



SOZIALES FRÜHWARNSYSTEM
IM LANDKREIS GÖRLITZ
NETZWERKBÜRO KINDERSCHUTZ UND FRÜHE HILFEN

MEIN ZUHAUSE
LANDKREIS
GÖRLITZ
WOKRJEŠ ŽORJELC

JULI 2024 | AUSGABE 2

MITEINANDER FÜR FAMILIEN

Newsletter der Netzwerke Kinderschutz und
Frühe Hilfen im Landkreis Görlitz

Suizidales und selbst- verletzendes Verhalten bei Kindern und Jugendlichen

Kinder und Jugendliche durchleben in ihrer Entwicklung zahlreiche Phasen, in denen sie besonders verletzlich und beeinflussbar sind. Emotionale Turbulenzen, soziale Konflikte und psychische Belastungen können in dieser Lebensphase besonders schwer wiegen.

Suizidales und selbstverletzendes Verhalten ist oft ein Ausdruck tiefsitzender Verzweiflung und Hilflosigkeit und signalisiert den dringenden Bedarf an Unterstützung und Intervention.

Gemeinsam können wir dazu beitragen, ein sicheres Umfeld zu schaffen, in dem junge Menschen die notwendige Hilfe und Unterstützung erhalten, um gesunde Bewältigungsstrategien zu entwickeln und langfristig psychisch stabil zu bleiben.

- 3 -

INTERVIEW

Frau Holz und Frau Helbig
vom Werner-Felber-Institut
für Suizidprävention und
interdisziplinäre Forschung
im Gesundheitswesen e.V.

- 6 -

WEITERBILDUNGEN

für pädagogische Fachkräfte

- 12 -

AKTUELLES

aus dem Netzbüro

www.sfws-goerlitz.de

HINTERGRUNDINFOS

Zahlen, Daten, Fakten

Alle 40 Sekunden verstirbt irgendwo auf der Welt ein Mensch durch Suizid. Unter den 15- bis 29-jährigen stellt Selbsttötung die zweithäufigste Todesursache dar. Im Jahr 2018 nahmen sich in Deutschland 10.119 Personen das Leben. Zur Einordnung dieser Zahl: Im selben Jahr verstarben aufgrund von Verkehrsunfällen, Drogenkonsum, AIDS/HIV und Mord insgesamt 5231 Menschen. Männer begehen etwa dreimal so häufig Suizid wie Frauen. Das Suizidrisiko steigt bei Frauen und Männern mit dem Lebensalter.

Suizidversuche finden weit häufiger statt. So gibt es Schätzungen, dass auf jeden Erwachsenen, der sich selbst tötet, mindestens 10 bis 20 Personen kommen, die einen Suizidversuch unternehmen. Suizidversuche werden häufig von Frauen und in jüngerem Lebensalter unternommen.

Warnzeichen

Direkte Suizidäußerung oder -ankündigung, z.B.

- „Ich werde mich umbringen.“
- „Ich wünschte mir, ich wäre tot.“

Indirekte Äußerung, z.B.

- „Ich halte das nicht mehr aus.“
- „Ohne mich wären doch alle besser dran.“
- „Ich wünschte mir, ich wäre nie geboren.“
- „Für mich interessiert sich eh niemand.“

Überlegungen zu Suizidmethoden/ Vorbereitung eines Suizids, z.B.

- Schreiben eines Abschiedsbriefs
- Verschenken von persönlichen Gegenständen wie beispielsweise das Lieblingsbuch
- Beschaffung von Suizidmittel

Sprechen oder Schreiben über Tod, Sterben oder Suizid in einem außergewöhnlichen Ausmaß

Solche Beobachtungen sollten in jedem Fall ernst genommen werden. Suchen Sie in einem passenden Moment das Gespräch mit der Person. Fragen Sie, wie es der Person geht. Fragen Sie direkt nach, ob die Person darüber nachdenkt, sich das Leben zu nehmen. Das direkte Fragen nach Suizidgedanken bringt die Person nicht auf die Idee, sich das Leben zu nehmen.

Schutzfaktoren

Schutzfaktoren sind Variablen, die mit einem reduzierten Suizidrisiko einhergehen können.

Zu diesen zählen

- soziale Unterstützung
- starke persönliche Beziehungen
- Wohlbefinden
- positive Bewältigungsstrategien (u.a. die Bereitschaft, bei Bedarf Hilfe zu suchen)
- Religiosität und Spiritualität



Textquelle: [HEYLIFE](#) vom Werner-Felber-Institut für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen e.V., Stand: 29.05.2024

INTERVIEW

Frau Holz und Frau Helbig vom Werner-Felber-Institut für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen e.V.

Welche Anzeichen oder Symptome können darauf hinweisen, dass Minderjährige suizidale Gedanken haben oder sich selbst verletzen?

Generell können bei Suizidalität und nicht suizidaler Selbstverletzung die gleichen Anzeichen und Symptome auftreten wie auch bei anderer psychischer Belastung. Dabei sollten Umstehende insbesondere bei anhaltenden Verhaltensänderungen aufmerksam werden. Psychische Belastung kann sich bei Menschen sehr unterschiedlich zeigen. Anzeichen können sich in Stimmungsveränderungen ausdrücken (z. B. gedrückte oder gereizte Stimmung), im Verhalten (z. B. sozialer Rückzug, aggressive Ausbrüche, vermehrter Substanzkonsum, Schulverweigerung) oder körperlich (z. B. Müdigkeit, Kopf- oder Bauchschmerzen). Bemerkten Sie solche Anzeichen, sprechen Sie betroffene Jugendliche zu einem geeigneten Zeitpunkt an.

