

TdH 14.06.2020

„Diese App kann Leben retten!“

Hilfen für Suizidgefährdete, deren Freunde und Angehörige bietet die App „Krisen-Kompass“. Herausgeber ist die Telefonseelsorge. Deren Erfurter Stellenleiter lädt dazu ein, die App zu nutzen.

„Alle 53 Minuten bringt sich ein Mensch in Deutschland um“, heißt es in einer Information der Telefonseelsorge zu ihrer neuen App „Krisen-Kompass“. Uta Milosevic, die Stellenleiterin der Telefonseelsorge Erfurt, weist darauf hin, dass es für ihren Dienst gerade in Coronazeiten wichtig ist, neue Wege zu gehen, um möglichst viele Menschen zu erreichen. Die App ist ein zeitgemäßes Instrument der Suizid-Prävention. „Es geht um Soforthilfe. Mit dieser App, die Leben retten kann, wollen wir Menschen erreichen, die sich mit dem Gedanken tragen, sich das Leben zu nehmen, aber auch solche, die jemanden kennen, der Suizid-Gedanken hat oder die Menschen durch Suizid verloren haben“, betont Uta Milosevic.

Die App „Krisen-Kompass“ bietet verschiedene Wege, aus der Isolation zurück ins Leben zu fin-

den. Und im akuten Krisenfall geht es darum, schnell handeln zu können. Für Suizidgefährdete gibt es anscheinend oft nur einen Ausweg.

„Notfallkoffer“ zeigt Strategien auf

Von daher ist es die wichtigste Aufgabe der App, neue Perspektiven für das Weiterleben anzubieten. So gibt es farblich vier Bereiche. Im roten Bereich finden sich Adressen von Anlaufstellen, Beratern und Selbsthilfegruppen. Im gelben Bereich finden Suizidgefährdete Informationen und Angebote zur Selbst einschätzung und Selbstbeobachtung. In einem „Notfallkoffer“ werden Strategien aufgezeigt, wie akute Krisen bewältigt werden können. Der grüne Bereich wendet sich an Personen, die sich Sorgen um Angehörige und Freunde machen.

„Für die meisten ist es wichtig, ihr Wissen zu stärken, weil sie unsicher sind, wie sie sich verhalten sollen“, heißt es in der Information weiter.

In einem vierten, dem violetten Bereich, werden all die angesprochenen, die Menschen durch Suizid verloren haben. „Jeder, der sich selbst tötet, hinterlässt Angehörige, Freundinnen und Freunde. Es sind immer viele mit betroffen. Sie müssen mit ihrer Trauer, ihrer Scham und Wut weiterleben ...“

Unterstützt wird der „Krisen-Kompass“ durch zahlreiche Spender aus dem privaten und öffentlichen Bereich. Auch die Telefonseelsorge Erfurt braucht Spenden. Uta Milosevic ist dankbar, dass gerade in der Coronazeit viele Menschen die Arbeit der Telefonseelsorge in Erfurt und Heiligenstadt unterstützen. So konnten kürzlich 4500 Euro aus dem Erlös eines Adventska-

lenderverkaufs des Vereins So-
roptimist übergeben werden.

Die Stellenleiterin weist zudem auf das Angebot „Starke Nerven“ für Eltern, Familien und junge Leute hin. Eine Information dazu wurde kürzlich an alle Haushalte verschickt. Wegen der Ausbreitung des Virus fielen beispielsweise Eltern-Kind-Gruppen aus. Familienzentren hatten dicht gemacht und Anlaufstellen der Frühen Hilfen waren oder sind für das Publikum geschlossen. An wen können sich Schwangere und Eltern mit Kindern bis drei Jahre jetzt wenden, wenn sie Fragen und Sorgen rund um die Familie haben? Wer hört zu oder berät sie, wenn sie in Not oder in einer Konfliktsituation sind? Bei „Starke Nerven“ finden sich professionelle und ehrenamtliche Beratungsmöglichkeiten für Eltern – auch werdende – per Telefon oder Online-Beratung. (tdh)

➔ Seite 12

bke-elternberatung.de
bke-jugendberatung.de
nummergegenkummer.de
Elterntelefon 0800 1110 550
Kinder- und Jugendtelefon 116 111