

Krisenhilfe Münster e. V.

Hilfe für Menschen in Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

JAHRESBERICHT 2021

Und schon wieder ein Corona Jahr! Ein weiteres Jahr, das uns vor massive Herausforderungen gestellt und das uns persönliche Einschränkungen aufgebürdet hat. Ein Jahr, das die für Menschen lebensnotwendige und früher so selbstverständliche Nähe verhindert hat. Auch für unsere Klienten war 2021 wieder ein Jahr voller Sorge um die Gesundheit verbunden mit vielen Ängsten um die persönliche Existenz und vor der Zukunft. In solchen Lebenskrisen ist es besonders wichtig, dass jemand da ist, der die Not und Verzweiflung mit aushalten kann. Jemand, der in der Situation präsent ist, zuhört und Entlastung bietet. Jemand, der dabei unterstützen kann, neue Perspektiven zu gewinnen. Vor allem aber jemand, der kurzfristig für ein persönliches Gespräch zur Verfügung steht.

Der Schwerpunkt unseres Angebotes 2021 lag daher auch im zweiten Corona Jahr vor allem in der Aufrechterhaltung und Weiterentwicklung eines schnellen, niederschweligen und unbürokratischen Beratungs- und



Interventionsangebotes für Menschen in Krisensituationen und bei Suizidgefahr. Trotz eines weiteren längeren Lockdowns zu Beginn des Jahres hat es die Krisenhilfe mit ihren 30 ehrenamtlichen Beraterinnen und Beratern erneut möglich gemacht, ganzjährig das Angebot persönlicher Gespräche aufrecht zu halten. Durch die Impfpriorisierung - unterstützt vom Gesundheitsamt der Stadt Münster -, die Anschaffung einer Luftfilteranlage und die Einhaltung eines strengen Hygienekonzeptes konnten viele Ehrenamtliche durchgehend in den Räumen der Krisenhilfe beraten. So wurden im Berichtsjahr 399 Menschen zum Teil einmalig oder mehrfach beraten. Mit 693 persönlichen Einzelgesprächen durch unsere ehrenamtlichen Beraterinnen und Berater

konnten wir Menschen in Krisen und bei suizidalen Gedanken auffangen und sie ein Stück auf ihrem schwierigen Lebensweg begleiten. Die im Vergleich zu den vorherigen Jahren zunehmend steigenden Anfragen an die Krisenhilfe bestätigen uns erneut die Bedeutung unserer Arbeit. Vor allem die Anfragen junger Menschen aus Schule, Ausbildung und Studium haben in der Pandemie zugenommen. Dies hat uns veranlasst Ideen und Konzepte zu entwickeln, um hier zukünftig kontinuierliche präventive Angebote zu machen. Diese sollen dann im Jahr 2022 mit dem Projekt „Suizidprävention für Jugendliche und junge Erwachsene“ umgesetzt werden.

Auch die Krisenhilfe musste sich im zweiten Corona Jahr immer wieder neuen Situationen stellen, was ohne das große ehrenamtliche Engagement im Verein nicht vorstellbar gewesen wäre. Deshalb möchten wir in diesem Jahresbericht vor allem auch die ehrenamtlich Engagierten mit ihren Eindrücken und Erfahrungen in der Beratung unter Corona Bedingungen zu Wort kommen zu lassen.

Das Angebot der Krisenhilfe Münster e. V. richtet sich an:

- Menschen in akuten Lebenskrisen
- Menschen in suizidalen Krisen und nach einem Suizidversuch
- Angehörige, Freunde/-innen, Kollegen/-innen von Menschen in Krisensituationen
- Personen, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben
- Mitarbeitende anderer Einrichtungen, die mit Menschen in 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 und vermitteln bei Bedarf weiter.

Krisenhilfe Münster e. V.

Verein zur Suizidprophylaxe und Krisenbegleitung

Klosterstraße 34 | 48143 Münster | Tel.: 0251-519005 | E-Mail: kontakt@krisenhilfe-muenster.de

