

TABU SUIZID - Wir reden darüber



4. Fachtagung in Innsbruck **Vortrag - Arbeitskreise - Begegnungen**

Samstag, 9. November 2013, 9.00 - 17.00 Uhr
Haus der Begegnung und pro mente tirol

Tabu Suizid - Wir reden darüber

4. Fachtagung in Innsbruck Samstag, 9. November 2013, 9.00 - 17.00 Uhr

Im Jahr 2011 starben in Österreich 1286 Personen durch Suizid. Häufig gehen einem Suizid mehrere Versuche voraus. Betroffen sind nicht nur jene Menschen, die sich zum Suizid entschließen, sondern auch deren soziales Umfeld. Verwandte, Freundeskreis, KollegInnen und Betreuungspersonen haben gemeinsam mit ihnen manchmal jahrelang gekämpft, gerungen, sie unterstützt, Hilfe organisiert und alles getan, um „das Äußerste“ zu verhindern. Das gelingt oft, aber nicht immer. Dann ist von einem Tag auf den anderen nichts mehr so, wie es war. Hilflos bleiben die Hinterbliebenen zurück mit der Frage nach dem WARUM, dem Verlassen-Sein, manchmal auch mit Schuldgefühlen. Die Tabuisierung der „Selbsttötung“ und das damit verbundene Schweigen machen die Last für die Hinterbliebenen noch drückender.

Die Tagung dient dem Informations- und Erfahrungsaustausch. Wir reden über die Themen Suizid, Krisen und psychische Krankheit und durchbrechen so den Kreislauf Tabu - Einsamkeit - Schmerz - Trauer.

Zielgruppen: Die Fachtagung richtet sich an Menschen, die mit Suizidankündigung konfrontiert sind, einen Menschen durch Suizid verloren haben, einen Menschen nicht vom Suizid abhalten konnten oder Zeugen eines Suizids geworden sind, Angehörige, FreundInnen sowie beruflich von dem Thema betroffene, wie PsychotherapeutInnen, (Haus-)ÄrztInnen, Pflegepersonen, BegleiterInnen, Psychosoziale BeraterInnen, MitarbeiterInnen von Feuerwehr, Polizei, Rettung.

Ort: Haus der Begegnung, Rennweg 12 und
pro mente tirol, Karl-Schönherr-Str. 3, Innsbruck

Unkostenbeitrag: € 60,-- inkl. Mittagessen (Hauptspeise plus Suppe oder Dessert); Ermäßigung auf Anfrage möglich!

Anmeldung: sowohl für das Programm am Vormittag als auch am Nachmittag erforderlich im Haus der Begegnung unter 0512/58 78 69 oder hdb.kurse@dibk.at

Bitte geben Sie uns bekannt, an welchem Arbeitskreis Sie teilnehmen möchten.

Programm

9.00 - 09.15 Uhr: **Begrüßung und Moderation**
Univ.-Prof. Dr. Hartmann Hinterhuber,
Präsident der pro mente tirol

9.15 - 10.45 Uhr: **Die Einschätzung der Suizidgefahr**
Univ.-Prof. Dr. Gernot Sonneck

In der Suizidprävention spielt die Einschätzung der Suizidalität eine entscheidende Rolle: Als Interventionspunkt gilt die direkte, oft auch die häufig übersehene indirekte Suizidankündigung. Die weitere Abklärung hinsichtlich Risikogruppen, Krisen, Posttraumatische Belastungsstörung und Burnout sowie der Suizidalen Entwicklung und des Präsuizidalen Syndroms dient der Beurteilung einer eventuellen Suizidgefährdung. Das auf der Basis einer Beziehung fassende, offene und vorurteilslose Gespräch über Suizidgedanken, -absichten und -pläne sowie die dahinterstehenden Probleme, die zu Suizidalität geführt haben, ist der wesentliche Interventionsschritt in der Suizidprävention.

10.45 - 11.15 Uhr: **Pause**

11.15 - 13.00 Uhr: **Arbeitskreise, 1. Teil**

Es gibt die Möglichkeit an einem Arbeitskreis teilzunehmen. Der erste Teil dieses Arbeitskreises findet am Vormittag statt, der zweite am Nachmittag. Die Anzahl der TeilnehmerInnen ist begrenzt. Eine Anmeldung für den Arbeitskreis ist unbedingt erforderlich.

