

2016

Jahresbericht Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim e.V.



ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL)



Broschüren beim AKL

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



Zwischen Selbstzerstörung und Lebensfreude. Hinweise für die Suizidprävention bei jungen Menschen (2013) – 50 Seiten, Schutzgebühr 3 Euro.



SUIZID – Fragen & Antworten Erfahrungen & Aspekte (2015) – 28 Seiten

Inhaltsübersicht

Vorwort.....	3
Personal . Vorstand . Mitgliederversammlung.....	4
Unsere Angebote und Leitlinien . Gremienarbeit und Vernetzung.....	5
Leitthema Jugendprävention.....	6 - 8
Lebenslehrer.....	8
Suizidprävention und Digitalisierung.....	9
Vermittlung von Krisenbegleitungen: Matching.....	10
Krisenbegleiter beim AKL . Dank an die Ehrenamtlichen.....	10
AKL-Treff . Selbsthilfegruppe für Frauen.....	11
Fachberatungen und Kooperationen.....	12
Statistische Auswertung 2016.....	13 - 15
Finanzen	16
Spender und Förderer	17
Ausgewählte Veranstaltungen	18
Adressen AKL in Baden-Württemberg	19

Eigene Broschüren des AKL Nürtingen-Kirchheim:



Beratung und Begleitung in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr



Offenes Café - zum Austausch und Gespräch



Prävention für alte Menschen, Angehörige und Helfer



Ausbildungs- und Engagementmöglichkeiten für ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen



Finanzielle Stärkung der AKL-Arbeit

Impressum

Redaktion: Gabriele Alberth, Verena Christl, Ursula Strunk . Texte: Gabriele Alberth, Verena Christl, Patricia Heidke, Holger Kies, Harald Kuhn, Annegret Schrempf, Ursula Strunk . Grafik-Design: Hannelore Lörz . Lektorat: Isolde Reichert . Fotos: Archiv, Nürtinger Zeitung, Nicole Mohn, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter . ViSdP: Ursula Strunk

Auflage: 750 Exemplare - ©2017 Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim e.V. - Alle Rechte vorbehalten.

Vorwort

Liebe Freunde und Förderer des AKL,

erinnern Sie sich noch an Ihre Schulzeit? Wie oft saßen Sie über einer Aufgabe, die für Sie unlösbar schien? Wieder und wieder haben Sie versucht, die Fragestellung zu beantworten. Aber vergebens! Sie konnten den richtigen Lösungsweg einfach nicht finden. Doch dann, wie aus dem Nichts, haben Sie die Aufgabe bewältigt. Auf einmal war alles ganz einfach. Im Nachhinein konnten Sie überhaupt nicht verstehen, warum Sie sich so lange mit dem Problem beschäftigt haben.

Genauso ist es mit Krisen. Sie brechen über uns herein und wir wissen nicht mehr ein noch aus. Wir finden keine Lösung und drehen uns ständig im Kreis. Wir grübeln darüber nach, warum etwas so ist und nicht anders. Wir fragen uns, warum gerade wir betroffen sind und fühlen uns hilflos und leer.

In einer akuten Krisensituation ist ein Betroffener nicht in der Lage, für sich eine vernünftige Lösung zu finden. Neben einem permanenten Stresszustand kommt häufig noch Schlaflosigkeit hinzu. Die Nächte wollen einfach nicht vorüber gehen. Und kommt endlich der erste Sonnenstrahl durchs Fenster, fühlt man sich matt und ausgebrannt. Hält dieser Zustand länger an, werden auch kleinere Schwierigkeiten zu unüberwindbaren Hürden. Der Betroffene befindet sich in einer Abwärtsspirale, aus der er alleine nicht herauskommt.

Wer sich schon einmal in einer solchen Lage befunden hat, weiß wie wichtig es ist, über Probleme zu reden. Zum einen gibt es ein befreiendes Gefühl, als ob eine schwere Last abfällt, zum anderen erfährt man Verständnis und bekommt meist eine andere Sicht auf die Dinge. Aber nicht immer gibt es geeignete Gesprächspartner. Der Anteil an Singlehaushalten beträgt in Deutschland 41%. Was früher in intakten Familienverbänden gelöst wurde, muss heute alleine bewältigt werden. Gerade bei älteren Menschen besteht die Gefahr der Vereinsamung. Auch wenn es in der Familie oder im Freundeskreis Ansprechpartner gibt, kann es unangenehm sein, eine nahestehende Person ins Vertrauen zu ziehen, geht es doch um sehr

intime Angelegenheiten oder der Gesprächssuchende schreckt vor dem vermeintlichen Eingeständnis der Hilflosigkeit zurück.

Genau hier hilft der AKL mit seinen ehrenamtlichen Krisenbegleitern. Wir hören zu, ohne zu bewerten. Wir unterstützen den Ratsuchenden bei seinem Weg aus der Krise. Wir gehen auf die Themen unserer Klienten ein und zeigen Verständnis für die Situation. Unsere Klienten entscheiden, in welchen Abständen sie sich mit ihrem Krisenbegleiter treffen wollen. Je nach Wunsch finden die Gespräche z.B. im AKL, in einem Café oder bei einem Spaziergang statt. Jede Krisenbegleitung verläuft unterschiedlich, weil sich auch die zu unterstützenden Menschen unterscheiden. Benötigt der eine Klient konkrete Vereinbarungen bis zum nächsten Treffen, möchte der andere nur, dass ihm zugehört wird. Wir gehen auf die individuellen Bedürfnisse unserer Gesprächspartner ein. Unabdingbar ist allerdings, eine Vertrauensbasis zu schaffen, bei der über alles geredet werden kann, was dem Klienten auf dem Herzen liegt. Dass uns dies sehr gut gelingt, zeigt sich auch darin, dass mit die meisten Kontaktaufnahmen zum AKL seit mehreren Jahren aufgrund von Empfehlungen stattfinden.

Häufig werde ich gefragt, warum ich Krisenbegleiter geworden bin und meine Freizeit nicht anders verbringe. Die Antwort ist einfach: Es ist ein schönes Gefühl, einem anderen Menschen zu helfen. Nicht nur der Krisenbegleiter gibt seinem Klienten etwas, sondern auch umgekehrt. Dies kann ein Lachen bei ersten Gesprächen sein oder ein aufrichtiges „Danke schön“. Oder noch besser: ein „Aha-Effekt“ bei einem Gespräch und der Hinweis, jetzt zu wissen, was man ändern muss.



Harald Kuhn
Krisenbegleiter, Mitglied des Vorstands



Personalsituation und Vorstand

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Festanstellung

In den Beratungsstellen Nürtingen und Kirchheim waren als hauptamtliche Fachkräfte (Gesamtvolumen 200%, d.h. zwei Stellen) beschäftigt:

Ursula Strunk - 100%: Geschäftsführung, Beratung, inhaltliche Arbeit, Gruppen

Im Oktober 2016 wurde Ursula Strunk zur Sprecherin der Landesarbeitsgemeinschaft der zehn Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg gewählt. Damit verbunden ist eine neue Verantwortung und überregionale Aufgabe.

Gabriele Alberth - 70%: Beratung, Gruppen, inhaltlicher Schwerpunkt: Arbeit mit jungen Menschen und Schulpräventionsarbeit

Holger Kies - 30%: Beratung, Gruppen

Verena Christl - 40%: Verwaltung, Öffentlichkeitsarbeit und Assistenz der Geschäftsführung



Verena Christl, Holger Kies, Gabriele Alberth, Ursula Strunk

Geringfügig Beschäftigte

Roxana Dürr: Buchhaltung

Bürgerschaftlich engagierte Freiwillige

6 MitarbeiterInnen als LebenslehrerInnen in der Schulpräventionsarbeit

27 MitarbeiterInnen als Krisenbegleiter (aktiv)

8 MitarbeiterInnen im AKL-Treff

2 Mitarbeiter für die Kassenprüfung

5 Vorstandsmitglieder

Supervision

Die AKL-Fachkräfte arbeiten unter regelmäßiger Supervision; derzeit hat Ernst Schrade (Leiter der schulpсихologischen Beratungsstelle des Staatlichen Schulamtes Nürtingen) diese Aufgabe übernommen.

Mitgliederversammlung und Vorstandswahlen

Bei der Mitgliederversammlung am 06.07.2016 wurden Satzungsänderungen beschlossen. Die Anzahl der Vorstandsmitglieder wurde auf drei bis zu fünf Personen reduziert, deren Amtszeit beträgt drei Jahre; die E-Mail-Kommunikation wurde als ein gültiger Weg legitimiert (sofern das Mitglied eine E-Mail-Adresse hat). Die Mitglieder werden gebeten, die Aktualität ihrer Kontaktdaten sicher zu stellen.

