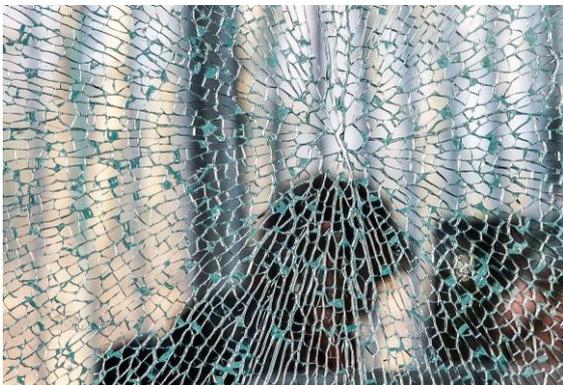


Krisenhilfe Münster e. V.

Hilfe für Menschen in Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

JAHRESBERICHT 2016

Denken Sie manchmal daran, sich das Leben zu nehmen?“ - Diese Frage, die in einer Alltagssituation zurückschrecken ließe, gehört in der Krisenhilfe Münster e. V. zum Beratungsalltag. Für Menschen in suizidal zugespitzten Situationen ist es regelmäßig sogar entlastend, derart konkret gefragt zu werden. Es öffnet sich ein Raum, in dem darüber gesprochen werden kann, wie die eigene Lebenssituation belastet und niederdrückt. Manchmal so sehr, dass ein Weiterleben nicht mehr vorstellbar ist. In solchen Situationen ist es gut, wenn jemand da ist, der die Not und Verzweiflung mit aushalten kann. Jemand, der nicht davonläuft, sondern zuhört und dann dabei hilft, neue Perspektiven zu finden. Auch wenn die derzeitige Lebenssituation unerträglich erscheint, ist dies kein endgültiger und unveränderbarer Zustand. Hier sehen wir in erster Linie unsere Aufgabe - den Menschen die Hoffnung auf eine lebenswerte Zukunft für sich zurück zu geben.



„Über den Suizid reden, heißt ihn verhindern!“ unter diesem Motto lag ein Arbeitsschwerpunkt im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit. Da immer mehr verzweifelte Menschen den Weg zur Beratung über das Internet finden, haben wir in 2016 zunächst unsere Homepage neu gestaltet, ansprechender und leichter zugänglich. Auch bei persönlichen Begegnungen an den Infoständen bei „Münster verwöhnt“, beim „Bündnis gegen Depression“, beim „Tag der seelischen Gesundheit“ oder im Rahmen anderer Fortbildungsveranstaltungen konnten wir Münsteraner auf das Thema aufmerksam machen und damit einen Teil zur Enttabuisierung beitragen.

Ein wesentlicher Punkt im Konzept der Krisenhilfe ist die Einbindung der ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Sie übernehmen den Großteil der Beratungen und sichern die Erreichbarkeit in den frühen Abendstunden. Alle ehrenamtlichen Berater haben eine ein- bis einhalbjährige Ausbildung absolviert und werden intensiv in den 14-tägig stattfindenden Supervisionsgruppen begleitet. Zusätzlich sichern und ergänzen Fortbildungsveranstaltungen die fachliche Weiterqualifizierung. In 2016 haben 10 Ehrenamtliche ihre Ausbildung bei uns abgeschlossen und unterstützen bereits seit April das Beratungsteam. Die ehrenamtliche Mitarbeit in der Krisenhilfe ist anspruchsvoll, zeitintensiv und fachlich und persönlich herausfordernd. Ohne dieses große Engagement wäre das umfangreiche Angebot der Krisenhilfe jedoch nicht aufrecht zu erhalten.

Das Angebot der Krisenhilfe Münster e. V.

Das Angebot der Krisenhilfe Münster e. V. richtet sich an Menschen, die beratende Unterstützung in Anspruch nehmen wollen; insbesondere an

- Menschen in akuten Lebenskrisen
- Menschen in suizidalen Krisen
- Menschen nach einem Suizidversuch
- Angehörige, Freunde/-innen, Kollegen/-innen von Menschen in Krisensituationen
- Personen, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben
- Mitarbeiter/-innen anderer Einrichtungen, die mit Menschen in Lebens- und suizidalen Krisen zu tun haben

In akuten und suizidalen Krisen ist schnelle Unterstützung wichtig.

