

So will dieses Team aus Neubrandenburg Ältere vor dem Suizid bewahren

Von Susanne Schulz

Auf die Einsamkeit älterer Menschen will das Netzwerk für Suizidprävention in der Seenplatte aufmerksam machen – unter anderem mit Kaffeebesuchen durch jüngere Menschen.

NEUBRANDENBURG – Es gibt Momente, da wird die Frage „Wozu denn noch?“ übermächtig. Wenn der Körper krank und schwach ist, die Familie weit weg, das Leben trist und einsam? Gerade Einsamkeit ist ein gewichtiges Motiv für ältere Menschen, nicht mehr leben zu wollen, weiß Bianca Hein vom Neubrandenburger Netzwerk Suizidprävention. 40 Prozent der Suizide in Deutschland würden von Menschen über 60 be-
gangen.

Solche Einsamkeit aufzubrechen, steht daher im Fokus der diesjährigen Netzwerk-Aktion, die zum Welttag der Suizidprävention am 10. September Menschen verschiedener Generationen für das Thema sensibilisieren soll. Mit Besuchen bei älteren Menschen wollen die Initiatoren „etwas entfachen, was über diesen Tag hinaus wirkt“, kündigt Bianca Hein an. Erstmals kann die Aktion auch nach Neustrelitz ausgedehnt werden, weitere Orte (und Akteure) sind erwünscht.

Gewachsener Sensibilität für psychische Ausnahmesituationen zum Trotz ist der Umgang mit Suizidgedanken und -motiven noch immer ein vielfach tabuisiertes Thema. Dem Verschweigen, aber auch der Unsicherheit vieler Menschen setzt daher das 2020 gegründete Netzwerk unter Federführung der Öku-



Axel Schröder von der DRK-Selbsthilfekontaktstelle, Schulsozialarbeiterin Julia Gedack, Bianca Hein von der Telefonseelsorge, Anneliese Handl von der Notfall-Seelsorge, die Bürgerbeauftragte Conny Kapler, Uta Fritz vom Netzwerk 60Plus und InGe-Projektmanagerin Regina Göretzlehner (von links) gehören zum Netzwerk Suizidprävention, das sich in diesem Jahr besonders älterer Menschen annimmt. FOTO: SUSANNE SCHULZ

menischen Telefonseelsorge Neubrandenburg und der DRK-Selbsthilfekontaktstelle bereits Aktionstage, einen Videodreh, einen Krisenflyer und ein Schulungsangebot entgegen.

Rückten bisherige Initiativen unter anderem die Suizidgefährdung junger Leute ins Blickfeld, geht es in diesem Jahr gezielt um die Generation Ü60. Eine Altersgruppe mit „hoher Krisenhäufigkeit, jedoch geringer Nachfrage nach Unterstützungsleistungen“, weiß Bianca Hein, Leiterin der Telefonseelsorge und Sprecherin des Netzwerks Suizidprävention: Menschen, die niemandem zur Last fal-

len wollen; die ihr Leid mit sich selbst abmachen; denen es vielleicht mangels eines sozialen Umfelds auch schwerfällt, sich auf andere einzulassen.

Mehr noch als die tatsächliche Einsamkeit nehme daher das „subjektive Einsamkeitserleben“ zu, weiß Bianca Hein. Zumal gängige Klischees einerseits „supermobile“ alte Menschen zeigten, die endlich voller Tatendrang das Leben genießen, oder andererseits solche, die völlig auf Hilfe angewiesen und vom Leben abgekoppelt seien. „Dinge nicht mehr zu können, die immer selbstverständlich waren, stürzt Menschen in totale

Verzweiflung.“ Erfahrung mit der „Lebensmüdigkeit“ alter Menschen hat auch Regina Göretzlehner, Projektmanagerin des Gesundheits-Informationszentrums InGe im Neubrandenburger Reitbahnviertel. „Sie grübeln, wozu sie denn noch da sind, wenn die Kinder weit weg und sie selbst nicht mehr fit genug sind.“ Umso größer die Herausforderung, sie mit möglichen Hilfsangeboten zu erreichen.

Zum Beispiel mit Möglichkeiten, das Leben weiterhin lebenswert zu sehen; das Gefühl zu bekommen, anderen wichtig zu sein. Mit diesem Ziel sollen am 10. September jüngere Menschen in die Neu-

brandenburger Stadtteile ausschwärmen, um Ältere zu besuchen und sich – Kaffee im Gepäck – etwas Zeit für ein Gespräch zu nehmen. Studenten der Hochschule, Abiturienten, Berufsschüler, aber auch Menschen mittleren Alters können sich beteiligen, werden auch darauf vorbereitet, wie sich das Gespräch beginnen und worüber sich reden lässt.

Natürlich wird dazu nicht überfallartig an Türen geklingelt: „Wir wollen keine Ängste auslösen, wildfremde Menschen in die Wohnung zu lassen“, stellt Bianca Hein klar. Wer solchen Besuch bekommen möchte, kann sich an-

melden; das Angebot werde unter anderem über Vertrauenspersonen von Pflegediensten und sozialen Trägern bekannt gemacht.

In Neustrelitz werde die Konfirmandengruppe Menschen in Pflegeheimen besuchen, kündigt Anneliese Handl vom Team der Notfall-Seelsorge an. Darüber hinaus lade das Gemeindehaus mit Unterstützung des Kreativkurses zum Kaffee ein. Gern dürfe die Initiative auch weiter in die Region getragen werden, wünscht sich das Neubrandenburger Netzwerk Suizidprävention: Voraussetzung sind natürlich Initiatoren vor Ort.

In Neubrandenburg wiederum stehen nicht allein die „Hausbesuche“ auf dem Programm: An einem Infostand auf dem Marktplatz werden Netzwerk-Partner über Angebote für ältere Menschen informieren, und am Nachmittag gibt es in der Oase im Reitbahnviertel ein kostenfreies Konzert mit der Neuen Philharmonie, mit der auch der Nordkurier bei seiner Reihe „Stadt.Land.Klassik!“ zusammenarbeitet.

Darüber hinaus wünschen sich die Initiatoren, dass Aufmerksamkeit für das Tabuthema nicht auf diesen einen Tag beschränkt bleibt: „Wir hoffen, dass Langfristigeres daraus werden kann“, bestätigt Bianca Hein.

Wer immer sich einsam fühle oder einsame Menschen kenne, solle sich bei den Angeboten willkommen fühlen. Wer ältere Menschen besuchen oder aber Besuch bekommen möchte, kann Kontakt aufnehmen über die DRK-Selbsthilfekontaktstelle unter 0395 5603955.