



Die Suizidprävention vor allem bei Jugendlichen steht heute bei mehreren Veranstaltungen im Mittelpunkt.

FOTO: OLIVER BERG

# Zusammen den Tiefpunkt umschiffen

Trennungsschmerz, Ehehoff, Pubertät, aber auch Sucht, Geldsorgen, Missbrauch und Suizid: Die Themen, mit denen sich die Ehrenamtlichen der Telefonseelsorge in Vorpommern gemeinsam mit den Anrufern auseinandersetzen, sind vielfältig und manchmal nicht leicht zu ertragen. Was bringt Menschen trotzdem dazu, sich gerade dieses Ehrenamt auszuwählen und rund um die Uhr, jeden Tag im Jahr in einer Geschäftsstelle in Greifswald an das Telefon zu gehen, wenn irgendwo zwischen Rügen und Pasewalk jemand ihr offenes Ohr sucht? Reporterin Anne-Marie Maaß hat mit Leiterin Annerose Neumann, einer von zwei hauptamtlichen Telefonseelsorgern, und Dagmar Simonsen, einer ehemaligen Telefonseelsorgerin, gesprochen.

**Wer geht an das Telefon, wenn ich bei Ihnen anrufe?**  
**Annerose Neumann:** Wir sind 55 Ehrenamtliche, zu dreiviertel Frauen im Alter zwischen 27 und 73 Jahren. Die Telefonseelsorge Vorpommern wird jeden Tag durch Frauen und Männer aus den Landkreisen Vorpommern-Greifswald und Vorpommern-Rügen abgedeckt. Mit einem Schichtsystem ist der Platz am Telefon in der Greifswalder Geschäftsstelle besetzt. Manche Ehrenamtliche reisen zum Dienst am Telefon extra aus Pasewalk oder Sassnitz auf Rügen an.

**Wie werden die Telefonseelsorger auf Ihre Arbeit vorbereitet?**  
**Annerose Neumann:** Gut ein Jahr dauert die Ausbildung vorab. Insgesamt müssen die Ehrenamtlichen 130 Stunden Lehrgänge und Seminare hin-

ter sich bringen. Dabei geht es oft um Kommunikation und Selbsterfahrung. Zudem gibt es auch noch eine Hospitation und Begleitung am Anfang. Die Ausbildung ist kostenlos. Die Ehrenamtlichen verpflichten sich aber, anschließend für drei Jahre Dienste am Telefon zu übernehmen.

**Die Suizidprävention steht heute bei mehreren Veranstaltungen im Mittelpunkt. Auch bei Ihnen am Telefon?**  
**Annerose Neumann:** Es kommt durchaus vor, dass Anrufer den Gedanken äußern, aus dem Leben scheiden zu wollen. Wir vermeiden Wörter wie Selbstmord oder Tötung, da ihnen immer noch der Anschein eines Verbrechens anhaftet. Die meisten Anrufer, die Suizidgedanken äußern, wollen jedoch nicht sterben, sondern so wie bislang nur nicht weiterleben.

**Welche Aufgabe übernehmen Sie dabei?**  
**Annerose Neumann:** Es geht darum, den Menschen in erster Linie zuzuhören. Man muss sich mit ihnen an ihren persönlichen Tiefpunkt begeben. Gute Ratschläge oder Hilfvorschläge sind da fehl am Platz. Das Signal muss sein, ich komme mit zu dir herunter. Es geht darum, zusammen mit dem Anrufer die tiefste und dunkelste Klippe in seinem Leben in diesem Moment zu umschiffen.

**Eine hohe emotionale Belastung sicherlich auch für die Ehrenamtlichen am Telefon.**  
**Annerose Neumann:** Das geht nur, wenn man selber seine eigenen Schwachpunkte in der Biografie, seine Klippen und Abgründe ganz genau kennt. Ansonsten kann

es sein, dass man angetickt und mitgespült wird. Doch die eigenen Befindlichkeiten gehören nicht in ein solches Gespräch.

**Dagmar Simonsen:** Das war auch einer der Gründe, warum mich damals auch die Ausbildung so interessiert hat. In den Seminaren erwacht durch solche Gespräche schon in der Ausbildung zur Telefonseelsorgerin eine ganz besondere Verbindung.

**Sie versuchen, mit den Anrufern ihren persönlichen Tiefpunkt zu umschiffen. Doch was machen Sie, wenn Sie im Gespräch merken, dass das nicht funktioniert?**

**Annerose Neumann:** Die Gespräche sind grundsätzlich anonym - übrigens für beide Seiten, das ist ganz wichtig auch für die Zuhörenden. Diese Anonymität wird auch nicht gebrochen. Möglich wäre es nur, einen Notarzt oder Rettungswagen zu alarmieren, wenn die Anonymität durch den Anrufer selbst aufgehoben wird und er um Hilfe bittet. Solch einen Fall gab es aber noch nicht.

## Aktionstag zur Suizidprävention

Zum Präventionstag für Suizidgefährdete laden der Landkreis Vorpommern-Greifswald, die Ökumenische Telefonseelsorge Vorpommern und die Hansestadt Greifswald heute zu einem Veranstaltungstag ein. Am Vormittag wird im Greifswalder Bürgerschaftssaal im Rathaus der Dokumentarfilm „Hallo Jule, ich lebe noch“ gezeigt. Im Anschluss gibt es Gesprächsrunden.

Die Veranstaltung richtet sich an Jugendliche ab 14 Jahren. Ab 16 Uhr sind dann alle Interessierten zu verschiedenen Fachvorträgen, Gesprächen und zur Informationsveranstaltung „Erkennung suizidgefährdeter Jugendlicher“ sowie zu vorbeugenden Maßnahmen ebenfalls im Bürgerschaftssaal willkommen. Ökumenische Telefonseelsorge Vorpommern 0800 110111 und 0800 110222.

men einem eigene Probleme, Streit mit den Kindern in der Familie danach doch relativ klein vor.

**Am heutigen Aktionstag steht vor allem die Suizidprävention bei Jugendlichen im Mittelpunkt. Wird die Telefonseelsorge auch von ihnen genutzt?**

**Annerose Neumann:** Es gibt durchaus Jugendliche, die sich bei uns melden. Zum

Teil wollen sie das einmal ausprobieren, ohne eine konkrete Frage oder ein Problem zu haben. Andererseits ist die Zahl junger Menschen am Telefon aber eher rückläufig. Wahrscheinlich nutzen sie entsprechend ihrem täglichen Kommunikationsverhalten eher die Möglichkeit, über das Internet, über Chats oder E-Mails zu kommunizieren. Dort steigen die Fallzahlen an.



Dagmar Simonsen ist Lehrerin. Als sie nach Greifswald zog, suchte sie ein Ehrenamt, um Kontakte zu knüpfen. Die 47-Jährige Mutter von vier Kindern musste ihre Tätigkeit aus Zeitgründen aufgeben.



Annerose Neumann ist Leiterin der Telefonseelsorge Vorpommern und eine von zwei hauptamtlich Beschäftigten. Die 62-Jährige ist Diplompädagogin und arbeitet als Mediatorin.

FOTOS: ANNE-MARIE MAASS