

Hilfe in  
Lebenskrisen  
und bei  
Selbsttötungsgefahr

Arbeitskreis Leben Sindelfingen-Böblingen e.V.  
Tel. 07031/3049259 - [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)

# JAHRESBERICHT 2016

INFORMATIONEN

HINTERGRÜNDE

KONZEPTION

ZAHLEN

CHRONOLOGIE

## Arbeitskreis Leben Sindelfingen-Böblingen e. V.

Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr

**Telefon (AB):** 07031 / 3049259

**Homepage:** <http://www.ak-leben.de>

**Vorsitzender:** Matthias Steinmann

**Standort:** Burgenstr. 3b 71116 Gärtringen Tel.: 0174 / 2468 237

**Mail:** [akl-boeblingen@ak-leben.de](mailto:akl-boeblingen@ak-leben.de)

**Bankverbindung:** IBAN:DE 6260 3501 3000 0371 2096

KSK Böblingen, BIC:BBKRDE6BXXX

Mitglied in der Landesarbeitsgemeinschaft der AKL in Baden-Württemberg

Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention e.V. (DGS)

## 30 Jahre Arbeitskreis Leben e.V.



# Inhalt

1. Vorwort
2. Trauergruppe
3. Statistik
  - a) Bundesrepublik Deutschland
  - b) Baden-Württemberg
  - c) AKL Böblingen e.V.
4. Finanzen
5. Mittelfristige Ziele AKL-Arbeit
6. Erfahrungsreflexion

## 1. Vorwort

Im Jahr 2016 konnte der AKL Sindelfingen-Böblingen e.V sein dreißigjähriges Bestehen feiern. Auf den 15. April 2016 lud der AKL zur Jubiläumsfeier in den Stiftshof ein. Sehr erfreulich waren die zahlreichen Besucher von Freunden und Unterstützern der AKL-Arbeit. Grußworte von Sozialdezernent Alfred Schmid vom Landratsamt, von Dr. Reuber, leitender Oberarzt der Psychiatrie in Böblingen und von der Landesarbeitsgemeinschaft der AKLs in Baden-Württemberg gaben der Veranstaltung einen würdigen Rahmen. Musikalisch umrahmt wurde die Jubiläumsveranstaltung durch unsere Mitarbeiterin und Pianistin Beate Wiese-Winkler, die mit ihrem Ehemann Lieder von Georg Kreisler vortrugen. Kulinarisch versorgt waren wir in hervorragender Weise von Auszubildenden des Internationalen Bundes für Sozialarbeit, die uns von unserer Mitarbeiterin Barbara Gogoll vermittelt wurden. Der derzeitige Vorsitzende des AKL Böblingen würdigte in seiner Ansprache die Geschichte und die Leistungen der ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen des AKL. Hier seien ein paar Sätze seiner Ausführungen zitiert, die ein wenig die Atmosphäre der Jubiläumsfeier widerspiegeln:

„Ein ganz herzliches Grüß Gott, Ihnen, uns allen zur Feier des 30-jährigen Jubiläums des Arbeitskreises Leben im Landkreis Böblingen. Schön, dass Sie gekommen sind, unserer Einladung gefolgt sind, und damit zum Ausdruck bringen, dass Ihnen der Arbeitskreis Leben wichtig ist, dieser Arbeitskreis, der seit nunmehr 30 Jahren hier im Landkreis Menschen in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr Unterstützung, Hilfe und persönliche Begleitung anbietet.

Wir vom AKL Sindelfingen-Böblingen e.v. – wir sind zur Zeit 9 Aktive – haben uns lang und intensiv überlegt, ob und wenn Ja, wie wir das 30-jährige Bestehen begehen wollen. Ich glaube, den eigentlichen Schnaggler, dieses Datum zu feiern, hat es getan, als Du Albert als zweiter Vorsitzender zunächst als Entwurf für eine Einladungskarte dieses Feuerwerksbild in unsere Runde gegeben hattest. Zugegeben: ich war zunächst etwas verdutzt und habe mich auch gewundert über die sehr schnellen und spontanen Zustimmungen der Gruppe, bis ich dann begriffen habe, dass dieses Motiv mit dem schwarzen Nachthimmel, den sprühenden Feuerwerksfarben und der Erinnerung an die Ohhhs und Ahhhs, die uns bei einem Feuerwerk über die Lippen huschen, wohl genau das trifft, was uns Mitarbeitende im AKL letztendlich in dieser Arbeit hält: ich sag s mal – hoffentlich nicht zu pathetisch - so:  
es ist einfach beglückend, wenn Nacht nicht Nacht bleibt,  
wenn erstauntes Oh und Ah über - hin und wieder - sich einstellende Lebensfreude durch die Seele huscht.