Die Krisenhilfe bietet daher **schnelle und persönliche Hilfe innerhalb von 24 Stunden** nach Anruf. Die Beratung ist **vertraulich, kostenlos und unbürokratisch**.

Wir arbeiten mit anderen Beratungsstellen zusammen, um Ratsuchende **an für sie weiterführende Stellen vermitteln** zu können.

Öffentlichkeitsarbeit in Kooperation mit dem Franz Hitze Haus Suizid in Kunst und Realität

Sehr zufrieden waren die Krisenhilfe Münster e.V. und die Akademie Franz Hitze Haus mit der Resonanz auf das Abendforum „Weltverlassen die Welt verlassen - Todesneigung und Lebenstrieb in den Künsten“. Mit dem Zitat „Nur weil Du nicht mehr leben willst, ist dies noch lange kein Grund, Dich umzubringen“ aus dem Film „Gegen die Wand“ eröffnete Michael Wörmann, 1. Vorsitzender der Krisenhilfe, den thematischen Abend. Durch die darauf folgende Einführung in das Thema Suizid und Suizidvermeidung in Deutschland durch Zahlen, Fakten und Daten bekamen die Gäste einen umfassenden Überblick über das Thema. Jährlich sterben in Deutschland gut 10.000 Menschen durch Suizid, das sind deutlich mehr als die Opfer von Verkehrsunfällen, Mord und Totschlag, illegalen Drogen und Aids zusammen. „Suizidprävention ist möglich und gleichzeitig eine gesellschaftliche Aufgabe“ betonte Michael Wörmann.



Die künstlerische Näherung gelang dem Autor Mirko BonnÉ aus Hamburg, der sich nicht erst seit seinem den Unfalltod Camus beleuchtenden Roman „Wie wir verschwinden“, mit diesem Thema beschäftigt. Sein beeindruckender Vortrag mit Einspielungen von Ingrid Bachmann und Ian Kevin Curtis, britischer Sänger und Gitarrist der englischen Post-Punk-Band Joy Division, ging der Frage nach, ob es gelingen kann, sinnstiftende Ausdrucksformen für die existentielle Verlassenheit zu finden. Mirko BonnÉ sucht in seinen Beiträgen nach möglichen Gründen für die Verzweiflung und Sinnleere bei so vielen Autoren, Musikern und Künstlern. Was führt den einen dazu, sein Leben zu beenden, während ein anderer dem Todestrrieb widerstehen kann? Welche Rolle, fragt er, spielen Überlieferung, Pose und auch Nachahmung beim Freitod? Zum Abschluss gab es eine beeindruckende Lesung des Autors aus seinem zum Thema geschriebenen Buch „Nie wieder Nacht“.

Konkrete Eindrücke aus der Praxis der Krisenhilfe Münster e.V. bekamen die Zuhörer durch deren Leiterin Petra Karallus und den ehrenamtlichen Berater Harald Kachel vermittelt. An diesem außergewöhnlichen Abend war der Saal der Akademie bis auf den letzten Platz gefüllt. Die Mischung aus Vorträgen, Lesung, Musikeinspielungen und der Vorstellung konkreter Beratungsarbeit durch die Krisenhilfe Münster e.V. trug zu dieser gelungenen Veranstaltungen bei.

Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid „Wohin mit der Trauer, für die ich nicht einmal Worte finde?“

