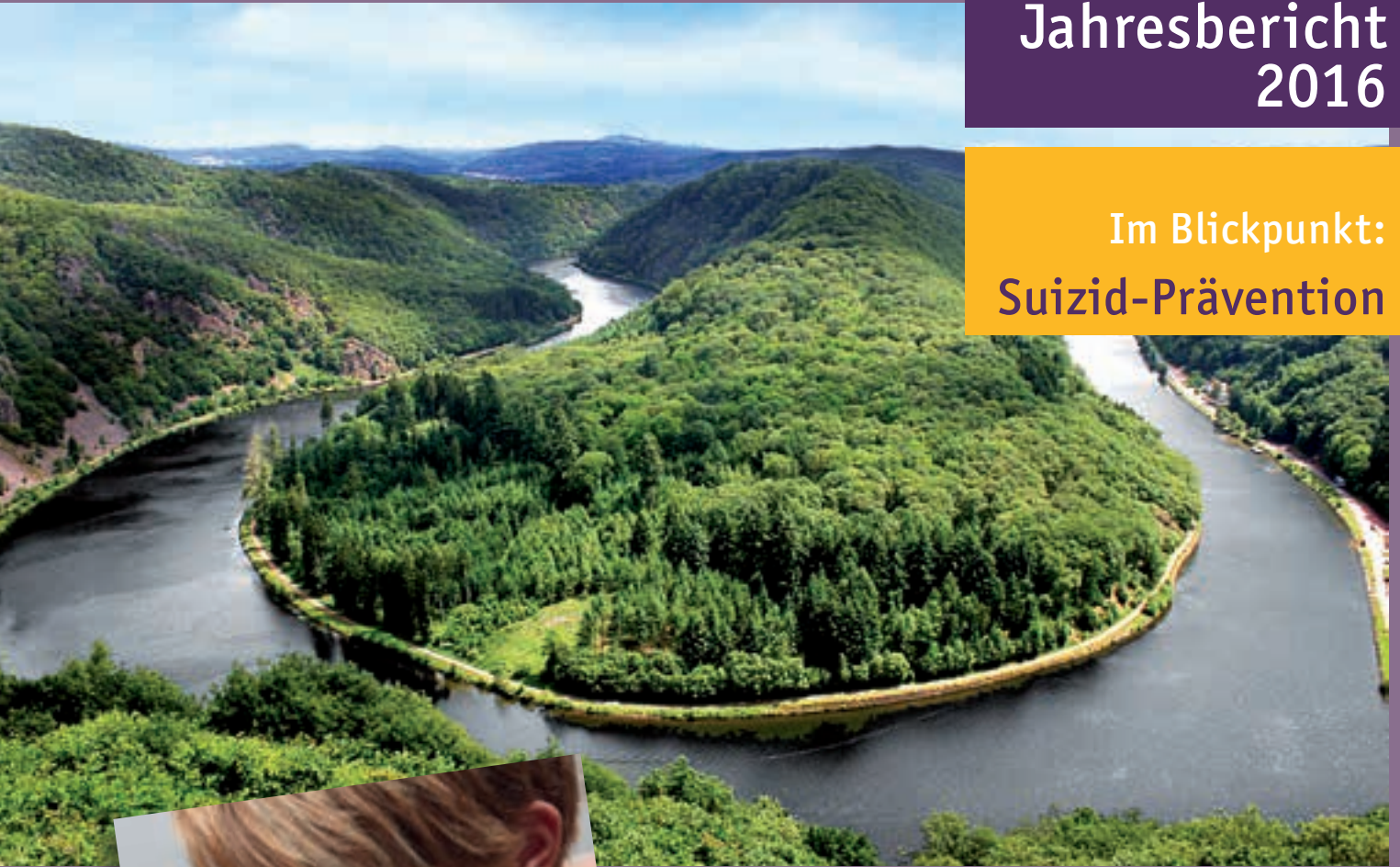


Jahresbericht 2016

Im Blickpunkt:
Suizid-Prävention



Telefon  Seelsorge Saar
am Telefon - im Internet - in persönlicher Beratung
0800 / 111 0 111

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Das Jahr 2016 brachte der TelefonSeelsorge die Regionalisierung aller Telefonnetze auch im Mobilfunk. Dadurch konnten die Ratsuchenden wieder besser die TelefonSeelsorgestellen in ihrer eigenen Region erreichen. Missbräuchliche Anrufe reduzierten sich deutlich.

