

08.07.2023 um 07:10 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Dr. Peter Kristen,

Evangelischer Pfarrer und Studienleiter, Religionspädagogisches Institut Darmstadt

Nicht alleinbleiben bei Suizidgedanken

Triggerwarnung: Dieser hr1 Zuspruch beschäftigt sich mit dem Thema Suizid. Betroffene oder Menschen, die das potenziell belastet, sollten eventuell nicht weiterlesen. Beratung und Unterstützung bietet die kostenlose und 24 Stunden erreichbare TelefonSeelsorge: 0800-1110111. Online-Beratung gibt es unter www.telefonseelsorge.de.

Moderation: Am Donnerstag, den 6. Juli 2023, hätte der Deutsche Bundestag ein neues Gesetz zur Sterbehilfe verabschieden können. Das hat nicht geklappt, weil keiner der beiden Anträge eine Mehrheit gefunden hat. Beschlossen haben die Abgeordneten jedoch einen Antrag zur Stärkung der Suizidvorsorge. Also mehr Beistand für Menschen, die sich das Leben nehmen wollen. Immerhin, sagt Pfarrer Peter Kristen aus Limeshain im hr1 Zuspruch: Wenn umgesetzt wird, was da beschlossen wurde, kann das für viele eine große Hilfe sein.

Auf jeden Fall darüber sprechen

Am liebsten spricht man gar nicht darüber, und das ist schon ein Teil des Problems. Sich das Leben zu nehmen, gehört zu den menschlichen Möglichkeiten.

Krisen-Seelsorger wissen: Sich anvertrauen ist der erste Schritt zum Leben

Ich bin Schul- und Krisenseelsorger. Da habe ich mit Jugendlichen zu tun, die sich mal probeweise ausmalen, ihr Leben selbst zu beenden. In Ordnung und sogar gut, das auszusprechen. Aber ich rede auch mit solchen, für die das mehr werden könnte als ein Gedankenspiel. Gott sei Dank habe ich schon oft erlebt: Ein offenes, vertrauensvolles Gespräch ist die Grundlage, dass sie neu

Geschmack am Leben finden – und weitere Hilfe.

Der Gesetzentwurf zur Suizidprävention ist gut

Der Gesetzentwurf zur Suizidprävention, den der Bundestag jetzt beschlossen hat, stellt genau das in den Mittelpunkt: Die Vorsorge im Alltag. Das finde ich angemessen. Es soll mehr kostenlose Angebote für die geben, die sich zu einer Beratungsstelle aufmachen. Die das nicht schaffen, sollen online oder über eine einheitliche Telefonnummer Zugang zu geschulten Ansprechpartner:innen haben.

Wieder Geschmack am Leben finden

Mit suizidalen Menschen hilfreich zu sprechen, erfordert eine hohe seelsorglich-psychologische Kompetenz. Dazu gehört die Einsicht, dass ich es nicht in der Hand habe, ein Leben zu retten. Und trotzdem viel dafür tun kann. So kann es gelingen, dass Sterbewillige wieder Geschmack am Leben finden.

Der Prophet Elia will nicht mehr

Wie der Prophet Elia, von dem die Bibel erzählt (1.Könige 19) Der war in der Wüste auf der Flucht und verzweifelt. Er konnte nicht weiter, er wollte sterben.

Der Engel redet nichts klein, aber steht bei

In der Geschichte spricht ein Engel mit ihm. Er steht ihm bei. Mit der Zeit riecht Elia das frische Brot, das der Engel für ihn bereitgestellt hat. Er trinkt auch einen Schluck Wasser. Aber dann legt sich wieder hin, um zu sterben. Der Engel versucht nicht, ihm seinen Sterbenswunsch auszureden. Er steht ihm weiter bei. "Du hast noch einen weiten Weg vor dir", sagt er. Im zweiten Anlauf findet Elia die Kraft aufzustehen und weiterzugehen.

Zurück ins Leben finden

Wenn es bald mehr professionelle Hilfe für Menschen mit Suizidgedanken gibt, in Schulen, in Beratungsstellen und bei Psycholog:innen, ist das wirklich ein guter Schritt, für viele ein Schritt zurück ins Leben.

