verarbeitung und Aufarbeitung der Fälle wichtig ist und man bei den Fortbildungsthemen immer weiter am Aktuellen dranbleiben kann. (Bernd Walter)*
- *um meine Wahrnehmung für mich und für andere zu hinterfragen und mich Gefühlen von Trauer, Angst und Verzweiflung zu stellen. (Elisabeth Mertz)*
- *weil sie die Qualität unserer Arbeit und die Möglichkeit zur persönlichen Weiterentwicklung sichern. (Nicole Jacob)*
- *weil ich andere Denk- und Sichtweisen meiner Kollegen erfahre und ich dadurch selber wachsen kann. (Uwe Schmidt)*



Fortbildungswochenende in Löwenstein 01. und 02. März 2019 „Trauma und Traumafolgen“



Anfang März ist es schon lange Tradition, dass die ehrenamtlichen Mitarbeitenden des AKL Heilbronn sich an einem Wochenende intensiv mit einem Thema befassen und auch genügend Zeit für Austausch und Begegnung gegeben ist. Auch 2019 trafen sich die Mitarbeitenden am ersten Wochenende im März in der evangelischen Tagungsstätte in Löwenstein zum Fortbildungswochenende. Thema in diesem Jahr waren Traumatisierungen und deren Folgen im Lebenslauf.

Andrea Herkle bot einen Überblick zu Entstehungsbedingungen von Traumata und Traumafolgestörungen und brachte den Teilnehmenden den Ansatz des sogenannten „guten Grundes“ für mitunter bizarres Verhalten näher.

Viele der Menschen, die Unterstützung durch den AKL in Anspruch nehmen sind traumatisiert und die Folgen schwerwiegender Erlebnisse prägen die Verfassung dieser Menschen häufig über viele Jahre. Hier eine Idee zu haben, wie man mit diesen schweren und belastenden Themen umgehen kann und sich gleichzeitig nicht selbst dabei verliert, war Ziel der Veranstaltung.

Wie immer bot sich aber auch ausreichend Gelegenheit zur Begegnung und zum Austausch bei gutem Essen und einem Glas Wein in einer schönen Umgebung.



Fortbildungstag 30. November 2019 „Sexuelle Gewalt“

Die ehrenamtlichen Mitarbeitenden des AKL treffen sich jedes Jahr im November zu einem Fortbildungstag. 2019 kam Herr Diakon Beye vom evangelischen Jugendwerk Heilbronn und informierte sehr eindrücklich zu den Entstehungsbedingungen und Auswirkungen von sexueller Gewalt. Zentrale Themen in diesem Zusammenhang waren auch die Aspekte Nähe und Distanz.



Weihnachtsfeier am 18. Dezember 2019

„Alle Jahre wieder“ gibt es in der Adventszeit eine Feier für alle Mitarbeitenden des AKLs. Mit dabei sind auch die Supervisorin Frau Pfeilsticker und Herr Buyer, der mit Frau Bronner die Trauergruppe für Suizid-Hinterbliebene leitet. Ebenso dabei waren Frau Buschmann, unsere Honorarkraft in der Verwaltung und Herr Schmitz als stellvertretender Vorsitzender. Da der derzeitige Vorsitzende Jürgen Heuschele in seinem Studiensemester in Hamburg weilte, hatte Herr Schmitz dessen Vertretung übernommen. Er unterstützte das gemeinsame Singen unserer Lieder mit seiner Gitarre und hielt auch eine kurze Dankesrede.



Im Rahmen der diesjährigen Weihnachtsfeier wurde er von den Mitarbeitenden in seiner Tätigkeit als stellvertretender Vorsitzender und Vorsitzender, die er im Juli 2014 begonnen hatte, verabschiedet. Rosemarie Meyer übergab ihm ein kleines Geschenk. Herr Schmitz wird sich im März 2020 aus dem Vorstand verabschieden. Auch für die Mitarbeitenden gab es ein kleines „Christkind“.

BERATUNGSANGEBOT DES AKL

Wir trauern um einen Klienten, der von einer unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen begleitet wurde und im Juli 2019 aus dem Leben gegangen ist. Seine Eltern waren bereit, einen Beitrag für den Jahresbericht zu verfassen:

Nichts ist mehr wie es war

Es war einmal eine glückliche Familie mit zwei wunderbaren Söhnen. Die beiden Jungs wuchsen gemeinsam auf und hatten eine schöne Kindheit und Jugendzeit. Dazu gehörten ein großer Freundeskreis, verschiedene sportliche und musikalische Aktivitäten sowie klare Perspektiven für die eigene Zukunft. Peter, der ältere von beiden, erkrankte nach seinem 23. Geburtstag an schweren Depressionen, die immer wieder von Angst- und Panikattacken begleitet waren. Eine klare Ursache hierfür war nicht auszumachen. Mehrere Klinikaufenthalte, verschiedene Medikationen und Therapien konnten seinen Zustand nicht verbessern. Er beschrieb seinen Zustand aus seiner Sicht so, dass er immer tiefer in einen Strudel gezogen werde, aus dem er nicht mehr herauskomme. Er hätte keinerlei Kraft mehr, um sein Leben so wie früher zu führen. Er sah keinen Sinn mehr in seinem Leben.