In der Gruppe unserer derzeitig Aktiven im AKL haben wir eine Pianistin. Hier ist sie: Beate Wiese-Winkler. Ich freue mich sehr, dass Du Beate heute Abend hier am Flügel sitzt. Zunächst wirst Du uns aus gegebenem Anlass ein sehr ernsthaftes Stück solistisch vortragen und später mit Deinem Mann, Herrn Walter Winkler äußerst hintergründig humorvollen Lieder von Georg Kreisler musizieren.  
Herzlichen Dank, dass Ihr heute für uns auftrittet.

Mit dem Trauermarsch von Felix Mendelssohn-Bartholdy geht es jetzt zunächst mal hinein in die Tiefen menschlichen Lebens, wie es halt leider doch oft in unserer AKL - Arbeit ist. Erschrecken Sie nicht allzu sehr, wenn nun gleich der Tod anklopft: dadadada.

- Wir hören den Trauermarsch von Felix Mendelssohn-Bartholdy -

Dadadada! So beginnt dieses Stück im Fortissimo.

Haben sie es wahrgenommen? Hier klopft der Tod an!

Zum Ende hin ist dieses dadada immer noch zu hören, aber es ist leiser geworden, verhaltener, nicht mehr so sehr das penetrante Anklopfen des Todes.

Danke, Beate, für diese, Deine Interpretation dieses Liedes ohne Worte von Felix Mendelssohn-Bartholdy, das später im Volksmund, vermutlich wegen dieses dadadada Trauermarsch genannt wurde.

Du hast damit insgeheim ja das angedeutet, was wir im AKL im Grunde mit unserem Engagement unterstützen wollen.

Ich sag s mal so:

Wenn ich AKL - Dienst habe, im Anrufbeantworter eine Anfrage abhöre und zurückrufe, dann bin ich darauf gefasst, gefasst auf dieses: dadadada, manchmal laut, auch mal leise, mal im Vordergrund, mal ganz weit weg, aber immer irgendwie im Raum: dieses penetrante Anklopfen der Lebensmüdigkeit, des Todes, des Aufgebenwollens: dadadada. Menschen in Lebenskrisen, Menschen in Suizidgefahr hören es in sich, können es manchmal nicht mehr ausschalten: dadadada: ich halte dieses Leben nicht mehr aus. Aber Menschen, die dann zum Hörer greifen und die AKL- Nummer wählen, tragen auch die Hoffnung in sich, dass dieses Getrommel zumindest erträglicher und leiser werden kann.

...

Seit nun mehr 30 Jahren gibt es im Landkreis Böblingen diese Telefonnummer, und wenn ich die Jahresberichte durchgehe, dann stelle ich rückblickend fest, dass es mal mehr, mal weniger, aber durchschnittlich etwa 50 Menschen im Jahr waren, die die ehrenamtlich Mitarbeitenden durch Krisen des Lebens begleitet haben. Das waren also rein rechnerisch 1500 Menschen. 1500 Menschen, bei denen – so hoffen wir und so wünschen wir – im Laufe der Begleitung das dadadada, das Anklopfen der Krisenverhaftung leiser, erträglicher wurde und einem sinnerfüllten Leben mehr Platz einräumte.

Vielleicht war es sogar so, dass sich AKL- Mitarbeiter und Klient miteinander hier und da erstaunt wunderten über manches Ohh und Ahh glückenden Lebens, das wieder neu durch die Seele huschte.

...

Zum Ausblick gehört auch der Hinweis, dass die beiden AKLs im Landkreis Böblingen, Leonberg und Sindelfingen-Böblingen die einzigen AKLs sind, die – ich sage mal : immer noch - rein ehrenamtlich arbeiten.

Die anderen 9 AKLs in Baden-Württemberg haben alle eine feste Beratungsstelle mit hauptamtlich angestellten Sozialpädagogen und ehrenamtlichen Krisenbegleitern.

Unser bisheriger Versuch, auch in unserer dichtbesiedelten Region so eine feste Beratungsstelle für Menschen in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr einzurichten ist bisher nicht zu einem vorzeigbaren Ergebnis gekommen.

Das finden wir schade und ich schließe mit dem Versprechen:

Da bleiben wir dran!“

Soviel nun zu unserer Jubiläumsveranstaltung.

Im Berichtsjahr 2016 hat der Arbeitskreis Leben, Sindelfingen-Böblingen e.V. seinen Auftrag: die Begleitung von Menschen in Krisen - vor allem bei Selbsttötungsgefahr -, in gewohnter Weise und Konzeption weitergeführt.

Nach wie vor haben wir unseren Anrufbeantworter Telefonnr.: 07031 / 3049259 geschaltet. Im Jahr 2016 wurde er insgesamt 65 Mal besprochen.