Kritische Warnzeichen, bei welchen das Umfeld sofort reagieren sollte, sind Andeutungen oder konkrete Ankündigungen nicht mehr leben zu wollen, sichtbare Zeichen von Selbstverletzung oder riskantes Verhalten. Sprechen Sie in diesem Fall Betroffene so bald wie möglich an, denn nur mit konkreten Nachfragen können Sie erfahren, worum es geht und die Selbstgefährdung konkret einschätzen. Vertrauen Sie hier auch Ihrem Bauchgefühl und fragen Sie, wenn Sie merken, dass etwas nicht stimmt, auch mehrmals nach – manchmal fällt es Betroffenen sehr schwer sich anzuvertrauen.

Welche Ursachen haben Suizidabsichten von Minderjährigen?

Wenn ein Mensch suizidal wird, gibt es nie nur eine einzige Ursache. Diagnostisch betrachtet ist Suizidalität ein Symptom, das bei verschiedenen psychischen Störungen auftreten kann. Betroffene Menschen spüren einen unerträglichen Leidensdruck. Sie wünschen sich Veränderung, wollen oder können so, wie es jetzt ist, nicht weiterleben. Insbesondere Depressionen können Denkverzerrungen auslösen,

sodass Betroffene in einen „Tunnelblick“ geraten, hilfreiche Menschen oder alternative Handlungsmöglichkeiten nicht mehr wahrnehmen können, bis scheinbar kein anderer Ausweg mehr bleibt.

Insbesondere im Jugendalter geschehen viele Veränderungen; die Jugendlichen erleben vieles zum ersten Mal. Zudem haben sie noch wenige Handlungsstrategien entwickelt, mit schwierigen Situationen umzugehen. Auch genetische Prädispositionen spielen eine wichtige Rolle, wie wir mit Belastungen umgehen können. Wir wissen, dass die Hälfte aller psychischen Störungen bereits im Jugendalter entsteht. *Kessler et. al 2007

Welche Risikofaktoren erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass Minderjährige solche Verhaltensweisen entwickeln?

Risikofaktoren können in unterschiedlichen Lebensbereichen auftreten. Eigentlich alle psychischen Störungen (Angststörungen, Depressionen, Substanzkonsumstörungen, Impulskontrollstörungen etc.) stellen einen Risikofaktor dar. Risikofaktoren können in der Familie liegen (psychische Störungen der Eltern, Missbrauch, Vernachlässigung, finanzielle Schwierigkeiten oder Konflikte in der Häuslichkeit) oder auch in der Schule (soziale Ausgrenzung, Mobbing, Leistungsdruck). Eine besonders gefährdete Gruppe sind hierbei queere Jugendliche, welche häufiger Ausgrenzung bis hin zu Beleidigungen und Angriffen erleben und weniger stützende Rollenvorbilder haben. Einschneidende Lebensveränderungen/ Krisen (insb. Trennungen oder Verluste) können ein Risiko darstellen und auch der Kontakt mit Suizid in den Medien oder im sozialen Umfeld kann Betroffene gefährden. Dabei ist uns wichtig zu betonen, dass es trotzdem wichtig ist und Betroffene schützen kann, über Suizidalität und Suizid zu sprechen – das WIE ist entscheidend.

Insbesondere vorangegangene Suizidversuche und das Vorliegen mehrerer Risikofaktoren erhöhen das Risiko für Suizidgedanken und suizidales Verhalten.

Wie können Erziehungsberechtigte oder pädagogische Fachkräfte erkennen, dass Minderjährige Hilfe benötigen? Wie können sie diese darauf ansprechen?

Erziehungsberechtigte und Fachkräfte können selbst Warnzeichen psychischer Belastung beobachten, direkte oder indirekte Hinweise von Betroffenen bekommen oder über Berichte Dritter, z. B. Mitschüler*innen, aufmerksam werden.

Wichtig: Wir können nie Suizidalität sicher einschätzen, wenn wir Betroffene nicht direkt fragen. Viele Menschen haben Angst, Betroffene durch direkte Fragen zu gefährden. Die klinische Forschung zeigt aber: Fragen nach Suizidalität löst keine Suizidgedanken aus.

Versuchen Sie einen sicheren und störungsfreien Rahmen für ein Gespräch herzustellen und hören Sie zunächst offen zu, worum es geht. Fragen Sie konkret nach Suizidgedanken (möglicherweise auch Plänen, Distanzierungsfähigkeit) z. B.: „Du hast mir erzählt, dass es dir sehr schlecht geht. Ist es manchmal so schlimm, dass du nicht mehr leben möchtest oder sogar darüber nachdenkst, dein Leben zu beenden?“. Bei Fragen „um den heißen Brei herum“ ist eine Einschätzung der Suizidgefahr kaum möglich und Betroffene bekommen den Eindruck, dass das Thema tabu ist und nicht angesprochen werden darf.

Welche Maßnahmen können Eltern oder pädagogische Fachkräfte ergreifen, um bei solchen Verhaltensweisen zu helfen? Wie können Fachkräfte und Eltern unterstützt werden, die Kontakt zu Minderjährigen haben, welche suizidales Verhalten zeigen?

Wichtig ist, dass eine fachärztliche Abklärung erfolgt, sobald Suizidgedanken vorhanden sind. Fachärzt*innen und Psychologische Psychotherapeut*innen können Suizidalität einschätzen und geben Behandlungsempfehlungen.