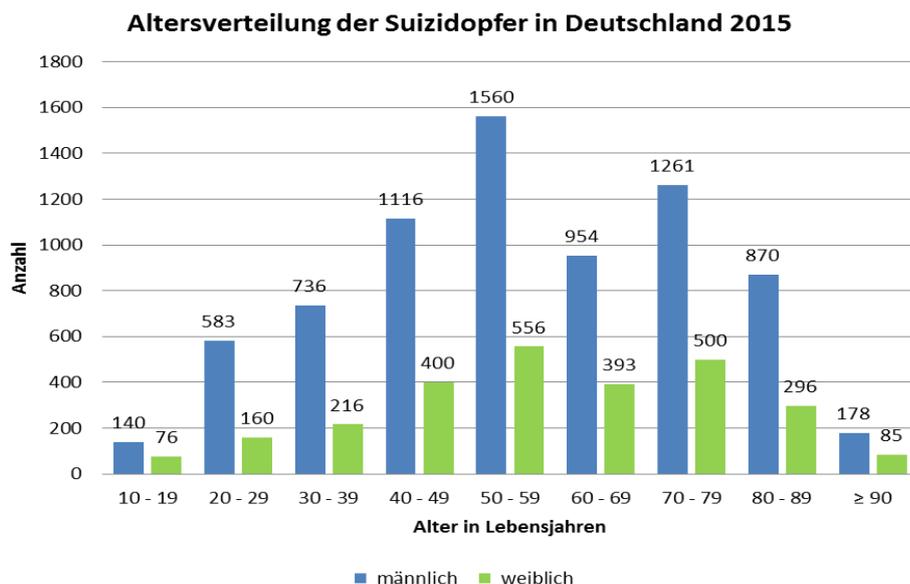
Unvorbereitet, wie aus heiterem Himmel, werden Menschen, die jemanden durch Suizid verlieren, in das dunkle Loch der Trauer geworfen. Sprach- und fassungslos stehen sie alleine vor diesem Ereignis, dessen Verarbeitung ihnen plötzlich aufgebürdet wird und das nun zwangsweise Teil ihres Lebens wird. Damit einher geht oft das Gefühl, eine zentnerschwere Last tragen und darunter zerbrechen zu müssen.

Die Krisenhilfe bietet neben der kontinuierlichen Einzelbegleitung seit nunmehr zwölf Jahren auch eine Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid an. Acht Trauernde wurden 2016 von zwei erfahrenen Mitarbeitern über einen Zeitraum von drei Monaten in 14-tägigem Rhythmus begleitet.

Die Gruppe bietet dabei einen geschützten Rahmen, in dem es gelingen kann, für das zunächst Unaussprechliche Worte und Gedanken zu finden. Bilder, Symbole und Rituale helfen, sich den zentralen Themen wie Verlust, Schuldgefühl, Wut, Passivität und Orientierungslosigkeit zu stellen. Die so im Laufe der Zeit entstehenden Beziehungen, das wachsende Vertrauen und das zurückgewonnene Selbstbewusstsein schenken Entlastung. Die Gruppenabende werden dadurch zu einem Ort, an dem sich die Teilnehmer öffnen und aktiv trauern können. Ihnen wird letztlich bewusst, dass sie die Uhr nicht zurückdrehen, das Geschehene nicht ungeschehen machen können. Sie erfahren aber, wie sie den Verlust in ihr Lebenskonzept einbauen und mit der Trauer leben können, ohne von ihr immer wieder neu überwältigt zu werden.



Suizide in Deutschland, Nordrhein-Westfalen und im Regierungsbezirk Münster 2015



In Deutschland nahmen sich im Jahr 2015 insgesamt 10.080 Personen das Leben (aktuelle Zahlen für das Jahr 2016 liegen noch nicht vor). Davon starben 1.533 Menschen in Nordrhein-Westfalen durch Selbsttötung. Wie bereits in den Vorjahren war der Anteil der Männer knapp dreimal so hoch wie der der Frauen. Dieses Verhältnis lässt sich auf Bundes- und Landesebene NRW beobachten. In den Vorjahren traf dieses Verhältnis ebenso auf die regionalen Zahlen

für den Regierungsbezirk Münster zu (die Zahlen für 2015 lagen noch nicht vor). Auch die Verteilung der Suizidopfer auf die verschiedenen Altersgruppen auf Bundes- und Landesebene ist vergleichbar: knapp die Hälfte aller Menschen, die sich selbst das Leben nehmen, ist mittleren Alters (40 bis 60 Jahre), knapp 20 % gehören den unteren Altersgruppen an, während gut 30 % von ihnen älter als 70 Jahre sind. Diese verhältnismäßig hohe Zahl zeigt deutlich, dass Suizidalität ein bedeutendes Thema des Alters ist. Die Wahrscheinlichkeit, dass ein älterer Mensch sich selbst das Leben nimmt, ist deutlich höher als bei jüngeren Menschen.

