

PRÄVENTION

# Raum für Kommuni- kation

Christiane Walerich

**Warnsignale wahrnehmen und Hilfen anbieten - diese Themen standen im Mittelpunkt eines Rundtischgesprächs mit dem Schwerpunkt Suizidprävention bei Kindern und Jugendlichen.**

„Prävention ist nicht nur eine Angelegenheit von Professionellen. Prävention kann jeder leisten und sei es, durch aufmerksames Zuhören“, heißt es in der Broschüre zur 5. nationalen Tagung der Suizid-Prävention. Pro Jahr werden in Luxemburg rund 700 Suizidversuche unternommen, überwiegend von Männern. Kinder und Jugendliche bilden jedoch ebenfalls eine Risikogruppe. Im Zeitraum von 2000 bis 2008 wurden fünfzehn Suizide von Jugendlichen unter 19 Jahren registriert. Die Suizidprävention bei Kindern und Jugendlichen war denn auch der Schwerpunkt der diesjährigen Tagung, während die vier vorangegangenen Treffen jeweils unter den Themen Kommunikation, Depression, Psychotherapie und Sucht standen. Organisiert wurde die dreitägige Großveranstaltung mit Workshops und Konferenzen von der „Vernetzungsinitiative für Suizidprävention“ des Beratungszentrums „Centre d'Information et de Prévention“.

„Die sichere Bindung des Kindes an Bezugspersonen schafft die Basis, auf der es später mit Schwierigkeiten im Leben fertigwerden kann“, erklärte Marie-Jeanne Bremer, Vorsitzende des „Centre d'Information et de Prévention“ bei der Eröffnung der Tagung. Sichere Bindungen und das „Autour de moi, fera-t-il bon vivre?“ würden umso dringlicher in einer Gesellschaft, die dauernd neue An-

forderungen stellt und in der auch die ökonomischen Bedingungen immer schwieriger werden. Im Mittelpunkt der Tagung standen daher nicht nur die gesellschaftspolitischen Voraussetzungen eines besseren Zusammenlebens, sondern auch Fragen wie die nach einem Schulklima, das die psychischen Stärken von Kindern fördert. Außerdem wurde in den Workshops erörtert, wie Krankenhäuser, Mediziner und Therapeuten eine bestmögliche Versorgung von Betroffenen sicherstellen können und wie sich die Netzwerkarbeit zum Nutzen einer wirksameren Prävention verbessern ließe. „Über Suizid zu reden, ist notwendig, um die Gefahren zu erkennen und zu wissen, an wen man sich in Krisensituationen wenden kann“, betont Bremer. Das beste Rezept für die Selbstmord-Prävention bleibt der Psychologin zufolge der Dialog. Angehörige sollten vor allem auf Signale achten, die von der Person ausgehen. Dieser Aspekt stand denn auch im Mittelpunkt des ersten Rundtischgesprächs, an dem neben Psychologen, Pädagogen und einem Allgemeinarzt auch ein Vertreter des „Centre de psychologie et d'orientation scolaires“ teilnahm.

„Suizid ist kein einzelnes Phänomen, sondern Endresultat von Katastrophen, die sich bei einem Jugendlichen angehäuft haben“, erklärt Marc Graas, Psychiater des „Service de détection et d'intervention précoce“. Betroffene würden eigentlich nicht ihrem Leben, sondern ihrem Leiden ein Ende setzen wollen. Heutzutage werde der Suizid nicht mehr auf nur zwei Symptome reduziert. Ausschlaggebend für einen solchen

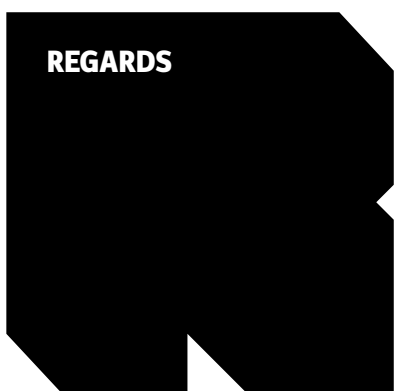




FOTO: SUIZID FLICKR/WALY

Zuhören, stellt eine erste Hilfe in Krisensituationen dar.

fatalen Krisenverlauf seien neben der psychischen Konstitution des Einzelnen und dem familiären Background auch die weitere Entwicklung eines Jugendlichen, also zum Beispiel, ob er in der Schule integriert ist oder in eine Außenseiterposition abgedrängt wird. „Gerade Isolation stellt einen Risikofaktor dar“, so Graas. Neben psychologischen Faktoren haben auch psychische Krankheiten, wie Sucht, Schizophrenie oder Depressionen Anteil an der Entstehung des Suizidrisikos. Und auch der allgemeine Persönlichkeitstyp: impulsive Personen sind stärker gefährdet. Hilfestellung für diese bietet etwa die Organisation „Spontan ADD“, die viel mit Kindern und Jugendlichen zu tun hat, die an der sogenannten Aufmerksamkeitsdefizit- oder Hyperaktivitätsstörung leiden. „Unsere Organisation hat mit jungen Menschen zu tun, die ihr Leben als nicht lebenswert empfinden. Ihr innerer Druck ist zu groß geworden“, meint Evangelista Gigi, Präsidentin von „Spontan ADD“.