Von außen betrachtet hatten wir als Eltern das Gefühl, dass seine Lebensenergie langsam aus ihm herausrann und immer weniger wurde. Wir probierten alles, um ihm wieder etwas Lebensfreude zu verschaffen, in dem wir ihn fast täglich in der Klinik besuchten, ihn am Wochenende nach Hause holten und mit verschiedenen Aktivitäten, die ihm vor seiner Erkrankung Freude bereiteten, aus seiner seelischen Dunkelheit herauszuholen. Insbesondere sein Bruder und sein großer Freundeskreis kümmerten sich in liebevoller Weise um ihn. Er gehörte trotz Krankheit weiterhin dazu, wurde eingeladen, mitgenommen und häufig besucht. Trotz aller Unterstützung und professionellen Hilfe verschlechterte sich sein Zustand zusehends. Hinzu kamen Suizidgedanken, die er in seiner Ausweglosigkeit immer häufiger äußerte. Wir hatten große Angst um unser Kind und suchten nun auch außerhalb der psychiatrischen und psychologischen Behandlung nach weiterer Hilfe. Aus einem Flyer des AKL erfuhren wir von der Möglichkeit einer Begleitung von suizidgefährdeten Menschen durch diese Organisation. Wir nahmen sofort Kontakt auf und erhielten umgehend einen Gesprächstermin mit Frau Herkle, bei dem sehr zeitnah ein ehrenamtlicher Besuchsdienst für unseren Sohn ermöglicht wurde. Nachdem auch Peter seine Zustimmung gegeben hatte, besuchte ihn Frau Paul einmal wöchentlich. Peter freute sich über diese Besuche und nutzte die gemeinsame Zeit, um viel über sich zu erzählen. Einerseits war es für Peter sehr wichtig, dass Frau Paul zuhörte, andererseits unterstützte sie uns als Eltern, indem sie für unseren Sohn da war. Leider konnten die Bemühungen von allen Seiten nicht verhindern, dass Peter seine Suizidgedanken in die Tat umsetzte. Er nahm sich im Sommer 2019 das Leben, in dem er mit seinem Auto einen Verkehrsunfall verursachte. Für unsere Familie eine Tragödie! Die Welt war von heute auf morgen eine ganz andere. Alles Vertraute, alle Menschen um uns herum waren für uns nicht mehr so wie vorher. Wir funktionierten irgendwie, alles fühlte sich unwirklich an, wie ein böser Traum. Trauer, Schmerz, Schuldgefühle, Hadern und Sehnsucht nach dem Vorher wechselten einander ab. Wir waren vollkommen überfordert. Über den bestehenden Kontakt zum AKL vereinbarten wir einen Beratungstermin mit Frau Bronner. Dieses Treffen empfanden wir als einen ersten Orientierungspunkt im Gefühlschaos.

Die anfangs wöchentlichen Termine waren für uns eine wichtige Leitplanke zur Neuorientierung im Trümmerfeld nach der Katastrophe. In dieser verzweifelten Zeit fühlten wir uns von Frau Bronner emotional aufgefangen. Das brachte unseren Sohn nicht zurück, half aber mit der schwierigen Situation umzugehen. Langsam lernten wir zu begreifen, dass das alles Wirklichkeit war und bleiben wird. Frau Bronner unterstützte uns dabei, die verschiedenen Facetten unserer aufgewühlten Gefühlswelt einordnen und reflektieren zu lernen. Durch die Gespräche und Literaturempfehlungen setzten wir uns mit der Erkenntnis auseinander, dass wir die schwere Trauer bis zu unserem Lebensende tragen lernen müssen. Wo aber nehmen wir die Kraft für unseren Trauerweg her? Wir spüren, dass gemeinsame Zeit in der Natur und ausgedehnte Ruhezeiten uns helfen, langsam eine neue Orientierung zu finden. Dazu gehört auch, dass wir unser Leben auf Unternehmungen und Menschen ausrichten, die uns guttun. Dabei werden wir von der Familie und treuen Freunden unterstützt. Andererseits werden die Auseinandersetzungen mit unseren Schuldgefühlen und quälende Rückblicke in die Vergangenheit, verbunden mit der Frage: „Was hätten wir anders machen können?“, uns noch lange Zeit begleiten. Wir lassen diese Gedanken zu und versuchen sie einzuordnen, ohne uns davon komplett überrollen zu lassen. Der Weg ins neue Leben nach dem Tod unseres Sohnes und Bruders ist sehr anstrengend. Die ersten Schritte haben wir gemacht. Wir bedanken uns beim AKL für die sehr persönliche Begleitung und die Hilfe auf unserem Trauerweg.

Kerstin, Willi und Christian Strohl

In Erinnerung an unseren geliebten Sohn und Bruder Peter, geboren am 25.2.1995, gestorben am 20.7.2019

Bericht einer Mutter, deren Sohn einen Suizidversuch unternommen hat und die beim AKL Beratung in Anspruch genommen hat.

Eine betroffene Mutter erzählt:

Die Nachricht kam überraschend und völlig unerwartet: Selbstmordversuch! Unser Sohn hat versucht, sich das Leben zu nehmen. Was für ein Gefühlschaos in mir drin. Die ganze Familie war erschüttert, jeder wollte helfen. Das Wichtigste war erst einmal, dass wir uns gemeinsam hatten. Wir trafen uns im Wohnort unseres Sohnes, alle zusammen, die ganze Familie. Die gegenseitige Nähe tat gut. Abwechselnd besuchten wir ihn. Immer zu zweit, um die Last nicht alleine tragen zu müssen. In den Zeiten zwischen den Besuchen war ich wieder in meinem vertrauten Lebensumfeld. Das Bekannte und Vertraute stabilisierte mich im Alltag. Dennoch war da etwas Riesengroßes, das ich nicht fassen konnte. Ich ahnte, dass mir reden guttut. Also suchte ich außerhalb meines Familien-Freundes-Bekanntenkreises kompetente Ansprechpartner. Die fand ich beim Arbeitskreis Leben. Der Anruf hat mich Überwindung gekostet, aber ich bekam sofort einen Termin. Da fühlte ich mich willkommen. Die regelmäßigen Treffen waren eine Wohltat für mich. Zum einen das Verlässliche der Regelmäßigkeit und zum anderen das Reden darüber, was der Selbstmordversuch meines Sohnes mit mir gemacht hat. Da war jemand, der meine Tränen ausgehalten hat und der mir in meinem Gefühlschaos zur Seite stand. Da war jemand, der mit mir gemeinsam nach einem gangbaren Weg gesucht und mich mit Zukunft gelockt hat. Da war jemand, der mich an die Hand genommen hat, um in schwerer Zeit für mich da zu sein. Dadurch war ich selbst wieder in der Lage für mich zu sorgen, was einen stabilisierenden Einfluss auf unsere ganze Familie hatte. Ebenso konnte ich auch meinem Sohn die Verantwortung für sein Leben wieder in seine Hände zurückgeben. Ich bin der Mitarbeiterin vom Arbeitskreis Leben, Frau Herkle, unendlich dankbar für ihre Begleitung und wünsche jedem, der so ein schweres Schicksal erleiden muss, ebensolche kompetenten Wegbegleiter.

TRAUERBEGLEITUNG VON HINTERBLIEBENEN NACH SUIZID



**ÖKUMENISCHER
GOTTESDIENST**

Samstag, 26. Oktober 2019, 16.00 Uhr

Katholische Kirche St. Augustinus
Goethestraße 75, Heilbronn

für Angehörige und Freunde, die einen nahen Menschen durch Suizid verloren haben

Im Anschluss an den Gottesdienst gibt es bei Gebäck und Tee die Möglichkeit, mit Mitarbeitenden des AKL ins Gespräch zu kommen.