Der AB wird täglich zwischen 8 Uhr und 18 Uhr alle zwei Stunden von einem der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen abgehört. Sehr zeitnah wird dann Kontakt mit dem/r Hilfesuchenden aufgenommen. Im Berichtsjahr haben die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des AKL Böblingen e.V. 49 Menschen über einen längeren Zeitraum in einer Lebenskrise begleitet. Insgesamt gab es darüber hinaus 25 Kurzkontakte.

An dieser Stelle danken wir ganz herzlich unseren Ehrenamtlichen, die mit bewundernswertem Engagement, hoher Flexibilität und viel Einfühlungsvermögen Menschen in den Tiefen des Lebens begleiten.

Der Dank gilt in besonderer Weise unserem zweiten Vorstand, Albert Mohr, der während der halbjährigen Abwesenheit des Vorsitzenden den Verein in vorzüglicher Weise geleitet hat, darüber hinaus unsere Homepage ([www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)) gepflegt und die Mitarbeitenden in allen IT-Fragen unterstützt hat.

Wir danken herzlich unseren Mitarbeitenden Barbara Gogoll und Elke Rogge, die seit April 2016 eine Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid (Näheres s.u.) gestalten.

Und wir danken Sabine Hamm, die in bewährter Weise die Öffentlichkeitsarbeit unseres Vereins wahrnimmt.

Am Ende des Jahres 2016 hat Frau Bettina Frey die Supervision unserer Betreuungen übernommen. Sie hatte auch unsere Wochenendfortbildung vom 18. - 20. November in Göttelfingen geleitet, in der wir uns intensiv mit Transaktionsanalyse beschäftigt haben.

Wie gut, dass uns im Berichtsjahr das Land Baden-Württemberg über die LAG in unserer nicht immer einfachen Arbeit genügend finanzielle Mittel zur Verfügung gestellt hat, dass wir die ehrenamtlich im AKL Mitarbeitenden so gut für Ihre Aufgabe aus- und fortbilden können.

## **2. Trauergruppe**

Im April des Berichtsjahres konnten zwei ehrenamtliche Mitarbeiterinnen Barbara Gogoll und Elke Rogge mit einer neuen Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid beginnen. Nach sehr engagierter Vorarbeit: Entwicklung eines sehr ansprechenden Flyers, wirkungsvoller Medienarbeit und Vorgesprächen mit den InteressentInnen startete die Trauergruppe am 16. April mit 10 TeilnehmerInnen.

Die Gruppe ist als „offene“ Gruppe geplant, so dass Trauernde ständig ein oder aber auch aussteigen können. 5 Menschen haben die Trauergruppe in 2016 wieder verlassen, 9 sind neu dazugekommen, zeitweise ist eine Warteliste notwendig.

Die Gruppe trifft sich immer am ersten Mittwoch im Monat im CVJM-Haus in Sindelfingen. Bei den Gruppenabenden schlagen entweder die Leitenden ein Thema vor oder es wird diskutiert, sich ausgetauscht, mal geweint, mal gelacht, wie es der Gruppe am Herzen liegt.

Am Ende des Abends wird ein Text vorgelesen und meistens dauert der Abschied lange, weil sich noch kleine Grüppchen bilden.

### 3. Statistik

In der Altersgruppe der Fünfzehn- bis Vierundvierzigjährigen ist der Suizid inzwischen eine der drei häufigsten Todesursachen, bei den Zehn- bis Vierundzwanzigjährigen sogar die zweithäufigste Todesursache.

Mit diesen Zahlen hat die Weltgesundheitsorganisation (WHO) am Internationalen Suizidpräventionstag, dem 10. September 2016 auf ein auf der ganzen Welt unterschätztes Problem aufmerksam gemacht. Die Suizidraten sind nach WHO-Angaben in den vergangenen 45 Jahren um 60 Prozent gestiegen.

Im Schnitt kommen auf 100.000 Menschen etwa 16 Selbsttötungen im Jahr.

Im Landkreis Böblingen sind es bei Männern 17,1, bei Frauen 3,7, gesamt also 20,8!!

#### a) Selbsttötungen und der BRD

(Quelle: <http://www.naspro.de/dl/Suizidzahlen2013.pdf>, 9.3.2016)

In Deutschland haben sich die Zahlen zwischen 1981 (18 825) und 2008 (9 451) zwar nahezu halbiert, steigen seither aber leicht an: 2013: 10 076 (+ 16.6%), **2015 : 10 080!**

Die Gründe dafür sind vielfältig, allerdings werden sie meist nicht eigens aufgeführt, da für die Todesursachen-Statistiken auch in Deutschland als Grundlage nur die Leichenschau-scheine herangezogen werden.

