

Raus aus der Finsternis

Alle 47 Minuten begeht ein Mensch in Deutschland Selbstmord. Alle vier Minuten versucht es einer. Ein Projekt aus Freiburg bietet Betroffenen Hilfe – mit Unterstützung von Studenten.

Als sich Fußballtorwart Robert Enke vor einem Jahr einem Zug entgegenstellte, war die Nation schockiert. Es müsse mehr Menschlichkeit in unser aller Leben einziehen, jeder solle mehr auf seine Mitmenschen achten. Nur ein paar Wochen später waren die guten Vorsätze über Bord geworfen. Risse in der Seele eines Menschen werden (wieder) weitestgehend tabuisiert. Wer auf die nackten Zahlen schaut, fragt sich, warum das so ist: Vier Millionen Deutsche leiden an Depressionen. Jährlich 100.000 versuchen, sich das Leben zu nehmen. Rund 10.000 überleben ihren Suizidversuch nicht. Bei männlichen Jugendlichen im Alter von 18 bis 25 ist Selbstmord die zweithäufigste Todesursache nach Verkehrsunfällen. Die Dunkelziffern liegen Expertenmeinungen zufolge deutlich höher.

Wie groß der Bedarf an Hilfe tatsächlich ist, verdeutlicht auch folgende Zahl: In den vergangenen sechs Jahren stieg die Anzahl der Anfragen beim Freiburger Projekt [U25] um 400 Prozent. Anfragen per Mail von Jugendlichen unter 25 Jahren, die sich immer um die wiederkehrenden Themen drehen: Liebeskummer, Leistungsdruck, Einsamkeit, innere Leere, Selbstzweifel, Suizidgedanken. »Für einige ist die scheinbar einzig offene Tür der selbstgewählte Tod. Ein sehr radikaler Weg, der aber in den Gedanken der Betroffenen auf einmal alle Probleme beenden kann«, erklärt Solveig Rebholz, Sozialpädagogin und Mitarbeiterin beim »Arbeitskreis Leben Freiburg« (AKL).

