

# Fachtagung

## Suizidprävention im Kindes- und Jugendalter

Workshop:

„Umgang mit suizidgefährdeten Kindern & Jugendlichen aus der Perspektive des Projektes [U25] Online-Suizidprävention“

[U25] 

---

- 1. Begrüßung/ Kennenlernen**
  - 2. Suizid- Fragen, Zahlen, Fakten**
  - 3. [U25] Online Suizidprävention**
  - 4. Die Ausbildung zur Peerberater\*in**
  - 5. Praxisbeispiel „Helpmail“**
  - 6. Umgang mit suizidgefährdeten Personen**
  - 7. Vorurteile zum Thema Suizid**
  - 8. Reflexion, Diskussion und Fragen**
-

# 1. Begrüßung/ Kennenlernen



- **Carolina Groppe: [U25] Paderborn**
  - **Laura Lintzen: [U25] Dortmund**
  - **Niko Brockerhoff: [U25] Gelsenkirchen**
  
  - **Kurze Vorstellungsrunde der Teilnehmer\*innen**
-

## 2. Suizid- Zahlen, Fragen, Fakten



- 1. Wie viele Menschen starben 2013 in der BRD durch Suizid?**
  - 2. Wie viele Menschen unter 26 Jahren starben 2013 in der BRD durch Suizid?**
  - 3. Welches Geschlecht hat die höhere Suizidversuchsrate?**
  - 4. Welches Geschlecht hat die höhere Suizidrate**
  - 5. Was ist die häufigste Suizidmethode?**
-

## 2. Suizid- Zahlen, Fragen, Fakten

**[U25]** 

- 1. 10.076**
  - 2. 520**
  - 3. Frauen**
  - 4. Männer (2013: 74%)**
  - 5. Erhängen/ Strangulieren**
-

- **Mailberatung durch Peerberater\*innen (16-25 Jahre)**
  - **niederschwelliges, anonymes Online- Präventionsangebot für junge Menschen in Krisen**
  - **Peerberater\*innen erhalten eine mehrmonatige Ausbildung und werden danach durch die Standortleitung sozialpädagogisch betreut**
-

# 3. [U25] Online-Suizidprävention



→ **2002: Freiburg**

→ **2013: Hamburg, Berlin, Dresden, Gelsenkirchen**

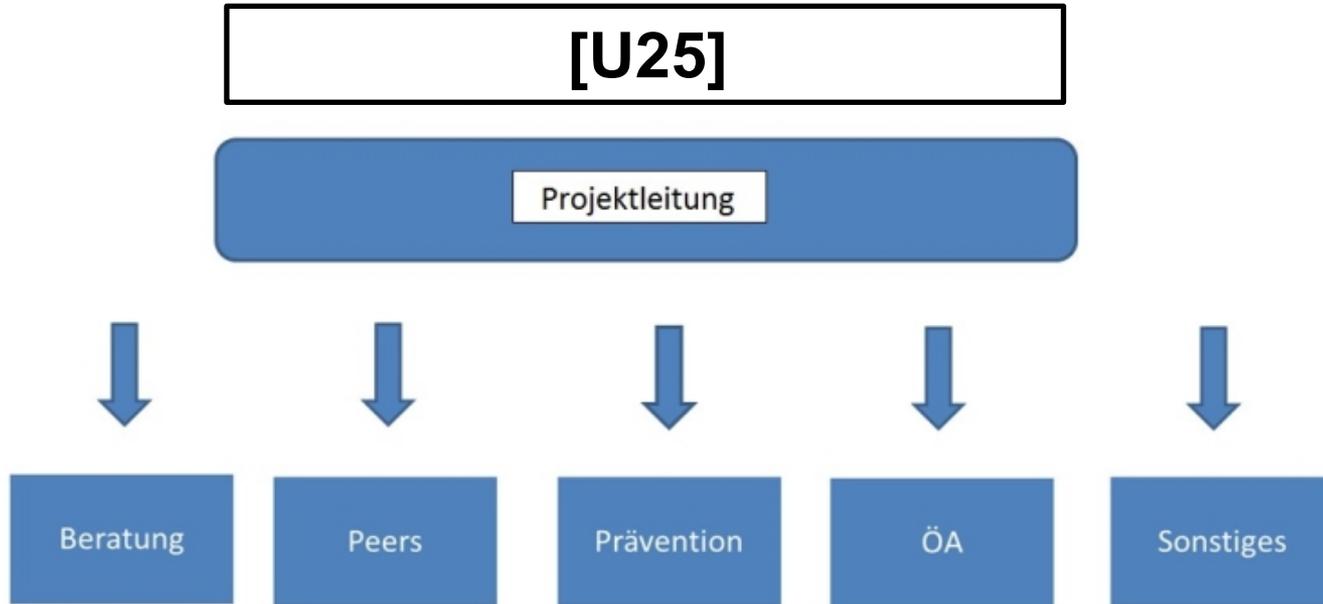
→ **2015: Biberach, Paderborn, Dortmund**