Auf unserer Website www.suizidpraevention-sachsen.de finden Sie Adressen von psychiatrischen Kliniken und von vielen niederschweligen Angeboten. Hier finden Sie nicht nur Hilfsangebote für Betroffene, sondern auch für Fachkräfte, Nahestehende und Angehörige. Denn auch der Kontakt mit einer Person, die Gedanken hat, sich das Leben zu nehmen, kann verunsichern, ängstigen oder belasten.

Welche professionellen Hilfemöglichkeiten stehen Minderjährigen zur Verfügung, die suizidales oder selbstverletzendes Verhalten aufweisen? Gibt es

spezifische Interventionen, die sich als besonders effektiv bei der Behandlung von Minderjährigen mit suizidalen oder selbstverletzenden Verhaltensweisen erwiesen haben?

Generell gilt: je früher Hilfe erfolgt, desto eher können schon niedrigschwellige Angebote wirksam werden. Ist die psychische Belastung noch nicht so stark ausgeprägt, gibt es Kontakt- und Beratungsstellen oder auch anonyme Hilfsangebote für Jugendliche. Diese anonymen Angebote erfolgen ortsunabhängig per Telefon oder per Chat und können auch beispielsweise überbrückend hilfreich sein, bis ein Therapieplatz verfügbar ist. Empfehlenswert sind hier beispielsweise die [Nummer-Gegen-Kummer](#) oder [U25](#), [Youth-Life-Line](#) und [Krisenchat](#), die (professionell begleitete) Peer-Beratung anbieten.

Besteht bereits Selbstgefährdung, dann sollte eine ambulante oder stationäre psychotherapeutische oder psychiatrische Aufnahme erfolgen. Hier können spezifische Therapieangebote Jugendlichen helfen sich zu stabilisieren und hilfreiche Handlungsstrategien zu erlernen, um mit schwierigen Situationen umzugehen.

Wie sollte man im Akutfall reagieren?

Von einem Akutfall sprechen wir, wenn Betroffene sich nicht mehr selbst schützen können, weil die Belastung zu hoch ist oder die Suizidgedanken zu drängend werden; konkrete Suizidabsichten, Suizidpläne oder -mittel vorhanden sind. Im Akutfall sollte man Betroffene nicht allein lassen, die Erziehungsberechtigten informieren, die 112 rufen oder Betroffene selbst in eine psychiatrische Klinik bringen. Im Zweifel gilt es, Betroffene auch zur Not gegen ihren Willen zu schützen und in Sicherheit zu bringen.

Wie können Eltern oder pädagogische Fachkräfte Gespräche über dieses Thema mit (ihren) Kindern initiieren, ohne sie zu überfordern oder zu ängstigen?

Etwa ab dem Alter von 12 - 14 Jahren kann das Thema Suizidalität in der Regel erstmalig bei



Wichtig: Wir können nie Suizidalität sicher einschätzen, wenn wir Betroffene nicht direkt fragen.

Jugendlichen auftreten. In diesem Alter kann – altersangemessen – auch von Eltern und pädagogischen Fachkräften mit den Jugendlichen über das Thema Suizid gesprochen werden. Psychoedukation zum Thema Suizid in der Schule kann das Wissen der Jugendlichen steigern, Stigmatisierung von psychischen Störungen und Suizid abbauen und Hilfsangebote bekannt machen. Beim Sprechen über Suizid mit Jugendlichen sollten niemals Suizidmethoden aufgezählt oder beschrieben werden, Suizid nicht als unausweichlich dargestellt werden und nicht romantisiert, idealisiert oder mit anderen erstrebenswerten Gefühlen in Verbindung gebracht werden („Die Liebe war so groß, dass er nicht anders konnte“, „Nach ihrem Tod haben alle verstanden, wie viel sie ihnen bedeutet hatte“). Stattdessen sollte der Fokus auf dem Erkennen von Warnzeichen psychischer Belastung bei sich und anderen und der Betonung alternativer Handlungsmöglichkeiten liegen („Was können Menschen tun, wenn es ihnen so schlecht geht?“).

Wie kann die Umgebung von Minderjährigen (Familie, Schule, soziales Umfeld) unterstützend wirken, um suizidales oder selbstverletzendes Verhalten zu verhindern?

Generell kann ein offener und wertschätzender Umgang mit Jugendlichen helfen, einen sicheren Ort zu schaffen, an dem sie sich anvertrauen können. Fragen Sie nach, wenn Sie Anzeichen von Belastung bemerken, bieten Sie Hilfe und ein of-

enes Ohr an und überlegen gemeinsam mit den Betroffenen, was sie brauchen und wo sie ggf. auch professionelle Unterstützung finden können.

Welche vorbeugenden Maßnahmen kann man als Eltern oder pädagogische Fachkraft treffen?

Machen Sie Hilfsangebote bekannt, steigern Sie das Wissen über Stress und psychische Erkrankungen und vermitteln Sie Fertigkeiten zum Umgang mit Krisen. Wenn Jugendliche wissen, dass psychische Störungen nichts sind, wofür man sich schämen muss, dass man darüber sprechen darf und Hilfe bekommen kann, ist schon viel gewonnen!

Welche Rolle spielt das Werner-Felber-Institut bei der Unterstützung von Kindern und Jugendlichen mit suizidalem Verhalten?

Wir am Felberinstitut klären über Suizidalität auf und stellen hilfreiche Informationen für Betroffene, Angehörige, Fachkräfte und Hinterbliebene zur Verfügung. Wir tragen zur Vernetzung von verschiedenen Akteuren in der Suizidprävention Jugendlicher bei und machen Hilfsangebote in Sachsen bekannt.

Mit unseren Präventionsworkshops kommen wir sachsenweit an Schulen, um Jugendliche und pädagogisch Handelnde im Umgang mit Suizidalität zu stärken.