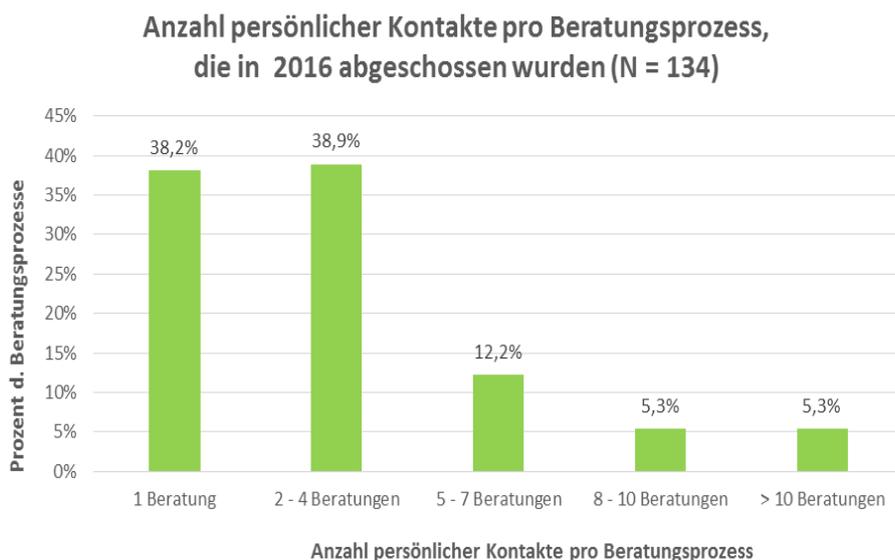
Quellen:

Statistisches Bundesamt. Gesundheitsberichterstattung des Bundes (2015): Sterbefälle. Gliederungsmerkmale: Jahre, Region, Alter, Familienstand, ICD-10, , Geschlecht, Altersgruppen. Tabelle (gestaltbar).

Landesbetrieb Information und Technik Nordrhein-Westfalen. Geschäftsbereich Statistik (2015): Suizide in Nordrhein-Westfalen.

Statistik der Krisenhilfe Münster e. V.

Wie verteilen sich die persönlichen Termine auf die abgeschlossenen Beratungsprozesse?



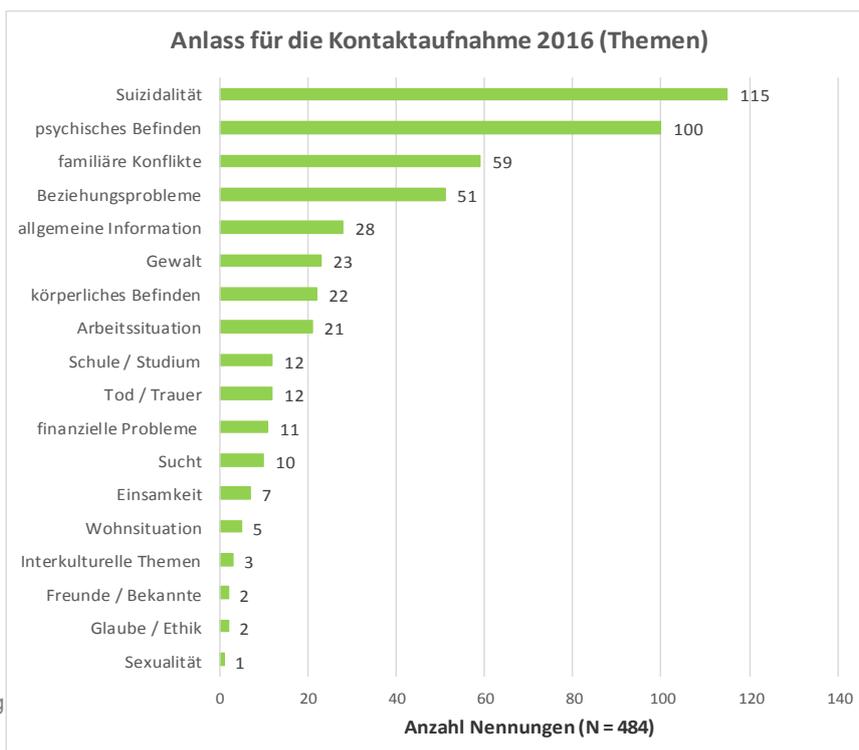
Im Jahr 2016 fanden in der Krisenhilfe Münster e. V. insgesamt 429 persönliche Beratungsgespräche im Rahmen von 134 Beratungsprozessen statt, die vor Jahresende abgeschlossen wurden. Bei knapp 40% dieser Prozesse handelt es sich um einmalige Beratungskontakte. Der Anteil an Kurzzeitberatung, die sich auf 2 bis 4 persönliche Treffen beschränkt, ist gegenüber dem Vorjahr um gut 10% auf ebenfalls knapp 40% gestiegen. Dem gegenüber hat sich der Anteil

