

2010

Jahresbericht
AKL Nürtingen-Kirchheim



ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL)



BROSCHÜREN BEIM AKL

Folgende Broschüren sind kostenlos beim AKL Kirchheim-Nürtingen erhältlich (Portokosten sind zu erstatten):

Zwischen Selbsterstörung und Lebensfreude. Hinweise für die Suizidprävention bei jungen Menschen

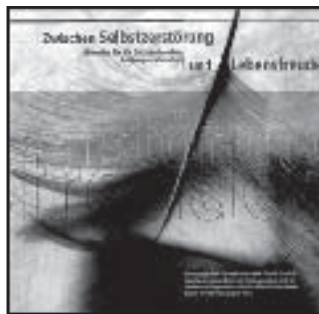
(2009) – 50 Seiten

Die Broschüre wurde im Auftrag der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention e.V. (DGS) speziell für Schulen und Einrichtungen der Jugendhilfe erstellt.

Suizid – Fragen und Antworten.

Erfahrungen und Aspekte

(2009) – 28 Seiten



Impressum

Redaktion

Lore Hofmann, Renate Laderer-Cordi,
Michaela Saliari-Abdelatif, Ursula Strunk,
Holger Kies

Grafik-Design

Hannelore Lörz

Fotos

Archiv, Fotolia

Druck

Druckerei Djurcic

Auflage

800 Exemplare auf fsc-zertifiziertem Papier

© 2011 Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim e.V.

Alle Rechte vorbehalten.

INHALTSÜBERSICHT

VORWORT.....	3
PERSONALSITUATION UND VORSTAND.....	4
KRISENBEGLEITUNG.....	5
UNSERE ANGEBOTE UND LEITLINIEN . PRÄVENTION.....	6
PRÄVENTION 2010.....	7
GREMIENARBEIT UND VERNETZUNG.....	8
AKL-TREFF.....	9
KARIBUNI	10
BERICHT AUS UNSERER ARBEIT.....	11
NEUE EINFÜHRUNGSGRUPPE.....	12
VERANSTALTUNGEN UND EREIGNISSE.....	13
STATISTISCHE AUSWERTUNG 2010.....	14
ANMERKUNGEN ZUR AUSWERTUNG.....	15
STATISTIK DER SELBSTTÖTUNGEN	16
BEGLEITUNG TRAUENDER NACH SUIZID.....	17
FINANZEN . SPENDER UND FÖRDERER.....	18
AKL IN BADEN-WÜRTTEMBERG.....	19
AKL NÜRTINGEN-KIRCHHEIM.....	20

VORWORT

Liebe Freundinnen und Freunde des AKL Nürtingen, mein zwölfjähriger Sohn besucht ein Gymnasium in regionaler Nähe, bei dem die Eltern selbstorganisiert schon seit Jahrzehnten den gesamten Mensabetrieb regeln und aufrecht erhalten. Die Qualität des Essens gilt als mit die beste weit und breit. Räumlich muss das Mensagebäude erweitert werden, weil es – bedingt durch die hohe Nachfrage – nahezu aus allen Nähten platzt.

Was für ein gutes Beispiel bürgerschaftlichen Engagements! Welch enorme Kosten konnten dem Gemeinwesen seit den Anfängen dieses Betriebs in den 80-er Jahren bis heute dadurch erspart werden! Es gibt viele weitere Beispiele für ehrenamtliches Engagement, z.B. die „Tafel-speisungen“, wo Menschen aufgefangen werden, die der Staat hemmungslos fallen ließe.

Gelegentlich wird der gesamte Ansatz des ehrenamtlichen Engagements kritisch hinterfragt. Ist es beispielsweise legitim, dass die im Kern professionell bereit zu stellenden staatlichen Aufgaben von wenigen opferbereiten Bürgerinnen und Bürgern ehrenamtlich erbracht werden? Der Rest unserer Gesellschaft freut sich zwar daran, dass die frei werdenden Ressourcen eher für den Straßenbau, für eine repräsentative Stadthalle, für einen aufwendigen Bäderbetrieb und für den Narrenverein eingesetzt werden können, aber einige wenige fühlen sich dann auch zur Mithilfe verpflichtet und können objektiv wegen Zeitknappheit nichts Entsprechendes leisten. Die Reaktion der allgemeinen Öffentlichkeit schwankt damit im Ergebnis zwischen Schuldgefühlen und der Schadenfreude, eben ein paar „Dumme“ gefunden zu haben.

Aber: Nicht umsonst ist die Sozialstaatlichkeit bei uns grundrechtlich verankert.

Resümierend wäre es wünschenswert, würde ehrenamtliches Engagement professionelle Arbeit stützen und nicht ersetzen. Hier stellt sich die Frage der Abgrenzung bzw. Ergänzung ehrenamtlich und professionell zu erbringender Sozialer Arbeit.

Unser Arbeitskreis Leben e.V. hier in Nürtingen und Kirchheim kann als Paradebeispiel für eine Antwort auf diese Fragestellung dienen. Die Grenze zwischen Ehrenamtlichkeit und Professionalität ergibt sich nach einer Analyse der „fallweise“ erforderlichen Ressourcen. Während der Faktor Zeit bei den hauptamtlich Tätigen eher knapp und teuer ist, verfügen sie über ein professionelles „Kompetenzbündel“, inklusive nachhaltiger Präsenz. Umgekehrt sieht es bei der ehrenamtlichen Leistung aus. Die Ressource „Handlungskompetenz“

ist auf einem sehr unterschiedlichen Niveau gegeben und ggf. noch zu entwickelnden, aber die Ressource „Zeit“ steht in einem relativ hohen Maße zur Verfügung. Diese Ressourcen, gut organisiert, können somit zum Wohle der Menschen, die sich in Notlagen befinden, ineinander greifen. Es bedarf allerdings einer intensiven Kommunikation zwischen ehrenamtlich engagierten und professionellen Kräften, die jeweiligen Schnittstellen zu erkennen, um eine reibungslose Zusammenarbeit umzusetzen.

Der „Arbeitskreis Leben e.V.“ muss in der Konsequenz mit seinen professionellen Kräften eine Begleitung und permanente fachliche Qualifizierung der ehrenamtlich engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sicherstellen. Darüber hinaus muss die Organisation den Bürgerinnen und Bürgern auch Wertschätzung und Anerkennung zeigen. Denn Lebenszeit ist ein knappes Gut. Wir investieren sie nicht gerne für eine Sache, in der wir uns entbehrlich fühlen. Damit hat der „Arbeitskreis Leben e.V.“ auch die Aufgabe, den Faktor „Freude und Spaß“ im Engagement bei den ehrenamtlichen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen aufrecht zu erhalten und zu fördern. In der Konsequenz muss der „Arbeitskreis Leben e.V.“ weiterhin und kontinuierlich, vielleicht sogar noch intensiver als bisher, seine Aufgaben im Bereich der Betreuung von Ehrenamtlichen sehen.

Nach wie vor reichen die öffentlichen Zuschüsse zur Finanzierung nicht aus und wir sind auf ein hohes Maß an Spenden angewiesen. Auf der anderen Seite brauchen wir die ehrenamtlich engagierten Bürgerinnen und Bürger, damit wir den Hilfebedürftigen in allererster Linie Zeit schenken können.

Neben der fallweisen Betreuung der Klientinnen und Klienten, der Betreuung und Qualifizierung von Ehrenamtlichen sowie dem Werben um finanzielle Mittel ergibt sich im Ergebnis für die hauptamtlich Tätigen ein enorm anspruchsvolles Aufgabenbündel.

Wir danken Ihnen allen, die Sie – mit ihren jeweiligen individuellen Möglichkeiten – uns auf vielfältige Weise bisher unterstützt haben und wir wollen darum bitten, dass Sie, liebe Freundinnen und Freunde, Ihr Engagement auch im Jahre 2011 und darüber hinaus aufrechterhalten mögen.

Ich grüße Sie

Prof. Dr. Arnold Pracht
Stv. Vorsitzender



PERSONALSITUATION UND VORSTAND

Hauptamtliche MitarbeiterInnen

In den Beratungsstellen Nürtingen und Kirchheim waren im Jahr 2010 folgende hauptamtliche MitarbeiterInnen tätig (verteilt auf 2,5 Personalstellen).

Ursula Strunk - 80% Geschäftsführung, Beratung, inhaltliche Arbeit, Gruppe

Renate Cordi - 80% Beratung, inhaltliche Arbeit, Gruppe

Holger Kies - 40% Beratung, inhaltliche Arbeit, Gruppe (ab 7/2010)

Michaela Saliari - 55% Verwaltung, Assistenz der Geschäftsführung

Honorarkräfte

Dr. Gerth Döring als Co-Leiter einer Supervisionsgruppe ehrenamtlicher KrisenbegleiterInnen (bis 1/2010)

Lore Hofmann als Leiterin der Gruppe Karibuni

Gabriele Alberth als Vertretung/Unterstützung in der Beratung

Weitere Mitarbeiter

Michaela Saliari unterstützte in der Beratung (ab 3/2010)

Theresa Ditterich, BOGY-Praktikantin vom Ludwig-Uhland-Gymnasium KH, 25.-29.10.2010

Bürgerschaftlich engagierte MitarbeiterInnen

Insgesamt 48, teilweise in Doppelfunktion bürgerschaftlich engagierte MitarbeiterInnen (Stand 31.12.2010) waren für den AKL tätig.