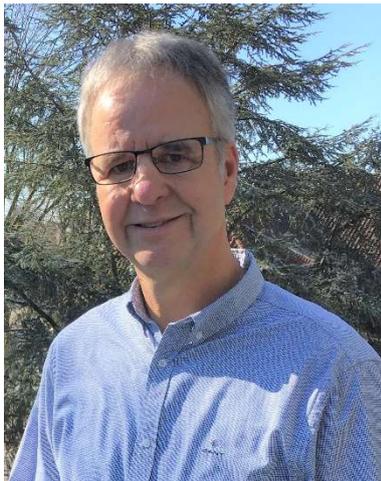
www.krisenhilfe-muenster.de

Ehrenamtliche Beratung unter Coronabedingungen

Betty Holl, ehrenamtliche Krisenberaterin seit 2020: „Der letzte Abschnitt meiner Ausbildung in der Krisenhilfe fiel mit dem Beginn der Corona-Pandemie zusammen. Die Abstandsregeln erforderten, dass unsere Ausbildungsabende außerhalb in größeren Räumen und teilweise auch per Zoom stattfanden. Ein Gruppenmitglied konnte aus gesundheitlichen Gründen nur online am letzten Ausbildungsabschnitt teilnehmen, was für sie äußerst unangenehm war. Den Einstieg in die Beratung kenne ich bisher nur unter Coronabedingungen. Ich könnte mir vorstellen, dass die zwischenmenschliche Kontaktaufnahme durch das Abklären der äußeren Bedingungen (Impfstatus, Coronatest, Maske) erschwert wird. Damit wir gegenseitig das Gesicht des anderen einmal vollständig sehen, habe ich es mir zur Regel gemacht, dass beide zu Beginn der Beratung kurz die Maske absetzen. Weitere Unannehmlichkeiten wie das Beschlagen der Brille oder dass die Atemschutzmaske von Tränen aufgeweicht wird, kommen hinzu. Positiv war, dass der Großteil der Ehrenamtlichen ihre Beratungen trotz Einschränkungen und Risiken durch Corona weitergeführt haben.“



Andreas Nottebohm, ehrenamtlicher Krisenberater seit 2016: „Ich freue mich, dass wir als ehrenamtliche Berater unsere persönliche Beratung fortsetzen konnten. Auch vor Corona war es mir immer schon wichtig, im ersten Gespräch auf jeden neuen Klienten individuell einzugehen. Manchmal war es notwendig, sofort in die Befindlichkeit des Ratsuchenden einzusteigen und die Formalitäten, die es ja schon immer gab, konnten warten. Heute ist das nicht mehr so. Schon beim ersten telefonischen Kontakt und erst recht bei der ersten persönlichen Begegnung muss auf die Einhaltung der jeweils gültigen Hygieneregeln geachtet werden. Glücklicherweise gelingt es dennoch in den meisten Fällen, eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen. In der für unsere Beratungsarbeit so wichtigen Supervision war es schwierig, sich immer wieder auf neue Formate einzulassen und zu schauen, ob und in welcher Form man sich treffen konnte. Des Weiteren verlor man seine Kollegen aus anderen Supervisionsgruppen mehr und mehr aus den Augen, weil es regelmäßige Treffen und Fortbildungen mit allen nicht mehr gab. Ich wäre mehr als froh, wenn coronabedingte Hygieneregeln für meine Arbeit in der Krisenhilfe Münster zukünftig keine Rolle mehr spielen würden. Ach ja, und eines habe ich noch vergessen. Ich würde gerne mal wieder eine liebgewonnene Kollegin oder Kollegen in den Arm nehmen.“



Anette Mengelkamp, ehrenamtliche Krisenberaterin seit 2018: „Mit steigenden Corona-Infektionszahlen wurden sämtliche Kontakte generell für jeden risikant, so also auch Kontakte im Beratungskontext. Ich war soeben aus dem Arbeitsleben ausgeschieden, fühlte mich nicht wirklich zu den Älteren gehörend, hatte aber doch Angst, mich zu infizieren. Die Leitung der Krisenhilfe hatte jedem Berater, jeder Beraterin freigestellt, sich ggf. aus der Beratung zurückzunehmen. Schweren Herzens habe ich also pausiert, meine Bereitschaft zur Vor-Ort-Beratung bei dringendem Bedarf angeboten und letztlich nur Telefondienste übernommen. Wenn auch nachvollziehbar, hat es sich für mich nicht gut angefühlt, an mich zu denken und andere Kolleginnen und Kollegen in dieser Zeit allein zu lassen. Sehr glücklich war ich, nach erfolgten Impfungen wieder einzusteigen. Endlich konnte ich, sicher mit in dieser schwierigen Zeit hinzugewonnener Achtsamkeit, die wunderbare Arbeit, Menschen beistehen zu dürfen, wieder aufnehmen. Ich danke den Kolleginnen und Kollegen, die auch in höchst kritischer Zeit für unsere Klientinnen und Klienten da waren.“