Die Vorstandswahlen wurden mit folgendem Ergebnis durchgeführt: Markus Bienecker (1. Vorsitzender), Arnold Pracht (2. Vorsitzender), Harald Kuhn (Kassenwart), Hartmut Brand (Vorstand) und Bernhard Schuster (Vorstand).

Den bisherigen Beisitzerinnen Irene Gekle und Heide Unger, die aus dem Vorstand ausscheiden, gilt unser besonderer Dank.

Frau Gekle gab auf der MV einen Rückblick über ihre Arbeit und schilderte ihre guten, aber auch schweren Erfahrungen im Amt. Sie ist sicher, dass der AKL gut aufgestellt ist und auch zukünftig seine Aufgaben gut meistern wird. Sie bleibt dem AKL weiterhin verbunden und als ehrenamtliche Krisenbegleiterin aktiv.

Als Kassenwart wurden gewählt: Herr Andreas Mack und Herr Roland Bosch. Damit sind ausgewiesene Fachkräfte auf dieser Position: Herr Mack arbeitet in einer Bank, Herr Bosch war bis 2013 Kanzler an der Nürtinger HFWU.

Die bisherigen Kassenprüfer Christine Schulta und Ludwig Gekle haben ihr Amt über lange Jahre mit hohem Engagement und Sorgfalt ausgeübt. Vielen Dank dafür!

Vorstand und Geschäftsführung wurde Entlastung erteilt.

Austauschtreffen

Hier wurde wie gewohnt die Arbeit der verschiedenen „AKL-Abteilungen“ repräsentiert, und jeder konnte miterleben und nachfragen, was in den anderen Tätigkeitsbereichen geleistet wird.

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
- 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. E-Mail-Beratung, Unterrichtseinheiten an Schulen, Schulberatung, Mitwirkung an Projekttagen
- Präventionsveranstaltungen „Seelisch fit in Schule und Ausbildung“
- öffentliche Informationsveranstaltungen zu Themen wie Krise und Suizidprävention
- themenbezogene Vorträge für interessierte Gruppen
- offener AKL-Treff für problembeladene, Kontakt suchende Menschen
- Gesprächsgruppen (Supervision/Fachberatung) für ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen
- Wechselnde Gruppenangebote wie: Frauengruppe „Norwood“ etc.

Leitlinien

- 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
- die tendenzielle Enttabuisierung des Themas „Selbsttötung“ in unserer Gesellschaft ist ein weiterer wichtiger Grundsatz unserer Bemühungen.

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.

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





„Wenn Du der Psycho bist, dann hast Du schon verloren“ Aus der Präventionsarbeit des AKL mit jungen Menschen



Seit mehr als fünf Jahren richtet sich der AKL mit seinem Projekt „Verrückt? Na und! Seelisch fit in Schule und Ausbildung“ konkret an junge Menschen im Landkreis Esslingen. „Verrückt? Na und!“ wird mit Schülerinnen und Schülern ab Klasse 9 an Schulen, Berufsschulen und in der Ausbildung durchgeführt. Seit 2016 steht das Projekt unter der Schirmherrschaft des baden-württembergischen Sozialministers Manne Lucha und wurde bereits 2012 für seine erwiesene Wirksamkeit mit dem Phineo-Siegel ausgezeichnet.

Wir investieren viel Zeit und finanzielle Mittel in die Durchführung des Projekts. Das Thema der seelischen Gesundheit ist uns gerade bei jungen Menschen außerordentlich wertvoll und wichtig. Verlaufsstudien belegen, dass Jugendliche besonders anfällig für psychische Störungen sind. Deshalb setzen wir mit unserer Präventionsarbeit direkt in den Schulen an.

Hierzu zählen nicht nur die Projekttag selbst, sondern auch die Vor- und Nachbereitung, Fortbildung des Mitarbeiterteams etc. Wir freuen uns über die große positive Resonanz, die wir nach den Projekteinsätzen erhalten und die sich in den sich daraus entwickelnden Kooperationen widerspiegelt. Und es bestärkt uns in unserem Ziel, die Präventionsarbeit mit jungen Menschen weiter auszubauen.

Warum „Verrückt? Na und!“

Psychische Erkrankungen und schwere Lebenskrisen können jeden treffen, z.B. wenn der Stress überhand nimmt, sich die Gedanken im Kreis drehen, alles zu viel wird. Burnout als Krankheit ist beispielsweise inzwischen eine gesellschaftlich akzeptierte Form der psychischen Beeinträchtigung. Andere Formen von psychischer Erkrankung sind hingegen immer noch stark tabuisiert, sowohl von den Betroffenen selbst als auch von deren Angehörigen und gesellschaftlich. Die Unsicherheit, als psychisch krank abgestempelt zu werden, verstärkt die Hemmung, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Viele Menschen bringen psychische Krankheit in Verbindung mit Willensschwäche und Labilität. Das will niemand, dann besser mal nicht darüber reden. Eine psychische Erkrankung wird aber nicht da-

durch abgewendet, dass man nicht darüber spricht. Das Tabu, nicht offen über seine Probleme reden zu können, wird zur zusätzlichen Belastung für die Betroffenen und/oder deren Angehörige.

Die Mehrheit der seelischen Störungen beginnt vor dem 20. Lebensjahr. Deshalb ist es umso wichtiger, gerade in jungen Jahren über psychische Erkrankung und Wohlbefinden aufzuklären. Jugendliche und junge Erwachsene befinden sich in einem Lebensabschnitt, der von vielen Weichenstellungen geprägt ist. Sie benötigen in dieser Zeit eine gute psychische Basis. Dazu gehört auch das Wissen, was zu tun ist, wenn es in ihrem Leben eben mal nicht rund läuft.

Aufklärung, Offenheit, Austausch

Bei „Verrückt? Na und!“ geht es um Aufklärung und Lernen. Es geht darum, Vorstellungen und Vorurteile der Jugendlichen aufzugreifen, die allgemein vorherrschen. Wir stellen Informationen zur Verfügung, die diesen Vorurteilen im Denken und der Unsicherheit im Handeln und Fühlen entgegenwirken. Und bekanntermaßen lernt man am besten durch die eigene Erfahrung. Mit Methodenvielfalt schaffen wir einen direkten Zugang zu Themen, die sonst eher vorsichtig behandelt und unsicher angegangen werden. Die TeilnehmerInnen sind während des gesamten Projekts aktiv beteiligt. Es gibt für den Einzelnen immer etwas zu tun.



Neben diesem gemeinsamen Arbeiten bildet die offene Atmosphäre während des Projekts einen Rahmen, der gerade die Fragen formulieren lässt, die sonst nicht so direkt gestellt werden: Wo zieht man die Grenze zwischen normal und krank und was deutet auf seelische Probleme hin? Wann ist einer nur traurig und wann spricht man von einer Depression? Lösungsideen wie „Mit Willenskraft kann man doch einem depressiven Verhalten begegnen.“, „Zusammenreißen!“, „Aufhören mit dem Theater!“ werden angedacht. Mit einem kurzen Experiment wird demonstriert, warum gut gemeinte Ratschläge nicht funktionieren. Dabei geben wir den TeilnehmerInnen einen kleinen Einblick in die Situation eines Menschen in einer Psychose. Das Experiment dauert eine Minute. Vier Personen reden über vier unterschiedliche Themen auf den „Kranken“ ein. Drei Personen davon stellen die Stimmen im Kopf dar und eine Person steht real als Ansprechperson gegenüber, auf die reagiert werden soll. Diese eine Minute kostet denjenigen, der sich der Situation aussetzt, ein Höchstmaß an Konzentration und Kraft – vor der Übung unvorstellbar für die Beteiligten. Die jungen Menschen in den Klassen erleben dadurch kurz, welcher Kampf im Inneren eines Betroffenen tobt und welche Belastung auf ihm liegt. Eine Minute lang – und danach viele Minuten ein Nachdenken über das Erlebte.

Den Höhepunkt des Projekts bilden die Berichte und der Austausch mit unseren LebenslehrerInnen. Ihre Erzählungen und Antworten hinterlassen bei den TeilnehmerInnen einen spürbar nachhaltigen Eindruck.



Experten in eigener Sache – die AKL LebenslehrerInnen

Seit der Gründung des AKL bildet die Arbeit von Ehrenamtlichen das Herzstück des Vereins. Diesen Leitgedanken setzen wird auch im Projekt „Verrückt? Na und!“ mit dem Einsatz der sogenannten LebenslehrerInnen fort. Sie haben in ihrem Leben eine existenzielle Krise bewältigt, sind chronisch psychisch krank oder sind Angehörige eines Betroffenen. Sie alle haben es geschafft zu einem stabilen Alltag zu finden, sind emotional gefestigt und wollen ihre Erfahrungen und Erlebnisse als Unterstützung und Motivation weitergeben. In diesem Sinne sind sie Lehrer für das Leben.