Der Trauergottesdienst in diesem Jahr war inhaltlich vom Buch Tobit inspiriert. Der rechtschaffene Jude Tobit hielt es für ein Werk der Nächstenliebe, gläubige Juden, die verstorben waren, zu bestatten. Das brachte ihm und seiner Familie viel Unheil. Sein Sohn Tobias macht sich auf eine große Reise und erhält dabei einen Begleiter, Rafael, der sich am Ende als Engel Gottes entpuppt. Verschiedene Themen und Motive aus dieser Erzählung wurden aufgegriffen und am Ende erhielten alle Gottesdienstbesucher eine Postkarte mit einem Engel von Andreas Felger. Den musikalischen Rahmen setzte Kirchenmusikdirektor Michael Saum an der Orgel und eine Solistin mit der Klarinette.

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Andrea Herkle haben für das leibliche Wohl im Anschluss im Gemeindehaus St. Augustinus gesorgt. Herzlichen DANK dafür!!!

Zwei Teilnehmende unserer Trauergruppe für Hinterbliebene nach einem Suizid haben sich ebenfalls bereit erklärt, von ihren Erfahrungen zu berichten:

Mir tut dieses Treffen sehr gut. Einerseits gehe ich etwas schwermütig hin, weil ich Angst habe, dass ein großer heftiger Schmerz kommt. Dann denke ich, das ist doch o.k., da bin ich richtig und da werde ich verstanden. Denn in der "Außenwelt" sind es ja schon zwei Jahre her, also alles schon vorbei. Das ist sehr schwer für mich. In der Gruppe gibt es keine "Zeitmessung", da ist es wie es ist und ich werde wieder verstanden und das tut so gut. Ich kann sagen, wie weh es immer noch tut und keiner sieht mich schief an und ich kann sagen, wie enttäuscht ich von Manu bin. Alles ist o.k.

Ich bin so beeindruckt, welche Ideen Frau Bronner immer wieder hat, um mir Denkanstöße zu geben, eine gute Balance für tiefe und positive Gedanken und Worte zu finden. Es gibt mir auch Halt, wieder in die Gruppe zu dürfen, bekannte Gesichter zu sehen und mich wieder einzudenken, wie es denen gerade so geht. Ich fühle mich nicht allein und unverstanden, ich fühle mich geborgen in dieser gemeinsamen Zeit. Ich nehme mir diese Gefühle mit in meine "Außenwelt" und fühle mich stärker und bewusster.

Silvia R.

Mit dem AKL zurück ins Leben

An einem Dienstag im Mai 2019 hat sich meine Mama das Leben genommen. Als ich im Krankenhaus so dasaß, mit der Nachricht, dass sie „tot“ ist, fühlte es sich an, als hätte sie einen Teil von mir mitgenommen. Meine Mama, die ich über alles liebe, war auf einmal WEG. Gestern noch mit ihr geredet und jetzt???

Es waren starke Depressionen, die ihr das Leben schwermachten, schon Jahre lang. Am Tag nach meinem 30. Geburtstag unternahm sie den ersten Suizidversuch, der zum Glück nicht funktionierte. Ich weiß noch heute wieviel Angst ich damals um sie hatte. Und wie furchtbar es war, sie auf der geschlossenen Abteilung des Krankenhauses zurücklassen zu müssen.

Danach war sie noch monatelang in der Einrichtung und hat sich mühsam ins Leben zurück gekämpft. Auch wir als Familie haben jeden Tag mitgekämpft, oft war man so hilflos und musste mit ansehen wie der geliebte Mensch leidet und leidet. Doch sie hat es geschafft und meinem Gefühl nach hatte sie danach auch wieder schöne Zeiten, in denen es ihr gut ging. Zeiten, in denen diese grausame Krankheit sie in Ruhe ließ.

Ich habe mal gelesen, dass in einem Artikel die Depression als „Krebs der Seele“ beschrieben wurde – wie passend! Oft begegnet mir jemand der sagt: „Wenn deine Mutter wirklich krank gewesen wäre!“ Das zeigt mir, welch großes Tabu-Thema diese Krankheit immer noch ist und dass die Gesellschaft gar nicht wissen will, was für Qualen diese Erkrankung beinhaltet.

Im September 2018 ist meine Oma gestorben, meine Mutter war echt tapfer und ziemlich stabil, was uns alle gewundert hatte. Im Jahr 2019 um Ostern sah es anders aus. Es ging ihr zunehmend schlechter und ich hatte eine große Angst in mir. Doch sie war in ärztlicher Behandlung und wir als Familie waren für sie da, wo wir nur konnten. Und sie hatte uns ja versprochen keinen Selbstmordversuch mehr zu machen! Doch die Angst war immer da. Alles wurde beschwerlicher. Aufstehen morgens, Kochen, Einkaufen gehen, den Haushalt machen. Und vor allem den Schein zu wahren. Denn ihr muss es viel schlechter gegangen sein als wir dachten. Das muss unheimlich viel Kraft gekostet haben und trotzdem hat sie bis zum letzten Tag „funktioniert“. An dem einen Morgen ging sie wie jeden Tag zum Bäcker, aber kam nie wieder. NIE WIEDER.

Ein paar Tage später, als meine Schwester und ich auf dem Friedhof waren, um eine Grabstelle für sie auszusuchen, sah ich an der Tür des kleinen Büros der Friedhofsverwaltung ein Plakat vom AKL. Als ich zuhause war, habe ich eine E-Mail geschrieben mit der Bitte um ein Gespräch.

Ich bekam schnell eine Antwort und schon ein paar Tage danach war ich bei Frau Bronner und konnte reden. Einfach sagen, wonach es mir war, OHNE zu überlegen: kann ich/darf ich das sagen??? Es tat mir sehr gut, ich fühlte mich bei ihr gut aufgehoben. Ich fühlte mich wohl. Ich hatte so viele Fragen, das große WARUM spiegelte sich immer wieder in unseren Gesprächen. Seitdem gehe ich regelmäßig zu Einzelgesprächen und jedes Mal gehe ich gestärkt raus, auch wenn es nicht einfach ist, sich mit der Trauer auseinander zu setzen, die Trauer zuzulassen.