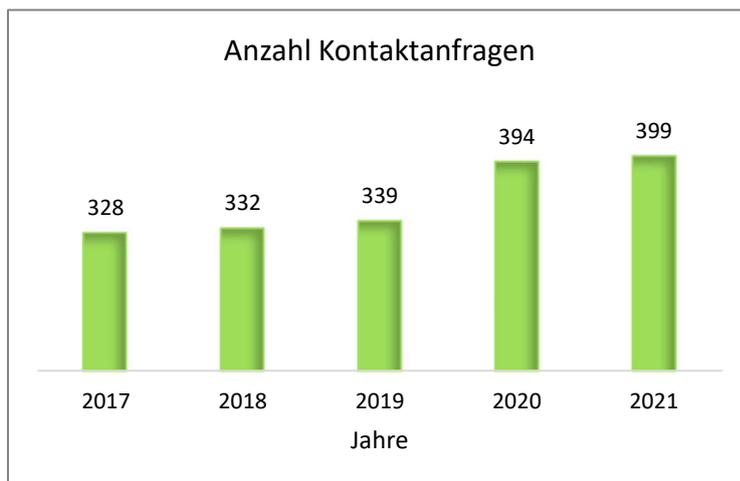
Dorothea Pläß Kehl (seit 2009) und Inge Roß (seit 2001), ehrenamtliche Trauerbegleiterinnen nach Suizid:

„Es gab insbesondere Ende 2020/Anfang 2021 eine hohe Nachfrage nach Begleitung von Hinterbliebenen nach Suizid. Zeitweise gab es nicht genug Berater, die diese Aufgabe übernehmen konnten. Einige Mitarbeiter haben deshalb eine hohe Erwartung gespürt und sich für zusätzliche Beratungen die Zeit genommen. Klienten berichteten, dass ihre Belastungen durch Corona die Trauerarbeit erschwerten. Durch den Wegfall von vielen Aktivitäten wie Ausgehen, Freunde treffen, Teilnahme an Sport- und Kulturveranstaltungen, Einkaufen etc. im Lockdown, fühlten sich viele Trauernde und Bedürftige vereinsamt und auf sich alleine zurückgeworfen. Manche Klienten empfanden die Einschränkungen aber auch als Erleichterung und Entlastung, da Rechtfertigungen für einen Rückzug von anderen und gegenüber anderen entfielen. Die Teilnehmer der Trauergruppe 2021 hatten den starken Wunsch, die Treffen möglichst zeitnah und trotz des bestehenden Ansteckungsrisikos - bei der Mehrheit bestand da noch kein Impfschutz - stattfinden zu lassen. Das zeigte uns die hohe Bedürftigkeit der Hinterbliebenen nach Suizid.“



Zahlen aus der Krisenhilfe

Anzahl der Kontaktanfragen in den Jahren 2017 bis 2021

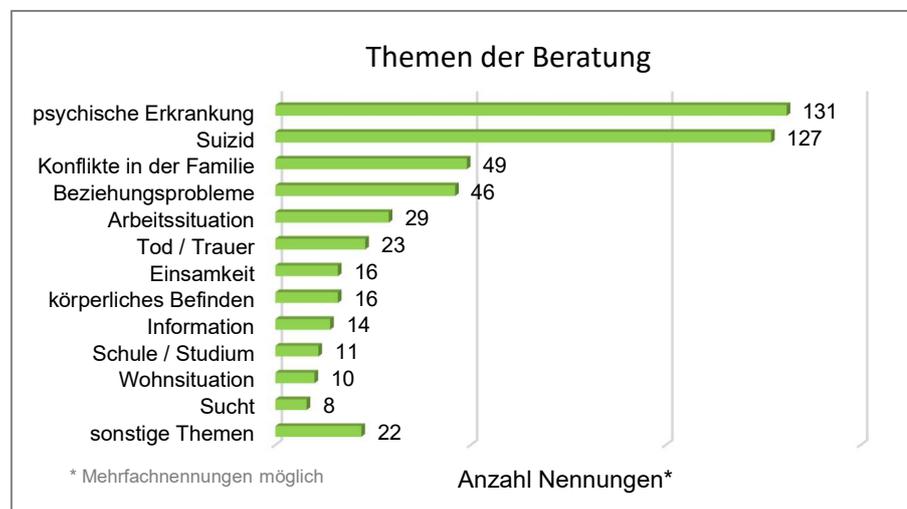


Im Jahr 2021 meldeten sich 399 Hilfesuchende in der Krisenhilfe. Im Vergleich zum Jahr 2017 bedeutet das eine Steigerung von 21 %. Waren die Kontaktanfragen in den Jahren 2017 bis 2019 noch relativ konstant, sind sie seit 2020 deutlich gestiegen. In 2021 gab es im Vergleich zum Jahr 2019 einen Anstieg von fast 18%.