Für die jungen Menschen stellt die Begegnung mit den LebenslehrerInnen einen besonderen Moment im Projekt dar. Die LebenslehrerInnen geben den Begriffen „Lebenskrise“ und „psychische Erkrankung“ ein Gesicht. Ihre Geschichten sind es, die das Projekt ins wahre Leben bringt. Kein konstruiertes Beispiel, keine graue Theorie, sondern etwas ganz Reales. Ein echter Mensch, ein echtes Schicksal. Die Erfahrungen, die die LebenslehrerInnen mit den TeilnehmerInnen während des Projekttags teilen, machen auch die Auslöser für Lebenskrisen greifbar. Und sie machen deutlich, wie die Betroffenen im Alltag immer wieder die große Unsicherheit beim Thema psychische Erkrankung durch ihr Umfeld zu spüren bekommen. Mitunter sind es schwere und belastende Berichte, doch mit einem Ende, das Mut macht.

Unsicherheit im Umgang mit psychischer Erkrankung ist bei den meisten der jungen Menschen spürbar, die wir im Projekt zu Beginn nach ihren Meinungen fragen: „Lieber einen Herzinfarkt als eine Depression!?", „Wenn man einmal erkrankt, dann bleibt das ein Leben lang so.“, „Dann bist Du echt der Psycho! Und der Psycho sein bedeutet, Du hast von vornherein verloren.“! Im Laufe des Projekts wächst der Wunsch, Antworten zu erhalten und Hintergründe der Unsicherheit zu erfahren.

Wir richten mit ihnen gezielt den Blick auf die eigene psychische Gesundheit. Ziel ist es, eine Achtsamkeit gegenüber sich selbst und anderen zu entwickeln, Warnsignale zu erkennen und sich ihrer



bewusst zu werden. Das Formulieren der TeilnehmerInnen eigener bewährter Strategien im Umgang mit schwierigen Situationen eröffnet für alle einen Impuls für eine Erweiterung eigener Handlungsalternativen. Somit bildet das „Von-einander-Lernen“ einen wichtigen Aspekt des Projekts. Gleichzeitig rückt die Möglichkeit, Hilfe zu holen, wenn man es selbst nicht mehr schafft, mit einer Situation klarzukommen, in greifbare Nähe.

Durch den Kontakt mit den LebenslehrerInnen reift in vielen die Erkenntnis, dass ein anderes Verstehen auch eine andere Solidarität und ein anderes Verhalten gegenüber Menschen mit psychischer Krankheit hervorbringen kann.



Fotos: Nicole Mohr

Mein Auftrag als Lebenslehrerin

Unsere Workshops an der Schule bedeuten: Ein reich gefüllter Vormittag; die SchülerInnen haben uns kennengelernt, sie haben viel mit uns gearbeitet, eine Gruppenarbeit zu verschiedenen Themen. Wir sind ins Gespräch gekommen. Fragen konnten gestellt werden usw. Nun bleibt noch etwas – wir Lebenslehrer kommen zu Wort.

Meist sind es zwei Lebenslehrer. Und es ist erstaunlich – von der ersten Minute ist es mäuschenstill im Raum. Es ist eine unglaubliche Konzentration, alle wollen wissen, was der Lebenslehrer zu erzählen hat. Es bleibt jedem Lebenslehrer offen, was er erzählen möchte, ob er von der Kindheit berichtet, von dem Ausbruch der Krankheit, von der Diagnose, manchmal sind es auch einzelne Erlebnisse, die wichtig sind. Und die Kinder spüren, bei all der Schwere der Krankheit, es gibt Chancen, es gibt Medikamente, die helfen, es gibt Einrichtungen, die nun richtig sind, es gibt auch mit der Krankheit ganz viele Möglichkeiten zu einem guten Leben.

In meinem Fall wollen die Schüler auch immer wissen, wie es meinen vier Kindern geht, die mit mir und meiner Krankheit viel durchgemacht haben und nun ein eigenes gesundes Leben führen. Hier ist auch nochmals Platz für ganz viele Fragen von den Schülern. Wir erleben oft, dass die Schüler wissen wollen, „Wie sieht es denn in der Psychiatrie aus?“, „Was macht ihr da?“, ja selbst Fragen wie „Welche Klamotten habt ihr an?“...

Die Schüler sind dankbar für unsere Geschichte als Lebenslehrer – endlich spricht mal jemand. Und so ist das eine runde Sache, dass wir die Schüler auch gut aus dem Vormittag entlassen können. Sie haben ganz viel mitbekommen. Ich bin sehr dankbar für diese Möglichkeit als Lebenslehrerin in Schulen zu gehen.

Wie sind auch immer froh über neue Lebenslehrer, die uns unterstützen und die Idee weitertragen.

Annegret Schrempf



Suizidprävention und Digitalisierung

Die fortschreitende Digitalisierung unserer Gesellschaft bedeutet neue Herausforderungen in der Suizidprävention: Es gibt Chancen für unsere Arbeit, die wir nutzen - aber auch nachteilige Dynamiken, denen wir nicht tatenlos gegenüberstehen sollten.

Das Internet als Informationsquelle ist für immer mehr Menschen jeden Alters leicht zugänglich. Gut aufbereitete Hilfsangebote können so schnell durch das Netz verbreitet werden. Die Botschaften können hoffnungsstiftend und hilfreich sein. Werden Unterstützungsangebote und Erfolgsmeldungen veröffentlicht, steigt beim Rezipienten, also dem Nutzer, die Wahrscheinlichkeit, dass sich ein Mensch in Krise dieser Sicht der Dinge anschließt und gezielt Hilfe sucht. Man nennt dies den Papageno-Effekt. Aber es gibt auch die gegenteilige Wirkung, wenn in sozialen Netzwerken Hoffnungslosigkeit verbreitet oder gar das „Hand an sich legen“ als mediales Ereignis gefeiert wird. Der Suizid wird z.B. als Mutprobe präsentiert, der Countdown vor dem Suizid öffentlich zelebriert oder andere Menschen als Ursache für die Entscheidung bewusst benannt. Dies ist nicht hilfreich – im Gegenteil, es provoziert Nachahmer. Vor allem junge Menschen können, je nach Stimmungslage, von diesen Darstellungen inspiriert und animiert werden. Nachgewiesen gibt es diesen Werthereffekt, benannt nach den Reaktionen auf Goethes Buch „Die Leiden des jungen Werther“. In der Praxis stellen wir leider fest, dass es für den positiven Papagenoeffekt im Verhältnis zu wenige Akteure im Netz gibt.

Gezielt wurde gegenüber dem sozialen Netzwerk Facebook Kritik geäußert zu dessen Umgang mit suizidalen Nutzern. Facebook hat darauf mit der Entwicklung eines Algorithmus reagiert, also einer automatischen Erkennung, die filtern soll, ob ein Nutzer suizidgefährdet ist. Dieser erhält dann spezielle Ratschläge und Kontaktangebote. Neben Bedenken zu Datenschutz und Trefferquote des Algorithmus bewerten wir dieses Vorgehen nicht als geeignete Lösung für Menschen in zugespitzten Krisen. Es bedarf Individualität, eines verlässlichen echten Gesprächspartners, eines sensiblen Gegenübers in erreichbarer Nähe. Nach einem ersten digitalen Kontakt muss die Möglichkeit einer menschlichen Begegnung gegeben sein. Der Betroffene darf nicht in eine Warteschleife geleitet werden. Es besteht die Gefahr, dass seine Geduld überstrapaziert wird und er mit „die



Antwortzeit ist abgelaufen“, „Auflegen“, „Tschüss, du Welt“ reagiert. Der AKL und alle anderen von Menschen belebten Hilfsangebote werden durch Internet und soziale Netzwerke noch wichtiger: Gerade bei jungen Menschen steigt die Gefährdungslage, wenn sie sich nicht so vernetzt und in der Peergroup eingebunden fühlen, wie man sein will oder sollte. Sie sind konfrontiert mit knallharten Rückmeldungen, die keinen Regeln des sozialen Umgangs unterliegen und die nicht auf ein enges Umfeld beschränkt bleiben, sondern über das Netz einer anonymen Masse öffentlich zugänglich werden. Der Fortschritt dieser Technik benötigt daher ein menschliches und örtlich-regional nah erreichbares Gegenüber. Ein Algorithmus hilft hier nicht weiter. Es gilt, die Schnittstelle zwischen digitaler und realer Welt zu gestalten. Jugend-Online-Portale wie YouthLifeLine und U25 sind ein guter Ansatz, es bestehen für unsere Arbeit in der Suizidprävention noch weitere Handlungsbedarfe:

- Sorge tragen, dass unser Internetauftritt Betroffene aller Altersgruppen erreicht,
- unsere digitalen Zugangswege einfacher (barrierearm) gestalten,
- im Netz Botschaften implementieren bzw. unterstützen, die Hoffnung machen,
- bestehende Online-Beratungsangebote stärken und über die Zielgruppe der jungen Menschen hinaus weiterentwickeln,
- Kooperationen mit digitalen Anbietern vertiefen, um z.B. von Suchmaschinen hoch priorisiert zu werden.