Frau Bronner hat mir dann zusätzlich die Teilnahme an der Trauergruppe vorgeschlagen. Eine Gemeinschaft mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben. Der erste der sechs Abende fand im Juli statt. Ich bin mit gemischten Gefühlen hingegangen. Es war eine Unsicherheit da, wie es sein wird in der Gruppe über meine Geschichte zu sprechen. Auch die Schicksale der anderen Teilnehmer zu hören war eine Herausforderung. Jedoch habe ich mich recht schnell wohl gefühlt in unserer Gruppe und konnte mich öffnen. Jeder Abend bietet viel Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch, aber es werden auch spezielle Themen bearbeitet wie zum Beispiel: Schuldzuweisungen nach einem Suizid, warum und wie damit umgehen? Oder die Frage: Kann ein Mensch vor dem Suizid noch an die Hinterbliebenen denken? Frau Bronner und Herr Buyer haben eine sehr angenehme und feinfühlig Art mit uns und dem Thema umzugehen. In der letzten Einheit haben wir uns eine „Schatzkiste“ angelegt, die uns über Momente hinweghelfen soll, in denen es uns nicht gut geht. Da sind kleine Zettel drin, wie zum Beispiel „ein Bad nehmen“ oder „ein gutes Buch lesen“. In meiner Kiste fehlt noch ein Zettel, da sollte „AKL“ draufstehen.

Besonders schön ist auch jedes Mal der Abschluss, dieser findet im Raum der Mitte des Heinrich-Fries-Hauses statt. Allein dieser schöne Raum wirkt für sich, besonders fasziniert mich die Jesus-Skulptur an der Wand. Hier wird noch zusammen ein Lied gesungen und jeder darf für seinen Verstorbenen eine Kerze anzünden. Ich muss sagen, auch wenn der Grund hierfür ein sehr schlimmer ist, freue ich mich auf die Gruppenabende und auch die anderen wiederzusehen. Es hat sich ein Band der Zusammengehörigkeit gebildet, das guttut.

Im Oktober 2019 fand auch ein ökumenischer Trauergottesdienst für Angehörige und Freunde, die einen Menschen durch Suizid verloren haben, statt. Dieser war sehr schön gestaltet, im Anschluss saßen wir noch gemütlich bei einer Tasse Tee und Gebäck zusammen. In der Gemeinschaft mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, fühlt man sich nicht mehr so allein. Es hilft und macht einen auch ein wenig stärker. Ich möchte DANKE sagen für die großartige Arbeit, die das ganze Team vom AKL leistet!!! Ich bin sehr froh; dass im Mai dieses Plakat meinen Weg gekreuzt hat. In einem Moment, in dem alles trostlos schien, war das ein kleiner Hoffnungsschimmer und ist es noch.

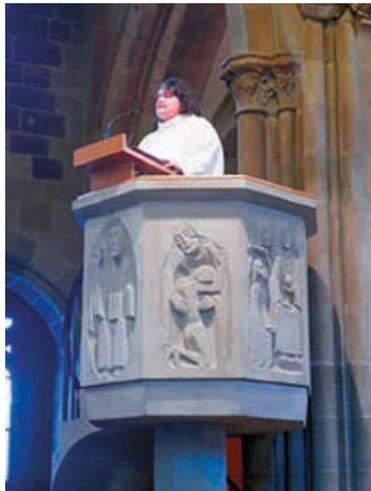
Nicole S.

WOCHE FÜR DAS LEBEN 2019

2019 fand die Woche für das Leben bundesweit unter dem Motto: „Leben schützen. Menschen begleiten. Suizide verhindern.“ statt.

In Ulm war die offizielle Eröffnungsveranstaltung der Evangelischen Landeskirche und der Diözese Rottenburg-Stuttgart mit Bischof July und Bischof Fürst, bei welcher Frau Bronner die LAG vertrat und die Arbeit der AKLs beim anschließenden informellen Teil vorstellte.

In Heilbronn fand am Sonntag, den 4. Mai in der Kilianskirche ein ökumenischer Gottesdienst mit Pfarrer Eiding und Frau Bronner sowie Frau Herkle und einigen Ehrenamtlichen statt. In der Predigt wurde die Emmaus-Geschichte aufgegriffen und die Erfahrungen des AKL damit in Verbindung gebracht



WELTTAG SEELISCHE GESUNDHEIT – SCHWERPUNKT SUIZIDPRÄVENTION

AKTIONSWOCHE ZUM WELTTAG FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT
Im Landkreis Schwäbisch Hall von 10. – 24. Oktober 2019

STIFTUNG ZEIT FÜR MENSCHEN

DONNERSTAG, 10.10.2019
Film: Wenn einer von uns stirbt, geh ich nach Paris
Kino im Schafstall Schwäbisch Hall
20 Uhr

MONTAG, 14.10.2019
Vortrag: „Im Leben bleiben“
Haus der Bildung Schwäbisch Hall
19-20:30 Uhr

DONNERSTAG, 24.10.2019
Film: Ein Mann namens Ove
Kino Klappe Kirchberg an der Jagst
20:30 Uhr

WELTTAG FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT

Der Welttag für seelische Gesundheit am 10. Oktober wurde erstmals im Jahr 1992 auf Initiative der World Federation for Mental Health, einer globalen Organisation für seelische Gesundheit mit Mitgliedern und Kontakten in vielen Ländern, gefeiert. Jedes Jahr im Oktober gibt es weltweit ein Programm zur Sensibilisierung für psychische Erkrankungen und ihren Auswirkungen auf die Menschen. Im Fokus steht dieses Jahr: Gemeinsam statt Einsam. Seelisch gesund zusammen leben.

Wir laden Sie herzlich ein, mit uns interessante Veranstaltungen zu erleben und ins Gespräch zu kommen.

MONTAG, 14.10.2019
Vortrag: „Im Leben bleiben“
Eintritt frei
Haus der Bildung
Raum S. 3.04, Salinenstr. 6-10, Schwäbisch Hall
19-20:30 Uhr

Birgit Bronner, Leiterin des Arbeitskreis Leben e.V. Heilbronn, Dipl. Theologin und Pastoralreferentin informiert darüber, wie man Menschen in schwersten Lebenskrisen und bei Suizidgefahr helfen kann.

AKTIONSWOCHE ZUM WELTTAG FÜR SEELISCHE GESUNDHEIT
Im Landkreis Schwäbisch Hall von 10. – 24. Oktober 2019

Während der Veranstaltung wird fotografiert. Die Bilder können eventuell in Berichtsartikeln, Prospekten und im Internet verwendet werden. Falls Sie damit nicht einverstanden sind, wenden Sie sich bitte an uns oder den Fotografen.

