

[U25] Dortmund**Online-Suizidprävention**

SkF e.V. Dortmund
[U25] Dortmund Online-Suizidprävention
Joachimstr. 2
44147 Dortmund

Ihre Ansprechpartnerin
Christin Triebkorn

0231 86 10 85 -19
0177 87 03 41 4
c.triebhorn@skf-dortmund.de
www.u25-dortmund.de

Sachbericht für das Jahr 2022

[...].“ (darf nicht veröffentlicht werden)

Dies sind Sätze, die das Angebot [U25] Dortmund tagtäglich von jungen Menschen aus ganz Deutschland erreichen. Im Jahr 2020 war Suizid die häufigste Todesursache bei jungen Menschen zwischen 15 und 25 Jahren. Damit starben mehr junge Menschen durch einen Suizid, als durch Verkehrsunfälle. Insgesamt waren es 483 junge Menschen, die durch einen Suizid im Jahr 2020 verstarben. Davon waren 365 männlich und 118 weiblich (Destatis 2021). Die Zahlen verdeutlichen wie wichtig solch ein Angebot wie [U25] ist. Denn im Kontakt mit den Peerberater*innen, können die jungen Menschen offen und ehrlich über ihre Suizidgedanken schreiben, was entlastend sowie präventiv auf die Betroffenen wirkt.

Im Jahr 2022 engagierten sich insgesamt 23 ehrenamtliche Peerberater*innen bei [U25] Dortmund. Diese standen Hunderten Ratsuchenden via Mail zur Seite. Jede*r Peerberater*in betreut zwischen Ein und Drei Ratsuchende gleichzeitig. Dabei unterscheidet sich die Beratungsintensität genauso wie die Beratungsdauer der einzelnen Beratungsverläufe. Im Zeitraum von Januar 2022 bis August 2022 wurden 467 Nachrichten empfangen und 356 Nachrichten von den Peerberater*innen verschickt.

Auch im Jahr 2022 konnten wir wieder neue Peerberater*innen im [U25] Dortmund Team willkommen heißen. Denn unsere achte Peerausbildung ging erfolgreich im Juni zu Ende, in der wir sieben neue Peerberaterinnen ausgebildet haben. Zudem startete im November eine weitere Peerausbildung mit neun jungen Frauen, die die Peerausbildung im Februar 2023 beenden und dann das Team von [U25] Dortmund unterstützen werden.

Das Jahr 2022 war ein besonderes Jahr, da wir sowohl die Teamsitzungen, als auch die Peerausbildungen sowie etwaige Teamevents wieder in Präsenz stattfinden lassen konnten.

Wie sehr das gefehlt hat, lässt sich an Aussagen der Peers bestätigen: „Ich wünsche mir fürs nächste Jahr weiterhin Teamsitzungen in Präsenz und Zeit im Team.“. Neben den Teamsitzungen gab es verschiedene Teamevents wie zum Beispiel ein gemeinsamer Filmeabend oder das Sommerfest, an dem wir Minigolfen waren.

Ein ganz besonderes Highlight dieses Jahr war aber allemal das Teamwochenende auf dem Bauernhof. Die gemeinsame Zeit, das meistern von Herausforderungen und das Schlafen im Heu, hat das Team in besonderem Maße zusammengeschweißt. Darüber hinaus sind unsere Peers aber auch anderen Aufgaben oder Situationen gewachsen. Hier ein paar Aussagen von verschiedenen Peerberaterinnen:

„Ich bin an den unterschiedlichen Kontakten gewachsen, die ich dieses Jahr betreuen durfte.“

„Ich bin daran gewachsen, dass ich dieses Jahr einen Kontakt beendet habe mit dem ich vier Jahre im Austausch stand.“

„Ich habe dieses Jahr die Peerausbildung beendet und bin vor allem in der Anfangsphase an den schwierigen Situationen gewachsen und habe gelernt Situationen auszuhalten.“

„Ich habe gelernt mich von den Gefühlen und Probleme anderer abzugrenzen und würde sagen, dass ich daran besonders dieses Jahr gewachsen bin.“