Bei der TelefonSeelsorge Saar konnten nach dem pressewirksamen Jubiläumsjahr 2015 zwei Ausbildungsgruppen für den Dienst am Telefon gewonnen werden. Die Teilnehmer dieser beiden Gruppen verstärken nun unsere Mitarbeiterschaft. Die ursprünglichen Anliegen, nämlich Suizide zu verhindern und Menschen in suizidalen Krisen zu begleiten, thematisierte die TelefonSeelsorge auf Ihrem internationalen Kongress in Aachen. Deshalb rücken wir für 2016 das Thema „Suizid-Prävention“ in den Blickpunkt unseres Jahresberichtes.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Einzelpersonen, Institutionen und Sponsoren, die unsere Arbeit durch ihren Einsatz für unsere Anliegen oder ihre Spenden unterstützt haben. Sie alle helfen uns, die Arbeit unter anderem für Menschen in suizidalen Krisen, aufrecht zu erhalten. Dank gilt besonders unseren engagierten Ehrenamtlichen, unseren Trägern: dem Bistum Trier und den evangelischen Kirchenkreisen an der Saar und unserem Förderverein. Ohne alle

diese Vorgenannten wäre unsere Arbeit finanziell und personell nicht zu leisten.

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserer Arbeit.

Übrigens:

Bewerbungen für die ehrenamtliche Mitarbeit sind jedes Jahr möglich. Wenn Sie sich für dieses Ehrenamt interessieren, freuen wir uns, Sie kennenzulernen.



Heidrun
Mohren-
Dörrenbächer



Volker Bier



Friederike
Walla



Christoph
Fleck



Ute Roth



Bernhard Löhle

Was ist Telefonseelsorge?

Probleme und Krisen können jeden von uns in jeder Lebensphase treffen. Wer mit einem Problem belastet ist, findet bei der TelefonSeelsorge Menschen, in der Regel Ehrenamtliche, die sich Zeit nehmen, die zuhören, begleiten und gegebenenfalls auch weitere Hilfsmöglichkeiten aufzeigen. Die TelefonSeelsorge sorgt deshalb für ein niedrighschwelliges Gesprächs-, Beratungs- und Seelsorgeangebot. Die BeraterInnen der TelefonSeelsorge können dabei nicht aktiv die Probleme für andere lösen, aber sie können Hilfesuchende begleiten und darin unterstützen, ihren eigenen Weg in einer schwierigen Lebenssituation zu finden, indem sie zuhören, nachfragen, mitdenken und Probleme in Worte fassen.

Die Ev.- Kath.TelefonSeelsorge und Beratungsstelle Saar, eine von 105 Telefonseelsorgestellen in Deutschland, begleitet Menschen am Telefon, in persönlicher Beratung durch Hauptamtliche und in Onlineberatung. Sie wird getragen von der evangelischen und katholischen Kirche, für Menschen in Lebenskrisen und belastenden Situationen.

Sie folgt dabei den allgemeinen Grundsätzen der TelefonSeelsorge:

- Die TelefonSeelsorge ist **24 Stunden** erreichbar, auch an Feiertagen und Wochenenden.
- Jeder Anrufende oder Ratsuchende kann **anonym** bleiben. Auch die MitarbeiterInnen bleiben anonym.
- Alle MitarbeiterInnen unterliegen der **Schweigepflicht**.
- Die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen sind sorgfältig ausgewählt und werden über ein Jahr in 150 Stunden **ausgebildet**. Sie werden monatlich durch **Supervision** begleitet und regelmäßig fortgebildet.
- Für Ratsuchende entstehen **keine Kosten**.
- Die TelefonSeelsorge Saar ist **offen** für alle Anrufenden, unabhängig von Konfession, Weltanschauung, Nationalität, Alter und Geschlecht und offen für alle Problemlagen.