Die Risikofaktoren sind allerdings bekannt: psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Angststörungen, Alkoholsucht und sexueller Missbrauch, dazu Gewalt.

Mit wenigen Ausnahmen (etwa China) töten sich in fast allen Ländern der Welt wesentlich mehr Männer als Frauen. Die gesellschaftliche Stellung spielt dabei keine Rolle.

Da nach Angabe der WHO von einem Suizid im Durchschnitt mindestens sechs nahe stehende Menschen betroffen sind, bedeutet das, dass weit über 60.000 Menschen im Jahr 2015 einen ihnen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben. Über 100.000 Menschen begingen im Jahr 2015 einen Suizidversuch.

Das bedeutet:

Durchschnittlich alle 52 Minuten nimmt sich in der BRD ein Mensch selbst das Leben. Alle 5 Minuten findet ein Suizidversuch statt.

In den letzten 10 Jahren starben mehr als 110.000 Menschen durch Suizid.

In den letzten 10 Jahren gab es in Deutschland weit über 1 Million Suizidversuche.

In den letzten 10 Jahren sind in Deutschland zwischen 500.000 und 1 Million Menschen von dem Suizid eines ihm nahe stehenden Menschen betroffen

Alle 9 Minuten verliert in Deutschland jemand einen nahe stehenden Menschen durch Suizid.

In Deutschland sterben deutlich mehr Menschen durch Suizid als durch Verkehrsunfälle, Mord und Totschlag, illegale Drogen und Aids.

#### b) Selbsttötungen in Baden-Württemberg

Nach Angaben des Statistischen Landesamtes Baden-Württemberg haben sich **im Jahr 2015 1 290** Menschen das Leben genommen. Auch in Baden-Württemberg werden Suizide häufiger von Männern als von Frauen verübt:

**Im Jahr 2015 haben 933 Männer und 357 Frauen ihrem Leben ein Ende gesetzt.**

## c) Statistische Zahlen des AKL BB

(hier nur ein paar Daten aus unserer sehr ausführlichen LAG-Statistik)

| Wer hat Kontakt zum AKL gesucht (LAG)            |        |         |
|--|--------|---------|
| Antwort  | Anzahl | Prozent |
| Betroffener (it001)                              | 24     | 50.00%  |
| Angehörige/r, Freund/in, soziales Umfeld (it002) | 10     | 20.83%  |
| Hinterbliebene/r nach Suizid (it003)             | 14     | 29.17%  |
| keine Antwort                                    | 0      | 0.00%   |
| Nicht beendet oder nicht gezeigt                 | 0      | 0.00%   |

| A. Geschlecht (LAG)              |        |         |
|----------------------------------|--------|---------|
| Antwort                          | Anzahl | Prozent |
| weiblich (it004)                 | 32     | 66.67%  |
| männlich (it005)                 | 15     | 31.25%  |
| keine Angabe (it006)             | 0      | 0.00%   |
| keine Antwort                    | 1      | 2.08%   |
| Nicht beendet oder nicht gezeigt | 0      | 0.00%   |