Die Themen und ReferentInnen finden Sie auf den folgenden Seiten.

13.00 - 14.30 Uhr: **Mittagessen im Haus der Begegnung**

14.30 - 16.30 Uhr: **Arbeitskreise, 2. Teil**

16.45 - 17.00 Uhr: **Gemeinsamer Abschluss**

Arbeitskreise

A: Krisenbewältigung - gestärkt aus Krisen herausgehen

DSA Dr. Gottfried Gabriel, Lehrender in Sozialer Arbeit, Supervisor, Psychotherapeut in freier Praxis

In schweren Lebenskrisen kann sich der Gedanke, aus dem Leben zu gehen, entwickeln. Gerade Menschen, die sich intensiv auf das Leben einlassen, können in Krisensituationen leichter an Grenzen kommen. Diese Parteilichkeit für Leben und Intensität führt auch zu krisenhaften Entwicklungen. Lebensfreude kann als ausreichend gelungene Integration von schrecklichen Entwicklungen, von Scheitern gesehen werden. Und dann führt die Krise letztendlich zu aufregend-intensivem Leben. Im Arbeitskreis sollen Ideen und Herangehensweisen zur Krisenbewältigung entwickelt werden.

B: Schuld und Verantwortung - zentrale Fragen von Hinterbliebenen

Mag.^a Astrid Höpperger, Theologin und Psychotherapeutin, Leiterin der Telefonseelsorge Innsbruck

Nach dem Suizid eines Angehörigen stürzen auf die Hinterbliebenen eine Vielzahl von Gefühlen ein: Verzweiflung, extreme Hilflosigkeit, Wut, Versagens- und Schuldgefühle. Es kommt die Frage nach dem Warum, ob man es verhindern hätte können, was man falsch gemacht hat. Sehr häufig ist zu beobachten, dass sich Hinterbliebene selbst die Schuld am Tod des Angehörigen geben. Anhand des Films „Dein Schmerz ist auch mein Schmerz“ möchte ich mit Ihnen der Frage nach Schuld und Verantwortung unter psychologischen und ethischen Gesichtspunkten nachgehen.

C: Wie soll ich das verkraften?

Mag.^a Susanne Jäger, Psychotherapeutin in freier Praxis und im Landeskrankenhaus Hall - Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie B, Trauerbegleiterin

Der Verlust eines Menschen durch den Tod ist ein gravierender Einschnitt in jeder Biografie. Ist die Todesursache Suizid, so stehen Hinterbliebene vor einer doppelten Bürde: Neben dem Verlust an sich gilt es auch zu verkraften, dass es nicht gelungen ist, den Verstorbenen von seiner „Tat“ abzuhalten. Viele Betroffene berichten über Verletzungen, die ihnen durch die Hilflosigkeit ihrer Umgebung zusätzlich zu ihrem Leid zugefügt wurden. In diesem Workshop wollen wir das Schwere miteinander teilen und als Hinterbliebene gemeinsam eine kleine Weile aushalten, was geschehen ist, durch Gespräch, Erfahrungsaustausch, den Blick auf das, was geblieben ist.

D: Warum bloß nimmt sich jemand das Leben? Ein Überblick über Suizidmodelle

Dr. Martin Plöderl, Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (Logotherapie und Existenzanalyse)

Seit Jahrzehnten beschäftigt sich die Suizidforschung mit der Erklärung, warum sich Menschen das Leben nehmen. Dies ist eine Herausforderung, denn der Suizid ist ein komplexes Zusammenwirken von biologischen, psychologischen, sozialen, religiösen/spirituellen und existenziellen Faktoren. Mittlerweile gibt es wissenschaftlich etablierte Suizidmodelle, die in diesem Arbeitskreis vorgestellt und anhand von Fallbeispielen diskutiert werden. Ziel ist, Mythen zum Thema Suizid zu überdenken und ein tieferes Verständnis des Phänomens Suizid zu erreichen.