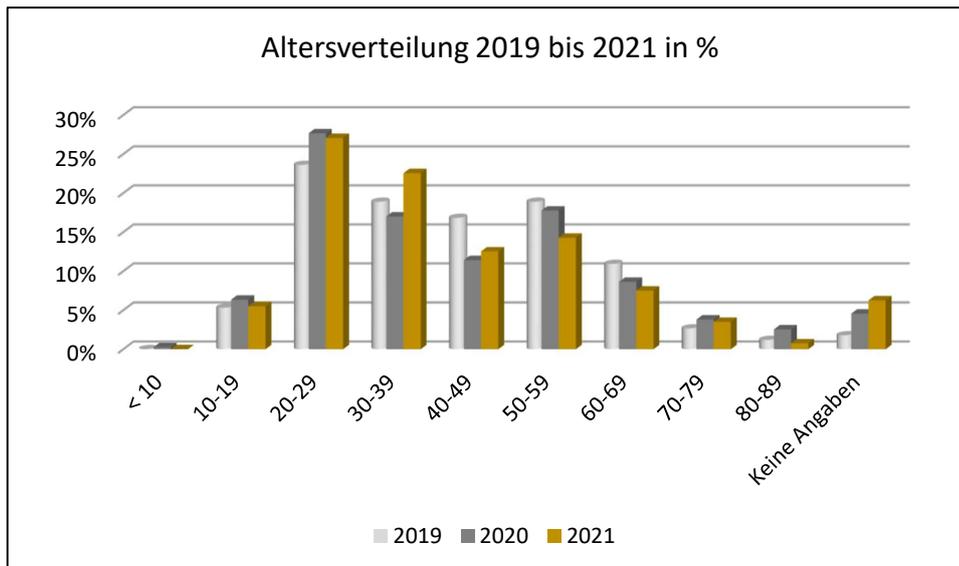
Die steigenden Zahlen seit 2020 lassen sich darauf zurückführen, dass die anhaltende Coronasituation, für viele Menschen, neben den bereits bestehenden schwierigen Lebenssituationen, eine zusätzliche Belastung darstellte.

Themen der Ratsuchenden bei Kontaktaufnahme

Das Thema Suizid wurde von den Ratsuchenden neben den psychischen Erkrankungen im Jahr 2021 am häufigsten genannt. Unter das Thema Suizid fallen nicht nur Klienten, die selbst suizidale Absichten oder Gedanken haben, sondern auch deren Angehörige und Freunde, die sich um betroffene Personen sorgen. Auch das Thema Trauer nach Suizid findet sich hier wieder.



Altersverteilung der Hilfesuchenden von 2019 bis 2021



Der größte Anteil der Hilfesuchenden, die sich 2021 an die Krisenhilfe wandten, war die Altersgruppe der 20 bis 29 Jährigen. Rund 27 % der Klienten/innen fielen in diese Altersgruppe. Das bedeutet eine Steigerung von fast 15 % gegenüber 2019. Auch die Zahl der Ratsuchenden zwischen 30 und 39 Jahren ist deutlich gestiegen. Waren es im Jahr 2019 noch 18 % sind es im Jahr 2021 bereits 22,5 % aller Anfragen und damit eine Steigerung von circa 20%. Die Zahlen verdeutlichen,

dass der Anteil derjenigen, die in den letzten beiden Jahren Beratung in der Krisenhilfe in Anspruch genommen haben deutlich jünger geworden ist. Dies ist aufgrund der Aussagen und den Erfahrungen aus den persönlichen Beratungsgesprächen mit den Klienten eindeutig auf das Thema Corona zurückzuführen.

Vernetzung

Die Krisenhilfe Münster 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
- der Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft Münster (PSAG) und dem Arbeitskreis Suizid
- dem Münsteraner Bündnis gegen Depression
- dem Arbeitskreis Beratung für Kinder, Jugendliche und Familien
- dem Trauernetz Münster

Überregional beteiligt sich die Krisenhilfe an der Arbeit der „Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS)“

Mitarbeitende in der Krisenhilfe Münster e. V.

- 30 ehrenamtliche Beraterinnen und Berater
- 6 Honorarmitarbeiterinnen und -mitarbeiter (für Supervision und Ausbildung)

Vorstand

Michael Wörmann	1. Vorsitzender
Markus Wewer	Finanzvorstand
Alexa Boder	Vorstand
Martina Meyer-Schwickerath	Vorstand
Susanne Pues	Vorstand

Hauptamtliche

Petra Karallus	Leitung 30 h/Woche
Sarah Stern	Päd. Fachkraft 15 h/Wo bis 9/21
Claudia Atteln	Päd. Fachkraft 15 h/Wo ab 10/21
Katja Post	Verwaltung 13 h/Woche

Erreichbarkeit

Telefonpräsenz: Montag bis Freitag von 17:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Bürozeiten: Montag bis Donnerstag 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.: Sparkasse Münsterland Ost, IBAN DE86 4005 0150 0000 6035 97, BIC WELADED1MST