



## „Aktiv werden und Hoffnung schaffen“

Der Welttag der Suizidprävention am 10. September findet dieses Jahr unter dem Motto „Aktiv werden und Hoffnung schaffen“ statt. Anlässlich dieses Tages wird die AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, in Kooperation mit dem Improvisationstheater Improkokken Angebote für Schulklassen durchführen.

In Deutschland endete im Jahr 2020 das Leben von 508 jungen Menschen zwischen 10 und 25 Jahren durch einen Suizid (9206 Menschen aus allen Altersgruppen). Davon waren 380 männlich und 128 weiblich. Nimmt man die Altersgruppe von 25 bis 30 Jahren noch hinzu, ergibt sich eine Suizidrate von 874. Davon waren 672 männlich und 202 weiblich. Laut Statistik ist der Suizid die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen. Nicht eingerechnet sind dabei Todesfälle durch Drogen und Verkehrsunfälle, von denen ein unbekannter Teil ein Suizid gewesen sein könnte.

Während die Zahl der vollendeten Suizide bei Jungen/jungen Männern höher ist, so ist bei Mädchen/jungen Frauen eine größere Anzahl an Suizidversuchen zu verzeichnen.

In der Zeit der Jugend und Adoleszenz werden die meisten Suizidversuche unternommen. Daher sind junge Menschen als besonders gefährdet einzuschätzen. Zudem ist in den letzten Jahren insb. durch die Pandemie ein starker Anstieg an depressiven Phasen, Ängsten/Zukunftsängsten und sozialem Rückzug zu verzeichnen.

Nach Studien der Weltgesundheitsorganisation WHO löst der Suizid eines Menschen bei mindestens 6 Menschen aus seiner direkten Umgebung seelisches und körperliches Leid aus. Dies geht nicht selten mit Suizidalität einher.

Nach wie vor ist Suizidalität ein Tabuthema. Es verunsichert, löst Angst, Ohnmacht und manchmal auch Wut im Freundeskreis, bei Eltern, aber auch bei Fachkräften aus dem schulischen und psychosozialen Kontext aus.

Aus diesem Grund ist die „Arbeitsgemeinschaft Suizidprävention für Kinder Jugendliche und junge Erwachsene“ seit 1984 aktiv.

In diesem Jahr laden wir wieder Schulklassen ab dem 9. Jahrgang zu der Veranstaltung „Zwischen Höhenflug und Absturz“ ein, um jungen Menschen die Thematik „suizidale Krisen“ näher zu bringen und mit ihnen in den Austausch zu kommen. Seit 4 Jahren arbeiten wir hierbei mit dem Improvisationstheater Improkokken zusammen.

Die Theatergruppe Improkokken führt mittels szenischer Darstellung lebendig, berührend, nachdenklich und positiv motivierend an das Thema heran. Dabei steht das Lebensgefühl Jugendlicher mit seinen Höhen und Tiefen, seinen krisenauslösenden Konflikten und Identitätsbemühungen im Mittelpunkt und es werden zudem Impulse für die Krisenbewältigung

gegeben. Die gespielten Szenen, mit Themen, wie Mobbing, Liebeskummer, Leistungsdruck, Familienstreit oder psychische Erkrankung der Eltern spitzen sich immer mehr zu, und es wird deutlich, dass sich suizidale Absichten entwickeln. Die Szene wird beendet und die Schüler\*innen können nun aktiv mitwirken, indem sie mit eigenen Ideen die gespielten Szenen in ein positives Ende verändern. Dabei haben sie auch die Möglichkeit eine Rolle selbst zu spielen. Im Anschluss an das Theaterstück gehen wir Fachkräfte mit den Jugendlichen in den Austausch. Dabei ist uns der Blick auf die Stärken und Ressourcen die zur Krisenbewältigung nötig sind und die Informationen über die Hilfsangebote für junge Menschen in Krisen von besonderer Bedeutung.

Am Ende des Workshops ist uns die Botschaft wichtig:

Es gibt einen anderen Weg als den Suizid. Jeder Mensch erlebt Krisen in seinem Leben. Daran können wir nichts ändern, aber wir können lernen mit ihnen umzugehen, in dem wir entdecken was uns stärkt, schützt und motiviert, wer für uns da ist und wo wir professionelle Hilfe finden können.

Dieses besondere Konzept von aktiven Inputs mit anschließendem Workshop hat sich bewährt. Es fördert die Auseinandersetzung mit einem schwierigen Thema und erleichtert vielen jungen Menschen die Kontaktaufnahmen zu Beratungsstellen.

## **AG Suizidprävention für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene Hannover**

Sozialpsychiatrischer Dienst f. Kinder,  
Jugendliche und deren Familien  
Podbielskistr. 164, 30177 Hannover  
Tel. 0511-61626535  
[beratungsstelle.kjp@region-hannover.de](mailto:beratungsstelle.kjp@region-hannover.de)  
Vertreterin: Nina Minnich, Tanja Magesching

Jugend-,Familien- und Erziehungsberatungsstelle  
der Stadt Hannover  
Kurt-Schumacher-Str. 29, 30159 Hannover  
Tel. 0511-16846522  
[51.31.7@hannover-stadt.de](mailto:51.31.7@hannover-stadt.de)  
Vertreterin: Sarah Thiele

Ev. Beratungszentrum Oskar-Winter-Straße  
des Diakonischen Werkes Hannover  
Oskar-Winter-Straße 2, 30161 Hannover  
Tel. 0511-625028  
[evbz@dw-h.de](mailto:evbz@dw-h.de)  
Vertreterin: Melanie Kieback

Beratungsstelle Osterstrasse  
Osterstrasse 57, 30159 Hannover  
Tel. 0511-363658  
[info@beratungsstelleosterstrasse.de](mailto:info@beratungsstelleosterstrasse.de)  
Vertreterin: Anna-Maria Halibrand

Drobs Hannover - STEP gGmbH  
Calenberger Esplanade 6, 30169 Hannover  
Tel. 0511-701460  
[drobs.hannover@step-niedersachsen.de](mailto:drobs.hannover@step-niedersachsen.de)  
Vertreterin: Kirsten Dehnhardt

Winnicott-Institut  
Geibelstrasse 104, 30173 Hannover  
Tel. 0511-8004970  
[info@winnicott-institut.de](mailto:info@winnicott-institut.de)  
Vertreterin: Stephanie Kiral

Schulpsychologie-Regionales Landesamt für Schule und Bildung  
Mailänder Str. 2, 30539 Hannover  
Tel. 0511-106 2461  
[schulpsychologie@rlsb-h.niedersachsen.de](mailto:schulpsychologie@rlsb-h.niedersachsen.de)  
Vertreterin: Melanie Deubel

### **Krisentelefon**

Nummer gegen Kummer 116 111  
Telefonseelsorge: 08001110111;