Im Blickpunkt:

Suizid-Prävention

Zur Situation

„Es gibt Momente ..., da wünschte ich, ich könnte alles hinter mir lassen ... – ich will nicht mehr.“

Einen Satz wie diesen hören wir als Beraterinnen und Berater am Telefon der TelefonSeelsorge.

Er signalisiert, wie groß die subjektiv wahrgenommene Not sein muss. In dem Moment mag der Anrufende vielleicht keinen Blick mehr für mögliche Problemlöseschritte haben, und so scheint ihm seine Situation ausweglos.



Sorgen kann man teilen

In einer solch verzweifelten Situation ist es ein möglicher Schritt, die Nummer der TelefonSeelsorge zu wählen – und das seit Jahren unter den Telefonnummern **0800 111 0 111** oder **0800 111 0 222** – bundesweit kostenlos.

Suizidprävention ist von Anfang an eine Kernaufgabe der TelefonSeelsorge gewesen. Als es nach Ende des 2. Weltkrieges eine sehr hohe Zahl von Suiziden gab, veröffentlichte im Jahr 1953 ein Pfarrer in England eine Anzeige mit dem Wortlaut: *„Bevor Sie sich das Leben nehmen, rufen Sie mich an!“*, und startete mit dem Telefon im Pfarrhaus die TelefonSeelsorge in Europa. Seine Idee hat bis heute nichts an Aktualität verloren. Ein Blick auf die bundesweiten Zahlen lässt das Ausmaß der direkt und sekundär Betroffenen erahnen: Insgesamt sind in Deutschland in den letzten Jahren etwa doppelt so viele Menschen durch Suizid ums Leben gekommen wie bei Autounfällen. Die Zahl liegt fast konstant bei 10.000 Menschen in den Jahren 2013, 2014 und 2015.



Dem Statistischen Bundesamt zufolge dominieren die Selbsttötung durch Erhängen, Strangulieren oder Erstickten, wobei der am häufigsten für Suizide ausgewählte Ort die eigene Wohnung ist. Männer begehen über alle Altersgruppen hinweg signifikant häufiger Suizid als Frauen. Das statistische Durchschnittsalter lag 2013 für Frauen bei 59,4 und für Männer bei knapp 56,7 Jahren.

Zur Situation im Saarland:

Bis in das Jahr 2015 ist die Suizidrate im Saarland im Durchschnitt gegen den Bundestrend gestiegen. Nach dem Jahr 2013 mit 131 Toten waren es im Jahr 2014 mit 112 wohl weniger Tote, aber im Jahr 2015 stieg die Anzahl wieder auf 136.

Sicher, in einer lebensbedrohlichen Gefährdungssituation sind Ärzte, Kliniken, Psychotherapeuten

die geeigneten Ansprechpartner. Doch Suizidprävention und die Begleitung beginnt früher und manchmal sind die Hürden, sich professionelle Hilfe zu holen, für den Betroffenen sehr hoch. Sich in einer erdrückend empfundenen Situation weiter zurückzuziehen, kann die subjektiv erlebte Ausweglosigkeit weiter erhöhen, was dann

zum Weg in die Sackgasse führt oder in ein einsames, manchmal beschämtes Verstummen.

Wie da wieder herausfinden?

Das Thema Suizid wirkt weiter, als man im ersten Moment wahrnimmt: Davon betroffen sind:

- Menschen, die Momente erleben, in denen sie ein Ende des eigenen Lebens herbeiwünschen.
- Menschen, die schon wiederholt an Suizid gedacht haben.
- Menschen, die schon einen Suizidversuch in ihrem Leben unternommen haben.
- Oder auch Menschen, die einen Angehörigen oder Freund durch Suizid verloren haben

Darüber reden kann Leben retten.

Mit diesem Satz gehen seit Jahren Selbsthilfegruppen des Bündnis gegen Depression im Saarland und auch anderen Bundesländern an die Öffentlichkeit. Insbesondere am 10. September jeden Jahres, dem Weltsuizidpräventionstag, weist die TelefonSeelsorge Saar auf die Möglichkeiten hin, Gesprächspartner und damit vielleicht einen Weg im Leben zu finden.