In Kooperation mit: Verein zur Förderung seelischer Gesundheit e.V. www.zfbf-menschen.de

SUIZIDPRÄVENTION

Suizidprävention an der Beratungsstelle

An jedem Wochentag besteht für Menschen in suizidalen Krisen und Menschen, die in Sorge um jemanden sind, die Möglichkeit, zu Telefonzeiten direkt mit den zwei hauptamtlichen therapeutischen Fachkräften oder in Vertretungszeiten mit langjährig bewährten ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen des AKL telefonisch in Kontakt zu kommen. Die Telefonzeiten sind:

Mo 10-12 Uhr; Di 10-12 Uhr; Mi 15-17 Uhr; Do 16-18 Uhr; Fr 10-12 Uhr

Wir bieten einen zeitnahen persönlichen Gesprächstermin 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, die aus dem Leben gehen wollen, zu erreichen.

Suizidprävention Schwerpunkt junge Menschen

Krisen gehören zum Erwachsenwerden dazu, so wie Regen zum mitteleuropäischen Wetter dazugehört. Seit Jahren ist die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen bis 29 Jahren unverändert der Suizid. Viele dieser Suizide nehmen ihren Ursprung in Krisen, die in diesem Moment unlösbar scheinen. Entscheidend in der Prävention ist unter anderem, auf welche Ressourcen ein junger Mensch zurückgreifen kann und ob die Betroffenen sich dieser Ressourcen auch bewusst sind. Aus diesem Grund bietet der AKL Heilbronn schon seit einigen Jahren Suizidprävention an Schulen an. Inhalt dieser Doppelstunde ist das Kennenlernen der Angebote des AKL, das Wissen um die Entstehung und den Verlauf von Krisen und Suizidalität, ein Austausch zu den ganz unterschiedlichen und individuellen Ressourcen der jungen Menschen („Was ist euch WERTvoll in eurem Leben?“) und zuletzt die Erörterung, was ich selbst tun kann, wenn ein mir nahestehender Mensch in einer Krise ist oder gar suizidale Absichten äußert.

Nicht selten ist die Anfrage beim AKL verbunden mit einem konkreten Anlass im Bereich Suizidalität an der Schule, vermehrt erfolgt die Anfrage aber auch, um das Thema Suizidalität fest im Präventionskonzept einer Schule zu verankern. Durch die Veranstaltungen ergeben sich oft im Anschluss Einzelgespräche mit Teilnehmenden. Diese befassen sich mit eigenen Krisen, suizidalen Gedanken oder der Hilflosigkeit im Umgang mit schwer belasteten Nahestehenden.

Andrea Herkle

Übersicht der Präventionsveranstaltungen in Jahr 2019

Im Jahr 2019 wurde der AKL zu insgesamt 20 Präventionsveranstaltungen an 13 Schulen und in eine Konfirmandengruppe eingeladen. Dabei konnten wir insgesamt über 500 junge Menschen erreichen. Wir bedanken uns herzlich für die Zusammenarbeit und das Vertrauen bei:

- Susanne-Finkbeiner-Schule, Heilbronn
- Alfred-Amann-Gymnasium, Bönnigheim
- Horneck-Realschule, Gundelsheim
- Amorbach-Gemeinschaftsschule, Neckarsulm-Amorbach
- Helmbundschule, Neuenstadt
- Robert-Mayer-Gymnasium, Heilbronn
- Justinus-Kerner-Gymnasium, Weinsberg
- Bernd-Blindow-Schule, Heilbronn
- Ludwig-Frohnhäuser-Schule, Bad Wimpfen
- Gustav-von-Schmoller-Schule, Heilbronn
- Kolping-Gymnasium, Heilbronn
- Hölderlin-Realschule, Lauffen
- Andreas-Schneider-Schule, Heilbronn

Pfarrer Martin Odenwälder und Religionslehrer Stefan Hartelt berichten über ihre Erfahrungen mit dem Präventionsangebot des AKL:

Das bleibt unser Geheimnis ... NEIN!!!!

Wir haben heute im Konfirmandenunterricht Besuch von Sozialpädagogin Andrea Herkle, die uns an ihrer Arbeit beim AKL teilhaben lässt. Was sich die Jugendlichen unter Suizidprävention vorstellen können, wird an anschaulichen Beispielen deutlich. Denn sie dürfen sich mal ausmalen, was geschieht, wenn alle Bezugspersonen wegfallen. Oder wie sie reagieren würden, wenn die beste Freundin, der beste Freund ihnen ein schreckliches Geheimnis anvertraut, dass er oder sie sich das Leben nehmen will. Andrea Herkle führt sehr behutsam in die Unterscheidung von guten und schlechten Geheimnissen ein. Sie ermutigt Jugendliche, bei solchen schlechten Geheimnissen mit Erwachsenen zu reden, denn in so einem Fall sind sie nicht an ihr Versprechen, sondern an ihr Gewissen gebunden. Bei solchen Fragen sind alle Jugendlichen dabei, man könnte eine Stecknadel fallen hören. Viel zu schnell endet diese Konfirmandenstunde, die keine und keiner so schnell vergessen wird.

Als Pfarrer kann ich dem AKL nur zu dieser hervorragenden Arbeit im Bereich Suizidprävention und der sehr einfühlsamen Arbeit von Andrea Herkle gratulieren und meinen Kollegen/-innen dieses Angebot weiterempfehlen!

*Pfarrer Martin Odenwälder
Evangelische Kirchengemeinde Bad Friedrichshall-Kochendorf II*

Besuch des AKL an der Gustav-von-Schmoller-Schule Heilbronn

Ich unterrichte Religion an zwei beruflichen Schulzentren in Heilbronn. Dazu gehört neben dem beruflichen Gymnasium und dem Berufskolleg auch eine Berufsschulklasse an der Gustav-von-Schmoller-Schule, die im Anschluss an den Themenkreis „Tod und Sterben“ von sich aus im Unterrichtsgespräch auch das Thema „Suizid“ angesprochen hatten. Ich erinnerte mich hierbei sofort an den AKL und sprach daraufhin Andrea Herkle an, mit der schnell und unkompliziert ein passender Besuchstermin vereinbart werden konnte. In der Vorbereitung des Besuchs wurde deutlich, wie relevant dieses Thema für die SchülerInnen und wie groß das Bedürfnis nach Halt und Orientierung bei der Konfrontation mit dieser Thematik ist. Vor diesem Hintergrund wurde die Präventionsveranstaltung im Klassenkontext ein voller Erfolg. Einerseits im Blick auf die Sensibilisierung der SchülerInnen, in ihrem Umfeld MultiplikatorInnen zur Prävention zu werden, die auf diese Weise ohne Übertreibung tatsächlich Leben retten können. Andererseits auch im Blick auf deren Aufklärung, welchen Umfang dieses Thema hat.