Die LAG ist dabei, den gemeinsamen Internetauftritt der AKL zu optimieren. Um mehr Handlungsoptionen auf diesem Gebiet zu ermöglichen und aktuell zu bleiben, hat die LAG-AKL einen entsprechenden Förderantrag beim Land Baden-Württemberg mit Schwerpunkt Digitalisierung gestellt.



Vermittlung von Krisenbegleitungen: Matching

Der Begriff „Matching“ steht für „ebenbürtig“, „passendes Gegenstück“ und wird u. a. auch in der Sozialen Arbeit, Psychotherapie und im Coaching verwandt. Matching im AKL bedeutet die Vermittlung von KlientInnen an die/den geeignete/n KrisenbegleiterIn.

Im Kontext der Wirkungsforschung der Psychotherapie (z.B. Klaus Grawe) werden Kriterien für erfolgreiche Therapie-Verläufe untersucht. Ein höchst wichtiges Kriterium (wenn nicht DAS wichtigste) ist die persönliche Beziehung zum Psychotherapeuten: Wenn „die passenden Gegenstücke“ zusammenkommen, tritt die Bedeutung des Behandlungsverfahrens etc. zurück.

Das gilt auch für die Krisenbegleitung. Die Passung von begleiteter Person und begleitender Person ist hoch bedeutsam. Das „Verfahren Krisenbegleitung“ unterscheidet sich dabei aber deutlich von therapeutischen Verfahren und Prozessen.

Erfahrung im Matching gibt es im AKL von Beginn an. Es gehört zum Kern der AKL-Arbeit.

Schritte sind:

- Klärung: Ist ehrenamtliche Begleitung zielführend?
- Auswahl: Welche Begleitungsperson passt?
- Supervision: Unterstützung der reflektierten Beziehung zwischen Ehrenamtlicher/Ehrenamtlichem und begleiteter Person.
- Evaluation: Konsequenzen des Begleitungsprozesses für zukünftige Begleitungen und Matching.

Der wichtige Schritt „Auswahl“ bedeutet die Klärung einer Reihe von Fragen. Zunächst: Welche Krisenbegleiter sind frei? Mann oder Frau? Fahrtwege und Arbeitszeiten der Beteiligten, Erfahrungsschatz der ehrenamtlichen Person und die Passung zum Anliegen des Betroffenen, Lebensstile, Identifikationschancen, sprachliche Ausdrucksfähigkeit usw.

Wir prüfen also sehr genau, bevor die beiden Akteure miteinander in den Unterstützungsprozess starten. Nach dem ersten bzw. wenigen Kontakten und bei Bedarf auch zu jedem späteren Zeitpunkt können beide sagen: „Sorry, wir können nicht miteinander“. Dann suchen wir nach einer neuen Konstellation.

Krisenbegleitung beim AKL

Das Herzstück der AKL-Arbeit bleibt die Begleitung von Menschen in schweren Krisen durch unsere ehrenamtlichen KrisenbegleiterInnen. Dieses Angebot bietet für Hilfesuchende eine besondere Chance, einen anderen Weg. Der Einsatz unserer Ehrenamtlichen mit den Betroffenen ist dabei gekennzeichnet von viel persönlicher Zuwendung, Nähe und Unmittelbarkeit mit hohem Zeiteinsatz und hat einen unschätzbaren Wert.

Neben dem Kontakt zu ihrer Begleitung investieren die KrisenbegleiterInnen ihre Freizeit auch in die Teilnahme an den vierzehntäglichen Supervisionsgruppen sowie an Fortbildungen. Dies sichert die Qualität ihrer Arbeit mit Betroffenen.

Was gab es 2016 an Fortbildungsangeboten?

Im Januar fand eine Exkursion ins Psychatriemuseum „MuSeele“ nach Göppingen statt mit einer Führung durch Rolf Brueggemann, der Historisches mit Persönlichem aus dem Leben der Patienten verband und damit Psychatriegeschichte erlebbar machte. Im April informierte Dirk Dresselmann vom Kriminaldauerdienst bei einem Austauschabend die KrisenbegleiterInnen über seine Polizeiarbeit, z.B. auch bei Suizid und Suizidversuchen. An zwei Tagen im Sommer arbeiteten wir mit einer externen Dozentin zum Thema Achtsamkeit. Und an einem Fortbildungsabend im November gingen wir mit den KrisenbegleiterInnen der Frage nach: „Was ist meins, was ist deins?“ in der Begleitung.

Ein herzliches DANKE an alle unsere Aktiven für ihren Einsatz. Und auch an die vielen anderen Ehrenamtlichen, die durch ihr Engagement und ihre Unterstützung die Angebote des AKL ermöglichen.



Abschied von Frauke Landauer

Nach einem bewundernswerten Einsatz von 30 Jahren beim AKL mussten wir uns von unserer Krisenbegleiterin Frauke Landauer verabschieden, die im Sommer verstarb. Sie hat mit ihrer optimistischen, positiven Art den AKL nachhaltig mitgestaltet und ihre Spuren begleitet uns.

AKL-Treff

Der AKL-Treff hat im vergangenen Jahr an 43 Tagen stattgefunden. Im Team gab es Veränderungen, Jürgen und Alexandra wurden aus beruflichen Gründen beurlaubt; neu hinzugekommen sind Stefanie und Sabine, die bereits bei uns hospitiert hatte. Seit vielen Jahren mit dabei sind Almuth, Corinna und Hartmut.

Der Treff wurde 2016 von 18 Personen besucht. Wir konnten genauso viele Frauen wie Männer begrüßen, nachdem in der Vergangenheit die Anzahl der männlichen Besucher deutlich höher war. Einige neue Gesichter sind dazugekommen, die Gruppe der langjährigen TeilnehmerInnen ist aber nach wie vor sehr beständig. In diese altbewährte Konstellation wurden neue BesucherInnen und Teammitglieder freundlich und offen aufgenommen und schnell integriert. Um die Kontaktaufnahme zu erleichtern, tragen wir jetzt Namensschilder.

Ein Höhepunkt des Jahres war unser Ausflug am 17. September ins Kloster Bebenhausen. In Fahrgemeinschaften fuhren wir zuerst nach Tübingen, wo wir in einem italienischen Restaurant zu Mittag aßen. Anschließend wurden wir zu einer Führung im Kloster erwartet. Viel Interessantes erfuhren wir über die wechselvolle Vergangenheit und das Leben in den eindrucksvollen Gebäuden. Anstieg und Führung waren für manche der Teilnehmer ziemlich anstrengend, und wir belohnten uns anschließend mit Kaffee und Kuchen. Großes Glück hatten wir mit dem Wetter: Der angekündigte Regen setzte erst auf dem Heimweg ein.

Mit Riesenschritten ging es in die Vorweihnachtszeit und zu unserer Weihnachtsfeier am 12. Dezember. Neben den bewährten Brötchen des Café Regenbogens und einer Spende der Bäckerei Media überraschten uns Stefanie und Sabine mit eigenen Kuchen und Weihnachtsgebäck.



Es war eine sehr gelöste Stimmung und auch ehemalige Mitarbeiterinnen des AKL-Treffs haben sich gut unterhalten. Die Zeit verging mit Geschichten und Bastelarbeiten wie im Flug und jeder nahm eine Erinnerung an die Feier mit nach Hause.

Der AKL-Treff wird seit 2015 zum Teil durch Gelder der Pflegeversicherung finanziert.

Selbsthilfegruppe für Frauen

Zur Zeit sind zwei Selbsthilfegruppen unter dem Dach des AKL aktiv. Sie treffen sich in unseren Räumen in Nürtingen bzw. in Kirchheim. Als Selbsthilfegruppen organisieren sie sich weitgehend allein und benötigen nur geringe Unterstützung der AKL-Fachkräfte.