E: HelferInnen nach dem Suizid einer Klientin / eines Klienten

Mag.^a Regina Seibl, Pädagogin, pro mente tirol, Kontaktperson der Selbsthilfegruppe Hinterbliebene nach Suizid Innsbruck

Mit der Suizidalität von KlientInnen konfrontiert zu sein, ist für HelferInnen im psychiatrisch-therapeutischen Arbeitsfeld keine Seltenheit. Wenn eine Krise jedoch zu suizidalen Handlungen oder gar zum Suizid einer/s Klientin/en führt, wird dies meist als sehr belastend und einschneidend erlebt: Fragen nach Verantwortung und Schuld tauchen auf, Erschütterung, Selbstzweifel und Verunsicherung machen sich breit. Doch unter bestimmten institutionellen und persönlichen Bedingungen kann sich aus dieser Krise für HelferInnen auch eine Lernerfahrung entwickeln.

F: Die Einschätzung der Suizidgefahr

Univ. Prof. Dr. Gernot Sonneck, Facharzt für Psychiatrie und Neurologie, Psychotherapeut, Vorstand des Instituts für Med. Psychologie der MUW bis 2010, Gründungsmitglied des Kriseninterventionszentrums, der ÖGS und der Wiener Werkstätte für Suizidforschung

Der Arbeitskreis baut auf den Vortrag am Vormittag auf und geht vertiefend auf die Fragen und Erfahrungen der TeilnehmerInnen ein.

G: Umgang mit suizidalen Menschen

Prim. Univ.-Prof. Dr. Christian Haring, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Landeskrankenhaus Hall - Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie B

Suizidgedanken sind häufig. Der Umgang mit suizidalen Menschen ist für viele eine starke Überforderung. Wie erkennt man überhaupt Suizidalität, wie schätzt man sie ein und wie geht man dann mit den Betroffenen um. Bei diesem Seminar wird eine Methode vorgestellt, diese Methode heißt QPR - Q steht für Question - fragen, P für Persuade - überzeugen und R für Refer - vermitteln. Das Ziel dieser Methode ist Hoffnung durch positives handeln zu spenden. QPR soll helfen Warnsignale zu erkennen und Unterstützung geben entsprechende Handlungen zu setzen, die den Betroffenen Menschen helfen.

H: Kinder und Jugendliche als Hinterbliebene nach Suizid

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Manuela Werth, Klinische Psychologin, Gesundheits- und Notfallpsychologin, Psychotherapeutin, Fachliche Leitung Psychosoziale Dienste im Landesverband Tirol - Österreichisches Rotes Kreuz

Der Tod eines Elternteils oder Geschwisters durch Suizid stellt für betroffene Kinder und Jugendliche ein traumatisches Ereignis dar. Erleben von Hilflosigkeit, Ängsten, Schuldgefühlen, Scham und die geballte Kraft der Stigmatisierung und Tabuisierung erschweren die Kommunikation innerhalb der Familie und die Kommunikation nach außen. Kinder und Jugendliche brauchen die Möglichkeit der altersspezifischen Auseinandersetzung mit dem suizidalen Geschehen und dem Thema Tod. Um ihnen dieses Verstehen zu ermöglichen, bedarf es frühzeitiger Interventionen und das zur Verfügung stellen von Unterstützungssystemen für die ganze Familie.

In Kooperation mit:

Department für Psychiatrie und Psychotherapie der
Medizinischen Universität Innsbruck, Landeskrankenhaus Hall -
Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie A und B, Klinikseelsorge Inns-
bruck und Hall, Telefonseelsorge, Abteilung Familie und Lebensbegleitung
der Diözese Innsbruck, Bildungshaus St. Michael, Tiroler Landesverband für
Psychotherapie, Landesschulrat für Tirol, netzwerk krebs_vorsorge_nachsorge,
Katholisches Bildungswerk Tirol, Katholischer Familienverband, Internationale
Gesellschaft für Beziehungskompetenz in Familie und Organisation, start
pro mente - Sozialtherapeutische Arbeitsgemeinschaft Tirol, Zentrum
für Ehe- und Familienfragen, „Der Brunnen“ im DEZ und HPE -
Hilfe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen.

pro mente tirol



HAUSDERBEGEGNUNG