### Endresultat von Katastrophen

Symptome dieser Art kennt auch Brigitte Weyers, Psychologin bei „Psy-Jeunes“: „In unserem Arbeitsumfeld begegnen wir oft Jugendlichen, die mit Problemen konfrontiert wurden, die sie mit ihren Konfliktbewältigungsmechanismen nicht mehr regeln können“. Im Schnitt wird die Beratungsstelle jährlich von rund 170 Jugendlichen aufgesucht, darunter rund 15, die einen Suizidversuch hinter sich haben. „Wir werden in der Praxis mit selbstverletzendem Verhalten bis hin zu Suizidversuchen als

Regulationsmechanismus für innere Konflikte, die nicht mehr ausgehalten werden, konfrontiert“, so Weyers. Die Hauptfrage sei daher eher: Was haben diese Jugendlichen erlebt, das so unaussprechbar ist? So gebe es Zahlen, die belegen, dass Suizidversuche oft aus Traumatisierungen resultieren. Ursache für diese Traumata können Verwahrlosung, verbale Abwertung und ähnliches sein. Und auch im familiären Umfeld erlittene sexuelle Gewalt. „Mit denselben Menschen, die die Übergriffe begehen, müssen diese Kinder dann tagsüber essen, reden und ihren Alltag bewältigen. Das hat häufig zur Konsequenz, dass die Kinder als Überlebensstrategie den an ihnen begangenen Missbrauch ausblenden.“ Hohen Belastungen sind aber nicht nur Kinder ausgesetzt, die Gewalt am eigenen Körper erlebt haben, sondern auch die, die Zeugen von Gewalt wurden. „Um präventiv hier einzugreifen, ist viel Wissen vonnöten“, so Weyers. Es erfordere viel Sensibilität, Ursachen richtig zu deuten, und viel Mut, genauer hinzusehen.

Manches an den Problemen der Jugendlichen ließe sich jedoch auch offener angehen. Zum Beispiel der Stress: „Warum ist das Phänomen Stress kein Unterrichtsfach?“, fragt die Psychologin. Psychoerziehung könnte in vielen Bereichen stattfinden - nicht nur bei Sozialarbeitern, Lehrern, Erziehern oder Therapeuten. „In den Schulklassen könnten die Lehrer Schüler befragen, wie sie mit ihrem Stress umgehen“. Dass die Schule ihrer Natur nach ein Ort ist, der Stress generiert, ist bekannt. „Schuldruck und Überforderung, zusätzliche An-

forderungen von zuhause, Lehrer, die nicht den richtigen Ton finden, oder auch Mobbing zwischen Gleichaltrigen sind Dinge, die einem Jugendlichen stark zusetzen können“, erläutert Antoinette Thill-Rollinger, Vorsitzende des CPOS.

### Interesse bekunden

Aber auch sentimentale Enttäuschungen, wie eine gescheiterte erste Liebesbeziehung, spielten eine Rolle. Jugendliche, denen es schlecht geht, suchten selten von sich aus Hilfe im CPOS. Oft seien es Freunde oder das Lehrpersonal, die zur Beratung kommen. „Manchmal wurden Lehrer aufgrund eines Aufsatzes auf einen Schüler aufmerksam. Dass Schüler einen Lehrer wegen ihrer Probleme direkt ansprechen, ist eher selten, da sie im Jugendalter nicht viel von sich preisgeben“, erklärt Thill-Rollinger. Doch sind gerade Lehrer gefordert, Signale wahrzunehmen, etwa wenn sich ein Schüler plötzlich stark isoliert. „Die Kontaktnahme mit den Schülern ist für viele Lehrer nicht einfach, da sie meist viele Schüler zu betreuen haben und ihnen das Schulprogramm wenig Zeit lässt.“ Dennoch sei es wichtig, den Schülern persönliches Interesse zu bekunden, statt ihnen nur rational zu begegnen. Auch müssten die Lehrer in ihrer Ausbildung besser auf Konfrontationen mit Schülern vorbereitet werden. Für Schüler gebe es im CPOS verschiedene einschlägige Angebote, etwa Rollenspiele zur Problematik Mobbing. „Die Mittel sind da, jedoch wird allzu oft nur reaktiv agiert“, stellt die Vorsitzende bedauernd fest.

Neben der Schule haben auch veränderte Familienstrukturen einen großen Einfluss auf das Leben von Kindern und Jugendlichen: Durch den Wandel der Lebensformen seit den 1960er Jahren hat die moderne Kleinfamilie ihre Stellung eingebüßt und befindet sich in Konkurrenz mit zahlreichen anderen alternativen Lebensformen. Dieser Wandel der Haushalts- und Familienstrukturen zeigt sich vor allem in der Anzahl der Alleinerziehenden sowie der nicht-ehelichen Lebensgemeinschaften. Durch die hohe Scheidungsrate entstehen immer mehr „Patchwork-Familien“, in denen Kinder unterschiedlicher Herkunft leben - was für diese häufig mit Stress verbunden ist. „Ich glaube nicht, dass bei einem ersten Arztbesuch erkannt wird, wie es tatsächlich um einen Jugendlichen steht“, glaubt der Allgemeinarzt Jil Koullan. Er selbst horche vor allem auf, wenn Jugendliche wiederholt über Bauch- oder Kopfschmerzen klagen und die Beschwerden eher auf psychosomatische Störungen schließen lassen. Doch gebe es auch Eltern, die sich an den Allgemeinarzt wenden, wenn ein Kind etwa unter Schlaf- oder Essstörungen leidet. Dann sei es wichtig, das Gespräch mit den Jugendlichen zu suchen, so der Allgemeinarzt.

Signale wahrnehmen, Zeit aufbringen und zuhören - das sind elementare und simple Erfordernisse der Suizidprävention, doch gerade mit ihnen tut sich die moderne Leistungsgesellschaft schwer.