Gesprächspartner sind neben Ärzten, Kliniken und Psychotherapeuten die entsprechenden Selbsthil-

fegruppen und eben auch die TelefonSeelsorge. Hier rufen Menschen an, die über sich und über ihre Probleme reden wollen.

Wie hilft die Telefonseelsorge?

Das niedrigschwellige Angebot der TelefonSeelsorge „anonym – verschwiegen – kostenfrei – 24 Stunden/Tag“ erleichtert den Zugang zu einem vertraulichen Gespräch über das Thema, das vielleicht ein gut gehütetes Geheimnis und so schwer auszusprechen ist.





Der Anrufer findet einen geschützten Rahmen mit einem Gesprächspartner auf Augenhöhe. Der Berater bietet dem Anrufenden keine Problemlösung an, sondern:

Er hört aufmerksam zu, versucht zu verstehen und unterstützt dadurch den Anrufenden, sich selbst wieder besser zu verstehen. Das kann helfen, die so schwer empfundene Problemlast doch noch eine Weile zu tragen, und vielleicht kann das Gespräch dazu beitragen, die eingeengte Sicht durch einen neuen Blickwinkel zu erweitern, so dass der Anru-

fende selbst wieder eine Möglichkeit sieht, für sich selbst Problemlöseschritte zu entwickeln.

Für den Umgang mit dem Suizidthema im Gespräch werden die Ehrenamtlichen der TelefonSeelsorge vor Beginn ihrer Arbeit am Telefon speziell vorbereitet. Der Telefondienst rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr

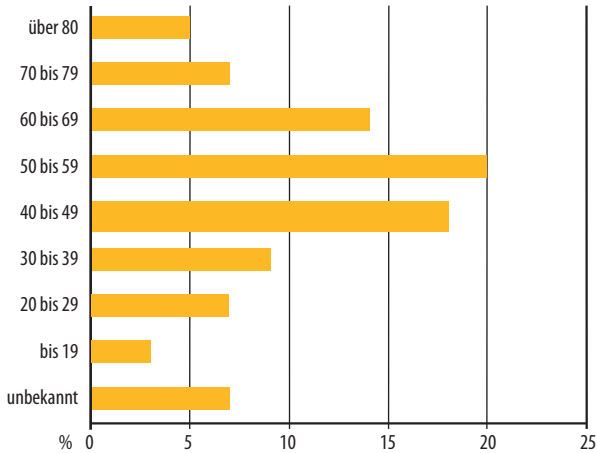
wird im Saarland derzeit größtenteils von ca. 80 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der TelefonSeelsorge Saar geleistet. Bundesweit arbeiten fast 7.000 Ehrenamtliche in über 100 TelefonSeelsorgestellen. Neben dem Angebot des Beratungstelefon der TelefonSeelsorge gibt es auch die Angebote der Mailberatung sowie der Beratung im Chat.

Telefonberatung

- 13.892 Mal klingelte im Jahr 2016 in der TS Saar das Telefon.
- 8.561 (62 %) Kontaktaufnahmen waren Seelsorge- oder Beratungsgespräche.
- Der Anteil der missbräuchlichen Anrufe (Test- und Sexanrufe) sank im Vergleich zum Vorjahr von 12% auf 9%.
- Einsamkeit war auch in 2016 mit fast 22 % der häufigste Anlass für einen Anruf.
- Ein Seelsorgegespräch dauerte im Durchschnitt 17 Minuten.
- Die längsten Gespräche wurden mit Menschen in suizidalen Krisen geführt (ca. 26 Minuten)
- 26 % der Anrufenden legten nach dem ersten Klingeln wieder auf bzw. konnten oder wollten am Telefon doch nicht sprechen.
- Ca. 41 % der AnruferInnen gaben an, eine diagnostizierte psychische Erkrankung zu haben.
- Ca. 52 % der Anrufenden lebten alleine.
- Mindestens 36 % unserer Anrufenden waren älter als 60 Jahre.
- Ca. 600 Menschen benannten 2016 Suizidgedanken oder -absichten oder hatten bereits einen Suizid in der Vergangenheit versucht.
- Suizidgedanken und Suizidabsichten traten besonders häufig im Zusammenhang mit den Themen Sucht (10,5%) und körperlichen Einschränkungen (8,2 %) auf.
- Unter den Menschen, die Suizidgedanken äußerten, war die Gruppe der 50 bis 70-Jährigen mit 51 % besonders stark vertreten.