32 MitarbeiterInnen als KrisenbegleiterInnen,

1 Mitarbeiterin als Co-Leiterin der Gruppe Karibuni

5 MitarbeiterInnen für den AKL-Treff

2 MitarbeiterInnen für die Kassenprüfung

2 MitarbeiterInnen für die Gruppenleitung „Leben nach der Arbeit“

5 MitarbeiterInnen als „Lebenslehrer“

7 Vorstandsmitglieder

Der amtierende Vorstand des AKL 2010

Geschäftsführender Vorstand

Bei der Mitgliederversammlung im Juni fanden Vorstandswahlen statt. Der neue Vorstand setzt sich zusammen aus:

Vorsitzende: Irene Gekle, Nürtingen, Dipl. Psychologin, Gerichtsgutachterin, Gerontologin

Stellvertretender Vorsitzender: Prof. Dr. Arnold Pracht, Wernau, Hochschullehrer

Schatzmeister: Markus Bienecker, Marburg, Dipl. Sozialpädagoge (FH), Dipl. Sozialwirt (FH)

Beisitzerin / Beisitzer:

Susanne Ackermann, Nürtingen, Leiterin der VHS und des Kulturamtes der Stadt Nürtingen

Christa Holderer, Nürtingen, ehrenamtliche AKL-Krisenbegleiterin

Werner Müllerschön, Altdorf, Dipl.-Ing. Maschinenbau, selbständig,

Heide Unger, Nürtingen, Dozentin Kinderakademie

Fortbildungen und Supervision der Hauptamtlichen

Im AKL gehört regelmäßige Supervision der Fachkräfte zum Standard. 2010 haben wir mit einer Supervisorin zusammengearbeitet, die ihren Schwerpunkt in der Systemischen Beratung sieht.

Bei Bedarf nehmen die Fachkräfte eine medizinische Konsultation in Anspruch. In 2010 wurden bei einem Termin Fragen zum psychiatrischen Themenumfeld im Gespräch mit einem Facharzt der psychiatrischen Abteilung der Klinik Nürtingen erörtert.

Weitere Fortbildungsmaßnahmen der Mitarbeiter waren: Krisenberatung, Systemische Kinder- und Jugendlichen-therapie, Beratung und Therapie bei Depression, Grundlagen der Dialektisch-Behavioralen Therapie.

Neuer Teamkollege: Holger Kies

Für die, die es noch nicht über die alltägliche Zusammenarbeit oder unser Info „AKL-Aktuell“ erfahren haben: Seit Juli 2010 gehört Holger Kies mit einem Umfang von 40% zum Team der Hauptamtlichen. Heute, mit der Erstellung des Jahresberichts, fühlt sich das gar nicht mehr „neu“ an! Er ist schon ein Teil vom AKL geworden und ergänzt uns als Person und mit seinen Kompetenzen. Schwerpunktmäßig macht er Beratungen und leitet eine Gruppe mit Krisenbegleitern. Holger Kies ist 42 Jahre alt, hat zwei Töchter im Alter von 9 und 13 Jahren. Er war in zwei Krankenhäusern, in einer Psychologischen Beratungsstelle und bei einem Bildungsträger tätig.



Supervision der KrisenbegleiterInnen

Die Freiwilligen trafen sich auch 2010 in drei Gruppen im 14-täglichen Rhythmus zur gemeinsamen Beratung / Supervision der Begleitungsarbeit. Aufgrund unserer engen Ressourcen haben wir jetzt in jeder Gruppe nur noch eine Fachkraft als Leitung.

Die 4. Gruppe, Karibuni, traf sich - wie gewohnt - in 4-wöchentlichem Rhythmus.

Fortbildungsangebote für die KrisenbegleiterInnen

Im Jahr 2010 gab es wieder mehrere Fortbildungsangebote und gemeinsame Aktivitäten für die ehrenamtlichen Krisenbegleiterinnen und Krisenbegleiter.

Im Januar veranstalteten wir unseren traditionellen Brunch. „Achtsamkeit und Akzeptanz“ wurde in zwei Veranstaltungen theoretisch vorgestellt und erörtert, aber auch erfahren und für die Begleitungsarbeit erlebbar gemacht. Als Referenten konnten wir Prof. Dr. Thomas Heidenreich von der Hochschule Esslingen, Fachbereich Sozialwesen und Dr. Vladimir Bostanov von der Uni Tübingen gewinnen. Herr Heidenreich vertritt „Psychologie für Soziale Arbeit und Pflege“ und ist ausgewiesener Experte im Feld der Therapie der Depression. Herr Bostanov leitet an der Uni Tübingen, med. Fakultät, sog. „Achtsamkeitsgruppen“, die auch für psychiatrische Patienten insbesondere mit Borderlinestörung und Depressionen, geeignet sind.

Der Ansatz von „Achtsamkeit und Akzeptanz“ ist derzeit viel im Gespräch, gleichwohl ist die Essenz davon uralte, lebenspraktische Weisheit, die sich u. a. auch in der christlichen und buddhistischen Tradition findet.

Im Juli hat eine Gruppe Freiwilliger eine Führung durch die Ausstellung „Lichtblicke“ im Bürgertreff besucht. Die Künstler waren anwesend und haben interessante Einblicke gegeben.

Wir danken allen Krisenbegleiterinnen und Krisenbegleitern für ihr Engagement!

Ehrenamtspreis 2010

Eine besondere Auszeichnung haben sich „unsere“ Freiwilligen dieses Jahr verdient. Dass sie starke Helfer sind, wissen wir schon lange! Nun haben wir es schriftlich: Sie erhielten den Ehrenamtspreis der Stiftung der Kreissparkasse Esslingen im Bereich „Helfen, retten, Chancen schenken“. Im Oktober fand die feierliche Preisverleihung statt. Wir gratulieren unseren Krisenbegleiterinnen und Krisenbegleitern für diese Auszeichnung!

Für den ganzen AKL, der ohne die Freiwilligen gar nicht existieren könnte, ist diese Würdigung eine große Ehre!

Rainer Arnold, MdB, ist unser Pate geworden!

Mit dem Ehrenamtspreis war auch noch diese Freude verbunden. Wie jeder Pate wird er uns ein Stück auf unserem Weg begleiten. Auch als Landesvorstand der SPD in Baden-Württemberg unterstützt er uns im regionalen politischen Feld. Er will uns auch bei der Eigenmittel-Beschaffung helfen.

Zum Auftakt war Rainer Arnold am 19.11.2010 im AKL und sprach mit Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen. Seine Fragen machten deutlich, dass er sich mit unseren Themen beschäftigt. Wir haben seine Frage erörtert, wie wir uns um junge Menschen kümmern. Wir konnten Herrn Arnold berichten, dass wir uns in den Schulen im präventiven Bereich engagieren.





UNSERE ANGEBOTE UND LEITLINIEN

Angebote im Überblick

- Krisenintervention bei akuten Krisen
- Beratung und Begleitung, auch als Überbrückung auf dem Weg zu einer Therapie
- Beratung für Angehörige und andere Personen im Umfeld gefährdeter / belasteter Menschen
- Begleitung im Alltag durch KrisenbegleiterInnen
- Begleitung für Flüchtlinge im Alltag durch KrisenbegleiterInnen (Karibuni)
- nachsorgende Begleitung im Anschluss an einen Klinikaufenthalt nach einem Suizidversuch
- Einzelgespräche für Trauernde um einen durch Suizid verstorbenen Menschen
- Suizidprävention für junge Menschen, z.B. Email-Beratung, Unterrichtseinheiten an Schulen, Schulberatung, Mitwirkung an Projekttagen
- öffentliche Informationsveranstaltungen zu Themen wie „Krise“ und „Suizidprävention“
- themenbezogene Vorträge für interessierte Gruppen
- offener AKL-Treff für problembeladene, Kontakt suchende Menschen
- Gesprächsgruppen für ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen
- Wechselnde Gruppenangebote wie: Gesprächsangebote für Hinterbliebene nach Suizid, Gruppe für den Übergang Arbeit-Rente, etc.