→ **2017: Nürnberg und Emsland**

---

# 3. [U25] Online-Suizidprävention

[U25]✉



- **Mehrmonatige Ausbildung der jungen Ehrenamtlichen durch die jeweilige Standortleitung**
  
  - **Die Ausbildung setzt sich aus 3 Hauptbestandteilen zusammen**
    - 1. Selbsterfahrung**
    - 2. Beratungskompetenz**
    - 3. Fachwissen**
  
  - **Eine Fortbildung/ Halbjahr für die Peerberater\*innen**
-

## 1. Sitzung: Kennenlernen

- Vorstellung von [U25]
- Organisatorisches/ Termine
- Kennenlernen der Gruppe
- „Ich-Pass“ (Fragebogen)

## 2. Sitzung: Suizid

- Begriffserklärung/ -definition
  - Zahlen, Daten, Fakten
  - Phänomenologie & Präsuizidales Syndrom (E. Ringel)
  - „Meine Haltung zum Thema Suizid“
-

## 3. Sitzung: Krisen

- Krisentheorie (G. Kaplan & J. Cullenberg)
- BELLA- Kriseninterventionskonzept (G. Sonneck)
- Eigene Krisenerfahrungen + Traumreise
- Fallbeispiel: Erstgespräch

## 4. Sitzung: Film

- Film: „Hallo Jule, ich lebe noch“
  - Filmanalyse
  - Diskussion und Bewertung im Plenum
-

## 5. Sitzung: Mailberatung

- Ablauf einer Mailberatung
- Regeln für die Mailberatung
- Das Vier-Folien-Konzept (B. Knast)
- Fallbeispiele + Übungen

## 6. Sitzung: SVV

- Zahlen, Daten und Fakten
  - Phänomenologie und Ursachen (G. Klosinski)
  - Alternativen zu SVV
  - Fallbeispiel und Übung
-

## 7. Sitzung: Trauer und Traumata

- Trauerphasen (V. Kast)
  - Traueraufgaben (J. Worden)
  
  - Definition „Trauma“
  - Ursachen, Symptome, Folgen
  - Posttraumatische Belastungsstörungen
  - Dissoziation
  - Hilfeformen und -möglichkeiten
-

## 8. Sitzung: BPS und Depressionen

- **Klassifikation, Ursachen und Symptome**
- **Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten**
- **Umgang mit Betroffenen**
- **Fallbeispiel und Übung**

## 9. Sitzung: Diverse Themen

- **Mobbing**
  - **Sexueller Missbrauch**
  - **Essstörungen**
  - **Diversity**
-

## 10. Sitzung: Beenden von Kontakten

- Beratungen beenden (J. Novick)
- Fallbeispiele + Übung
- Hinweise für Gespräche mit suizidalen Menschen

## 11. Sitzung: Ausbildungsabschluss

- Schweigepflichtserklärung + Datenschutz
  - Rechtliche Rahmenbedingungen
  - Reflexion und Evaluation
  - Zertifikatsübergabe
-

## 5. Fallbeispiel „Helpmail“

**[U25]** 

→ Lesen Sie die Mail aufmerksam und beantworten Sie folgende Fragen:

**Wenn Sie sich in diese Person hineinversetzen...**

- 1. wie fühlt sich diese wohl?**
  - 2. was bräuchte diese wohl zur Entlastung?**
-

# 6. Umgang mit suizidgefährdeten Personen

**[U25]** 

→ Was kann helfen?

- **Aufmerksam zuhören**
  - **Verständnis und Geduld für die Krisensituation zeigen**
  - **Suizidgedanken ernstnehmen und nach konkreten Plänen fragen**
  - **weitere Gesprächsangebote machen**
  - **auf Ärzte, Psychologen oder Beratungsstellen hinweisen  
(Begleitung anbieten/besonders hier keinen Zwang aufbauen)**
  - **sich selbst Unterstützung suchen**
  - **keinen Druck aufbauen  
(weder für den Gesprächspartner\*in noch für sich selbst)**
-

# 6. Umgang mit suizidgefährdeten Personen

**[U25]** 

→ **Was sollte man vermeiden?**

- **Ermahnungen**
  - **Beurteilungen / Verurteilungen**
  - **Vorschnelle Handlungen**
  - **Die Situation nicht ernstnehmen**
  - **Belehrungen**
  - **Übergehen der betroffenen Person**
-

**„Wer einmal versucht sich umzubringen, versucht es kein zweites Mal“**

**„Jemanden auf das Thema Suizid anzusprechen bringt die Person erst recht auf diese Idee“**

**„Wer damit droht sich umzubringen, macht es sowieso nicht“**

**„Viele Suizide sind eine spontane Reaktion auf ein schlimmes Ereignis“**

**„Suizid ist vererbbar“**

---

**Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit!**



Caritas-Verband Paderborn e.V.



Caritas  
Gelsenkirchen

---