Vielen Dank für das Interview!



Werner Felber

WERNER FELBER
INSTITUT

für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen

FÜR BETROFFENE

HEYLIFE – Netzwerk für Suizidprävention in Sachsen

Eine Initiative des Dresdner Werner-Felber-Instituts für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen.



Website

Im Bereich „Für Betroffene“ finden Sie Tipps und Hilfsangebote für Personen in einer suizidalen Krisensituation. Unter „Für Angehörige und Nahestehende“ finden Sie Tipps und Unterstützungsangebote für sich selbst, wenn jemand in Ihrem Umfeld eine suizidale Krise durchlebt. Unter „Für Trauernde und Hinterbliebene“ finden Sie Hilfsangebote und Unterstützung für Menschen, die eine nahestehende Person durch einen Suizid verloren haben. Im Bereich „Für Fachpersonen“ unter „Workshops & Weiterbildung“ finden Sie Tipps zur Gesprächsführung, (Beratungs-)Angebote und Literatur, wenn Sie beruflich mit dem Thema Suizidalität konfrontiert sind. Unter „Infos zu Suizidalität“ können Sie sich über Daten und Fakten etc. informieren.



Sicherheitsplan

In besonders kritischen Situationen fällt es oft schwer, klar zu denken. In solchen Situationen kann es hilfreich sein, einen persönlichen Sicherheitsplan zu haben. Ziel des schrittweisen Plans ist es, jederzeit Strategien und Unterstützungsquellen zur Hand zu haben, die Ihnen dabei helfen, sich zu beruhigen, belastende Gefühle abzuschwächen und nicht auf Suizidgedanken zu reagieren.

<p>Mein Sicherheitsplan für besonders kritische Situationen</p>  <p>HEYLIFE Netzwerk für Suizidprävention in Sachsen</p> <p>www.suizidpraevention-sachsen.de</p>	<p>1. Die folgenden Situationen, Gedanken, Gefühle und/oder Verhaltensweisen sind meine <u>kritischen Anzeichen</u>, bei denen ich aktiv werde und diesen Sicherheitsplan einsetze:</p> <p> _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>2. Wenn ich kritische Anzeichen (Punkt 1) bei mir wahrnehme, dann mache ich folgende <u>Dinge/Tätigkeiten, um mich abzulenken</u>:</p> <p> _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>3. Wenn ich mich nach Schritt 2 nicht besser fühle, dann helfen mir folgenden <u>angenehmen/sicheren Orte und/oder Menschen</u>:</p> <p> _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>4. Wenn ich mich nach Schritt 3 nicht besser fühle, <u>bitte ich bei den folgenden Menschen aktiv um Hilfe</u>:</p> <p></p> <p>Name: _____</p> <p>Nummer: _____</p> <p>Name: _____</p> <p>Nummer: _____</p> <p>Name: _____</p> <p>Nummer: _____</p> <p>Name: _____</p> <p>Nummer: _____</p>	<p>5. Wenn ich mich nach Schritt 4 nicht besser fühle, kontaktiere ich folgende <u>professionellen Hilfsangebote</u>:</p> <p></p> <p>Hilfsangebot: _____</p> <p>Nummer: _____</p> <p>Hilfsangebot: _____</p> <p>Nummer: _____</p> <p>Hilfsangebot: _____</p> <p>Nummer: _____</p> <p>Hilfsangebot: _____</p> <p>Nummer: _____</p>	<p></p> <p>Ich mache meine <u>Umgebung sicher und schütze mich</u>, indem ich Dinge, mit denen ich mich verletzen oder mir etwas antun könnte, entferne. Dabei lass ich mich ggf. von einer <u>Vertrauensperson</u> unterstützen.</p>	<p>Jetzt!</p> <p>Im Notfall jederzeit erreichbar:</p> <p>Rettdienst 112 Polizei 110 TelefonSeelsorge® 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222</p> <p>Mein zuständiges Krankenhaus im Krisenfall (geschützte akutpsychiatrische Station):</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

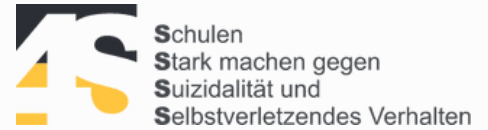
Einfach entlang der gestrichelten Linien falten und immer dabei haben.

Quelle: HEYLIFE vom Werner-Felber-Institut für Suizidprävention und interdisziplinäre Forschung im Gesundheitswesen e.V., Stand: 29.05.2024

WEITERBILDUNGEN

für Fachkräfte

**Schulen stark machen gegen Suizidalität
und selbstverletzendes Verhalten**
online | kostenlos



Das Projekt „Schulen stark machen gegen Suizidalität und selbstverletzendes Verhalten (4S)“ richtet sich an alle Personen, die an Schulen tätig sind. Es hat sich zum Ziel gesetzt, Lehrkräfte sowie Beratungsfachkräfte, die im schulischen Rahmen tätig sind, mit Handlungskompetenzen auszustatten und sie als Ansprechpersonen für Jugendliche zu stärken. Es wird im Rahmen des „Aktionsprogramms Psychische Gesundheit von Jugendlichen“ von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/ Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm im Auftrag der Baden-Württemberg Stiftung umgesetzt.



Kinder und Jugendliche mit suizidalen Absichten
Krisen- und Suizidprävention im außerklinischen Kontext
10.10.2024, 09.30 bis 17.30 Uhr | Grünberger Str. 54, 10245 Berlin | 180 €

Suizidale Absichten insbesondere bei Kindern und Jugendlichen können uns im Rahmen von unterschiedlichen außerklinischen Kontexten begegnen. Das Seminar unterstützt Sie darin, einen professionellen Umgang in solchen Situationen zu finden.