Basis für Inhalte und Gestaltung der Gruppenarbeit ist das Buch von Robin Norwood: „Wenn Frauen zu sehr lieben“.

Manchen Frauen fällt es schwer, für ihre eigenen Bedürfnisse zu sorgen und eine angemessene Balance zu finden in Bezug auf die Bedürfnisse ihrer Partner, Familienmitglieder oder anderer Menschen im Umfeld. Die betroffenen Frauen beschreiben ihr Problem z.B. so: „Immer bin ich für alle da und komme dabei selbst unter die Räder.“ Oder: „Ich kann nicht Nein sagen - insbesondere dann nicht, wenn mir die Menschen am Herzen liegen.“ Oder: „Nein sagen erlebe ich als Risiko für die Beziehung – ich kann nicht glauben, dass mein Nein akzeptiert wird und man mich trotzdem noch gerne hat.“

Die Frauen der Norwood-Gruppe in Nürtingen treffen sich bereits seit vielen Jahren und möchten keine neuen Teilnehmerinnen aufnehmen. Die Norwood-Gruppe in Kirchheim trifft sich vierzehntäglich in den AKL-Beratungsräumen und ist offen für neue Mitglieder.

Die Teilnehmerinnen tragen bei den Gruppentreffen sehr persönliche Anliegen vor, die insbesondere auf ihre problematischen Beziehungen gründen. Es wird Augenmerk daraufgelegt, dass sich alle möglichst gleichmäßig einbringen. Gegenseitige Wertschätzung wird formuliert. Die Moderation der Gruppe wechselt.

Es wird von den Teilnehmerinnen beschrieben, dass sie die Gruppe als hilfreich und unterstützend erleben:

- „Ich fühle mich verstanden, weil alle das gleiche Problem haben.“
- „Ich bin meinen Problemen nicht mehr ohnmächtig ausgeliefert, sondern kann mit anderen gemeinsam daran arbeiten.“
- „Es ist wohlthuend, Menschen zu haben, mit denen ich offen und ehrlich reden kann.“
- „Ich kann vertrauen, dass alles, was ich erzähle, nicht nach außen getragen wird.“



Fachberatungen

Sich zuspitzende Krisen, die Sorge um das Leben eines Menschen, mit dem man in Kontakt ist, bedeutet Stress und Verunsicherung für jeden, der damit befasst ist. Auch für Fachkräfte aus dem psychosozialen Bereich gehört diese Situation kaum zum Berufsalltag.

2016 bildete der Schwerpunkt der kollegialen Fachberatungen die Frage: Wie kann eine Suizidäußerung eingeordnet werden? Wie erhalte ich als Kontaktperson Handlungssicherheit nach einer erfolgten Suizidhandlung?

Neben Fachkräften aus Schulsozialarbeit, Schule, sozialpsychiatrischen Diensten, Altenhilfe und Jugendhilfe wandten sich auch betriebliche Mitarbeiter und gesetzliche Betreuer mit dem Wunsch nach Fachberatung an den AKL. Schwerpunktmäßig nahmen die Fachkräfte aus dem Schulbereich unsere Kompetenz zu den Themen Gefährdungseinschätzung und Kompetenzerweiterung des eigenen Tuns in Anspruch. Im Fokus der Anfragen standen SchülerInnen im Alter von 15 bis 17 Jahren.

Eine der wichtigen Aufgaben in der Begleitung von Menschen in Krisen ist die Gestaltung des „In-Kontakt-Bleibens“. Deshalb beleuchtet Fachberatung immer zuerst die Möglichkeiten desjenigen, der bereits in Verbindung mit dem eigentlich Betroffenen steht. Dies ermöglicht oft eine direktere Hilfe.

Durch die Inanspruchnahme einer kollegialen Beratung durch den AKL werden KollegInnen anderer Dienste stärker in die Lage versetzt, einen stabileren Rahmen für neue Lösungsmöglichkeiten in der sich verengenden Situation zu eröffnen.

Kooperationen

Zur Erhaltung und Stärkung der Zusammenarbeit haben wir auch 2016 Kooperationsgespräche geführt.

Job-Center Kirchheim | Deutsches Rotes Kreuz DRK | Ehrenamtsförderung | IHK Stuttgart | Intensivstation Klinik Kirchheim | Hochschule für Wirtschaft und Umwelt HfWU Nürtingen | Ehrenamt in der Flüchtlingsarbeit, Kirchheim | Sozialdezernentin Kreis Esslingen | Schulsozialarbeit Hölderlingymnasium, Nürtingen.

Kooperation mit der Psychiatrie Kirchheim-Nürtingen

Zur Ausweitung der langfristigen Kooperation mit der Psychiatrie fanden ausführliche Gespräche mit der Klinikleitung Prof. Dr. Jacob und der neuen Leitung der Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA) Frau Bauer statt. Es folgte im September eine Fortbildungsveranstaltung des AKL im Rahmen der klinikeigenen Akademie in Nürtingen. Diese wurde von rund 40 Mitarbeitern besucht, z.B. Klinikleitung, Stationsärzte, Psychologen, Pflegekräfte, Physio- und Kunsttherapeuten, Sozialdienst. Vorgestellt wurde unser Angebot (Beratung, Begleitung, AKL-Treff) und die Möglichkeiten der Kooperation mit dem Klinikpersonal. In der Diskussion darüber, welche Patienten und Angehörige vom AKL unterstützt werden können, wurden viele Ideen geäußert und konkrete Schritte zur Umsetzung erörtert. Die Resonanz der TeilnehmerInnen war sehr positiv: Es gab eine große Offenheit und der Wunsch nach mehr Zusammenarbeit.

Unter dieser Zielsetzung wurden wichtige Aspekte erörtert: Umgang mit Personalwechseln in der Klinik, der Umzug nach Kirchheim, das offene Thematisieren von Suizid, die alltägliche Präsenz des AKL-Hilfsangebotes in den Köpfen der MitarbeiterInnen und die Möglichkeiten unserer Fachkräfte, bereits in der Klinik mit Patienten in Kontakt zu kommen. Darum ging es auch in nachfolgenden Gesprächen mit Oberärztin Bauer (Leiterin PIA Nürtingen): Wie kommen stationäre Patienten nach einem Suizidversuch bzw. in einer Lebenskrise noch vor ihrer Entlassung aus der Klinik mit den AKL-Hauptamtlichen in Kontakt, um nach Klärung ggf. den Übergang in eine nachsorgliche Beratung und ehrenamtliche Begleitung auf den Weg zu bringen? Zudem gab es Überlegungen zu einem Beratungsangebot für das Klinikpersonal.

Wir stellen fest, dass der Faden zur Klinik immer wieder neu geknüpft werden muss: Mitarbeiter wechseln, Wissen geht verloren, und es ist gut, wenn der AKL sich in der Klinik persönlich zeigt.

Wir freuen uns über den gelungenen Anfang der Zusammenarbeit mit der neuen Medius-Klinik in Kirchheim, die sicherlich für beide Seiten bereichernd sein wird. Wir waren auch beim Tag der offenen Tür präsent und viele interessierte Gäste kamen an unseren Stand.

Statistische Auswertung 2016

ANFRAGEN IM JAHR	2016	2015	2014	2013
gesamt	523	389	415	396
Anfragen zu				
Beratung / Begleitung	329	282	328	316
davon Fachberatung*	30	21		
Männer (% der Beratung/Begleitung)	31,8	35,5	35,9	33,2
Frauen (% der Beratung/Begleitung)	68,2	64,5	64,1	66,8

(Wir arbeiten mit der einheitlichen Statistik der Arbeitskreis Leben in Baden-Württemberg, die insbesondere dem Ziel der Vergleichbarkeit dient und daher lokale Themen nicht immer optimal abbildet.)

WEITERE ANGEBOTE

AKL-TREFF	2016	2015	2014	2013
Anzahl Treffs	43	42	41	43
Besucher	18	23	28	33

PRÄVENTIONSANGEBOTE (Schule, Hochschule, Betrieb...)

Anzahl	7	8	12	6
erreichte Personen	150	220	250	200

ANLASS DER KONTAKTAUFNAHME

	2016	(Vorjahr)
belastende Lebenssituation	32,8%	(35,5%)
akute Krise	51,2%	(53,8%)
chronische Krise	15,7%	(10,3%)
keine Angabe	0,3%	(0,4%)

SUIZIDALITÄT BEI KONTAKTAUFNAHME

keine eigene Suizidalität	27,8%	(28,6%)
Suizidgedanken	30,1%	(31,7%)
akute Suizidalität	4,3%	(4,6%)
nach Suizidhandlung	6,4%	(9,2%)
Sorge um Suizidgefährdete/n	14,3%	(14,1%)
Trauer nach Suizid	6,4 %	(5,7%)
keine Angabe	16,0%	(14,1%)

ANGEBOTE / MASSNAHMEN (Mehrfachnennungen)

Krisenintervention	69,8%	(64,9%)
Einzelberatung	76,6%	(67,2%)
Paar-, Familienberatung	12,4%	(7,6%)

*in den Vorjahren nicht separat erfasst.