Folgende Leitlinien gelten beim AKL für die Arbeit mit Menschen in (suizidalen) Krisen:

- einfacher Zugang (ohne Überweisung)
- schnelle Krisenintervention
- Verschwiegenheit und Datenschutz
- falls erforderlich, Besuche bei Betroffenen
- jede Anfrage hat ihre Berechtigung
- Erstgespräch und Krisenintervention sind kostenlos. Hilfe darf nicht am Geld scheitern.
- Hilfen, die wir anbieten, sollen letztendlich in „Hilfe zur Selbsthilfe“ münden
- Beratungstermine werden zeitnah vergeben
- die tendenzielle Enttabuisierung des Themas „Selbsttötung“ in unserer Gesellschaft ist ein weiterer wichtiger Grundsatz unserer Bemühungen

PRÄVENTION

Mit der Krisenintervention und unserer Beratungsarbeit leisten wir Tag für Tag Unterstützung zur Vermeidung suizidaler Handlungen. Auch mit unserem Angebot für Hinterbliebene nach Suizid – Angehörige sind unmittelbar belastet, aber auch selbst besonders gefährdet – sind wir unmittelbar präventiv tätig. Aber auch andere besonders gefährdete Gruppen sprechen wir spezifisch an.

Mit unseren Nachsorgeangeboten nach Klinikaufenthalten (nicht nur nach Suizidversuchen) leisten wir einen wichtigen präventiven Beitrag.

Im Bereich der „Primärprävention“ ist es uns ein Anliegen, über Suizidalität zu informieren, eine Lebenseinstellung zu fördern, die Toleranz gegenüber eigenen Krisen erleichtert und allgemeine psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) gegenüber schwierigen Anforderungen zu steigern. Hierher gehören z.B. Projekte an Schulen zur Gesundheitsförderung, Angebote zum Umgang mit Stress, Informationsvermittlung über psychische Gesundheit und Krankheit. Aber auch durch unsere allgemeine Öffentlichkeitsarbeit wirken wir hier in das Gemeinwesen. Es geht um die Enttabuisierung des Themas „Suizid“ und um die Ermunterung zu unmittelbarer Unterstützung (z.B. in nachbarschaftlichen und familiären Netzen).

„Mit Lebenskrisen ist nicht zu spaßen

■ ESSLINGER: Sein neues Buch beschreibt Wege zur Bewältigung belastender Situationen

hohereprent und
nd Kachler schon
schließen, schreie
benssituationen
i seinem neuen
ter der Psycholo
stelle Einleitung
erband. „Weg
tswald Verlag,
dem hühlerchen
le Leitfänger und
ein weiner them
beschreibt. Rie
man Krisen be
tandere Mann hat
schler über sein
sien.
sicht ganz selbst
leben sind?
I Teil unserer Le
zeiten das Char
tensplanen. Sol
I jeder selbst er
Bislang beruf
sime geraten bin
te, dass eine Be
sahren ist und ich
gefordert habe,
welchen Situat
e ich mit momen
ten zur Lebensbe
herkennen.
I Schwache oder

Kachler: Wesentlichen Einsichten
und Lebenskrisen muss ich mich
stellen, weil sie auch immer andere
schemen beinhalten. Und weil es schade ist,
wenn ich mich nicht der Herausfor
derung stelle, durch die Bewältigung
einer Krise zu helfen. Wirkliche per
sonliche Veränderungen geschehen
nur durch die Bewältigung von Kris
en und schwierigen Lebenslagen.
Aberdings birgt jede Krise auch das
Risiko des Scheiterns im Versuch ih
rer Bewältigung. Nicht von unger
fähr bedeutet Krise im Chinesischen
Chance und Risiko zugleich.

Der Mensch braucht Hilfen, um ge
nügt aus. Inwiefern?
Heißt das für Eltern auch, ihren Kin
dern nicht immer gleich alle Pro
bleme abzurufen?

Kachler: Kinder werden starke Prä
sionlichkeiten, wenn sie es gelernt
haben, mit ihren Problemen selbst
fertigzuwerden. Kinder müssen spie
ren, dass das Leben nicht immer nur
glatt verläuft, sondern dass sich auch
Krisen ereignen, um mit schwierigen
Situationen fertigzuwerden. Das
heißt nicht, dass ich sie mit allen
Sorgen abzurufen. Aber ich muss ih
nen mit die Chancen geben, ihre Kris
en selbst zu bewältigen. Zugleich
müssen sie spüren, dass ich immer
für sie da bin. Viel, Kinder, denn

Sie haben
Leitfänger ge
Kachler: Wei
ne Leitfänger i
denen das Les
tensweg einer Krise
Weg und nicht
anderen Leitf
nicht als Han
ver erfinden
bestimmen, ist
auch Hilfen
Was kann u
sichergestellt
Kachler: Die
Krisenerfah
sondern das
Hilfen und ge
Anderer mit
Ain dieser
kann man si
die Prozesse
führen. Das B
als ich – und
etwas. Crisi
kann helfen,
durchleben.
Wenn haben
Büchel game

Esslinger Zeitung, 13. Juli 2010



GREMIENARBEIT UND VERNETZUNG

Die erfolgreiche Arbeit unserer Einrichtung beruht zu einem erheblichen Teil auf gelingender Zusammenarbeit. Wir pflegen vielfältige Kontakte zu sozialen Einrichtungen und Gremien.

- AK Präventive Kinder- und Jugendarbeit Nürtingen
- Forum Sozialer Dienste (FoSoDi) Nürtingen
- Gemeindepsychiatrischer Verbund Nürtingen
- AG Jugend- und Gemeinwesenarbeit Kirchheim
- Pädagoginnentreff Kirchheim
- KIS (Kirchheimer Interessensgemeinschaft Sozialpsychiatrie)
- Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) AKL Baden-Württemberg
- Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) e.V.
- Kooperation mit: Nationales Suizid-Präventions-Programms für Deutschland (NaSPro)
- Teilnahme am Runden Tisch „Trauerangebote im Landkreis Esslingen“

In Kirchheim beteiligte sich der AKL in 2010 im Rahmen des Pädagoginnentreffs erstmals auch bei der Durchführung des Mädchentags, einem Kirchheimer Highlight für jährlich rund 200 Mädchen, das seit 1997 von den Frauen des Pädagoginnentreffs angeboten wird.

In Nürtingen kann für 2010 herausgehoben werden, dass die Zusammenarbeit mit Ärzten noch intensiver wurde. Der AKL leistet einen hohen Einsatz für Menschen, die aufgrund ihrer zugespitzten Situation eine rasche Unterstützung brauchen.



AKL-TREFF

Im Jahr 2009 hatte der AKL-Treff sein 25-jähriges Jubiläum. In 2010 dann mussten sich die Besucherinnen und Besucher sowie die Ehrenamtlichen mit einigen Abschieden auseinandersetzen. Das Team kann heute als „halb neu“ beschrieben werden. Wir mussten uns von Katja Krähenmann trennen. Sie hat – in Nachfolge von Evelin Falter und nach einer ungewöhnlich kurzen Einarbeitungszeit – den Treff 1,5 Jahre als Fachkraft geleitet. Wir danken ihr sehr für ihr Engagement, ihre Wärme und ihre Professionalität bei der Sache. Sie war bei den Besucherinnen und Besuchern und im Team sehr beliebt und geschätzt. Wir wünschen Frau Krähenmann alles Gute!

Trennen mussten wir uns auch von Christa Holderer. Sie wird – nach über 10 Jahren – wieder Einzel-Begleitungen übernehmen und auch im Vorstand wird sie weiter mitarbeiten. Frau Holderer war immer eine ausdauernde, geduldige und verlässliche AKL-Treff-Mitarbeiterin. Sie hat es auch geschafft, in schwierigen Situationen „lösende Worte“ zu finden und auf die Besucher offen und warmherzig zuzugehen. Ihre unkomplizierte Art hat immer gut getan.

Nach den Abschieden konnten gleich wieder neue Beziehungen geknüpft werden. Neu im Team sind nun Birgit Bieg, Jolanda Jahn und Ralf Günter. Sie wurden von den Besucherinnen und Besuchern gut aufgenommen.

Wenn wir hier das AKL-Treff-Team betrachten, so darf nicht vergessen werden, Isabel Meister-Hahn und Almuth Fischer von Mollard zu nennen, sie sind schon sehr, sehr lange dabei. Sie sichern die Kontinuität im Treff. Ein besonderer Dank an Frau Meister-Hahn und Frau von Mollard.

2010 wurde – noch federführend gestaltet durch Katja Krähenmann – mit den Besuchern eine „Erhebung“ zu ihren Erfahrungen und Wünschen bezüglich des Treffs gemacht. Ihre Ideen und Vorstellungen wurden besprochen und so wurde und wird vom neuen Team das eine oder andere Angebot neu aufgenommen. Einige Besucher wünschen sich mehr gemeinsame Unternehmungen, manche wollen ab und zu Gesellschaftsspiele machen.

Der Jahresausflug des AKL-Treff war 2010 ein Besuch auf dem Flughafen. Für viele „Ausflügler“ war das ein echtes Erlebnis: Sie waren dort noch nie oder schon lange nicht mehr. (Auf dem Foto ist der Teil der Gruppe, der sich gerne fotografieren ließ – noch mit Christa Holderer und Katja Krähenmann zu sehen.)