Tod und Suizid werden oft als Tabu wahrgenommen. Die häufigste Todesursache bei Kindern und Jugendlichen ist der Suizid.

Wie gelingt ein professioneller sowie offener Umgang mit diesen Themen beispielsweise im Begutachtungskontext, in Beratungen oder ähnlichen Arbeitssituationen? Was sind Anzeichen und Signale, mögliche Auslöser und Ursachen für suizidale Gedanken und Handlungen? Wie kann ein präventiver Rahmen geschaffen werden?

Im Seminar können Sie sich mit diesen Fragen auch in Form persönlicher Reflexion auseinandersetzen und Ihre Ressourcen im Umgang mit suizidalen Menschen stärken.

Suizidprävention bei Kindern und Jugendlichen
02.12.2024 bis 03.12.2024 | Live-Online | 460 €



Als Berater*innen im psychosozialen Bereich wird es immer wieder vorkommen, dass man im Laufe des eigenen Berufslebens auf Kinder und Jugendliche trifft, die oftmals plötzlich suizidale Gedanken oder konkrete suizidale Handlungsimpulse äußern. Leider ist Suizidalität in unserer Gesellschaft nach wie vor ein Tabu Thema. Besonders Jugendliche leiden unter den vorliegenden gesellschaftlichen Bedingungen und sie reagieren manchmal auch, indem sie das Leben an sich in Frage stellen, Suizidgedanken unterschiedlicher Ausprägung entwickeln oder sie begehen in seltenen Fällen tatsächlich auch Suizidversuche oder einen Suizid.

Ziel der zweitägigen Fachveranstaltung ist es daher durch Informationsvermittlung, als auch über gemeinsame Gespräche und Gruppenarbeiten, Sicherheit im Umgang mit solchen belastenden Beratungssituationen zu erhalten. Im Zentrum des Kurses steht die Vermittlung von praxisrelevantem Wissen und das Kennenlernen zahlreicher hilfreicher Herangehensweisen und konkreter Techniken.

PUBLIKATIONEN

für Fachkräfte



Therapie-Tools Suizidalität und Krisenintervention bei Kindern und Jugendlichen

von Sören Friedrich und Tobias Teismann

Suizidales Erleben und Verhalten ist vor allem im Jugendalter sehr verbreitet: Vier von zehn Jugendlichen in Deutschland berichten ernsthafte Suizidgedanken und etwa zehn Prozent haben schon einmal versucht, sich das Leben zu nehmen. Auch wenn vollendete Suizide in dieser Altersgruppe selten sind, ist ein psychotherapeutisches Eingreifen in jedem einzelnen Fall angebracht.

Beltz 2022, ISBN: 978-3621288026, Preis: 39,95 €

Suizid und Suizidprävention

Ein Handbuch für die medizinische und psychosoziale Praxis

von Manfred Wolfersdorf und Elmar Etzersdorfer

Weltweit versterben jährlich etwa 1 Mio. Menschen durch Suizid und 20-50 Mio. Suizidversuche werden durchgeführt. Psychische Erkrankungen, aber auch Krisen in ihren vielfältigen Ausgestaltungen sind eng mit einem erhöhten Suizidrisiko verbunden. Dieses Buch fasst die heutigen Vorstellungen zu Suizid und Suizidprävention aus psychiatrisch-psychotherapeutischer Sicht zusammen und stellt umfassend Kriseninterventions- und Präventionsansätze vor. Die 2. Auflage ist um aktuelle Themen ergänzt, wie z.B. die intensiv diskutierte Suizidbeihilfe. Zahlreiche Beispiele runden das praxisorientierte Werk ab.

Kohlhammer 2022, ISBN: 978-3170371583, Preis: 59,00 €



Selbstverletzendes Verhalten

Entwicklungsrisiken erkennen und behandeln

von Michael Kaess und Alexandra Edinger

Die Autor*innen geben einen Überblick über Häufigkeit sowie verschiedene Formen, Ursachen und Funktionen des nicht-suizidalen selbstverletzenden Verhaltens (SVV) bei Jugendlichen. Die Bewertung von Selbstverletzung im Hinblick auf die Entwicklungsphase der Adoleszenz, aber auch auf Risiken und Zusammenhänge mit psychischen Erkrankungen stehen im Fokus. Praktische Hinweise zum Umgang mit selbstverletzenden Jugendlichen sowie therapeutische Möglichkeiten werden beschrieben.

Beltz 2019, ISBN: 978-3621286657, Preis: 39,00 €

PUBLIKATIONEN

für Eltern und Jugendliche



Suizidhandlungen von Kindern und Jugendlichen

von Wilhelm Rotthaus

Wenn das eigene Kind Suizidgedanken oder Suizidabsichten hat, ist das für Eltern eine tief erschütternde Erfahrung. Gleichzeitig sind sie die wichtigsten Ansprechpartner und können viel dafür tun, dass ihr Kind wieder Lebensmut fasst.

In diesem Buch erfahren Eltern, wie sie zu ihrem Kind in einer solchen Krise Kontakt aufnehmen und hilfreiche Gespräche mit ihm führen können. Der erfahrene Kinder- und Jugendpsychiater Wilhelm Rotthaus gibt Hinweise, um das Ausmaß der Suizidgefahr einzuschätzen, und informiert über die notwendigen Maßnahmen, die in dieser Situation zu treffen sind.