Gruppe (ohne AKL-Treff)	2,0%	(3,4%)
Krisenbegleitung	13,4%	(13,4%)
Weitervermittlung	17,1%	(17,6%)
sonstige Hilfen	16,1%	(14,9%)

NATIONALITÄT

Deutsch	77,3%	(84,5%)
Deutsch mit Migrationshintergrund	9,3%	(8,0%)
andere Nationalität	7,7%	(4,9%)
keine Angabe	5,7%	(2,7%)

BERUFLICHE SITUATION

in Ausbildung	9,7%	(5,7%)
berufstätig	42,8%	(44,7%)
Hausfrau/-mann	3,0%	(1,5%)
arbeitslos	8,7%	(11,5%)
berentet	19,1%	(19,5%)
sonstige/keine Angabe	11,0%	(17,2%)

FAMILIÄRE SITUATION*

allein stehend / ohne Kinder	35,1%
allein stehend / mit Kind(ern)	14,4%
in Partnerschaft / ohne Kinder	15,7%
in Partnerschaft / mit Kind(ern)	17,1%
keine Angabe	17,1%

AKL-Treff

Der AKL-Treff fand 2016 regelmäßig an jedem Montag mit Ausnahme der Sommer- und Weihnachtsferien sowie den Feiertagen statt. 2016 gab es 43 Treffen mit insgesamt 212 Besuchen. Im Gegensatz zu den Vorjahren, in denen der Treff überwiegend von Männern besucht wurde, war das Verhältnis mit neun weiblichen und neun männlichen Besuchern ausgeglichen.

Schulpräventionsarbeit

Mit unseren Projekten haben wir ca. 150 Schülerinnen und Schüler bzw. junge Menschen sowie deren Betreuungspersonen erreicht.



Nachfrage

Im Jahr 2016 ist (auch im Vergleich über einen längeren Zeitraum) mit 523 Kontaktpersonen ein deutlicher Anstieg festzustellen. Neben dieser absoluten Zahl erfassen wir regelmäßig die Personenzahl, die wir durch eine Beratung bzw. Begleitung weiterführend unterstützen. Diese Zahl liegt im oberen Bereich innerhalb der über viele Jahre normalen Schwankung: 329 Fälle von Beratung-/Begleitung-/Fachberatungen.

Geschlechterverteilung

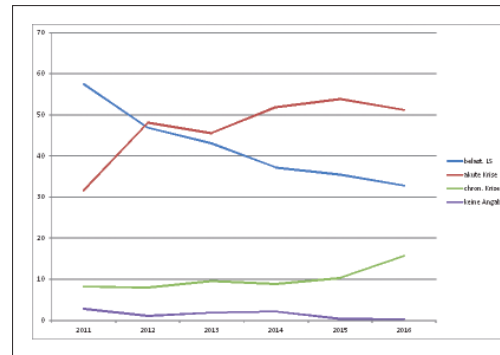
In der Beratung/Begleitung ist die Verteilung (2/3 Frauen zu 1/3 Männer) praktisch unverändert. Allerdings erreichen wir indirekt in der Fachberatung anteilig deutlich mehr (junge) Männer.

Anlass der Kontaktaufnahme

Hier wollen wir die Betrachtungen des letzten Jahresberichts weiterführen und stellen fest: Im Vergleich mit den Vorjahren seit 2011 gibt es nach ansteigender Tendenz jetzt wieder einen leichten Rückgang bei der Nachfragergruppe, bei der als Anlass der Kontaktaufnahme mit dem AKL eine „akute Krise“ festgestellt wurde; es sind über die Hälfte der Anfragenden. Gestiegen ist der Anteil Betroffener in einer chronischen Krise.

JAHR	2016	2015	2014	2013	2012	2011
belast. Lebens-situation	32,8	35,5	37,2	43,0	46,9	57,4
akute Krise	51,2	53,8	51,8	45,6	48,1	31,6
chron. Krise	15,7	10,4	8,8	9,5	8,0	8,2
keine Angabe	0,3	0,4	2,1	1,9	1,1	2,8

Mit dieser Bewertung des Kontaktanlasses bestätigt sich der Fokus unserer Arbeit. Weiter oben haben wir die Erfassung der Angebote/ Maßnahmen dargestellt. Dieses Ergebnis betätigt die prekäre Lage unserer Klienten: in über 2/3 der Fälle leisten wir „Krisenintervention“



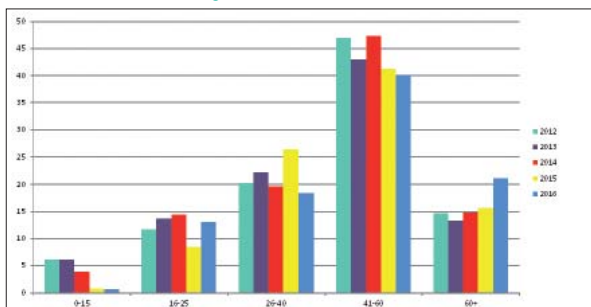
neben evtl. ergänzenden Angeboten. 14% der Betroffenen, die zu uns kommen, vermitteln wir an eine/n KrisenbegleiterIn.

Zugangswege

Wir bitten unsere Klienten beim ersten Besuch anzugeben, wie sie zu uns gekommen sind. Bei der Analyse dieser Zugangswege stellen wir fest, dass die 2015 bestehende deutliche Dominanz von Homepage/Internet sich praktisch halbiert hat. Dazu können wir nur Hypothesen bilden. Einerseits ist erwähnenswert, dass bei vielen vor dem Besuch bei uns (z.B. nach einer Empfehlung) der Blick in die Homepage erfolgt, und die Klienten dann dieses angegeben haben (als einen Schritt auf dem Weg zu uns). Die Homepage dient in unserem Alltag oft als sekundäre Informationsquelle. Möglicherweise hat auch unsere inzwischen nicht mehr zeitgemäße Internetpräsenz deutlich an Attraktivität verloren bzw. ist über Geräte wie Smartphone und Tablet nicht komfortabel nutzbar. Hier ist festzustellen: Wir arbeiten mit Hochdruck an einer Aktualisierung. Bedeutsame Zugangswege bleiben seit Jahren kaum verändert Angehörige und Freunde/Bekannte (20%), Ärzte/Therapeuten (19%) und Klienten, die bei uns waren, kommen wieder (9%). Zu dieser Gruppe gehören auch chronisch psychisch Kranke.

JAHR	2016	2015	2014	2013
Internet/Homepage	10,0%	20,6%	12,0%	16,1%
Angehörige, Freunde, Bekannte	20,4%	19,8%	19,2%	21,5%
Arzt/Therapeut	18,7%	17,6%	23,5%	19,3%
Wiederaufnahme	9,4%	6,5%	7,3%	7,0%
Beratungsstelle	6,4%	5,7%	5,8%	5,0%
AKL-Infomaterial	3,0%	4,2%	17,1%	13,0%
Klinik	2,7%	3,8%	1,2%	1,9%
andere Zugänge/keine Angaben	29,0%	21,3%	12,8%	15,5%

Alterszusammensetzung



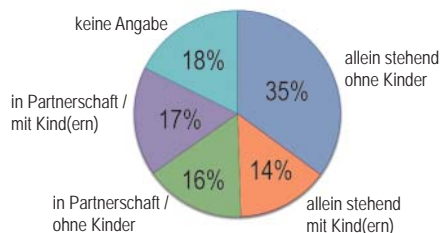
Deutlich wird, dass im vergangenen Jahr die von uns betreuten Menschen gleichzeitig älter und jünger geworden sind. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass in der Fachberatung die Gruppe der jungen Menschen die weit überwiegend unterstützte Gruppe ist. Diese Fälle werden hier NICHT gezählt.

Fachberatung

Der seit Jahren beobachtete Anstieg diesbezüglicher Anfragen hat sich fortgesetzt: 50% mehr Fälle (2016: 30). Die erfolgten Fachberatungen nehmen in der Mehrzahl SozialarbeiterInnen in Anspruch und beinhalten meist eine Gefährdungseinschätzung und Überlegungen zum weiteren Umgang. Mehrheitlich geht es um junge Menschen, knapp 50% männlich.