Der Treff fand im letzten Jahr 38 mal statt und es waren im Durchschnitt zwischen 8 und 9 Besucher da. Es ist aufgefallen, dass der Anteil an Männern im Treff im Jahr 2010 deutlich gestiegen ist. Das ist konträr zur konstanten Erfahrung an der Beratungsstelle: Dort ist der Anteil der Männer geringer. Für uns ist das ein Lob: im Treff kann eine Atmosphäre hergestellt werden, die es auch den Männern möglich macht, sich zu öffnen – denn das zeichnet den AKL-Treff nach wie vor in besonderem Maße aus: Es ist ein Ort, wo sich Menschen persönlich einbringen können mit ihren Problemen, wo sie Unterstützung und Akzeptanz erfahren – und das untereinander und auch im Kontakt mit den Ehrenamtlichen. Was der AKL-Treff möglich macht, geht weit über eine Begegnung hinaus. Es gibt Besucher, für die der Montag-nachmittag im Gemeindehaus das wichtigste Ereignis der Woche ist. Die Menschen, die Gespräche und die Gemeinschaft dort stützen und tragen sie in jeder Woche neu und das schon seit vielen Jahren.





KARIBUNI

Erfreulicherweise konnte die Gruppe im Jahr 2010 zu drei neuen Mitarbeiterinnen „*Karibuni – Seid willkommen!*“ sagen und arbeitet somit mit zehn Frauen.

Drei neue Begleitungen wurden aufgenommen.

Auch in diesem Jahr gab es in einigen Fällen wieder akute Aufenthaltsprobleme. Wenn die meist ohnehin traumatisierten Menschen Angst vor Abschiebung haben müssen, werden die Mitarbeiterinnen vor die bedrängendsten Anforderungen gestellt - Aushalten zwischen Engagement und Ohnmacht, zwischen Engagement und Notwendigkeit der Abgrenzung.

Die Familien, denen eine Frist von zwei Jahren zum Erhalt von Bleiberecht gewährt wurde, kämpfen weiter um eine ausreichend bezahlte Arbeitsstelle.

Ein Hauptproblem ist weiterhin die Suche nach bezahlbarem Wohnraum - für eine kurdische Familie mit drei Kindern und einem nur teilweise beschäftigten Vater z.B. seit Jahren eine Unmöglichkeit.

Die Betreuung der Kinder und Jugendlichen in den Familien sowohl ihrer schulischen Leistungen als auch besonders ihrer Probleme zwischen deutscher Gesellschaft und traditionellem Elternhaus ist eine sehr lohnende Aufgabe für die Mitarbeiterinnen. Sie erfordert Geduld und Ausdauer und immer wieder die Offenheit, sich auf andere Kulturen einzulassen, aber auch, die Bereitschaft der anderen Seite zur Integration einzufordern.

Zu diesen Themen hat die diesjährige Lektüre sehr geholfen. Das Buch von Elham Manea: „Ich will nicht mehr schweigen“ hat wieder gezeigt, wie stark die Diskussion über Religion in der Islamischen Welt geführt wird. Die Autorin warnt vor falsch verstandener Toleranz.

In besonders aufregender Weise beschäftigte die Gruppe das Buch von Hamed Abdel Samad „Mein Abschied vom Himmel“, da Lektüre und Besprechung genau zu dem Zeitpunkt stattfand, als dieser Autor auf dem Tahir Platz in Kairo demonstrierte und im deutschen Fernsehen in diversen Talkshows zu hören war.



Die vorübergehende Mitarbeit einer jungen Frau, die während der Zeit ihres Bachelor-Studienabschlusses eine afghanische Familie begleitete, war eine interessante Bereicherung für die Gruppe und die Studierende. Dieser Austausch an der Nahtstelle zwischen praktischem Tun und theoretischer Auseinandersetzung hat die Arbeitsweise von Karibuni bestätigt.

Für KARIBUNI ein spannendes, bereicherndes Arbeitsjahr.

KARIBUNI

Krisenbegleitung
für Flüchtlinge



KARIBUNI - ist ein Swaheli-Wort und bedeutet:
Willkommen! Kommt herein!

Aus unserer Arbeit: Frau Z.

(Alle Angaben sind so verfälscht, dass die Person nicht erkannt werden kann.)

Frau Z. läuft durch die Straßen von Esslingen, wo sie seit Jahrzehnten lebt, um irgendwo einen Kaffee zu trinken. Ihr Kopf ist gesenkt, weil sie niemand sehen soll. Frau Z. stellt zum wiederholten Male fest, dass sie nicht mehr nach Hause möchte zu ihrem Ehemann, mit dem sie seit vielen Jahren verheiratet ist und drei erwachsene Töchter hat. Dafür schämt sie sich. Sie fühlt sich seit längerer Zeit von ihm missachtet, verachtet, wie „ein Stück Dreck“ behandelt. Das Zusammenleben in dem gemeinsamen Haus empfindet sie als ein „nebeneinander her unter einem Dach“. Ihren Mann beschreibt sie als egoistisch, geizig und grob in der Beziehung zu ihr und gegenüber den erwachsenen Töchtern. Ihre Gedanken kreisen immer häufiger um das Thema Scheidung. Dabei hat sie das Gefühl, dass ihre Familie zerstört ist und ihr Leben in Trümmern vor ihr liegt. Sie selbst schämt sich zutiefst dafür, sich mit 59 Jahren scheiden lassen zu wollen („so etwas macht man in meinem Alter nicht“).



Seit längerer Zeit denkt sie immer wieder einmal daran, nicht mehr zu sein, weil sie es nicht mehr erträgt, dass ihre Familie zu Grunde gegangen ist. Sie stellt sich dann ihre Bestattung in allen Einzelheiten vor, es stimmt sie fast etwas tröstlich, nicht mehr unbedingt da zu sein, nicht mehr unter ihrem Ehemann leiden zu müssen. Konkrete zeitliche Pläne für eine Selbsttötung hat sie bislang nicht, aber sie denkt von Zeit zu Zeit an eine Überdosis Tabletten. Doch Sterben will sie jetzt wiederum auch nicht, denn sie fühlt sich mit ihren Töchtern eng verbunden und möchte für sie weiter leben. An manchen Tagen erträgt sie ihre Einsamkeit und die Schwankungen zwischen dem Gefühl „weiter leben wollen“ und Gefühlen von Hoffnungslosigkeit kaum mehr. Dann läuft sie wieder mit gesenktem Haupt durch die Stadt, um wenigsten mal draußen zu sein, um einen Kaffee zu trinken und ein Stück Kuchen zu essen, das sie sich von ihrem „Taschengeld“ gönnt. In ihrem „Lieblingscafe“ fühlt sie sich wieder etwas leichter – zumindest bis zu dem Gedanken daran, wieder nach Hause zu gehen.

Von einem Nachbarn erfährt sie, dass es den AKL gibt „wo man mal hingehen kann zum Reden“. Sie möchte reden, aber sie empfindet es beschämend „ich hätte nie gedacht, dass ich mal so weit runterkomme, da hin zu gehen, um mit jemandem zu reden, der einen nicht kennt“. Sie versucht es zunächst mit einer Kontaktaufnahme zu einer Selbsthilfegruppe für Getrennte. Doch sie erfährt, dass sich die bestehende Gruppe aufgelöst hat. Frau Z. fühlt sich noch einsamer. Sie hat das dringende Bedürfnis zu reden, aber da ist niemand in ihrem Familien-, Freundes- oder Bekanntenkreis, mit dem sie über ihre Situation sprechen möchte. Es beschämt sie zu sehr.

Schließlich ringt sie sich doch dazu durch, beim AKL einen Termin zu vereinbaren. In dem ersten Gespräch fällt es ihr zunächst schwer, etwas über sich und ihre innere Not zu erzählen. Frau Z. möchte am liebsten „auf der Stelle im Boden versinken“. Nach einer Weile fasst sie etwas Vertrauen und beginnt etwas über ihre Gefühle und Gedanken ans Sterben zu sprechen. Dabei stellt sich dann heraus, dass es auch einen Teil in ihr gibt, der sich ein neues Leben aufbauen möchte. Dieser Teil hat jedoch Angst davor, traut es sich nicht zu allein zu leben und alles in die eigene Hand nehmen, was bislang der Ehemann übernommen hatte. Zugleich befürchtet sie den finanziellen Ruin durch die Scheidung.



