



TelefonSeelsorge

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freundinnen und Freunde der TelefonSeelsorge Nordhessen e.V.,

in diesen Tagen wird weltweit wieder der Menschen gedacht, die sich selbst das Leben genommen haben. In Deutschland wird das Thema Suizid am 10. September, dem Weltsuizidpräventionstag, auf diversen Fachtagen und Veranstaltungen diskutiert. Die TelefonSeelsorge Nordhessen ist in diesem Jahr Mitveranstalterin eines Fachtages mit dem Titel: „Etwas Besseres als den Tod findest du allemal ...“, bei dem in Fachvorträgen und in Workshops dem Thema Suizid nachgegangen wird und der Zusammenhang zwischen depressiver Erkrankung und Suizidgefährdung beleuchtet wird.

Was bringt Menschen dazu, Suizid zu begehen? Was können wir, was kann eine Gesellschaft tun, um Suizide zu verhindern?

2013 haben sich in Deutschland 9.696 Menschen das Leben genommen, darunter auffällig viele – nämlich etwas mehr als 3.000 – zwischen 45 und 60 Jahren.

Es gibt einen Zusammenhang zwischen Depression und Suizid: Schätzungen zufolge sind mehr als die Hälfte aller Personen, die sich selbst das Leben nehmen, an einer Depression erkrankt.

Seit Jahren nimmt die Zahl der Menschen, die wegen Depressionen behandelt werden, zu.

Viele dieser Menschen rufen bei der TelefonSeelsorge an; häufig auch mehrmals, oder über einen gewissen Zeitraum regelmäßig. Sie wenden sich an uns, wenn das Leben für sie nicht mehr auszuhalten ist, wenn sie niemanden mehr in ihrem Umfeld haben, dem sie sich zumuten wollen oder können oder wenn nachts oder am Wochenende weder die behandelnde Ärztin noch der Psychotherapeut zu erreichen ist.

Der Schriftsteller David Foster Wallace, der selbst viele Jahre unter einer schweren Depression litt und sich 2008 das Leben nahm, beschrieb in seiner 1984 veröffentlichten Erzählung das alles beherrschende Grundgefühl bei einer Depression, die er als „Üble Sache“ bezeichnet, sehr anschaulich:

„...ich sag dir mal, was die Üble Sache meiner Meinung nach ist. Ich würde sie damit vergleichen, dass mir total schlecht ist, richtig sterbenselend. Stell dir vor, dir ist hundeübel ... Okay. Dieses Gefühl ist örtlich begrenzt: Es beschränkt sich mehr oder weniger auf den Magen. Jetzt stell dir vor, dass deinem ganzen Körper übel ist ... jeder Zelle, jeder einzelnen Zelle deines Körpers wäre so übel, wie bei einer Magenverstimmung stell dir das einfach mal vor, eine Übelkeit, die sich bis ins kleinste Stück von dir ausbreitet ... Und am Ende ist dein ganzes Wesen von nichts anderem als dieser Übelkeit geprägt: Du und die Übelkeit, ihr werdet „eins“, wie man so sagt. Im Grunde ist die Üble Sache ungefähr das. Allem in dir ist übel, alles ist verzerrt. Und da du nur durch Teile deiner selbst – deine Sinnesorgane – Bekanntschaft mit der Außenwelt schließt, und da allen diesen Teilen kotzübel ist, erreicht die Welt, wie du sie wahrnimmst und kennst und in ihr bist, dich nur durch diesen Filter der Übelkeit ... In der Welt, wie du sie kennst, gibt es nur noch scheußlichen Gestank, traurige, verzerrte und entsetzliche Pastellbilder...unerträglich andauernde Situationen, die zu einem Kontinuum aufgefädelt werden...“¹

TelefonSeelsorge ist für diese Menschen manchmal die einzige Brücke zur Außenwelt, zum Leben. Damit kommt unserem Angebot eine ganz besondere Rolle in der Begleitung depressiv erkrankter Menschen zu.

1.284 Gespräche haben die Mitarbeitenden der TelefonSeelsorge Nordhessen e.V. im letzten Jahr mit depressiven Menschen geführt; 248 Mal war Suizid das Hauptthema dieser Telefonate. Das Thema, so nicht mehr weiterleben zu wollen, klang in sehr viel mehr Gesprächen an.

Unsere ehrenamtlichen Mitarbeitenden werden sorgfältig ausgewählt und ausgebildet und gerade für den Umgang mit Menschen mit psychischen Erkrankungen und für Gespräche mit Menschen, die Suizidabsichten äußern, speziell geschult und kontinuierlich fortgebildet.

Die TelefonSeelsorge Nordhessen hat es sich zur Aufgabe gemacht, für Menschen mit „schwierigen“ Themen da zu sein: Menschen in Lebenskrisen, Menschen mit psychischer Erkrankung und Menschen mit Selbsttötungsabsichten. TelefonSeelsorge sieht sich als Begleitung, Stütze, Ermutigung, bietet die Möglichkeit, im wertschätzenden Kontakt am Telefon vielleicht einen kleinen Hoffnungsschimmer zu entwickeln oder Handlungsspielräume zu erweitern.

Dazu brauchen wir fähige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die bereit sind, am Tag und in der Nacht Dienst zu tun. Um das Telefon rund um die Uhr besetzen zu können, benötigen wir eine Anzahl von mindestens 75 bis 80 Ehrenamtlichen.

Und weil es in diesem anspruchsvollen Ehrenamt auch immer wieder Wechsel in der Mitarbeiterschaft gibt, bilden wir zurzeit jährlich aus. Das kostet Geld!

So sind wir für die Aus- und Fortbildung und für die regelmäßige Supervision der Ehrenamtlichen auf Spenden angewiesen.

In diesem Jahr haben wir neue Öffentlichkeitsmaterialien entwickelt, die die Arbeit der TelefonSeelsorge anschaulich vermitteln: Flyer und eine Informationsbroschüre in neuem Design stehen Interessierten und Multiplikatoren zur Verfügung und können gerne bei uns angefordert werden.

Am Ende möchten wir die Fragen vom Anfang noch einmal aufgreifen: Können wir etwas tun, um Suizide zu verhindern? Ja, wir denken, wir können etwas tun: indem wir Menschen mit Depressionen nicht ausgrenzen, sondern sie ernstnehmen, ihnen Raum geben und als Gesprächspartner zur Verfügung stehen. Denn wenn das Thema Suizid offen angesprochen werden kann, die Aspekte, die das Leben unerträglich machen und dasjenige, das am Leben hält, entsteht wieder Kontakt, ist wieder ein Anfang gemacht..

Das leistet TelefonSeelsorge, Tag für Tag und Nacht für Nacht.

Wir sind dankbar für die vielseitige Unterstützung, die wir wieder erhalten haben und bedanken uns an dieser Stelle bei allen, die uns im vergangenen Jahr ideell und finanziell geholfen haben.

Vielen Dank, nur mit diesen zusätzlichen Mitteln können wir die Ehrenamtlichen umfassend für diese Aufgabe qualifizieren und kontinuierlich fachlich begleiten.

Es grüßen herzlich, auch im Namen des Vorstandes und der Mitarbeiterschaft

The image shows two handwritten signatures in black ink. The first signature on the left is 'Helga Thomson' and the second signature on the right is 'Salome Möhrer-Nolte'. The word 'und' is written in the middle between the two signatures.

Helga Thomson

Salome Möhrer-Nolte

PS
Bitte bereits jetzt vormerken: Am 8. November findet um 18.30 Uhr unser jährliches Benefizessen in der Kaskadenwirtschaft statt. Bitte sprechen Sie uns an!