Zudem zeigte sich in den Fragen der SchülerInnen während der Veranstaltung auch, wie groß das Interesse an den konkreten Hilfsangeboten ist: Die Vorstellung des AKL, die persönlichen Fragen an Andrea Herkle, wie auch die Fragen nach dem „Netzwerk“ dahinter, nach den vorhandenen Strukturen und Prozessen zeigte, wie die SchülerInnen sich mit dem Besuchstermin „gerüstet“ haben, künftig mit potentiellen Situationen umgehen zu können. Auch noch geraume Zeit später wurde mir deutlich, welchen anhaltenden Eindruck dieser Besuch gemacht hat. Dies lag sicherlich nicht zuletzt daran, wie souverän, sympathisch und authentisch Andrea Herkle mit den SchülerInnen ins Gespräch gekommen ist.

Vor dem Hintergrund dieser Erfahrungen kann ich solche Besuche uneingeschränkt weiterempfehlen. Die SchülerInnen nehmen zum größten Teil das informative Angebot interessiert an und sind dankbar, in Zukunft gerüstet dafür zu sein, regionale Hilfsangebote zu kennen und hilfreiche Vermittler werden zu können, wo es nötig wird. Und der niederschwellig geknüpften persönliche Kontakt zu Andrea Herkle wird seinen Teil dazu beitragen, dass der Anruf bei ihr keine Hürde mehr darstellt.

*Stefan Hartelt
Evangelischer Religionslehrer*

ÖFFENTLICHKEITSARBEIT



Der Arbeitskreis Leben Heilbronn [AKL e.V.] ist eine Fachberatungsstelle für Menschen in schweren Krisen und bei Selbsttötungsgefahr.

Im Bereich der Suizidprävention für junge Menschen bieten wir:

- Präventionsveranstaltungen im Rahmen von Firmvorbereitung, Konfirmandenvorbereitung und Veranstaltungen der kirchlichen Jugendarbeit
- Fachberatung für in der Seelsorge und kirchlichen Jugendarbeit Tätige
- Mitgestaltung von Gottesdiensten

Sie erreichen uns:
Montag, Dienstag und Freitag: 10.00 Uhr – 12.00 Uhr
Mittwoch: 15.00 Uhr – 17.00 Uhr
Donnerstag: 16.00 Uhr – 18.00 Uhr

Kosten: Wir freuen uns über einen freiwilligen Beitrag zur Finanzierung unserer Arbeit.

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V. | Bahnhofstraße 13 | 74072 Heilbronn
Telefon: 07131 16 42 51 | E-Mail: ak-heilbronn@ak-leben.de | Online: www.ak-leben.de

Zusätzlich zum Angebot der Suizidprävention an Schulen möchte der AKL Heilbronn sein Präventionsangebot auch im Bereich der Firmvorbereitung, des Konfirmandenunterrichts sowie der kirchlichen Jugendarbeit anbieten, um hier in einem ganz neuen Rahmen noch mehr junge Menschen zu erreichen.

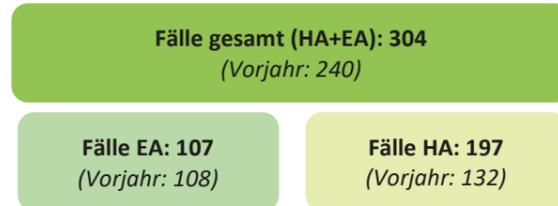
Veranstaltungen in 2019 mit Beteiligung und zur Vorstellung des AKL

Januar	Neujahrsgottesdienst Obereisesheim Katholisches Jugendreferat Heilbronn
Februar	Pfarrerdienstbesprechung im Kirchenbezirk Brackenheim Schulung FSJler BuGa
März	Gespräch mit Prälat Stumpf EJW Frühjahrskonvent Frauenfrühstück Hardthausen
April	Kreuzweg des Lebens, Heilbronn
Mai	Gottesdienst in der Kilianskirche zur Woche für das Leben Eröffnung der Woche für das Leben durch die Bischöfe Fürst und July in Ulm Diakonie Möckmühl Katholischer deutscher Frauenbund (KDFB), Höchstberg Maiandacht Abendgebet auf der BuGa Gespräch mit der Sozialbürgermeisterin Frau Christner
Juli	Fortbildung zum Thema Umgang mit Trauer im RPI
September	Gottesdienst in Bad Rappenau-Bonfeld Dienstbesprechung der Evangelischen ReligionslehrerInnen im Kirchenbezirk Heilbronn
Oktober	ZfP Weinsberg, Welttag der seelischen Gesundheit Vortrag im Rahmen der Woche für die seelische Gesundheit in Schwäbisch-Hall Dankfest für die ehrenamtlichen Mitarbeiter der Kirchen auf der BuGa
November	Gespräch mit Dekan Baisch „Anderkirche“ in Gundelsheim Gerontopsychiatrischer Schwerpunkt in Weinsberg: Suizid im Alter Gespräch beim Sozialamt der Stadt Qualitätszirkel „Frühe Hilfen und Kinderschutz“ Neckar-Odenwald-Kreis
Dezember	Gespräch im Landratsamt mit Sozialdezernentin Frau Hennig

AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK 2019

Auswertung der Jahresstatistik

Im Jahr 2019 wurden insgesamt **304 Personen** durch die Haupt- (HA) und Ehrenamtlichen (EA) des AKL Heilbronn begleitet (2018: 240).

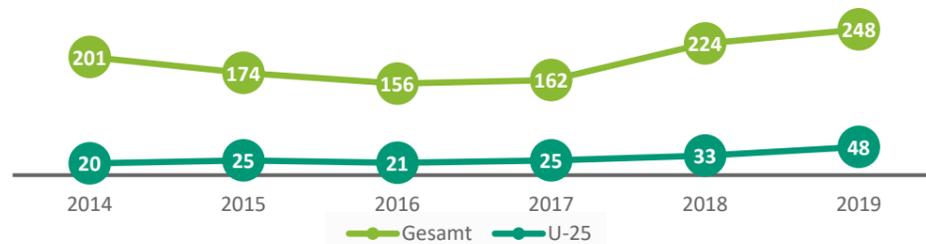


Während die Fallzahlen im Bereich Ehrenamt gleichbleibend sind, hat die Beratung im Bereich Hauptamtliche um fast 50 Prozent zugenommen (2018: 132).