Familiäre Situation / Partnerstatus

Auch im Jahr 2016 lässt sich feststellen, dass über ein Drittel unserer Klienten ohne Angehörige lebt. Weitere 14% sind Alleinstehende mit Kind/Kindern.



Statistik der Selbsttötungen

Bundesrepublik Deutschland

JAHR	2015	2014	2013	2012	2011	2010
Männer	7.398	7.624	7.449	7.287	7.646	7.465
Frauen	2.682	2.585	2.627	2.603	2.498	2.556
bis 25 J. alt	532	546	520	580	602	634
über 65 J.	3.780	3.748	3.691	3.546	3.658	3.513
Gesamt	10.080	10.209	10.076	9.890	10.144	10.021
gesamt auf 100.000 Einw.	12,3	12,6	12,5	12,1	12,4	12,3

Baden-Württemberg

JAHR	2015	2014	2013	2012	2011	2010
Männer	931	993	1.032	973	1.013	1.036
Frauen	357	326	329	345	290	348
Gesamt	1.288	1.319	1.361	1.318	1.303	1.384
gesamt auf 100.000 Einw.	11,9	12,4	12,8	12,2	12,1	12,9

Landkreis Esslingen

JAHR	2016	2015	2014	2013	2012	2011
Männer	43	31	41	44	38	46
Frauen	9	12	9	11	17	19
Gesamt	52	43	50	55	55	65
gesamt auf 100.000 Einw.	9,9	8,3	9,8	10,6	10,6	12,8

Nach einem erfreulichen Rückgang der Suizide in unserem Landkreis müssen wir für 2016 wieder einen Anstieg feststellen. Trotzdem bewegt sich die Suizidrate (auf 100.000 Einwohner) des Landkreises deutlich unterhalb des Landes und des Bundes.

*Die aktuellsten Zahlen liegen für Gesamtdeutschland und Baden-Württemberg für 2015 vor. Quelle: Polizeipräsidium Reutlingen; Statistisches Bundesamt



Finanzen

Einnahmen	in €
<i>Öffentliche Zuschüsse (57,4 %)</i>	
Land Baden-Württemberg.....	48.678,50 €
Landkreis Esslingen.....	30.000,00 €
Pflegeversicherung	3.400,00 €
<i>Kommunale Mittel</i>	
Stadt Nürtingen.....	15.200,00 €
Stadt Kirchheim.....	12.700,00 €
<i>Eigenmittel (42,6 %)</i>	
Spenden, Bußgelder, Stiftungsgelder etc.....	81.624,38 €
Einnahmen gesamt	191.602,88 €
Ausgaben	
<i>Personalkosten</i>	
Hauptamtliche Angestellte.....	147.606,73 €
Honorare, geringf. Beschäftigte, Aufwands- entschädigungen	12.779,39 €
<i>Sachkosten</i>	
Raumkosten Nürtingen und Kirchheim.....	9.612,00 €
Gruppen und Auslagenerstattungen.....	5.564,66 €
Verwaltungskosten.....	5.682,90 €
Investitionen.....	6.397,31 €
Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen.....	6.753,16 €
Ausgaben gesamt	194.396,15 €
Jahresergebnis	- 2.793,27 €
Der Förderverein hat für einen Ausgleich des negativen Jahresergebnisses gesorgt.	

Leider erzielten wir 2016 erneut ein, wenn auch kleineres, negatives Jahresergebnis. Wir danken ganz besonders der Destag-Stiftung, die uns mit einem Extra-Zuschuss half, das Minus zu reduzieren. Und auch der Förderverein hat uns mit einem hohen Betrag unterstützt und unsere Arbeit für den Beginn des laufenden Jahres gesichert. Unser hoher Eigenmittelanteil bremst uns nach wie vor aus. Daher freuen wir uns sehr über die aktive Benefiz-Gruppe im Förderverein.

In Zahlen bedeutete die strukturelle Unterfinanzierung der Krisen- und Suizidpräventionsarbeit, dass über 80.000 Euro beschafft werden mussten. Diese Summe ist Jahr für Jahr notwendig. Basis für die erfolgreiche Aufbringung der Eigenmittel ist der Kreis regelmäßiger Spender, die den AKL seit Jahren verlässlich unterstützen. Hier sei angesichts ihres Spendenvolumens nochmals die Destag-Stiftung genannt. Seit über zehn Jahren ist sie unser Partner! Leider gab es hier für den AKL eine schlechte Nachricht: Es handelt sich um eine sogenannte Verzehr-Stiftung, d.h., sie schüttet nicht nur Stiftungserlöse, sondern auch den Kapitalstock aus. Die Destag-Stiftung hat nur noch geringe Mittel und ihr Vermögen ist bald verbraucht. Das heißt für den AKL, dass uns in Kürze rund 10% unseres gesamten Haushaltsvolumens ersatzlos wegbrechen. Wir sind absolut darauf angewiesen, hier eine Nachfolge zu finden. Sehr dankbar wären wir dafür, wenn eine Stiftung in Neugründung sich unseres Themas annehmen würde. Eine nachhaltige Unterstützung wäre für den AKL auch eine Nachlasspende, die die Arbeit über einen längeren Zeitraum sichern würde.

Bei Suizidprävention und Krisenhilfe ist das Engagement der Zivilgesellschaft gefragt, da die öffentliche Förderung bei Weitem nicht ausreicht! Über die Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben wurde 2016 erneut eine Initiative gestartet, um die Landesförderung mindestens um die seit 2008 (Datum der letzten Anpassung der Fördergelder) gestiegenen Personalkosten zu erhöhen.

Spender 2016

Private Spenderinnen und Spender

Reinhold und Theresia Achtzehner, Gabriele und Thomas Amann, Thomas Auerbach, Jürgen und Christa Balz, Siegrid Barth, Frida Bauhof, Rita Bayer, Hans-Jochen Beilke, Irmgard Belke, Martha Bernecker, Dres. Evelyn und Gerrit Beyer, Dr. Hartmut Brand, Adelheid Brodbeck, Oskar Brodbeck, Thilo Dinkel, Brigitte Doni, Thomas Doster, Waltraud Dötter, Dr. Reinhold Eppler, Monika Faller, Andrea Feldmaier, Elfriede und Helmut Flogaus, Peter Flume, Günter und Hildegard Friebe, Dr. Anne Frommann, Annelene Fronmüller, Renate und Ulrich Futter, Andrea Gebauer, Irene Gekle, Ralf Gerber, Heidrun Gras, Manfred Greiner, Richard Haussmann, Hans-Joachim und Ursula Heinrich, Sonja Heinz, Georg Heinze, Andrea Heiss, Rüdiger Helbing, Johanna Herpich, Irmgard Hirsch, Klaus und Hanne Hossfeld, Dr. Isolde Kaufmann, Valerie Kessel, Anna Kessel, Ellen Kirchhoff, Heike Klesse, Dr. Wolfgang und Helga Klinger, Christel und Hans-Dieter Krämer, Peter Krüger, Ingolf Kuch, Harald Kuhn, Bernd und Hannelore Lörz, Beate Lubkowitz, Dr. Oliver Maas und Uta Leifhold-Maas, Christiane Mangold-Flume, Heide Charlott Mathilde Melchior, Jörg Möller, Heike Neu, Marie Nitzsche, Margarete Ortelt, Ulrike Perrot und Jochen Riesbeck, Alfred und Ingeborg Platzer, Isolde Reichert, Hubert Renz, Hildegard Ruoff, Irmtraud Ruoff, Astrid Sawilla, Erich und Ursula Schmidblaicher, Dr. Hilde Schmitt, Dr. Michael Schneider, Irene Schock, Karin Schuster, Reiner und Anneliese Schweigiger, Manfred und Suse Schweizer, Ursula Siegle, Siegfried Sill, Dr. Hans-Otto Simm, Inge Snay, Helmut Springer, Ingrid und Werner Steinhilber, Christoph und Jutta Stöckle, Georg Straub, Wolf-Christian Strauss, Wolfgang Strauss, Wolfgang und Susanne Thumm, Karina Ullrich, Martin Vatter, Petra von Eigen, Norbert Wahl, Detlev Wallis, Eckart Wallis, Juliane Wallis, Regina und Eberhard Wallnitz, Konrad Weber, Renate Wolf-Borgards.