Carl-Auer Verlag GmbH 2020, ISBN: 978-3-8497-0353-0, Preis: 17,95 €

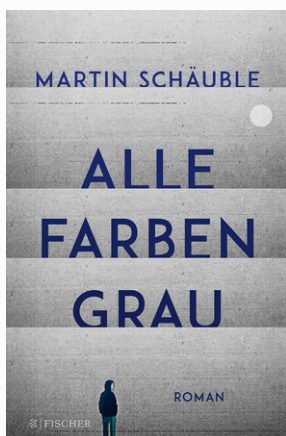
Selbstverletzendes Verhalten - Wie helfe ich meinem Kind?

von Michelle Mitchell

Selbstverletzendes Verhalten ist belastend und für Eltern sehr schwer zu verstehen. Es scheint im Gegensatz zu jeglichem Instinkt für Selbstschutz oder Überlebenswillen zu stehen. Die Autorin und Erzieherin Michelle Mitchell arbeitet seit über 20 Jahren mit Kindern, Eltern und Betreuungspersonen und hilft ihnen, mit diesem herausfordernden psychischen Problem umzugehen. In ihrem Buch verbindet sie ihre eigene Expertise mit Erkenntnissen aus neuesten Forschungen sowie Gesprächen mit Experten, Betroffenen und deren Familien.



VAK 2023, ISBN: 978-3867312752, Preis: 18,00 €



Alle Farben grau

Roman über psychische Erkrankungen bei Jugendlichen (ab 14 Jahre)

von Martin Schäuble

Paul ist sechzehn und war schon immer ein bisschen eigen: Er lernt Japanisch und hört Musik, die keiner in seinem Alter kennt. Er ist unheimlich schlau und könnte alles erreichen, wären da nicht seine Ängste und Abgründe. Über die spricht er lange nicht, erst in der Jugendpsychiatrie. Dort lernt er die junge Alina kennen, die seine Liebe zu Katzen teilt und ihn Jesus nennt. Nach der Zeit dort kehrt er zurück in sein normales Leben, und alle haben riesige Hoffnung. Außer einem, der sich längst verabschiedet.

FISCHER 2023, ISBN: 978-3-7373-4329-9, Preis: 15,00 €

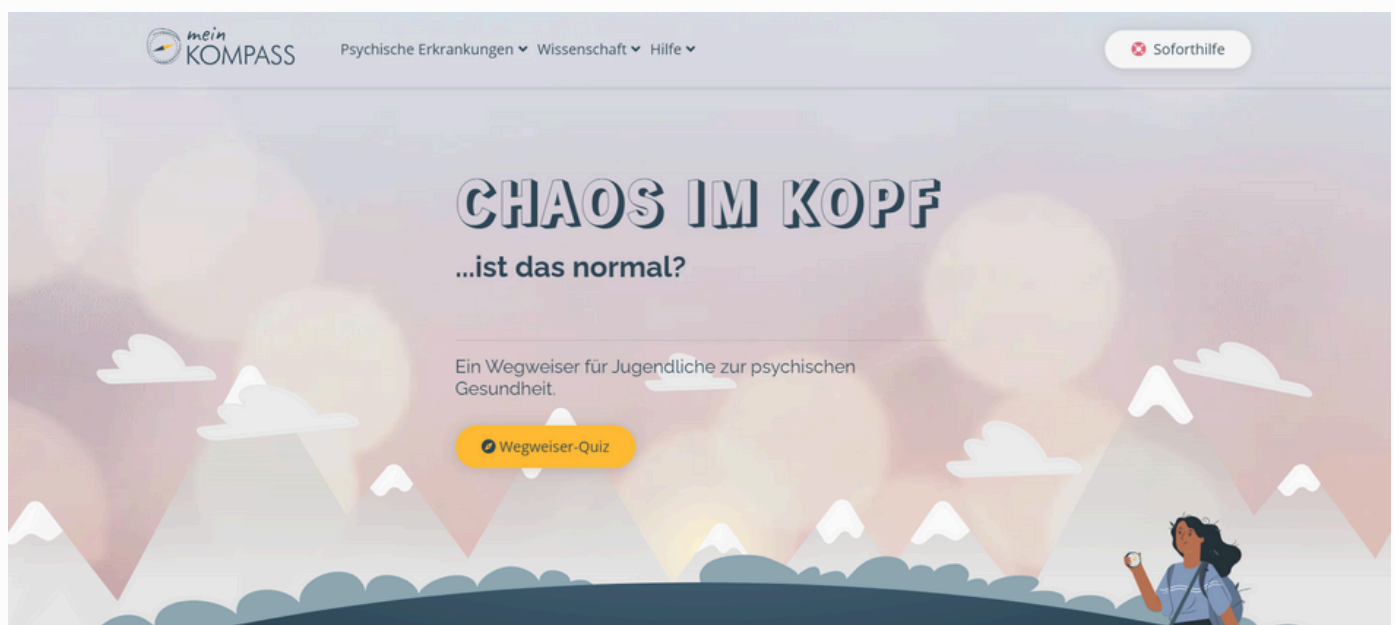
FÜR JUGENDLICHE

Mein Kompass

Ein Projekt von Forscher*innen der Universität Ulm aus der Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie.



Im Projekt „Mein Kompass“ geht es darum, eine Website zu entwickeln, die über psychische Erkrankungen informieren soll. Diese Website soll vor allem Jugendliche ansprechen und für jeden frei zugänglich sein. Viele Jugendliche haben eine psychische Erkrankung oder fühlen sich belastet. Das kann sie sehr in ihrem Leben einschränken und schlechte Folgen haben. Aus diesem Grund sollen Jugendliche im Rahmen des Projekts über „psychische Erkrankungen“ aufgeklärt werden. Außerdem möchte man sie dabei unterstützen, passende Hilfsangebote für sich zu finden.