In weiteren Gesprächen kommt dann heraus, dass Frau Z. bereits nach einer eigenen Wohnung schaut, dass sie sich eine Anwältin gesucht hat, die ihre Interessen vertritt. Sie will von ihrem Ehemann das Geld, das ihr rechtmäßig zu steht. Sie weiß, dass er sein Geld schon seit Jahren vor ihr versteckt und sie mit einem „kleinen Taschengeld“ kurz hält. Frau Z. möchte ihre Zähne richten lassen und mal wieder zum Friseur gehen. Dafür reicht ihr Geld momentan nicht. Von ihrer kleinen Rente verspricht sie sich nicht viel. Bei dem Gedanken sich ein eigenes Leben aufzubauen fühlt sich sie gleich wieder einsam und unsicher. Sie äußert den Wunsch, jemanden zu haben, mit dem sie an manchen Tagen „einfach mal reden kann“, der ihre Familie etc. nicht kennt.

An diesem Punkt kommt nun die Begleitung durch eine ehrenamtliche Krisenbegleitung zur Sprache. Denn Frau Z. möchte sich auch mal mit jemandem zum Reden treffen können, wenn der AKL keine Sprechzeit hat. Und dann mit einem Menschen, der sie bei eventuellen Behördengängen etc. begleitet. Daraufhin wird im Team der Hauptamtlichen eine Krisenbegleiterin ausgesucht, die Kontakt zu Frau Z. aufnehmen wird, um sie auf einem „Stück Wegstrecke“ durch die Krise zu begleiten.



Foto: Holzwarth

Spaziergänge mit dem Klienten bringen etwas in Bewegung

Neue Einführungsgruppe für Krisenbegleiterinnen und Krisenbegleiter

Nach den Sommerferien geht's los. Wir haben noch Plätze frei.

Krisenbegleitung ist eine verantwortungsvolle, sinnstiftende Aufgabe, die viele individuelle Gestaltungsmöglichkeiten lässt.

Krisenbegleiter sollen die ganze Vielfalt des Lebens repräsentieren. Wir suchen Praktiker und Denker, Bedächtige und Schnell-Läufer, Fröhliche und Nachdenkliche, Frauen und Männer,

Sie begleiten einen Menschen, der zum AKL kam, weil er in einer schwierigen Lebenssituation Hilfe sucht. Krisenbegleitungen sind „Freundschaften auf Zeit“. Die Begegnungen finden im Durchschnitt ein mal wöchentlich statt an sehr verschiedenen Orten und mit sehr verschiedenen Inhalten. Das sind oft alltagspraktische Dinge wie Spaziergang, Hilfe bei Behördenangelegenheiten etc., immer aber gehört dazu ein zugewandtes Gespräch.

Für diese Aufgaben erhalten sie im AKL ein fundiertes Rüstzeug. Alle 14 Tage (aber nicht in den Ferien) kommen die aktiven Begleiterinnen und Begleiter zum Austausch zusammen.

Wer bei uns mitarbeitet, gibt von seiner kostbaren Lebenszeit etwas ab. Er bekommt viel zurück: Die Möglichkeit eines besonderen Engagements, neues Wissen - nicht nur über Gesundheit und Krankheit -, die Auseinandersetzung mit elementaren Lebensthemen, neue Erkenntnisse und Erfahrungen über sich selbst, die Chance zum Mitmachen in einer lebendigen Gemeinschaft.

Wir erstatten den Freiwilligen alle Auslagen aus der Tätigkeit, können aber Zeit nicht honorieren.

Wir freuen uns über Nachfragen bzw. Anmeldungen auf welchem Wege auch immer: per Telefon, mail ...

Im Internet unter www.ak-leben.de sind sehr viele weitere Informationen zu finden.

AUSGEWÄHLTE VERANSTALTUNGEN UND EREIGNISSE 2010

Januar	Brunch für die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des AKL, Wächterheim Kirchheim
	Beginn der 2. Sequenz Gruppe „Leben nach der Arbeit“
	Vortrag beim Lenninger Netz, Thema ‚Krise‘
Februar	Kooperationsgespräch mit ortsansässigem Psychiatr. Facharzt
	Dienst bei der Vesperkirche im Lutherhof, Nürtingen
	Kooperationsgespräch mit ortsansässigem Facharzt / Psychoanalytiker
April	Vorstellung des AKL-Angebots beim Lions Club Nürtingen-Kirchheim-Teck/Neuffen
	Vorstellung des AKL-Angebots im Hausarztkreis Kirchheim
	Stand mit Infomaterial bei der Gesundheitsausstellung Wellvita, Nürtingen
	Teilnahme am Mädchentag, Kirchheim
Juni	Mitgliederversammlung mit Vorstandswahl
	Vortrag in der 12. Klasse einer Schule, Thema ‚Suizidalität‘
Juli	Fortbildung 2010 für die AKL-KrisenbegleiterInnen, Referent: Dr. Thomas Heidenreich, Hochschule Esslingen zum Thema „Achtsamkeitsbasierte Ansätze“ in der Beratung und Therapie, AKL Nürtingen
	Angebot für die AKL-KrisenbegleiterInnen: Führung durch die Ausstellung „Lichtblicke“, Bürgertreff Nürtingen
	Sommerausflug des AKL-Treffs, Flughafen Stuttgart
	Informationsstand beim Abschlussgottesdienst des Bezirkskirchentags, Nürtingen
	Infostand bei der Jubiläumsveranstaltung der Neupostol. Kirche, Metzingen
	Angebot zu Themen Sucht und Krise und Film „Tiefpunkte“ beim Präventionstag eines Gymnasiums, NT
September	Informationsstand zum Welttag der Suizidprävention, Innenstadt Nürtingen
	Informationsstand bei der 1. Seniorenmesse, Innenstadt Kirchheim
	Beginn der 3. Sequenz Gruppe „Leben nach der Arbeit“
Oktober	Fortbildung 2010 für die AKL-KrisenbegleiterInnen, Referent Dr. Vladimir Bostanov (Tübingen) zum Thema „Achtsamkeit und Akzeptanz“, AKL Nürtingen
	Verleihung Ehrenamtspreis „Starke Helfer“, Stiftung KSK ES-NT an AKL; R. Arnold wird unser Pate
November	(Info-)Stand und Verkauf weihnachtlicher Artikel bei der ‚Kirchheimer Sozialmeile‘, Innenstadt Kirchheim
	Besuch von Rainer Arnold, Mitglied des Bundestages und Landesvorstand der SPD Baden-Württemberg im AKL; Gespräch mit Krisenbegleiterinnen und Team
Dezember	Beginn des Schulprojekts „Lebenslehrer“
	Unterstützung bei der Veranstaltung „Bernd Regenauer“ im Rahmen „Licht der Hoffnung“ (Nürtinger Zeitung)



LICHT DER HOFFNUNG

Freitag, 5. November, 20 Uhr
Stadtkirche Nürtingen
Einführung: Dr. Th. Heidenreich
mit Erika Pluhar und MoZuArT
Eintritt: 10 Euro

Samstag, 27. November, 20 Uhr
Christliche Oberkirche
The Les Clôchers
Eintritt: 10 Euro

Freitag, 8. Dezember, 20 Uhr
Martinskirche Nürtingen
Gospel-Weihnacht
Mit Dirk Kaufmann und The Process
Eintritt: 12 Euro

Donnerstag, 8. Januar 2011, 18 Uhr
Lions Club Nürtingen
Christiane Weber
„Das Heureka-Moment“
eine deutsche Liebes
Eintritt: 10 Euro

Mit freundlicher Unterstützung der
Verlag der Kirchenmusik
Esslingen-Nürtingen



Ein Zeichen gelebter Solidarität

Ehrenamtspreis „Starke Helfer“ wurde im Fritz-Ruß-Saal der Nürtinger Krankenkasse zum 100. Geburtstag von Rainer Arnold verliehen. Die Laudatio hielt der Nürtinger Bürgermeister Rainer Arnold. Die Laudatio hielt der Nürtinger Bürgermeister Rainer Arnold. Die Laudatio hielt der Nürtinger Bürgermeister Rainer Arnold.

Nürtinger Zeitung, 20. Oktober 2010

STATISTISCHE AUSWERTUNG 2010

ANFRAGEN IM JAHR	2010	2009	2008	2007	2006
gesamt	444	381	395	376	373
davon Anfragen zu Beratung / Begleitung	314	262	258	237	234

	2010	(Vorjahr)
DAUER DER BERATUNG / BEGLEITUNG		
einmalig	34,4%	(44,0%)
bis zu 1 Monat	31,2%	(29,7%)
bis zu 3 Monaten	15,9%	(12,9%)
bis zu 6 Monaten	10,4%	(6,4%)
bis zu 1 Jahr	4,5%	(4,0%)
länger	3,6%	(3,0%)
Beratung weiterlaufend ins Jahr 2011	29,0%	(22,9%)

NATIONALITÄT		
deutsch	76,1%	(79,4%)
deutsch mit Migrationshintergrund	9,2%	*(n.e.)
andere Nationalität	14,7%	19,8%

BERUFLICHE SITUATION		
in Ausbildung	14,3%	(16,8%)
berufstätig	42,1%	(36,6%)
Hausfrau/-mann	7,3%	(8,0%)
arbeitslos	16,2%	(11,1%)
berentet	8,0%	(14,1%)
vorzeitig berentet	3,9%	*(n.e.)
sonstige	2,5%	(5,0%)
keine Angaben	5,7%	(7,6%)

FAMILIENSTAND		
ledig	40,4%	(36,6%)
verheiratet	38,5%	(36,7%)
geschieden	13,4%	(10,7%)
verwitwet	2,9%	(7,6%)
keine Angaben	4,8%	(8,4%)

PARTNERSTATUS		
in Partnerschaft lebend	45,2%	(40,1%)
allein stehend	38,2%	(40,5%)
getrennt lebend	4,8%	(4,9%)
keine Angaben	11,8%	(14,5%)

HÄUFIGE PROBLEMFELDER (Mehrfachnennungen)		
Beziehungssituation mit Angehörigen	9,3%	(10,3%)
Gefühl von Überforderung	8,0%	*(n.e.)
Depressionen	7,7%	*(n.e.)