Neben der Mailberatung ist es [U25] Dortmund ein großes Anliegen das Thema Suizidalität zu enttabuisieren und in die Mitte der Gesellschaft zu bringen. Daher ist Öffentlichkeitsarbeit ein zusätzlicher wichtiger Baustein der Arbeit von [U25]. So durften wir dieses Jahr gleich zwei Mal unsere Arbeit in einem Seminar für Bundesfreiwilligendienste vorstellen. Zudem durften wir auch in der Dortmunder Regionalgruppe des Programms "Verrückt? Na und!" Seelisch fit in Schule und Ausbildung" unser Angebot vorstellen. Darüber hinaus haben wir in Kooperation mit der Gesellschaft für seelische Gesundheit e.V. Dortmund sowie dem Programm "Verrückt? Na und!" Seelisch fit in Schule und Ausbildung des Gesundheitsamtes Dortmund eine Veranstaltungsreihe zur Woche der seelischen Gesundheit geplant und durchgeführt. In der Woche vom 17.10. – 20.10.2022 gab es an verschiedenen Veranstaltungsorten unterschiedliche Angebote rund um das Thema seelische Gesundheit. Im Podcast „Leben und Lassen“ von Forum Dunkelbunt e.V. über Verlust und Leben, Trauer und Tod, durften wir ebenfalls über unsere Arbeit und Suizidalität sprechen. Die beiden Hosts des Podcast Alexander Lategahn und Kathrin Im Winkel ducken sich nicht weg, sondern schauen hin, klären auf, sprechen mit Fachleuten und holen die Themen Leben, Trauer und Tod ins Leben. Denn sie gehören einfach mit dazu. Aus dem Gastauftritt ist eine sehr schöne Folge geworden in der wir offen über Suizidgedanken, den Suizid und unsere Arbeit reden konnten.

Vor den Landtagswahlen in Nordrhein-Westfalen im Frühjahr haben wir mit Landtagskandidat*innen der SPD, Die Grünen sowie der CDU gesprochen, um die Wichtigkeit der Suizidprävention hervorzuheben und das Thema in der Landespolitik zu platzieren. Hier entstanden sehr interessierte Gespräche sowie politische Verbündete, die uns hoffentlich auch in Zukunft unterstützen werden, wenn es darum gehen wird, den [U25] Standort in Dortmund zu sichern und eventuell sogar auszubauen. Darüber hinaus besteht ein enger Kontakt sowie ein regelmäßiger Austausch mit Mitglieder*innen der SPD Ratsfraktion, um unser Anliegen sowie die Suizidprävention auch vor Ort in Dortmund politisch relevant zu machen.

Wie schon zu Beginn erwähnt, war das Jahr 2022 ein besonderes. Daher möchte ich ein paar Aussagen der Peers auf die Frage „Was war für dich der schönste Moment bei [U25] in diesem Jahr?“ mit ihnen teilen:

Antworten einzelner Peerberaterinnen:

„Für mich war einer der schönsten Momente das Teamwochenende und das Schlafen um Heu.“

„Eines der schönsten Momente waren auf jeden Fall das Teamwochenende und das Gefühl als Team zusammengewachsen zu sein.“

„Für mich ist die Gruppengemeinschaft am schönsten.“

„Es gab so viele schöne Momente in unterschiedlichen Bereichen. Besonders schön ist die Wertschätzung der Ratsuchenden. Aber auch der Zusammenhalt des Teams ist was ganz Besonderes.“

„Ein ganz besonderer Moment dieses Jahr bei [U25] war mich für, die abgeschlossene Peerausbildung.“

Dank der finanziellen Unterstützung der ProFiliis Stiftung konnte [U25] Dortmund ein weiteres Jahr einen wichtigen Beitrag für die Suizidprävention leisten und viele junge Menschen unterstützen. Zudem konnten wir besondere Momente im Team erleben, die wir so schnell nicht vergessen werden und die uns als Team zusammenwachsen lassen haben.

Dafür möchte ich mich im Namen des gesamten [U25] Dortmund Teams und des SkF e.V. Dortmunds bedanken.

Dortmund, den 12.12.2022



Christin Triebkorn, Standortleitung [U25] Dortmund