Nummer gegen Kummer

NummergegenKummer

Nummer gegen Kummer ist Kindern, Jugendlichen und Eltern bei Sorgen & Ängsten ein kompetenter & kostenloser Ansprechpartner.

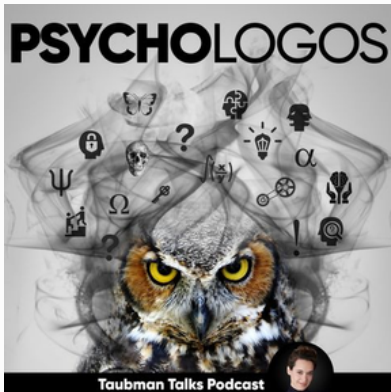
Nummer gegen Kummer e.V. hat sich zum Ziel gesetzt, Kindern, Jugendlichen und Eltern ein kompetenter Ansprechpartner zu sein bei kleinen und großen Sorgen, Problemen und Ängsten. Längst hat sich das **Kinder- und Jugendtelefon** zu einer Anlaufstelle entwickelt, bei der täglich rund 1500 Anrufe eingehen. Dabei geht es um Liebeskummer genauso wie um Schulprobleme, aber auch ganz schwerwiegende Situationen wie sexueller Missbrauch oder Suizidgedanken werden hier thematisiert.

Die Beratenden der „Nummer gegen Kummer“ dienen dabei in erster Linie als Gesprächspartner*innen, die die Anonymität der bzw. des Ratsuchenden einhalten und Hilfe zur Selbsthilfe geben. Das gilt genauso für die Angebote **Jugendliche beraten Jugendliche**, die **Online-Beratung** und das **Elterntelefon**.



PODCASTS

rund um das Thema suizidales und selbstverletzendes Verhalten bei Kindern und Jugendlichen



Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen von Psychologos



Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen. Eine aufwühlende, tragische Thematik. Und sie hat ihre Dringlichkeit: Nach Verkehrsunfällen ist der Selbstmord bei Jugendlichen die häufigste Todesursache.

Die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen hat sich seit Beginn der Corona-Pandemie zunehmend verschlechtert. Nach verlässlichen Studien fühlt sich jede/r dritte Jugendliche psychisch angeschlagen. So hat auch die Suizidrate seit 2020 um 15% zugenommen.

Jeder elfte junge Erwachsene hat bereits einmal versucht, sich das Leben zu nehmen. Hat das Leben, hat mein Dasein überhaupt einen Sinn? Werde ich all die vielen Aufgaben, Ziele, Herausforderungen, die das Leben bereithält, meistern? Habe ich überhaupt die Kraft dazu? Ich fühle mich einsam und lebensmüde, das Leben ist nur anstrengend, ich schaffe das nicht, ich will nicht mehr... Drängen sich solche oder ähnliche Gedanken immer wieder auf und dominieren das Gefühlsleben, dann ist es Zeit, sich Hilfe zu holen.

In diesem Podcast nimmt Kinder- und Jugendpsychiaterin Dr. med. Dagmar Pauli zur traurigen Thematik und angespannten Lage Stellung und gibt Ratschläge zum Thema Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen.

Quelle: [Psychologos](#), Stand: 21.05.2024

Selbstverletzung von Psychologie to go!



4% aller Jugendlichen verletzen sich selbst, meist in Form von Schnittverletzungen der Hautoberfläche. Das so genannte "Ritzen" ist keine eigenständige Störung, sondern tritt als Begleiterscheinung bei diversen psychischen Erkrankungen auf. Diese Podcast-Episode gibt einen Einblick in die Symptomatik.

Quelle: [Psychologie to go!](#), Stand: 21.05.2024



AKTUELLES

aus dem Netzwerkbüro

Aufbaukurs: Ausbildung zur Insoweit erfahrenen Fachkraft im Kinderschutz 2024

17.09.24, 18.09.24, 20.10.24, 05.11.24, 06.11.24 | Görlitz, Löbau und online | 170 €

2024 bietet das CJD Jugendhilfebüro Löbau in Kooperation mit dem Netzwerkbüro Kinderschutz und Frühe Hilfen (Tierra – Eine Welt e.V.) und dem Jugendamt des Landkreises Görlitz als berufsbegleitende Zusatzqualifikation einen Aufbaukurs zur Ausbildung zur „Insoweit erfahrenen Fachkraft im Kinderschutz“ an. Das Curriculum orientiert sich an den aktuellen theoretischen und praktischen Anforderungen des SGB VIII (v.a. § 8a SGB VIII) und § 4 KKG. Die erfolgreiche Umsetzung des Curriculums erfordert die Beteiligung der Teilnehmenden mit ihren Erfahrungen und Fragestellungen. Hierfür ist die aktive Mitwirkung an den verschiedenen Methoden und das Einbringen eigener Fallbeispiele notwendig.

Zielsetzung

Der Zertifikatskurs soll es den Teilnehmenden ermöglichen, die praxisrelevanten Anforderungen an die Tätigkeit einer „IeFK“ in ihrer beruflichen Praxis umzusetzen. Es werden Konzepte und Verfahren eines effektiven Kinderschutzes bei Kindeswohlgefährdung dargestellt und an praktischen Beispielen geübt. Hierzu werden Arbeits- und Orientierungshilfen, sowie weitere Materialien zur Verfügung gestellt.

