

RAPPERSWIL-JONA: ONLINE-SUIZIDPRÄVENTION

# «Suizid ist die häufigste Todesursache bei Jugendlichen»

Christine Schweizer (24) ist Leiterin von U25 Ostschweiz. Dieses völlig neuartige Präventionsprogramm für suizidgefährdete Kinder und Jugendliche hat zwei Preise gewonnen und besticht durch sein Konzept: Die Krisenhelfer sind im gleichen Alter und kommunizieren auf Augenhöhe.

**Alle sechs Stunden nimmt sich ein Mensch in der Schweiz das Leben. Wie kann das in einem solchen Wohlstandsland passieren?**

Das Thema Suizid ist leider noch immer ein grosses Tabu. Darum finden Menschen in Lebenskrisen oft niemanden, mit dem sie über ihre Probleme und Selbsttötungsgedanken sprechen können. Oder sie haben keinen, der ihnen zuhört und sie versteht.

**Und vor allem Jugendliche sind betroffen?**

Ja, das ist so. Suizid ist bei den 25- bis 44-jährigen Männern und den 15- bis 24-jährigen Frauen sogar die Haupttodesursache.

**Sie sind Leiterin des Projekts U25 Ostschweiz und haben ihr Büro hier in Rapperswil. Wie lange gibt es U25 schon?**

Der «Verein Lebe!» hat das Projekt bereits vor eineinhalb Jahren in die Schweiz gebracht. In Deutschland ist dieses Projekt, bei dem Jugendliche anderen Jugendlichen helfen, schon seit über zehn Jahren sehr erfolgreich etabliert. Ich bin dort von Anfang an dabei gewesen und habe das Projekt neben meinem Studium zur Erziehungswissenschaftlerin in Freiburg mit aufgebaut.

**«Alle 6 Stunden tötet sich ein Schweizer»**

**Hat die Schweiz Sie angeworben?** (Lacht) So ungefähr. Für den Neuaufbau in der Schweiz brauchte U25 Ost-



Christine Schweizer vor dem Jugendtreff Stampf in Jona. Foto: Anna Kohler

schweiz eine praxiserfahrene Beraterin, denn die Anlaufstelle ist speziell auf die Bedürfnisse von jungen Menschen ausgerichtet. Unser Onlineprojekt hat sich erfolgreich bewährt, es kommt hier sehr gut an.

**«Liebeskummer und sexueller Missbrauch»**

**Wie läuft das ab in der Praxis?**

Die suizidgefährdeten Jugendlichen schreiben uns eine Mail. Das geschieht völlig anonym, auch die Mailadresse ist nicht für uns erkennbar. Ich lese jede Mail und leite diese an einen jugendlichen Berater weiter. Jeder dieser Mitarbeiter begleitet im Schnitt einen bis drei Klienten, und dies teilweise über mehrere Jahre. Manchmal

löst sich das Problem aber auch mit ein paar Mails.

**Warum wollen sich Jugendliche umbringen?**

Die Probleme gehen von Liebeskummer und Einsamkeit über den Tod eines nahestehenden Menschen bis hin zu Überforderung und sexuellem Missbrauch. Wichtig ist: Wenn ein junger Mensch suizidgefährdet ist, heisst das nicht, dass er sterben will. Er will nur nicht so weiterleben.

**Wie helfen Sie und Ihre jugendlichen Berater?**

Wir haben 20 ehrenamtliche junge Erwachsene im Alter zwischen 16 und 25 Jahren ausgebildet. Diese Schulung dauert ein halbes Jahr. Da sie im gleichen Alter sind, können sie mit den Betroffenen auf Augenhöhe reden und ihnen das Gefühl geben: Ich bin da und

höre dir zu. Ich verstehe deine Problematik und nehme dich ernst.

**Was passiert, wenn jemand schreibt, ich kann nicht mehr, ich springe jetzt sofort von der Brücke?**

Jedes Helpmail, das bei uns ankommt, wird auch von mir gelesen. In besonderen Situationen begleite und coache ich die Berater. Auch wissen sie, dass sie zu jeder Zeit den Fall abgeben können. Ausserdem prüfe ich jede Antwort, bevor sie abgeschickt wird.

**Hat sich trotzdem schon jemand selbst getötet, trotz E-Mail-Hilfe?**

Ja, das kommt vor, aber selten. Die meisten Kinder und Jugendlichen wollen nicht sterben, sondern Hilfe.

**Sind es mehr Mädchen oder mehr Jungs, die per Mail ihre Not ausdrücken?**

Mehr Mädchen. Eine der grossen Fragen in der Suizidforschung ist: Wie kann man Jungs motivieren, sich in Krisen Hilfe zu suchen.

**Wo nehmen Sie die Kraft her für diese Arbeit?**

Ich arbeite sehr gern mit Kindern und Jugendlichen. Der schönste Lohn ist, wenn wir eine Mail bekommen: «Danke, wegen euch bin ich noch am Leben.»

**Das schreiben Jugendliche?**

Ja, natürlich. Feedbacks dieser Art sind toll für unsere Berater. Dann wissen sie, wofür sie das ehrenamtlich machen.

**Wie finanzieren Sie sich?**

Über Spenden. Aber die reichen hinten und vorne nicht aus. Wir müssten noch viel mehr Berater ausbilden, aber dafür haben wir leider kein Geld.

**«Danke: Wegen euch bin ich noch am Leben»**

**Ist der Bedarf so gross?**

U25 wurde im vergangenen Jahr von verzweifelten Jugendlichen förmlich überrannt. Viele Anfragen können wir gar nicht beantworten. Das ist schlimm, aber es gibt leider kein Budget für Suizidprävention.

**Die Kantone geben doch auch viel Geld für andere Präventionsmassnahmen aus, warum nicht für Suizid?**

Wir wissen es nicht, aber eines ist klar. Es sterben pro Jahr doppelt so viele Jugendliche an Selbsttötung wie an illegalen Drogen, Verkehr und Aids zusammen.

Anna Kohler

## «Der Erlös geht an U25»

Barbara Mühlhaupt führt den «Tanzsalon» in Rapperswil-Jona und organisiert jedes Jahr einen Benefizball. Die Spenden gehen dieses Jahr vollumfänglich an U25-Ostschweiz.



Barbara Mühlhaupt organisiert einen Benefizball im «Schwanen».

Immer im Frühling lädt sie zur festlichen Ballnacht im Hotel «Schwanen» ein. Der Erlös des Eintritts geht komplett an die Organisation U25. «Zu einer Lebensaufgabe gehört das Helfen», so die Tanzlehrerin Barbara Mühlhaupt. Die letzten Jahre unterstützte sie schon andere regionale Organisationen. «Ich möchte auf das Tabuthema Suizid bei Jugendlichen hinweisen, deshalb geht der Erlös meines Benefizballs dieses Jahr an U25». Es gibt noch einige wenige Tickets für den Ball am 21. März im «Schwanen».

Anmeldungen unter: [www.tanzsalon.ch](http://www.tanzsalon.ch)

**diga möbel** **Hausmesse 2015** Fr. 13. / Sa. 14. März

Viele Neuheiten, EURO-Vorteile und Messe-Preise auf das gesamte Sortiment. Sie profitieren einmalig von:

**15% Barzahlungsrabatt**  
**+ 5% Messe-Rabatt**  
auf die offiziellen Katalogpreise.

Gratis Lieferung und Montage!

I d'iga muesch higa!

8854 Galgenen/SZ Ausfahrt Lachen Tel. 055 450 55 55

**diga bläst zur Qualitätsoffensive!**

[www.diga.ch](http://www.diga.ch)