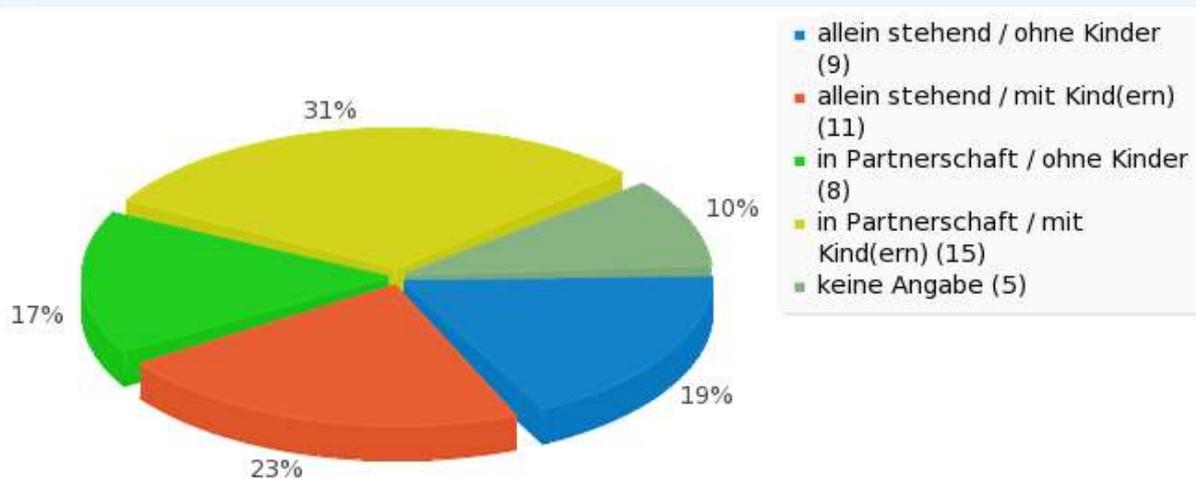
| B. Altersgruppe (LAG)            |        |         |
|----------------------------------|--------|---------|
| Antwort                          | Anzahl | Prozent |
| bis 10 Jahre (it007)             | 0      | 0.00%   |
| 11-15 Jahre (it008)              | 0      | 0.00%   |
| 16-20 Jahre (it009)              | 3      | 6.25%   |
| 21-25 Jahre (it010)              | 0      | 0.00%   |
| 26-30 Jahre (it011)              | 4      | 8.33%   |
| 31-40 Jahre (it012)              | 7      | 14.58%  |
| 41-50 Jahre (it013)              | 14     | 29.17%  |
| 51-60 Jahre (it014)              | 9      | 18.75%  |
| 61-70 Jahre (it015)              | 7      | 14.58%  |
| 71-80 Jahre (it016)              | 2      | 4.17%   |
| 81-90 Jahre (it017)              | 0      | 0.00%   |
| 91 und älter (it018)             | 0      | 0.00%   |
| keine Angabe (it019)             | 1      | 2.08%   |
| keine Antwort                    | 1      | 2.08%   |
| Nicht beendet oder nicht gezeigt | 0      | 0.00%   |

### F. Wohnsituation (LAG)

| Antwort                                     | Anzahl | Prozent |
|---|--------|---------|
| mit Partner lebend (it036)                  | 23     | 47.92%  |
| Singlehaushalt (it037)                      | 11     | 22.92%  |
| in Wohngemeinschaft (it038)                 | 1      | 2.08%   |
| in Herkunfts-/Pflegefamilie lebend (it038a) | 1      | 2.08%   |
| in Institution/betreutem Wohnen (it038b)    | 1      | 2.08%   |
| mit Kindern (u.18) lebend (it039)           | 10     | 20.83%  |
| mit erw. Kindern lebend (it039a)            | 7      | 14.58%  |
| anders (it040a)                             | 3      | 6.25%   |

### E. Familiäre Situation (LAG)

| Antwort                                  | Anzahl | Prozent |
|--|--------|---------|
| allein stehend / ohne Kinder (it031)     | 9      | 18.75%  |
| allein stehend / mit Kind(ern) (it032)   | 11     | 22.92%  |
| in Partnerschaft / ohne Kinder (it033)   | 8      | 16.67%  |
| in Partnerschaft / mit Kind(ern) (it034) | 15     | 31.25%  |
| keine Angabe (it035)                     | 5      | 10.42%  |
| keine Antwort                            | 0      | 0.00%   |
| Nicht beendet oder nicht gezeigt         | 0      | 0.00%   |

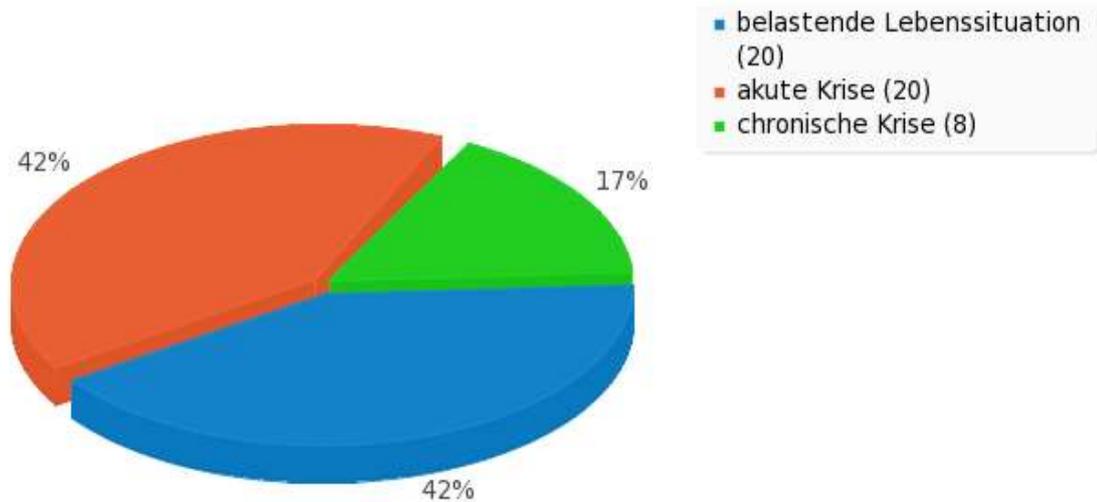


### Q. Art der Kontakte

| Antwort                                    | Anzahl | Prozent |
|--|--------|---------|
| persönliche Begegnung (it134)              | 31     | 64.58%  |
| Telefonate (it135)                         | 37     | 77.08%  |
| Email-Kontakte (it136)                     | 12     | 25.00%  |
| Zusammenarbeit m. a. Einrichtungen (it137) | 4      | 8.33%   |