Qualifikationsverfahren/ Zertifizierung

Die Teilnahmebescheinigung des Grundkurses „Fallführende Fachkraft“ ist Voraussetzung für eine Teilnahme am Aufbaukurs „Insoweit erfahrene Fachkraft“. Die Teilnahme erfordert eine mindestens 3-jährige Berufserfahrung und einschlägige Erfahrung im Kinderschutz. Voraussetzung für die Zertifizierung ist die durchgängige Teilnahme an allen Seminarblöcken sowie eine Prüfung in Form eines Abschlussgesprächs. Die erfolgreiche Teilnahme an der gesamten Kursreihe wird durch ein Zertifikat bescheinigt, in dem die Inhalte der Kursreihe sowie die eigenständigen Leistungen der Teilnehmer*innen aufgelistet sind. Die Teilnahme ist an ein Bewerbungsverfahren gebunden.

Bewerbungen bis 30.06.2024 an

CJD Jugendhilfebüro Löbau
Fachstelle für Multiplikatoren & Weiterbildung (LK Görlitz)
Martin-Luther-Str. 5, 02708 Löbau
Email: annette-luise.birkner@cj-d.de
(telefonische Rückfragen unter 03585/ 40 33 75)

Beizulegen ist ein Kurzlebenslauf insbesondere mit Angaben der beruflichen Laufbahn und relevanter absolvierter Fort- und Weiterbildungen, sowie der Kurzdarstellung über Motivation am Zertifikatskurs teilzunehmen.



[→ zur Ausschreibung](#)

AKTUELLES

der Frühen Hilfen

Erklärstory – Was sind Frühe Hilfen

Mit der Geburt eines Kindes ändert sich das Leben für die werdenden Eltern komplett. Sie haben neue Aufgaben zu meistern, tragen fortan nicht nur für sich selbst Verantwortung sondern auch für ihr Kind. Das stellt werdende Eltern und junge Familien vor und nach der Geburt eines Kindes vor völlig neue Herausforderungen. Ein neuer Erklärfilm des Sozialministeriums beschreibt die Frühen Hilfen und zeigt, wo man diese in Anspruch nehmen kann.



Imagefilm: Frühe Hilfen im Landkreis Görlitz

Die Geburt eines Kindes stellt Familien manchmal vor neue Herausforderungen. Um diese Familien bestmöglich zu unterstützen, gibt es im Landkreis Görlitz ein multiprofessionelles Netzwerk der Frühen Hilfen. Sie unterstützen Eltern von Anfang an, d.h. ab der Schwangerschaft bis zum 3. Geburtstag des Kindes.

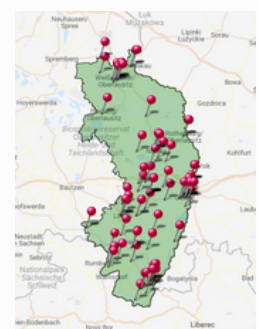
Die Fachkräfte beraten, begleiten und lotsen Eltern oder Bezugspersonen, um diese dabei zu unterstützen, eine gesunde und gute Entwicklung des Kindes zu ermöglichen. Die Angebote sind freiwillig, vertraulich und kostenfrei.

Der Imagefilm zeigt den Einsatz der Fachkräfte des Jugendamtes sowie das multiprofessionelle Netzwerk, in dem diese arbeiten, und erklärt, in welchen Lebenssituationen eine Unterstützung in Frage kommt und wie genau diese aussehen kann.

Frühe Hilfen im Landkreis Görlitz

Auf unserer Familienlandkarte können Sie regionale Angebote für Familien im Landkreis Görlitz entdecken.

Dort sind nicht nur die Frühen Hilfen zu finden, sondern unter den Kategorien Beratung/Unterstützung, Finanzielle Hilfen, Kinderbetreuung, Kinder/Eltern/Familie, medizinische Versorgung und Opferschutz/ Kinderschutz sind viele verschiedene Angebote für Eltern und ihre Kinder aufgelistet.





JULI 2024 | AUSGABE 2

IMPRESSUM

Titel:

Newsletter "Miteinander für Familien" II/2024

Herausgeber:

Tierra – Eine Welt e.V.
Netzwerkbüro Kinderschutz und Frühe Hilfen
Landkreis Görlitz, Landratsamt Jugendamt

Verantwortlich für den Inhalt:

Tierra – Eine Welt e.V.
Netzwerkbüro Kinderschutz und Frühe Hilfen

Gestaltung, Text und Redaktion:

Tierra – Eine Welt e.V.
Netzwerkbüro Kinderschutz und Frühe Hilfen

Auflage:

II/2024 – Juli 2024
(Ab-) Bestellung: > [hier](#)

Quellen:

Artikel und Fotos, welche aus anderen Newslettern/
Internetportalen entnommen
wurden, sind entsprechend gekennzeichnet.

www.sfws-goerlitz.de



REDAKTIONSTEAM

„Miteinander für Familien“

Tierra – Eine Welt e.V.
Netzwerkbüro Kinderschutz und Frühe Hilfen
E-Mail: kontakt@sfws-goerlitz.de
Tel: 03581 87883-50

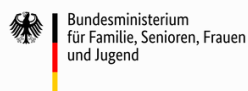
Guter Start (Willkommensbesuche für Eltern mit Neugeborenen)
E-Mail: guter-start@kreis-gr.de
Tel: 03581 663-2894 / -2898

Gesundheitsorientierte Familienbegleitung
E-Mail: familienbegleitung@kreis-gr.de
Tel: 03581 663-2614

Fachberatung Familienbildung
E-Mail: familie@kreis-gr.de
Tel: 03581 663-2872

Stabsstelle Präventiver Kinderschutz
im Jugendamt des Landkreises Görlitz
E-Mail: Katja.Barke@kreis-gr.de
Tel.: 03581 663-2999

gefördert von:



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushalts.