Körperliche Beschwerden (Krankheit, Behinderung, psychosomatische Beschwerden)	4,0%	(3,5%)
Beziehungssituation im sozialen Umfeld	5,2%	(4,1%)
Isolation / Vereinsamung	2,6 %	(4,2%)
Sorge um einen Nahestehenden	5,0%	(7,9%)
Arbeits-, Schul- u. Ausbildungssituation	5,0%	(6,5%)
finanzielle Situation	4,8%	(7,6%)
Konflikte in der Partnerschaft	4,5%	(6,8%)
Gefühle von Sinnlosigkeit	3,0%	*(n.e.)
Wohnsituation	2,9%	(4,3%)
Trennung / Scheidung	2,7%	(3,7%)
Tod eines Nahestehenden	1,6%	(4,2%)
Arbeitslosigkeit / Erwerbslosigkeit	3,5%	(1,7%)
Gewalterfahrung	1,7%	(2,1%)
Angststörungen	2,8%	*(n.e.)
Sucht	1,5%	(1,6%)
sexualisierte Gewalt	0,4%	(1,2%)
Gesetzeskonflikt / Straftat	0,4%	(1,2%)
Probleme im Zusammenhang mit Migration	2,4%	*(n.e.)

SUIZIDALITÄT BEI KONTAKTAUFNAHME (Mehrfachnennungen)		
(Lebens-)krise ohne Suizidalität	34,5%	(41,9%)
vage Suizidphantasien	23,6%	(10,7%)
akute Suizidgedanken	5,5%	(7,7%)
konkret vorbereitete Suizidhandlung	*(n.e.)	(2,2%)
nach aktueller Suizidhandlung	6,1%	(5,9%)
Belastung durch suizidalen Menschen	6,1%	(8,8%)
Trauer um durch Suizid Verstorbenen	0,9%	(4,8%)
keine Angaben	23,3%	(18,0%)

VORGESCHICHTE (Mehrfachnennungen)		
eigene Suizidimpulse	10,3%	(11,8%)
eigene Suizidhandlung	11,9%	(11,7%)
Suizidhandlung in der Familie /sozialen Umfeld	5,0%	(4,0%)
Suizid in der Familie / im sozialen Umfeld	2,2%	(9,9%)
keine suizidale Handlung im soz. Umfeld	7,8%	(6,2%)
keine Angaben	62,8%	(56,4%)

ANGEBOTE / MASSNAHMEN (Mehrfachnennungen)		
Krisenintervention	26,9%	(26,5%)
Einzelberatung	33,0%	(45,5%)
Paar-/Familienberatung	6,3%	(3,2%)
Gruppe	2,2%	(1,3%)
Krisenbegleitung	9,8%	(13,4%)
weitergehende Vermittlung	11,0%	(5,3%)
sonstige Hilfen	10,8%	(4,8%)

*(n.e.) = wurde (bisher) nicht erfasst

ANMERKUNGEN ZU UNSERER STATISTIK

Zunächst der Hinweis, dass in der Tabelle S. 14 unsere Arbeit im AKL-Treff (38 Nachmittage mit durchschnittlich 8 - 9 Besuchern) sowie unsere Präventionsarbeit, z. B. an den Schulen, hier nicht enthalten sind.

Nachfrage

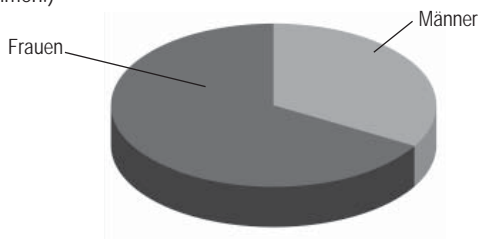
Im Jahr 2010 haben mehr Menschen bei uns nachgefragt als im Jahr 2009: 444 Personen. Wir haben diese Zahl wie in den Vorjahren differenziert. Wer davon hatte bei uns tatsächlich eine qualifizierte Beratung (das kann auch eine Einmal-Beratung sein) oder erhielt eine Begleitung? Im Jahr 2010 waren dies 314 Menschen. Zur Veranschaulichung folgender Vergleich. Das Jahr 2009 hatte 252 Arbeitstage; das bedeutet, dass sich bei uns pro Arbeitstag 1,25 neue Beratungsklienten gemeldet haben (hier sind Kurzanfragen nicht berücksichtigt!).

Problemfelder

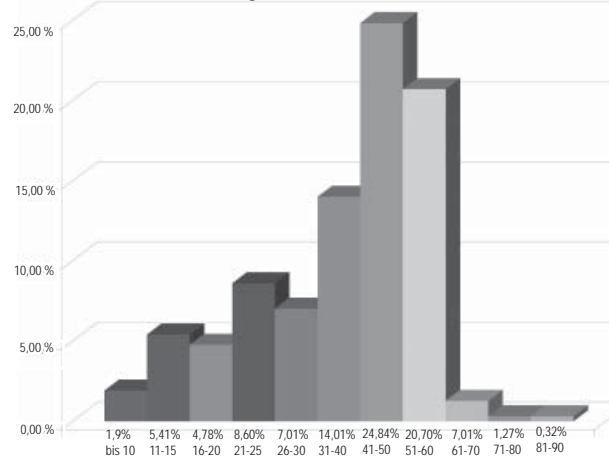
In der Tabelle S. 14 sind häufig genannte Problemfelder aufgelistet, warum die Menschen zu uns kommen. Hier sind Mehrfachnennungen erlaubt. Insgesamt haben wir 34 Kategorien. Wir wollen zusammenfassend die 3 häufigsten Problemfelder nennen: Beziehungssituation mit Angehörigen (9,3%), Allgemeines Gefühl von Überforderung (8%), Depression (7,7%).

Zum Geschlecht der Klienten

Für uns erfreulich ist, dass 2010 der Anteil der Männer an den Beratungsfällen um 3% gestiegen ist, mit jetzt 33,4% also ein Drittel. Männer suchen seltener Beratungsdienste auf; das können wir nicht nur beim AKL feststellen. (Beim Geschlechtervergleich in der Suizidstatistik ist es konstant so, dass sich Männer häufiger das Leben nehmen.)



Alterszusammensetzung



Eine grobe, zusammenfassende Betrachtung in 3 Altersgruppen ergibt: 27% der Nachfragenden sind unter 30 Jahre alt, 39% sind zwischen 30 und 50 Jahre alt, 30% sind über 50 Jahre alt.

Zugänge zum AKL

In unserer diesjährigen Statistik ist eine bereits in den Vorjahren beginnende Entwicklung sehr deutlich abzulesen. Der Zugang über Ärzte hat weiter zugenommen. Insgesamt kamen 2010 rund 30% unserer Klienten über einen Arzt zu uns. Haus- und Fachärzte sind für Krisenpatienten bzw. -klienten eine wichtige Anlaufstelle.

Kontaktzahlen

- 76 Menschen hatten einen einmaligen Beratungskontakt mit uns.
- Die durchschnittliche Kontaktanzahl beträgt 9 Kontakte bei Hauptamtlichen und / oder Krisenbegleiterin. (Die Spreizung geht von einem Kontakt bis zu – in einem Extremfall 145 Kontakten einer Krisenbegleiterin in einer Migrationsfamilie).

STATISTIK DER SELBSTTÖTUNGEN

Bundesrepublik Deutschland

Jahr	2008	2007	2006	2005	2004
gesamt	9.451	9.402	9.765	10.260	10.733
Männer	7.039	7.009	7.225	7.513	7.939
Frauen	2.412	2.303	2.540	2.747	2.794
bis 25 J. alt	603	582	595	622	670
über 65J. alt	3.322	3.384	3.434	3.423	3.527
gesamt auf 100.000 Einw.	11,5	11,4	11,87	12,2	13,0

Der über die vergangenen Jahre kontinuierliche Rückgang der Suizidzahlen in der gesamten Bundesrepublik ist im Jahr 2008 – neuere Zahlen liegen uns nicht vor – abgeschwächt worden. Es haben sich wieder mehr Menschen selbst getötet. Damit ist die Suizidziffer, das bedeutet der Anteil der Selbsttötungen an allen Todesfällen, wieder leicht auf 11,5 pro Tausend angestiegen. Die Verteilung unter den Geschlechtern ist ungefähr gleich wie in den Vorjahren.