### K. Anlass der Kontaktaufnahme (LAG)

| Antwort                            | Anzahl | Prozent |
|------------------------------------|--------|---------|
| belastende Lebenssituation (it079) | 20     | 41.67%  |
| akute Krise (it080)                | 20     | 41.67%  |
| chronische Krise (it081)           | 8      | 16.67%  |
| keine Angabe (it082)               | 0      | 0.00%   |
| keine Antwort                      | 0      | 0.00%   |
| Nicht beendet oder nicht gezeigt   | 0      | 0.00%   |

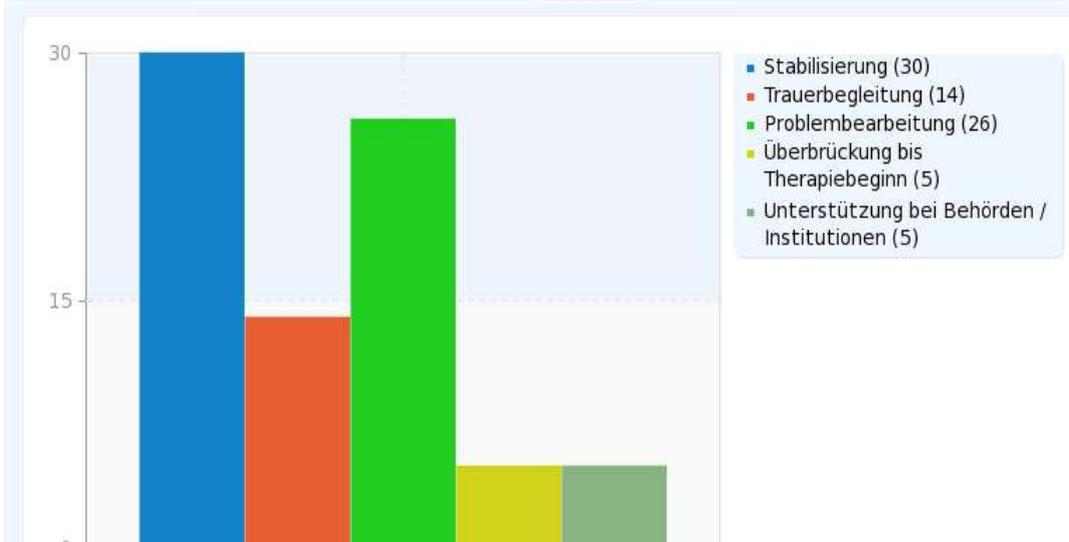


### Kontaktaufnahme über (Vermittlung durch / geraten von)

| Antwort   | Anzahl | Prozent |
|---|--------|---------|
| Wiederaufnahme (it061)                            | 2      | 4.17%   |
| Angehörige, Freunde, Bekannte (it062)             | 5      | 10.42%  |
| Schule, Arbeitsstelle (it063)                     | 1      | 2.08%   |
| Telefonseelsorge (it064)                          | 0      | 0.00%   |
| Kirche / Pfarramt (it065)                         | 2      | 4.17%   |
| Rettungsdienst /Kriseninterventionsdienst (it066) | 2      | 4.17%   |
| Polizei (it067)                                   | 0      | 0.00%   |
| Klinik (it068)                                    | 3      | 6.25%   |
| Arzt / Therapeut (it069)                          | 1      | 2.08%   |
| Beratungsstelle (it070)                           | 3      | 6.25%   |
| Behörde (it071)                                   | 1      | 2.08%   |
| Presse (it072)                                    | 0      | 0.00%   |
| Veranstaltungen (it073)                           | 0      | 0.00%   |
| AKL-Infomaterial (it074)                          | 17     | 35.42%  |
| Internet / Homepage (it075)                       | 7      | 14.58%  |
| Telefonbuch (it076)                               | 0      | 0.00%   |
| sonstige (it077)                                  | 1      | 2.08%   |
| keine Angabe (it078)                              | 3      | 6.25%   |