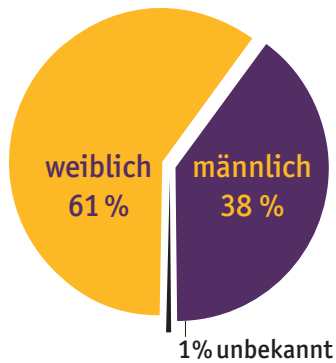
Statistiken zur Telefonberatung

■ Das Alter der Anrufer

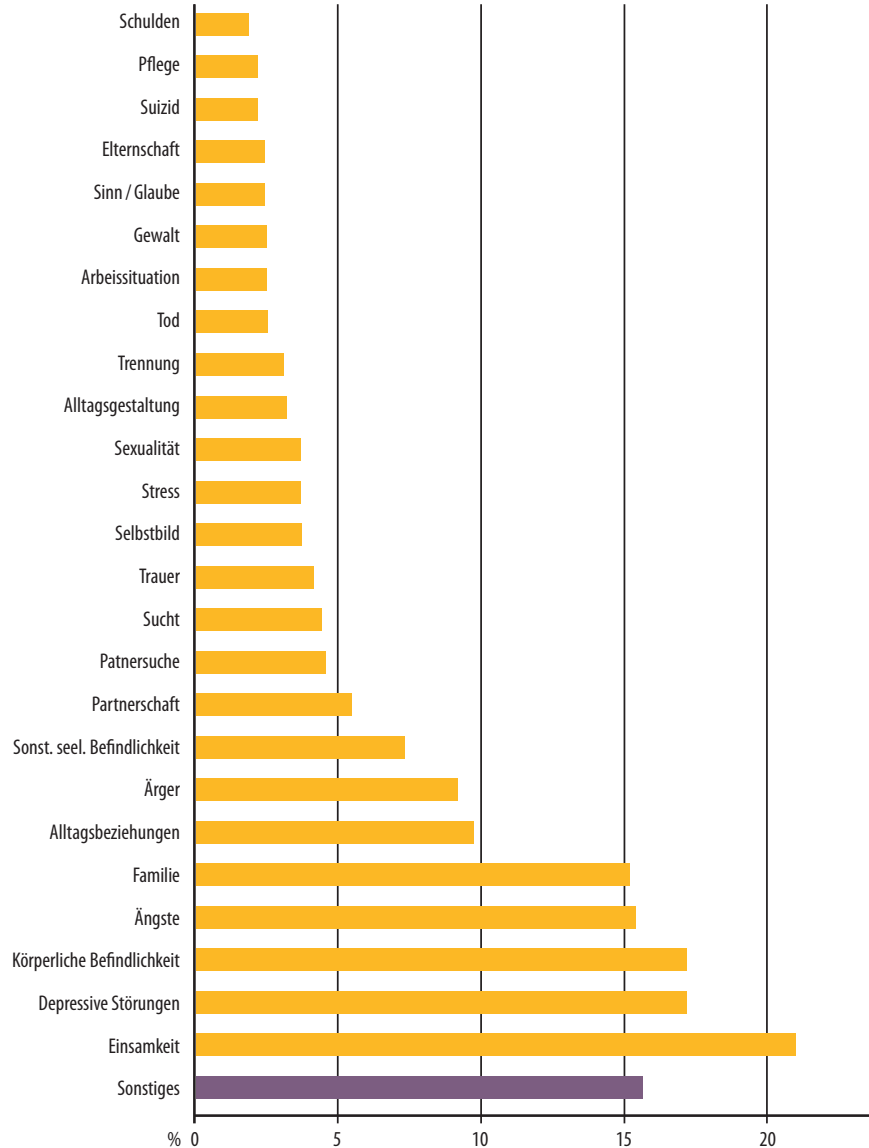


Die Hälfte der Altersangaben wurde geschätzt

■ Das Geschlecht der Anrufer



■ Die Themen der Anrufer



(Mehrfachnennungen möglich)