an längerfristigen Beratungsprozessen von mehr als 8 persönlichen Kontakten auf gut 5 % stark verringert (im Vorjahr: knapp 12 %). Diese Zahlen belegen, dass sich die Krisenhilfe Münster e. V. als Anlaufstelle für erste Entlastung sowie als Drehtür ins Hilfesystem versteht und tatsächlich auch als solche genutzt wird. Unter die gut 5% der Beratungsreihen mit mehr als 10 persönlichen Kontakten fallen die Trauerbegleitungen. Bei dieser Form der Krisenberatung sieht die Krisenhilfe eine zeitliche Begrenzung von einem Jahr vor, unabhängig von der Häufigkeit der Treffen.

Grafik: Eigene Berechnung und Darstellung der Krisenhilfe Münster e. V. (2016)

Mit welchen Themen suchen Menschen die Krisenhilfe Münster e. V. auf?

Im vergangenen Jahr wurden 321 Anfragen an die Krisenhilfe Münster gestellt. Die beim Erstkontakt genannten 484 Gründe für die Kontaktaufnahme wurden bis zu 3 Themenbereichen zugeordnet. Im Jahr 2016 waren Suizidalität sowie das psychische Befinden mit je über 20 % die am häufigsten genannten Anliegen, gefolgt von den Themen familiäre Konflikte sowie Beziehungsprobleme mit je über 10%. Mit allgemeinen Informationsanfragen meldeten sich gut 5% aller Kontakte beim Verein. In den vergangenen Jahren waren diese fünf Themen regelmäßig die Antriebsfedern für die Kontaktaufnahme bei der Krisenhilfe Münster e. V.



Grafik: Eigene Berechnung und Darstellung der Krisenhilfe Münster e. V. (2016)

Vernetzung

Die Krisenhilfe Münster e.V. ist Mitglied im Diakonischen Werk Westfalen und arbeitet eng mit anderen psychosozialen Einrichtungen in Münster zusammen. Institutionelle Zusammenarbeit gibt es insbesondere mit:

- der Telefonseelsorge Münster
- dem Gesundheitsamt der Stadt Münster und dem Krisennotdienst
- dem Münsteraner Bündnis gegen Depression und dem Arbeitskreis Psychiatrie
- dem Arbeitskreis Beratung für Kinder, Jugendliche und Familien
- dem Trauernetz Münster
- dem Arbeitskreis Diakonische Träger

Überregional beteiligt sich die Krisenhilfe Münster e.V. an der Arbeit der „Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS)“ und dem „AK Suizidprävention in NRW und Niedersachsen“.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

- 30 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- 4 Honorarmitarbeiterinnen und -mitarbeiter (Supervision und Ausbildung)

Vorstand der Krisenhilfe Münster e.V.

Michael Wörmann	1. Vorsitzender
Markus Wewer	Schatzmeister
Alexa Boder	Vorstand
Susanne Pues	Vorstand
Gerd Meyer-Schwickerath	Vorstand

Hauptamtliche Stellen

Petra Karallus	Dipl. Päd., Leiterin	30 h / Woche
Gerhild Rehorst	Dipl. Psych.	12 h / Woche
Petra Stahlhut	Verwaltung	11 h / Woche

Erreichbarkeit

Telefonpräsenz: Montag bis Freitag jeweils von 17:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Bürozeiten: Montag bis Donnerstag jeweils von 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Telefonnummer: 0251-519005

Falls wir telefonisch nicht erreichbar sind, hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf Band. Wir rufen zurück!
 Weitere Informationen zu unserer Arbeit erhalten Sie auf unserer Homepage
www.krisenhilfe-muenster.de

Der Verein ist vom Finanzamt Münster als gemeinnützig anerkannt. Zum großen Teil wird unsere Arbeit durch die Stadt Münster finanziert. **Darüber hinaus sind wir dringend auf Ihre Hilfe angewiesen.**

Sie können uns unterstützen durch eine Spende auf das Konto der Krisenhilfe Münster e. V.:
 Darlehnskasse Münster DKM, IBAN DE24 4006 0265 0013 0999 00, BIC GENODEM1DKM