Unternehmen, Stiftungen und Gemeindienstgruppen

7 Jungs Freundeskreis, Bäckerei Medla, Bäckerhaus Veit GmbH, Bankwitz Architekten, BKK Voralb, DESTAG-Stiftung, EiMa Maschinenbau GmbH, ELEKTRO-NÜRK GMBH, Evangelische Gesamtkirchengemeinde Kirchheim, Forum am Obertor, Gebrüder Ott Betonwerke, HAGE BAUMARKT, Kath. Kirchengemeinde St. Ulrich, Kirchheim, Kirchheimer Salzoase, Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen, Kurt Graulich Stiftung, Lions-Club Nürtingen-Teck/Neuffen, Margarete Müller-Bull Stiftung, Möbel König, Ostertagshof Bürgertreff Neuhausen, RE-ENCO Strategie für Energie, Rotary Club Nürtingen-Kirchheim/Teck, Rotary Gemeindienst-Hilfe e.V., Siedlungsbau Neckar-Fils, Stiftung Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen, Volksbank Kirchheim-Nürtingen eG.

Allen unseren SpenderInnen auch in diesem Jahr ein herzliches Dankeschön. Ebenso danken wir den RichterInnen und StaatsanwältInnen der Region, die unsere Arbeit immer wieder mit der Zuweisung von Bußgeldern unterstützen. Ohne ihr Engagement wäre die nachhaltige Arbeit des Arbeitskreis Lebens nicht realisierbar.



Spender Förderverein

Oskar Brodbeck, Sybille Diehl, Golfclub Teck Benefizturnier, Bernd und Hannelore Lörz, Sigrid und Arne Rentzsch, Erika Wallis.

Der Förderverein freut sich über die Unterstützung durch die Teckboten Weihnachtsaktion und dankt den Bürgerinnen und Bürgern, die die Aktion unterstützt haben. Ihr Beitrag hilft, die Arbeit des AKL für 2017 zu sichern.





Ausgewählte Veranstaltungen und Ereignisse 2016

Januar	Exkursion der KrisenbegleiterInnen ins MuSeele, Göppingen
	Vesperkirche Nürtingen und Kirchheim
Februar	Filmabend für die Ehrenamtlichen: Einer flog über das Kuckucksnest
	Pressegespräch Schulprojekt „Verrückt? Na und! Seelisch fit in Schule und Ausbildung!“
	Gesamttreffen der Landesarbeitsgemeinschaft LAG
März	Info-Abend für die Krisenbeleiter zum Schulprojekt
April	Vorstellung AKL und AKL-Treff Tagesklinik im Schlösle
	Gespräch zu Krankenkassen-Finanzierung und Präventionsgesetz mit Michael Henrich MdB
	Informationsveranstaltung Tagesklinik im Schlösle, Nürtingen
	Austauschabend mit dem Kriminaldauerdienst
	Kinder psychisch kranker Eltern – Fachtag an der Hochschule Esslingen
Mai	Nürtinger Musiknacht: Unterstützung des Rotary-Verkaufsstands zur Förderung des AKL
	Benefiz-Marmorkuchenverkauf Bäckerhaus Veit
Juni	Info-Stand Haft- und Hokafest, Kirchheim
Juli	Zweitägige Fortbildung für KrisenbegleiterInnen: Achtsamkeit
	Bezirkstagskirchentag: Begegnung zur Mittagszeit
August	Gespräch mit Andreas Schwarz MdL zur AKL-Finanzierung
	Vorstellung des AKL im Bürgertreff Kirchheim
September	Welttag für Suizidprävention: Infostand Nürtingen
	AKL-Entspannungskurs für Menschen in Krisen
	Besuch von Christoph Zalder, Margarete Müller-Bull Stiftung in der Supervisionsgruppe
	Infoveranstaltung für angehende Psychiatrie-Schwester in der Beratungsstelle Nürtingen
	Fortbildungsangebot beim DRK „Beste Genesung“
	Vorstellung und Info-Stand Ehrenamtsbörse Nürtingen, Jubiläum in der Stadthalle
	Fortbildungsangebot für MitarbeiterInnen der Klinik Nürtingen
Oktober	Info-Stand beim Fleckenherbst Neuhausen auf den Fildern
November	Fortbildung für KrisenbegleiterInnen: „Was ist Deins, Was ist Meins?“
Dezember	Info-Veranstaltung Pädagogisches Seminar Kirchheim



AKL in Baden-Württemberg (LAG-Mitglieder)

AKL Freiburg e.V. 79102 Freiburg Talstr. 29	Tel. 0761.33388 akl-freiburg@ak-leben.de
AKL Heilbronn e.V. 74072 Heilbronn Bahnhofstraße 13	Tel. 07131.164251 akl-heilbronn@ak-leben.de
AKL Karlsruhe e.V. 76137 Karlsruhe Hirschstraße 87	Krisenberatung Tel. 0721.811424 Geschäftsstelle Tel. 0721.8200667 akl-karlsruhe@ak-leben.de
AKL Kirchheim e.V. 73230 Kirchheim/Teck Alleenstraße 92	Krisenberatung Tel. 07021.75002 akl-kirchheim@ak-leben.de
AKL Nürtingen e.V. 72622 Nürtingen Bahnhofstraße 2/1	Krisenberatung Tel. 07022.19298 Geschäftsstelle Tel. 07022.39112 akl-nuertingen@ak-leben.de
AKL Leonberg e.V. 71229 Leonberg Rutesheimer Straße 50 im Klinikum Leonberg Krankenhauspfarramt	Krisenberatung Tel. 07152.2024620 akl-leonberg@ak-leben.de oder Krankenhauspfarramt. leo@kikbb.de
AKL Reutlingen 72764 Reutlingen Karlstraße 28	Krisenberatung Tel. 07121.19298 Geschäftsstelle Tel. 07121.44412 akl-reutlingen@ak-leben.de
AKL Sindelfingen-Böblingen 71116 Gärtringen Burgenstraße 3 b	Tel. 07031.3049259 akl-sindelfingen@akl-leben.de
AKL Stuttgart e.V. 70180 Stuttgart Römerstraße 32	Tel. 0711.600620 akl-stuttgart@ak-leben.de
AKL Tübingen e.V. 72074 Tübingen Österbergstraße 4	Krisenberatung Tel. 07071.19298 Geschäftsstelle Tel. 07071.92210 akl-tuebingen@ak-leben.de

Weitere Kontakte

Internet-Beratung
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)
www.ak-leben.de
(mit Zugang zu den regionalen AKL)
Geschäftsstelle:
AKL Nürtingen e.V. - Ursula Strunk
Bahnhofstr. 2/1, 72622 Nürtingen
Tel. 07022.39112
lag-akl@ak-leben.de

Deutsche Gesellschaft
für Suizidprävention (DGS)
www.suizidpraeylaxe.de

NEUland e.V. - Hilfe für suizidgefährdete Kinder
und Jugendliche
Nikolsburger Platz 6, 10717 Berlin
Tel. 030.8730111
post@neuhland.de

Nationales Suizidpräventions-Programm
(NaSPro)
www.suizidpraeylaxe-deutschland.de

Beschwerdestelle für die psychosoziale und gemeindepsychiatrische Versorgung im Landkreis Esslingen.
Zuständig für Fragen, Anregungen und Beschwerden im Zusammenhang mit Therapie, Unterbringung und Betreuung.
Ansprechpartner:
Dr. Gerth Döring, Tel.: 07121.603009
Doris Nöth, Tel.: 07021.6071



Youth-Life-Line
im Leben bleiben!



Hilfe in
Lebenskrisen
und bei
Selbsttötungsgefahr
ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL)



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

Krisenberatungsstelle Nürtingen (Geschäftsstelle)

Bahnhofstraße 2/1, 72622 Nürtingen

Telefon: 07022.19298

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag 10 – 12 Uhr

Dienstag und Donnerstag 14 – 17 Uhr

Beratungsgespräche sind jederzeit nach Vereinbarung auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

Geschäftsstelle: 07022.39112

Telefax: 07022.38590

akl-nuertingen@ak-leben.de

www.ak-leben.de

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

Unsere Spendenkonten:

Volksbank Kirchheim-Nürtingen

Konto 107107007, BLZ 61290120,

IBAN DE50 6129 0120 0107 1070 07, BIC: GENODES1NUE

und

Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen

Konto 8549602, BLZ 61150020,

IBAN DE87 6115 0020 0008 5496 04, BIC: ESSLDE66XXX

Krisenberatungsstelle Kirchheim

Alleenstraße 92, 73230 Kirchheim u. Teck

Telefon: 07021.75002

Sprechzeiten:

Dienstag 9 – 12 Uhr

Mittwoch 14 – 17 Uhr

Beratungsgespräche sind jederzeit nach Vereinbarung auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

Telefax: 07021.971967

akl-kirchheim@ak-leben.de

www.ak-leben.de

Mit freundlicher Unterstützung:

 **Stiftung
Kreissparkasse**

 **BKK Voralb**
HELLER * INDEX * LEUZE