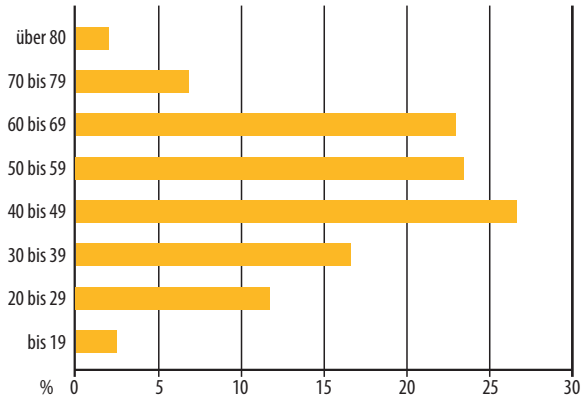
Persönliche Beratung

- 244 Menschen suchten unsere Beratungsstelle auf und fanden persönliche, therapeutische und/oder seelsorgliche Unterstützung durch die Hauptamtlichen vor Ort.
- In 898 Beratungsstunden wurden Einzelpersonen und Paare im Jahr 2016 begleitet.
- Die meisten Ratsuchenden (71%) kamen über das Telefon in die persönliche Beratung.
- Fast die Hälfte der Ratsuchenden war erwerbstätig.
- In 56 Beratungsstunden bearbeiteten Paare ihre Probleme.
- Etwa 29,5 % der Ratsuchenden lebten alleine, 38 % in einer Partnerschaft und 23 % in einer Familie.
- Häufigstes Thema war „Das Leben in Partnerschaft“ mit 14,75 %.
- Das Thema „Suizid“ in Form von Gedanken, Absichten oder Versuchen wurde von 44 Menschen in der Beratung benannt. Darunter waren 9 Ratsuchende, die von einem Suizid eines anderen betroffen waren.