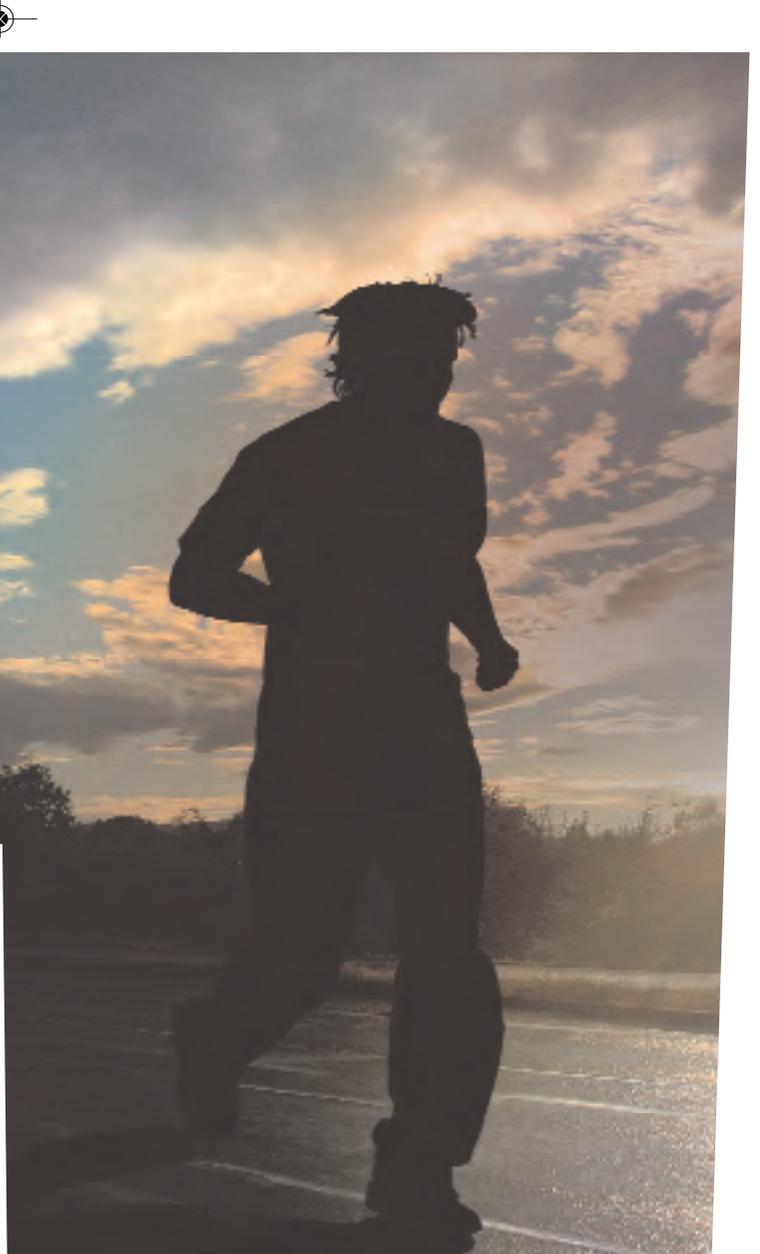


heldenhaft

Irina Biryukova (28) studiert Wirtschaftsinformatik an der FH Augsburg. Sie wurde vom Deutschen Akademischen Austauschdienst für ihr ehrenamtliches Engagement beim Diakonischen Werk ausgezeichnet, wo sie psychisch kranke Erwachsene betreut.

[U25] ist ein suizidpräventives Angebot des AKL, bei dem sich Betroffene via Internet anonym melden und über ihre Probleme berichten können. Gelesen und beantwortet werden diese Mails von ehrenamtlichen Krisenberatern, die ebenfalls jünger als 25 sind. Einige von ihnen haben selbst einen Suizidversuch hinter sich. »Die Erfahrung zeigt, dass junge Menschen in Krisen oft einen gleichaltrigen Gesprächspartner suchen, der zuhört und sie ein Stück ihres Weges aus der Krise begleitet«, erläutert Rebholz das Konzept. Die Krisenberater werden nach einem persönlichen Gespräch ausgesucht, in einer intensiven Ausbildungsphase auf ihre Arbeit vorbereitet, geschult und betreut. Aktuell hat [U25] 30 ehrenamtliche Berater, viele von ihnen sind Studenten.

So auch Jasmin Kirschbaum, die an der Evangelischen Hochschule Freiburg Soziale Arbeit studiert. »In erster Linie geht es darum, Ansprechpartner und Zuhörer zu sein. Schon dadurch, dass die Ju-



gendlichen wissen, ihre Mails werden gelesen und jemand nimmt sich ihrer an, werden sie ein wenig aus ihrer Einsamkeit gezogen. Das Angebot eines freundschaftlichen Mailkontakts, bei dem sie sich verstanden fühlen und von ihren Sorgen berichten, ohne befürchten zu müssen, verurteilt zu werden, ist eine große Hilfe«, berichtet Kirschbaum von ihrer Arbeit und Motivation. Oftmals hilft die Beratung, öffnen sich die Jugendlichen anschließend Freunden oder Familienangehörigen. Manchmal aber reißt der Kontakt plötzlich ab.

Noch im Jahr 2003 nahmen 114 Personen das Beratungsangebot von [U25] an, 2009 waren es 484. »Inzwischen können wir nur noch einen Bruchteil der Anfragen übernehmen, viele müssen an andere Stellen verwiesen werden. Aber auch diese sind größtenteils vollkommen überlastet«, erzählt Solveig Rebholz von einer Dilemmasituation, die deutlich aufzeigt, dass sich viel mehr Menschen in einer inneren Finsternis befinden, als wir es glauben. Oder wie es Jasmin Kirschbaum formuliert: »Sensibilität für das Wohlempfinden seiner Mitmenschen zu haben und Hilfe anzubieten, kann Menschen aus ihrer Verzweiflung retten und sie daran hindern, ihr Leben viel zu früh aufzugeben.«
www.u25-freiburg.de ■ Text: Thomas Günther

UND AUCH ANDERE STUDENTEN ENGAGIEREN SICH

Kindern zu helfen, das hat sich die »Studenteninitiative für Kinder e.V.«, die im Sommer 2004 von den Studenten Sinisa Toroman und Xenophon Demopoulos gegründet wurde, zum Ziel gesetzt. Mitglieder des Vereins geben Heranwachsenden, die in Kinderheimen leben, ehrenamtlich Nachhilfeunterricht. Dadurch soll erreicht werden, dass die Kinder durch bessere Noten Spaß am Lernen erhalten, einen guten Schulabschluss erlangen und letztendlich einen Ausbildungsplatz finden. Ein Helfer betreut in der Regel ein oder zwei Kinder und gibt ihnen Einzelunterricht. Gegründet in Mannheim gibt es mittlerweile Ortsgruppen in über 20 Städten bundesweit. Die Initiative hat bereits mehrere Preise für ihr Engagement erhalten.
www.studenteninitiative-fuer-kinder.de ■