Ein besonders hohes Suizidrisiko haben – um nur wenige besonders gefährdete Gruppen zu nennen - junge Männer, Menschen mit psychiatrischer Diagnose, insbesondere mit depressiven (bzw. manisch-depressiven) Erkrankungen, alte Menschen und auch Menschen, die einen Verlust erlebt haben (Scheidung, Tod).

Bei Männern zwischen 15 und 20 Jahren ist die Selbsttötung die zweithäufigste Todesursache.

Seit Jahren gilt: Es sterben fast doppelt so viele Menschen durch Selbsttötung als durch Verkehrsunfälle, das genaue Verhältnis liegt bei 1,9 zu 1.

Zu Suizidversuchen:

Das Verhältnis von vollzogenen Selbsttötungen zu Selbsttötungsversuchen wird sehr unterschiedlich geschätzt. Die Zahlen schwanken zwischen dem 5- bis zum über 10-fachen. Wir greifen eine relativ unabhängige Schätzung heraus. Das Statistische Bundesamt äußert sich dazu wie folgt: „Nach Schätzungen kommen bei den Männern drei Suizidversuche auf einen vollzogenen Suizid, bei den Frauen sind es zwölf. Damit muss man in Deutschland von jährlich 70.000 bis 75.000 Suizidversuchen je 100.000 in der Bevölkerung über 15 Jahre ausgehen. Mit 340 Suizidversuchen je 100.000 wiesen 15-19-jährige Frauen die höchsten Raten auf.“ Männer wählen beim Suizidversuch eher „harte“ Methoden.

Baden-Württemberg

Jahr	2009	2008	2007	2006	2005
gesamt	1.409	1.308	1.327	1.336	1.424
Männer	1.063	957	983	982	1.070
Frauen	346	351	344	354	354
gesamt auf 100.000 Einw.	13,1	12,3	12,3	12,4	13,3

In Baden-Württemberg ist 2009 ein Anstieg der Suizidzahlen zu verzeichnen. 1.409 Menschen brachten sich in unserem Bundesland um ihr Leben – allerdings sind die hohen Zahlen von 2005 nicht erreicht. Damals waren es 1.424 Selbsttötungen.

Landkreis Esslingen

Jahr	2010	2009	2008	2007	2006
gesamt	52	58	49	66	55
Männer	41	42	39	49	40
Frauen	11	16	10	17	15

Die Zahlen für den Landkreis sind immer aktueller als für überregionale Bereiche und liegen für das letzte Jahr bereits vor. 2010 ist für den Landkreis Esslingen – mit 52 Selbsttötungen - wieder ein leichter Rückgang zu verzeichnen (im Vergleich zu 2009 mit 58 Selbsttötungen). Im Blick auf die letzten fünf Jahre ist 2007 der höchste Wert mit 66 Selbsttötungen gewesen. Mit 52 Suiziden im Jahr 2010 liegen die Zahlen noch deutlich darunter. Diese Schwankungen sollten, da sie sich ja auch auf ein kleines Gebiet beziehen, aber nicht überbewertet werden.

Quellen: DGS e.V., Polizeidirektion Esslingen, Statistisches Bundesamt, Statistisches Landesamt Baden-Württemberg.

BEGLEITUNG TRAUERNDER NACH SUIZID

Wir begleiten Trauernde in individueller Beratung, wir bieten immer wieder Gruppen an bzw. vermitteln an andere Anbieter.

Der folgende Text stammt von einem Klienten, der seine Frau durch Selbsttötung verloren hat. Er gibt den Leserinnen und Lesern einen Einblick in sein Erleben. Der Text ist während der Beratung entstanden.

Mächtig rot schob sich plötzlich ein Mohnfeld in meinen Panoramablick. Rechts am Hang lag es inmitten von Wiesen und Feldern. Ein wuchtiger Farbkontrast zu den unterschiedlichen Grüntönen und dem klaren Himmelblau. Das intensive Rot nahm mich ganz gefangen. Augenblicklich fuhr ich langsamer auf der Landstraße, um die Farben auf mich wirken zu lassen. Meine Fotoausrüstung lag im Kofferraum, Zeit hatte ich auch. In solch einer Situation nahm ich mir immer ausreichend Zeit, um das Objekt ausgiebig in vielen Ansichten zu fotografieren. Aber ich konnte mich nicht entschließen anzuhalten. Wem hätte ich die Fotos zeigen sollen?

Meine wichtigste Bezugsperson lebte nicht mehr. Brigitte (Name geändert), meine Frau, war vor zwei Monaten gestorben.

Wie hätte sie sich über diesen Augenblick gefreut. Und wie hätten wir unsere Freude an diesem Naturereignis gegenseitig bewundert und unser Glücksempfinden an den Augen abgelesen.

In dem Hang stand nur ein einziger Baum und der wuchs im Mohnfeld. Sein Stamm hing schräg zur Seite, aber seine Krone saß wieder aufrecht. Mein Auto rollte langsam dahin und ich war immer noch unschlüssig, ob ich doch umkehren sollte. Die Himmelsbeleuchtung war optimal und ich machte mir auch bewusst, dass die zarten Blüten spätestens in einer Woche verblüht sein würden.

Wie schmerzlich ich wieder an den Verlust meiner lieben Kameradin erinnert wurde. Obwohl es für mich Anlass gab, mich alleine an diesem Naturgeschenk zu erbauen und zu beruhigen, verdunkelte mir meine Trauer die Farben in ein Schwarzweiß. Wäre Brigitte neben mir gesessen, hätte sie spontan gesagt: „Halt unbedingt an.“

Ich stellte mir vor, wie es gewesen wäre, wenn ich mir die Fotos zusammen mit ihr angesehen hätte. Sie konnte sich für Blumenaufnahmen begeistern und kündigte spontan ihre Absicht an, dieses oder jenes Motiv in Aquarell zu malen. Farben kombinieren war ihre Stärke.

Wie wertvoll erschienen mir nun die gemeinsam erlebten Ereignisse mit Brigitte, die gemeinsamen glücklichen Momente. Und nicht nur die Zeit der Harmonie, auch die sich ergebenden Meinungsverschiedenheiten und Konflikte. Beides ist mir weggebrochen. Kein Wort kommt mehr von ihren Lippen, kein Kommentar. Keine Frage kann ich mehr an sie stellen.

Ich wagte mich noch nicht an die vielen zufriedenen Erlebnisse zu denken, weil mir der Vergleich zum jetzigen Alleinsein zu krass erschien. Das Hin- und Hergerissensein wühlte mich auf und lähmte mich gleichermaßen.

Ich hatte mich entschlossen, ich fuhr weiter, konnte nicht umdrehen. Das leuchtende Mohnfeld verschwand allmählich aus meinem Blickfeld, zum Schluss die aufrechte Baumkrone. Ob ich nächstes Jahr wieder zur gleichen Zeit die gleiche Strecke befahren werde? Wie würden die Farben dann auf mich wirken?



FINANZEN

Mitgliedsbeiträge, Spenden.....	32.197,08 €
Bußgeldzuweisungen.....	28.275,00 €
Klientenbeiträge und Selbsthilfegruppen.....	1.667,60 €
Veranstaltungen, Dienstleistungen etc.....	1.804,58 €
Stiftungen, Krankenkassen.....	21.610,00 €
Summe Einnahmen Eigenmittel.....	85.554,26 €
Land Baden-Württemberg Zuschuss.....	48.690,00 €
Landkreis Esslingen Zuschuss.....	25.569,00 €
Stadt Nürtingen Zuschuss und Raum.....	14.600,00 €
Stadt Kirchheim Zuschuss und Raum.....	12.300,00 €
Summe öffentliche Zuschüsse.....	101.159,00 €
Einnahmen gesamt	186.713,26 €
Gehälter Angestellte.....	120.013,03 €
Honorare, Ehrenamtliche etc.....	22.285,14 €
Summe Personalkosten.....	142.298,17 €
Raumkosten Nürtingen und Kirchheim.....	10.016,84 €
Investitionen.....	3.318,54 €
Verwaltungskosten.....	3.472,77 €
Versicherungen, Öffentlichkeitsarbeit etc.....	8.262,18 €
Summe Sachkosten.....	25.070,33 €
Ausgaben gesamt	167.368,50 €
Projektrücklagen	17.000,00 €
Jahresergebnis	2.344,76 €