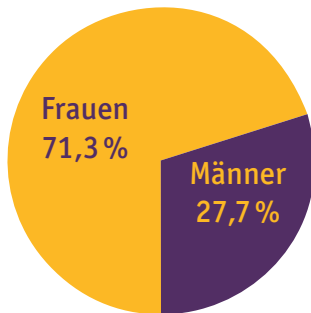


Statistiken zur persönlichen Beratung

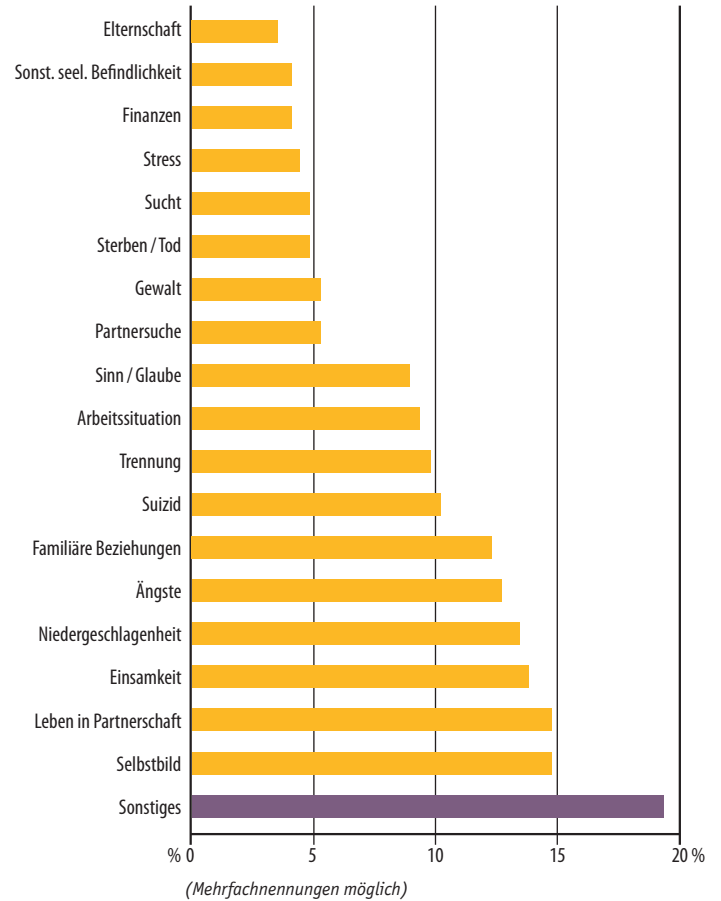
■ Das Alter der Ratsuchenden



■ Das Geschlecht der Ratsuchenden



■ Die Themen der persönlichen Beratung



Ca. 69 % der Ratsuchenden thematisierten Probleme aus dem Bereich des Seelischen Befindens. Annähernd häufig, nämlich 68 % der Ratsuchenden, benannten Probleme im Beziehungsnetz. Für viele Ratsuchende waren mehrere Problemfelder Anlass für eine persönliche Beratung.

Beratung im Internet

In unserer Stelle wurden:

- 41 Ratsuchende per Mail beraten. Dabei wurden insgesamt 203 Mails gewechselt.
- 26 Chats mit Ratsuchenden geführt.

Die Anzahl der bearbeiteten Anfragen ist damit bei uns weiter gesunken. Leider konnten wir aus personellen Gründen nicht mehr Beratung im Internet leisten.

Mail-Beratung

- Der Bedarf nach Mailberatung steigt von Jahr zu Jahr: Im Jahr 2010 erreichten 17.530 Erstanfragen die TelefonSeelsorgestellen in Deutschland. In 2016 waren dies schon zehntausend mehr (27.053).
- Depressive Stimmung und Ängste waren die häufigsten Anlässe in der Mailberatung, gefolgt von Suizidalität.
- 52,40 % der Ratsuchenden waren zwischen 20 und 40 Jahren alt.
- 19,60% äußerten nicht nur Suizidgedanken, sondern auch eine Suizidabsicht.

Für das Jahr 2017 sind in beiden Beratungsformen Ausbildungstage für Ehrenamtliche geplant, um dem stetig wachsenden Bedarf auf Bundesebene nach diesen Beratungsformen Rechnung zu tragen. Die Anzahl der in unserer Stelle begleiteten Ratsuchenden ist zu gering, um sinnvoll vergleichende Aussagen zur Statistik zu machen. Deshalb beziehen wir uns auf die Auswertungen der Bundesstatistik der TelefonSeelsorge.

Chatberatung

- In der Chatseelsorge stieg die Anzahl der durchgeführten Chats aller TelefonSeelsorgestellen bundesweit von 1.142 im Jahr 2010 auf 2.388 im Jahr 2016, wobei freigegebene Chattermine in der Regel umgehend belegt wurden. Der Bedarf kann also als deutlich größer angenommen werden.
- 57,80 % der Ratsuchenden waren zwischen 15 und 30 Jahren alt.
- 69,50 % der Ratsuchenden im Chat äußerten Suizidgedanken.