Vergleicht man die **Fallzahlen der vergangenen Jahre**, so kann eine stetige Zunahme verzeichnet werden. Diese Entwicklung liegt wahrscheinlich zu einem großen Teil an der stetigen Öffentlichkeitsarbeit sowie der gelingenden Kooperation mit anderen Stellen. In diesem Zusammenhang wird die dringende Notwendigkeit der Aufstockung der Fachkraftstellen um 25 Prozent deutlich.

Durch die aufdeckende Wirkung der Präventionsveranstaltungen an Schulen sowie die gelingende Kooperation mit anderen Diensten sind die Fallzahlen im Bereich Beratung und Begleitung von jungen Menschen bis 25 Jahren deutlich gestiegen. Damit trägt der zusätzliche Stellenumfang seiner inhaltlichen Ausrichtung Rechnung.

Entwicklung der Fallzahlen 2014 - 2019



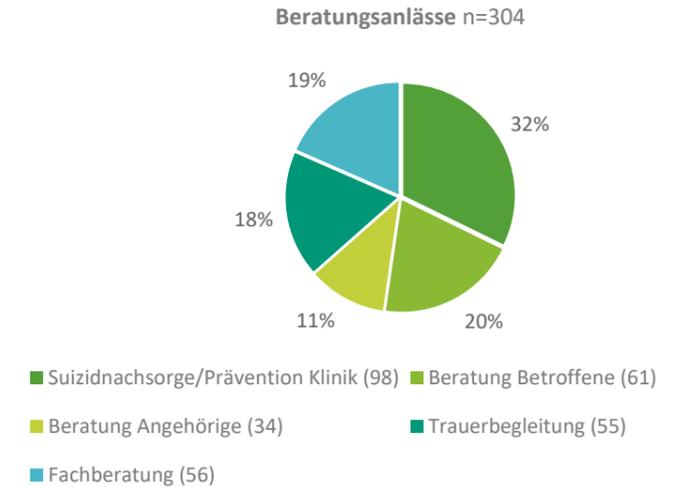
Es wird bei den KlientInnen unterschieden zwischen Menschen, die sich in einer Krise befinden (**Betroffene**) und Menschen in Sorge um suizidgefährdete Personen in ihrem Umfeld (**Angehörige**). Häufig suchen Angehörige sowohl für sich, als auch für die betroffene Person Unterstützung. Eine weitere KlientInnengruppe 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 2019 **98 Personen** (2018: 95) erreicht. Die Nachsorge findet hauptsächlich durch die ehrenamtlichen Mitarbeitenden auf den Intensivstationen der Kliniken am Gesundbrunnen und am Plattenwald statt. Dieser Bereich stellt mit 32 Prozent nach wie vor den größten Anteil dar. Die Zahl der Einsätze an den Kliniken ist im Vergleich zum Vorjahr nahezu identisch.

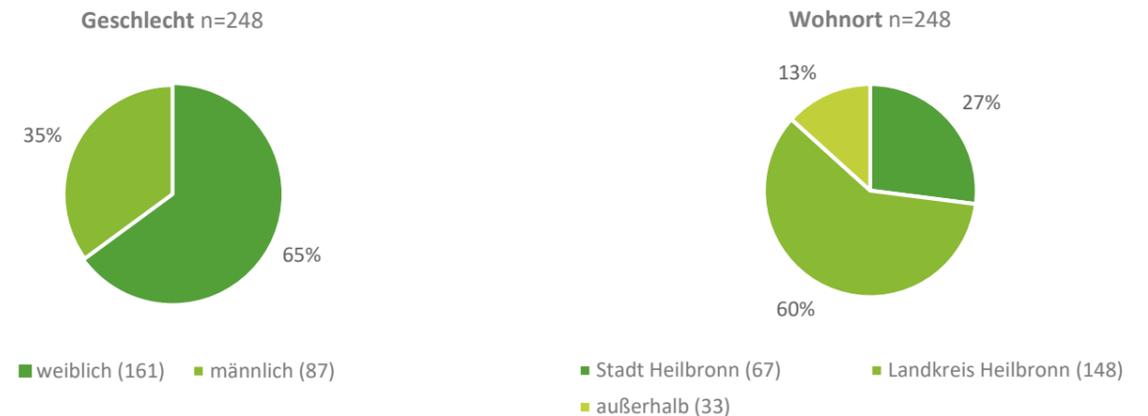
Im Bereich der Arbeit in der **Beratungsstelle** wandten sich insgesamt **206 Personen** an den AKL. Diese wurden, bis auf neun Fälle, von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen beraten. Der Anteil der **Betroffenen** in einer Krise lag hier bei **61 Personen** (2018: 53). Die Zahl der **Angehörigen** lag bei **34 Personen** (2018: 32). Im Rahmen der **Trauerbegleitung für Hinterbliebene nach einem Suizid** suchten **55 Personen** Unterstützung (2018: 44). 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. Ziel der Krisenintervention ist oft die Weitervermittlung oder Überbrückung zu therapeutischen Angeboten. Die Trauerbegleitung von Hinterbliebenen nach einem Suizid dauert in der Regel länger. Die Wartezeit für ein Erstgespräch im akuten Krisenfall liegen nach wie vor zwischen einem und maximal sieben Werktagen und ist somit sehr kurz.

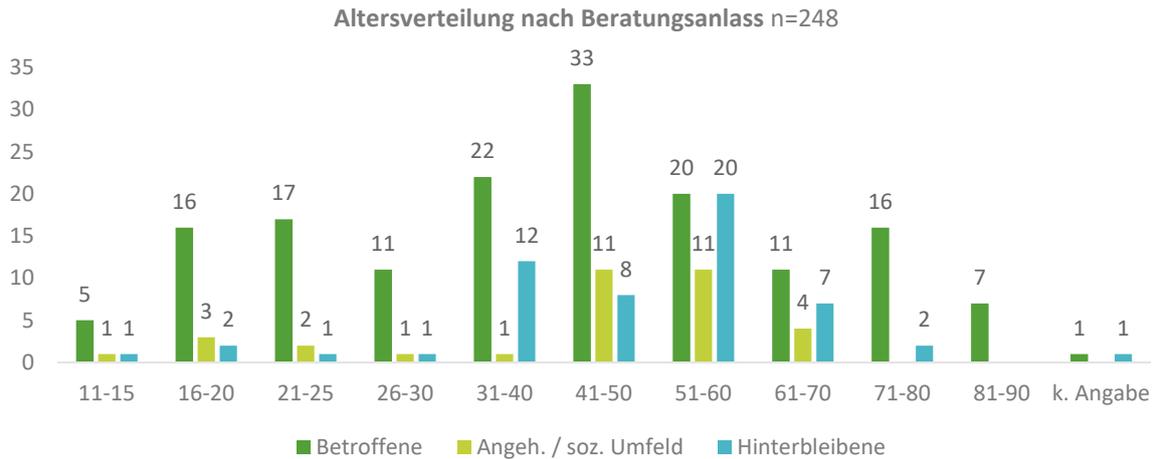
Durch die beiden hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des AKL wurden **56** kirchliche Mitarbeitende, LehrerInnen, SchulsozialarbeiterInnen und weitere Fachkräfte aus psychosozialen Kontexten im Rahmen der **Fachberatung** durch den AKL unterstützt. Im Rahmen der Fachberatungen ist ein sehr deutlicher Zuwachs im Vergleich zum Vorjahr (2018: 16) zu verzeichnen. Dies ist darauf zurückzuführen, dass durch die Zunahme der Angebote im Bereich Suizidprävention an Schulen enge Kooperationen und eine positive Wahrnehmung der Angebote des AKL entstehen.



