**Suizidprävention stärker gestalten**

Alle 4 Minuten versucht sich ein Mensch das Leben zu nehmen und alle 53 Minuten begeht ein Mensch Suizid. So sterben mehr Menschen durch Suizid als durch Verkehrsunfälle, Drogen und Aids zusammen. Für Menschen, die einen Suizid oder auch einen Suizidversuch begehen, ist das in der Regel keine einfache Entscheidung. Der Weg, der zu dieser Entscheidung führt, ist kein leichter, so ist er geprägt von Einsamkeit und persönlichen, gesundheitlichen, beruflichen und/oder finanziellen Problemen. Bis zum 25. Lebensjahr ist es unter Kinder und Jugendlich sogar die häufigste Todesursache, wobei sich deutlich mehr Menschen ab 50 plus das Leben nehmen. Gerade bei Jugendlichen und Kindern sind die Anzeichen für eine Suizidgefährdung schwer zu erkennen, da die Jugendlichen durch die Pubertät hormonelle Veränderungen durchmachen und sich auch charakterlich verändern. Einige ziehen sich mehr zurück, haben wenig Kontakt zu anderen und beschäftigen sich teilweise mit der Endlichkeit des Lebens. Die Mehrheit der Suizide hat eine psychische Erkrankung zu Grunde liegen. Für die Menschen, die mit dem Gedanken spielen Suizid zu begehen gibt es einige Hilfsangebote. Jederzeit kann man die Telefonseelsorge anrufen und dort entsprechende Adressen von Beratungsstellen und Kliniken bekommen. Diese Beratungsstellen sind in der Mehrheit auf Erwachsene ausgerichtet und nicht auf Kinder und Jugendliche, so dass diese schwieriger an auf ihre Bedürfnisse ausgerichtete Angebote gelangen. Auch im Internet erhält man viele Informationen zu entsprechenden Angeboten. Doch das erreicht nicht jeden. Wer sehr verzweifelt ist, schafft es teilweise nicht mehr diese Angebote wahrzunehmen. Aber auch in einem höheren Alter bestehen weniger Möglichkeiten sich Hilfe zu suchen, da gerade die ältere Generation weniger das Internet nutzt[[1]](#footnote-1). So erreichen spezielle Hilfsangebote diese Gruppe der Betroffenen nicht. In diesem Fall ist ein aufmerksames Umfeld wichtig, welches Veränderungen wahrnimmt und einfühlsam darauf anspricht. Bei einer immer weiter vereinsamenden Gesellschaft wird dieses gerade bei älteren, aber auch bei jüngeren Menschen schwierig. Wer nur Bekannte und kaum richtige Freunde hat, den erreicht schlechter Hilfe und der kann auch eher durch die Einsamkeit krank und suizidgefährdeter werden. Zudem sollte es auch für die Menschen selbstverständlich sein, offen über ihre Gefühle zu sprechen. Dies gilt insbesondere für Männer, da diese häufiger Suizid begehen als Frauen. Das liegt mitunter auch daran dass, Probleme kaum angesprochen und mit sich selbst ausgemacht werden. Die Junge Union Schleswig-Holstein fordert aus diesen Gründen, dass in Seniorenheimen, Kliniken und Hausarztpraxen die Mitarbeiter sowie auch Lehrer in allen Schulformen stärker und auch regelmäßig für das Thema sensibilisiert werden, dass es in den Beratungsstellen extra ausgebildete Fachkräfte für Kinder und Jugendliche gibt, dass in den Schulen eine offene und angstfreie Kommunikationskultur vorgelebt, gelehrt und gestaltet wird, so dass Schüler und Schülerinnen lernen offener über ihre Gefühle zu sprechen und dass gegen die vereinsamende Gesellschaft Projekte wie die „Dörpkieker“ in Mecklenburg-Vorpommern[[2]](#footnote-2) auch nach Schleswig-Holstein kommen und entsprechend gefördert werden. Dabei gehen bisher Ehrenamtler in die kleinen Dörfer, die keine Angebote für ihre älteren Dorfbewohner haben und bieten Kurse, wie Stuhlgymnastik, Kräutersammeln etc. an, um so den Kontakt der Dorfbewohner untereinander herzustellen.

Ein Suizid betrifft neben dem Umfeld auch stark Ersthelfer und Klinikpersonal. Das liegt daran, dass das Thema Suizid ein tabuisiertes Thema in der Gesellschaft ist. Es wird kaum über das Thema gesprochen wegen dem Scham, den Schuldvorwürfen und den Gedanken an das eigene Versagen, ob man anders hätte helfen können oder die Ursache für den Suizid war. Aber es besteht auch die Angst vor dem sogenannten „Werther Effekt“, was bedeutet, dass andere dem Suizidenten nachahmen, wodurch es zu einer steigenden Anzahl von Suiziden kommt. Das macht es sehr schwierig, denn Betroffenen wie auch Hinterbliebenen würde es helfen über ihre Gefühle offen zu reden. Aus diesem Grund fordert die Junge Union Schleswig-Holstein, dass Thema Suizid zu enttabuisieren und einen angemessenen Rahmen zu finden, um über das Thema offen zu sprechen.

Die Junge Union Schleswig-Holstein fordert:

* Stärkere und regelmäßige Sensibilisierung über das Thema Suizid in Seniorenheimen, Kliniken, Hausarztpraxen, sowie bei Lehrern aller Schulformen
* Extra Fachkräfte für Beratungsstellen für Kinder und Jugendliche
* Eine offene Kommunikationskultur an Schulen zu gestalten und vorzuleben, um den Schülern beizubringen, dass über Gefühle gesprochen werden kann
* Der teilweise vereinsamenden Gesellschaft entgegen zu wirken durch Projekte wie die „Dörpkieker“
* Das Thema Suizid zu enttabuisieren, so dass ein angemessener Rahmen gefunden werden kann, um über das Thema offen zu sprechen
1. <https://www.bmfsfj.de/blob/93214/95d5fc19e3791f90f8d582d61b13a95e/aeltere-menschen-deutschland-eu-data.pdf> [↑](#footnote-ref-1)
2. [https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/panorama3/Einsamkeit-Die-Folgen-fuer-die-Vergessenen,einsamkeit104.html](https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/panorama3/Einsamkeit-Die-Folgen-fuer-die-Vergessenen%2Ceinsamkeit104.html) [↑](#footnote-ref-2)