### R. Inhalt der Begleitung

|  |                         |    |        |
|--|-------------------------|----|--------|
| Stabilisierung                             | <a href="#">Ansehen</a> | 30 | 62.50% |
| Trauerbegleitung                           | <a href="#">Ansehen</a> | 14 | 29.17% |
| Problembearbeitung                         | <a href="#">Ansehen</a> | 26 | 54.17% |
| Überbrückung bis Therapiebeginn            | <a href="#">Ansehen</a> | 5  | 10.42% |
| Unterstützung bei Behörden / Institutionen | <a href="#">Ansehen</a> | 5  | 10.42% |



## 4. Finanzen

### Verwendungsnachweis AKL Sindelfingen-Böblingen 2016 Plan 2017

|                                      | <u>Plan</u>      | <u>Ist</u>       | <u>Plan 2017</u> |
|--------------------------------------|------------------|------------------|------------------|
| Allgemeine Verwaltungskosten         | 300,00           | 476,00           | 300,00           |
| Fachliteratur                        | 350,00           | 0,00             | 350,00           |
| Beiträge / Gebühren                  | 250,00           | 989,66           | 250,00           |
| Fahrtkosten                          | 2.000,00         | 2.305,00         | 2.000,00         |
| Öffentlichkeitsarbeit inkl. Ehrenamt | 2.000,00         | 5.580,50         | 2.000,00         |
| Fortbildungen                        | 4.000,00         | 2.720,80         | 4.000,00         |
| Supervisionen                        | 2.000,00         | 540,00           | 2.000,00         |
| Honorarkräfte                        | 2.000,00         | 510,00           | 2.000,00         |
| Technischer Sp. Mohr, Albert         | 500,00           | 0,00             | 500,00           |
|                                      | <b>13.400,00</b> | <b>13.121,96</b> | <b>13.400,00</b> |
| <br>                                 |                  |                  |                  |
| Kontoübertrag per 31.12.2015         | <b>6.805,39</b>  |                  |                  |
| <br>                                 |                  |                  |                  |
| <b>Eingänge</b>                      |                  |                  |                  |
| LAG                                  | 7.918,75         |                  |                  |
| Spenden                              | 200,00           |                  |                  |
|                                      | <b>8.118,75</b>  |                  |                  |
| <br>                                 |                  |                  |                  |
| <b>./ . Ausgaben</b>                 |                  | <b>13.121,96</b> |                  |

## 5. Ziele der AKL Arbeit im Landkreis Böblingen

Der AKL Sindelfingen-Böblingen e.V. ist ein rein ehrenamtlicher Verein. Wir haben keinen hauptamtlichen Mitarbeiter und auch keine feste Beratungsstelle. So bemerkenswert die Arbeit der Ehrenamtlichen auch ist, so stellen wir auch immer wieder fest, dass wir ehrenamtlich Arbeitenden an unsere Grenzen kommen und deswegen oft als notwendig Erachtetes nicht geleistet werden kann.

Einige erkannte Problembereiche sollen hier zum Weiterdenken einladen:

a) Das Thema Bewältigung von Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr müsste in weit größerem Maße präventiv angegangen werden, z. B. durch Veranstaltungen in Schulen, Altersheimen, Seniorenakademien, Volkshochschulen o.dgl..

b) Die persönlichen Begegnungen mit unseren Klienten geschehen bei uns meist im öffentlichen Raum, in Cafés, bei Spaziergängen. In manchen Situationen wird dies durchaus als niederhürdig und angemessen erlebt. Es häufen sich aber die Begegnungen, bei denen ein schützender Raum, in dem auch geweint werden darf, hilfreich wäre.

c) Immer wieder kommen wir bei der Begleitung von Menschen in Lebenskrisen in die Situation, dass unsere ehrenamtliche Begleitung zwar als hilfreich erlebt wird, aber eine professionelle Psychotherapie oder eine fachärztliche psychiatrische Behandlung angezeigt wäre.

Wir machen dabei die Erfahrung, dass die Suche unserer Klienten nach einem geeigneten Therapieplatz sich äußerst schwierig gestaltet.

Die Wartezeiten sowohl in den psychologischen Beratungsstellen, wie bei den niedergelassenen Therapeuten und psychiatrischen Praxen reichen von minimal 4 Wochen bis zu 6 Monaten.

Unter den AKL-Mitarbeitenden wird an den genannten Problemstellen immer wieder die Möglichkeit diskutiert, ob nicht im Ballungsgebiet Böblingen-Sindelfingen, bzw. für den gesamten Landkreis Böblingen es zielführend im Sinne einer psychosozialen Betreuung wäre, die AKL-Arbeit auf teilprofessionelle Beine zu stellen wie etwa in Stuttgart, Tübingen, Reutlingen, Nürtingen, Freiburg. Dort arbeiten hauptamtliche MitarbeiterInnen in einem festen Büro mit Beratungsräumen. Die angestellten pädagogisch-therapeutischen Fachkräfte sorgen für den notwendigen Rahmen der ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen. Sie gewährleisten für die KlientInnen die verlässliche Erreichbarkeit, bieten Erstgespräche und akute Krisenintervention an und geben sie dann zur Begleitung an die ehrenamtlich Mitarbeitende weiter. Zudem übernehmen die Hauptamtlichen die regelmäßige Gruppensupervision und Fortbildung der Ehrenamtlichen, sorgen für kontinuierliche Kontakte zu anderen Diensten, organisieren Öffentlichkeitsarbeit und präventive Maßnahmen.