Unter den 248 Personen (ohne Fachberatungen), die vom AKL begleitet wurden (2018: 224), waren **65 Prozent Frauen** und **35 Prozent Männer**. Nach wie vor ist also der Anteil an Männern, im Vergleich zu anderen Beratungsangeboten, relativ hoch. Die aufsuchende Arbeit an den Kliniken bewährt sich hierbei nach wie vor.

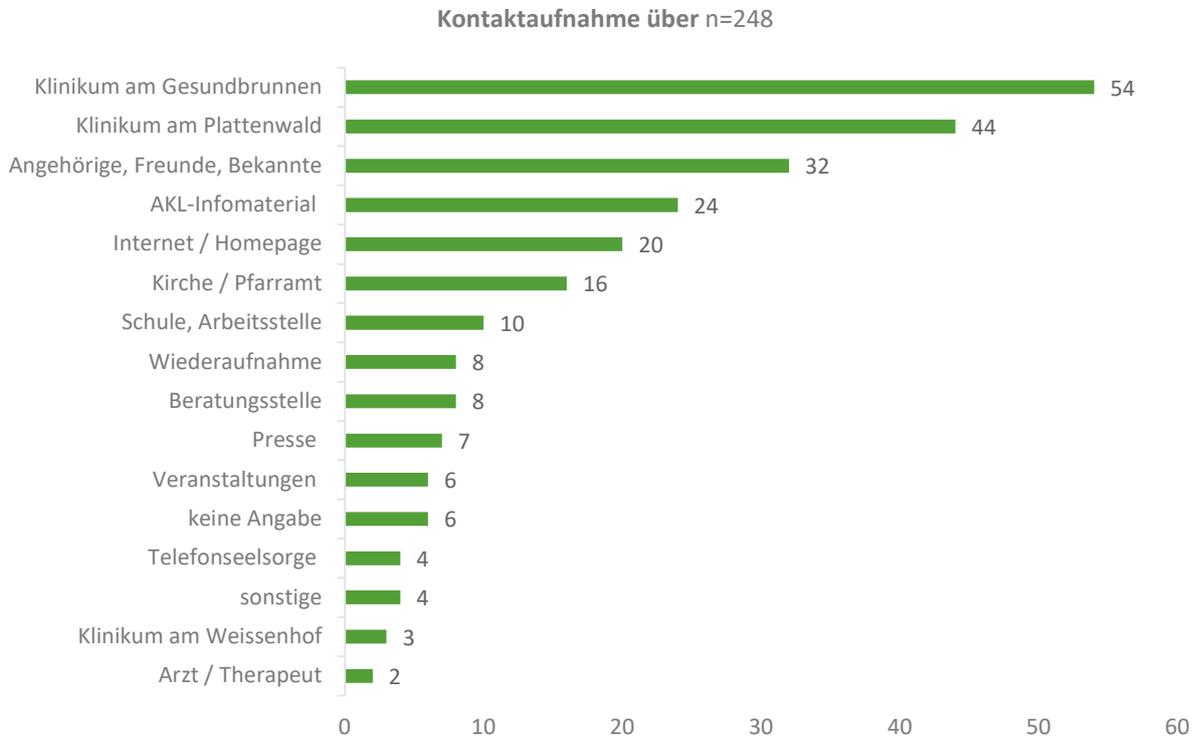


148 KlientInnen (60 Prozent) kamen aus dem **Landkreis Heilbronn**, **67 Personen** (27 Prozent) kamen aus der **Stadt Heilbronn** und **33 KlientInnen** (13 Prozent) kamen von **außerhalb** des Stadt- und Landkreises. Der Anteil an KlientInnen, die nicht aus dem Stadt- oder Landkreis Heilbronn kommen, ist auch darin begründet, dass in den Nachbar-Landkreisen 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 Hilfesuchenden aus angrenzenden Landkreisen abzuweisen.



Die **Altersgruppe** der Betroffenen von 41-50 Jahren war im Jahr 2019 mit 33 Personen am stärksten vertreten. Es wurden somit auch im Jahr 2019 **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 **38 Personen** bei knapp 15 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 in erster Linie durch die Zunahme an Präventionsveranstaltungen an Schulen begründet. Durch diese Veranstaltungen ergeben sich häufig Einzelberührungskontakte.



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 16 42 51

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 16.00 - 18.00 Uhr

Freitag 10.00 - 12.00 Uhr



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.
- 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.
- der Bischof-Moser-Stiftung.
- 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 Schmidt.
- den Verantwortlichen im Heinrich-Fries-Haus, besonders Frau Gärtner, Frau Borowiak und Herrn Przygoda, die für unsere Raumwünsche und andere Hausangelegenheiten immer zugänglich sind.
- den Caritasmitarbeiterinnen im 2. und 3. Stock für die gute „Büro- und Beratungsgemeinschaft“, vor allem Frau Kempen und Frau Kienzle.
- der Telefonseelsorge, die den Hintergrunddienst übernimmt.
- Frau Buschmann, die als Honorarkraft in der Verwaltung tatkräftig Unterstützung leistet.
- Bernd Walter, der mit seinen Fotos unserer Veranstaltungen die Erstellung des Jahresberichts bereichert und unterstützt.
- Florian Kratzer von webvisio für das Layout des vorliegenden Jahresberichtes.
- und: dem Ehrenamtlichen-Team, das das Herzstück des AKL ist und die Suizidnachsorge in den Kliniken als wichtigen Arbeitsbereich des AKL trägt!