SPENDER UND FÖRDERER

Reinhold und Theresa Achtzehner, am Computersysteme GmbH, Gabriele und Thomas Amann, Werner und Adelheid Anderson, Jürgen und Christa Balz, Bankwitz Architekten GmbH, Elsbeth Bauer, Frida Bauhof, Hans-Jochen Beilke, Rolf Berger, BKK Voralb, Gertrud Boger, Adelheid Brodbeck, Oskar Brodbeck, Bruderhaus Diakonie Stiftung Gustav Werner, Bürgertreff Ostertagshaus – Gemeinde Neuhausen, DAK, Kai Damitz, DESTAG Stiftung, Hermann Dorf-schmid, Waltraud Dötter, Evang. Kirchengemeinde Beuren, Evang. Kirchengemeinde Tischardt, Almuth Fischer von Mollard, Helmut Flogaus, Dr. Anne Frommann, Annelene Fronmüller, Gebrüder Ott Baustoffe GmbH & Co. KG, Irene Gekle, Globana Stiftung, Gudrun Gwinner, Richard Haussmann, Sonja Heinz, Georg Heinze, Beate

Hermann, Johanna Herpich, Irmgard Hirsch, HIRO Innovation + Projektdesign GmbH & Co. KG, Werner Holderer, Klaus und Hanne Hossfeld, Gemeinschaftspraxis Dr. med. Ewald Huber, Beate Hummel, Hydraulikring Hilfe e.V., Irene Idarous, Walter und Marga Knapp, Horst Kotschner, Jürgen und Heike Kottler, Christel und Hans-Dieter Krämer, Kurt Graulich Stiftung, Renate Laderer-Cordi, Andrea Leitmann, Eberhard Lerner, Isabel Meister-Hahn, Autohaus Melchinger, Zhor M'Ghani, Museum Hahn, Ruth Ness, Margarete Ortelt, Jutta Ortelt, Gerhard Ott, Walter Raiser, Beate Reinhardt, Ingrid Reischle-Röhm, Roswitha Rimmel, Hubert E. Renz, Kai-Uwe Rieger, Rotary Gemeindienst Hilfe e.V., Roth Offset Owen OHG, Hildegard Ruoff, Hans-Ulrich Sauberzweig, Christine Schmid, Rainer Schmidt, Erich und Ursula Schmidblaicher, Karlheinz Schneider, Praxis Dr. med. Michael Schneider, Irene Schock, Klaus Schweizer, Marita Seifer, Ingrid Seule, Helmut Springer, Stahlbau Nägele GmbH, Karl-Hans und Brigitte Steiner, Stiftung Kreissparkasse KSK ES-NT, Christoph und Jutta Stöckle, Wolfgang und Susanne Thumm, Trauerkreis Kreuzkirche Kirchheim/Teck, Anneliese von der Dellen, Roland und Barbara Wackershauser, Oskar Waibel, Regina und Eberhard Wallnitz, Konrad Weber, Helmut Weber, Dr. Gunhild Wilms, Wohnen & Sparen, Willy Steinhilber GmbH, Renate Wolf-Borgards, Christiane und Edmund Zirn sowie anonyme Spender.

Bäckerei Veit ermöglicht in mehreren Filialen das Aufstellen von Spendendosen.

Wir danken allen Spenderinnen, Spendern, Förderinnen und Förderern ganz herzlich für Ihre Unterstützung! Es gilt nach wie vor: Ohne Ihr Geld können wir nicht arbeiten, denn wir brauchen rund 40% Eigenmittel - seit 27 Jahren.



Scheckübergabe Rotary Club Nürtingen-Kirchheim/Teck, NZ 25.6.2010

AKL IN BADEN WÜRTTEMBERG (LAG-MITGLIEDER)

AKL Stuttgart e.V. 70180 Stuttgart Römerstraße 32	Tel. 0711 – 60 06 20 akl-stuttgart@ak-leben.de
AKL Sindelfingen e.V. 71065 Sindelfingen Am Klinikum Sindelfingen – Klinikverbund Südwest Arthur-Gruber-Straße 70	Tel. 0 70 31 – 98 12 006 akl-sindelfingen@ak-leben.de
AKL Leonberg e.V. 71229 Leonberg Im Klinikum Leonberg Krankenhauspfarramt Rutesheimer Straße 50	Tel. 0 71 52 – 2024-620 akl-leonberg@ak-leben.de
AKL Tübingen e.V. 72074 Tübingen Österbergstraße 4	Krisenberatung Tel. 0 70 71 – 19 2 98 Geschäftsstelle Tel. 0 70 71 – 92 2 10 akl-tuebingen@ak-leben.de
AKL Nürtingen e.V. 72622 Nürtingen Bahnhofstraße 2/1	Krisenberatung Tel. 0 70 22 – 19 2 98 Geschäftsstelle Tel. 0 70 22 – 39 1 12 akl-nuertingen@ak-leben.de
AKL Reutlingen 72764 Reutlingen Karlstraße 28	Krisenberatung Tel. 0 71 21 – 19 2 98 Geschäftsstelle Tel. 0 71 21 – 44 4 12 akl-reutlingen@ak-leben.de
AKL Kirchheim e.V. 73230 Kirchheim/Teck Alleenstraße 92	Krisenberatung Tel. 0 70 21 – 75 0 02 akl-kirchheim@ak-leben.de
AKL Heilbronn e.V. 74072 Heilbronn Bahnhofstraße 13	Tel. 0 71 31 – 16 42 51 akl-heilbronn@ak-leben.de
AKL Pforzheim-Enzkreis e.V. 75177 Pforzheim Kronprinzenstraße 25	Tel. 0 72 31 – 800 08 78 akl-pforzheim@ak-leben.de
AKL Karlsruhe e.V. 76137 Karlsruhe Hirschstraße 87	Krisenberatung Tel. 0721 – 81 14 24 Geschäftsstelle Tel. 0721 – 820 06 67 akl-karlsruhe@ak-leben.de
AKL Freiburg e.V. 79102 Freiburg Oberau 23	Tel. 0761 – 33 3 88 akl-freiburg@ak-leben.de

WEITERE KONTAKTE

Internet-Beratungsmöglichkeiten für Jugendliche und ihr Umfeld

www.u25-freiburg.de
(AKL Freiburg)
www.youth-life-line.de
(AKL Tübingen/Reutlingen)



Landesarbeitsgemeinschaft der AKL in Baden-Württemberg (LAG AKL BaWü)

lag-akl@ak-leben.de
www.ak-leben.de
(mit Zugang zu den regionalen AKL)

Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention (DGS)

www.suizidprophylaxe.de

neuhland e.V. - Hilfe für suizidgefährdete Kinder
und Jugendliche
Nikolsburger Platz 6 – 10717 Berlin
Tel. 030 – 417 28 39 52
dgs.gf@suizidprophylaxe.de



Nationales Suizidpräventions-Programm (NaSPro)

www.suizidpraevention-deutschland.de



Beschwerdestelle für die psychosoziale und gemeindepsychiatrische
Versorgung im Landkreis Esslingen.

Zuständig für Fragen, Anregungen und Beschwerden im Zusammen-
hang mit Therapie, Unterbringung und Betreuung.

Ansprechpartner über die Vertrauenspersonen Ihrer Wahl:

Dr. Gerth Döring, Tel.: 0 71 21 - 60 30 09

Claudia Münster, Tel.: 0 70 22 - 21 25 15

Doris Nöth, Tel.: 0 70 21 - 60 71

ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL) NÜRTINGEN-KIRCHHEIM

Krisenberatungsstelle Nürtingen (Geschäftsstelle)

Bahnhofstraße 2/1, 72622 Nürtingen

Telefon: 0 70 22 – 19 298

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag 10 – 12 Uhr

Dienstag und Donnerstag 14 – 17 Uhr

Beratungsgespräche sind nach Vereinbarung auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

Geschäftstelefon: 0 70 22 – 39 112

Telefax: 0 70 22 – 38 590

akl-nuertingen@ak-leben.de

holger.kies@ak-leben.de

ursula.strunk@ak-leben.de

michaela.saliari@ak-leben.de

www.ak-leben.de

Unser Spendenkonto

Volksbank Kirchheim-Nürtingen

Konto 107 107 007

BLZ 612 901 20

Spenden und Mitgliedsbeiträge an den AKL sind steuerabzugsfähig. Sofern uns Ihre Anschrift bekannt ist, erhalten Sie unaufgefordert eine Zuwendungsbestätigung.

Krisenberatungsstelle Kirchheim

Alleenstraße 92, 73230 Kirchheim u. Teck

Telefon: 0 70 21 – 75 002

Sprechzeiten:

Montag 9 – 12 Uhr

Dienstag und Donnerstag 14 – 17 Uhr

Beratungsgespräche sind nach Vereinbarung auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

Telefax: 0 70 21 – 97 19 67

akl-kirchheim@ak-leben.de

renate.cordi@ak-leben.de

www.ak-leben.de

Die Produktion dieser Broschüre haben freundlich unterstützt:

aurenz
SOFTWARE & CONSULTING

DAK

Unternehmen Leben