Die Überlegung, mit z.B. zwei 50%-Stellen und einer festen Beratungsstelle der AKL-Arbeit im Landkreis Böblingen eine qualifiziertere Grundlage zu schaffen, wird zu einem reizvollen Gedanken und sollte mittelfristig angegangen werden.

## 6. Erfahrungsreflexion

Die Mitarbeit im Arbeitskreis Leben ist anstrengend.

Sich einem Menschen zu nähern, dem der Mut zu leben abhanden gekommen ist, braucht Mut und Geduld, profunde Kenntnisse an Gesprächsführung und Krisenintervention.

Präsent zu sein, unvoreingenommen, mit offenem Ohr, wachen Augen, zugewandtem Herz dort dran zu bleiben, wo andere gerne weg hören, die Augen zumachen, weitergehen, all' das braucht ein hohes Maß an Menschenliebe, an Selbstreflexion, an Aus- und Fortbildung, auch an Distanzierungsmöglichkeit, braucht Freunde, eine Gruppe, Menschen, die "verstehen". Der AKL Sindelfingen-Böblingen e.V. versteht sich als so eine Gruppe, die verstehen will: zuallererst die Menschen, die sich mit ihrer Not an den AKL wenden. Von ihnen wissen wir, was in der Präambel der Richtlinien unseres Dachverbandes, der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) der Arbeitskreise Leben (AKL) in Baden-Württemberg), so steht:

"Menschen in akuten Krisensituationen, insbesondere, wenn sie an Suizid denken, benötigen Unterstützung in Form eines verlässlichen Beziehungsangebotes. Im Vordergrund steht als Antwort auf die eingeeengte Perspektive der Betroffenen ein zeitnahes Kontaktangebot, ein der jeweiligen Krisensituation angepasstes Handeln und die Suche nach Entlastungsmöglichkeiten in der aktuellen Notsituation. Mitmenschliche Begleitung kann das Vertrauen in verbindliche Beziehung wieder herstellen. Schwerpunkt des Angebotes der AKLs ist der Kontakt und die Stabilisierung im Krisenfall, um durch die Reaktivierung eigener Ressourcen der Betroffenen Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. Die daran anschließende Einbindung Betroffener in einzelne Projekte fördert und unterstützt die Bildung von Selbsthilfegruppen."

Im Dasein für Menschen in psychischer und manchmal körperlicher oder materieller Not kennen wir auch die Erfahrung, dass wenn wir Menschen an den Abgründen des Leben begleiten wollen, wir uns selbst gut verstehen müssen. In unseren 14-tägigen Gruppentreffen und den drei Fortbildungswochenenden pro Jahr üben wir, uns selbst wahrzunehmen, erzählen von den Begegnungen mit "Menschen in Not", hören einander zu, reflektieren unser Tun intervisorisch und in vierwöchigem Rhythmus mit einer Supervisorin und ermutigen uns so gegenseitig für die anstrengende Aufgabe, an den Abgründen des Lebens präsent zu sein.

Ende des Jahres 2016 waren wir 7 aktive, gut ausgebildete ehrenamtliche MitarbeiterInnen, die sich den "Dienst" des AKL teilten.

Einen "Dienst-Tag" zu übernehmen, bedeutet, zwischen 8h und 18h alle zwei Stunden, den Anrufbeantworter abzuhören, in die Mailbox zu schauen und mit den Hilfesuchenden so Kontakt aufzunehmen, dass Entlastung entstehen kann in der wie auch immer gearteten Belastung.

AKL-Arbeit wird zur sinngebenden Arbeit, wenn in den Gesprächen, in den Begegnungen, bei den Spaziergängen oder in den Cafés etwas von dem entstehen kann, was eine Mitarbeitende mal so formulierte:

es ist einfach beglückend,  
wenn Nacht nicht Nacht bleibt,  
wenn erstauntes Oh und Ah  
über - hin und wieder - sich einstellende Lebensfreude  
durch die Seele huscht.

Gärtringen-Rohrau, den 16. März 2017

Matthias Steinmann  
Albert Mohr  
(1. und 2. Vorsitzender )