Sorgen kann man teilen

**Auch Sie können mit einer Spende
die Arbeit der TelefonSeelsorge Saar unterstützen:**

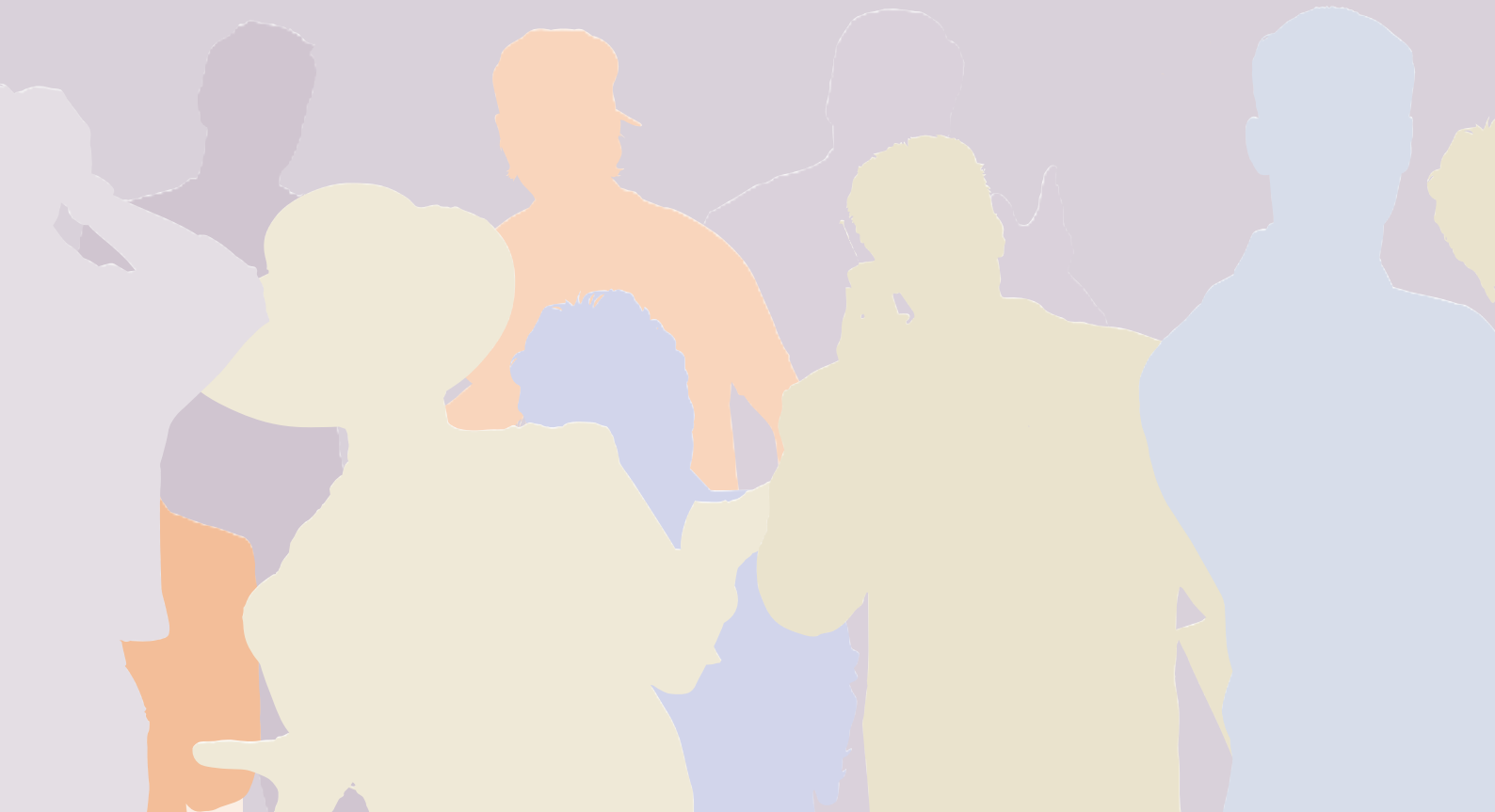
Kontoinhaber: Kirchenkreisverband an der Saar „Telefonseelsorge“

Bank: Sparkasse Saarbrücken

IBAN: DE36 590501010000093948

BIC: SAKSDE55XXX

Stichwort: „TelefonSeelsorge Saar“



Impressum

Herausgeber:

Bistum Trier und
die Evangelischen Kirchenkreise An der Saar

Gestaltung: Robert Volpert, Saarbrücken

Druck: COD Saarbrücken

Fotos:

TelefonSeelsorge

TelefonSeelsorge | M. Gloger

(Die abgebildeten Personen sind nicht von der
TelefonSeelsorge Saar, alle Szenen sind gestellt.)

Ulla Trampert_pixelio.de

Shutterstock

Photocase

Die Ev.-Kath.TelefonSeelsorge

und Beratungsstelle Saar

ist eine Einrichtung des Bistums

Trier und der Evangelischen Kirchenkreise

An der Saar



BISTUM
TRIER

Evangelisch
im Saarland

Ehrenamtliche

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

gesucht!



0800 / 111 0 111



Telefon Seelsorge Saar
am Telefon – im Internet – in persönlicher Beratung

www.telefonseelsorge-saar.de