

Welt-Suizidpräventionstag 2018

Pro Juventute Beratung

Beratung + Hilfe 147

Elternberatung

Jugendleiterberatung



Tel 143 – Die Dargebotene Hand



Wir sind da für Menschen...



- **in akuten Krisen**
- **mit chronischen psychische Leiden**
- **die Trauma verarbeiten müssen**
- **die anonym etwas besprechen möchten, was im Umfeld schwierig ist (Scham, nicht belasten wollen...)**

Themen = alle

- Alltagsbewältigung
- Psychische Probleme (oft auch latente Suizidalität)
- Probleme mit Gewalt, Familienprobleme
- Partnerschaft, Beziehungsprobleme,
- Einsamkeit
- Arbeitslosigkeit, Existentielle Probleme
- Körperliche Krankheiten
- Akute Suizidalität, Sinn- und Lebenskrisen
- Verlust und Trauer.....

Online-Beratung



Um die 150 Mails und Chats pro

Monat!

**vor allem auch
jüngere Menschen**

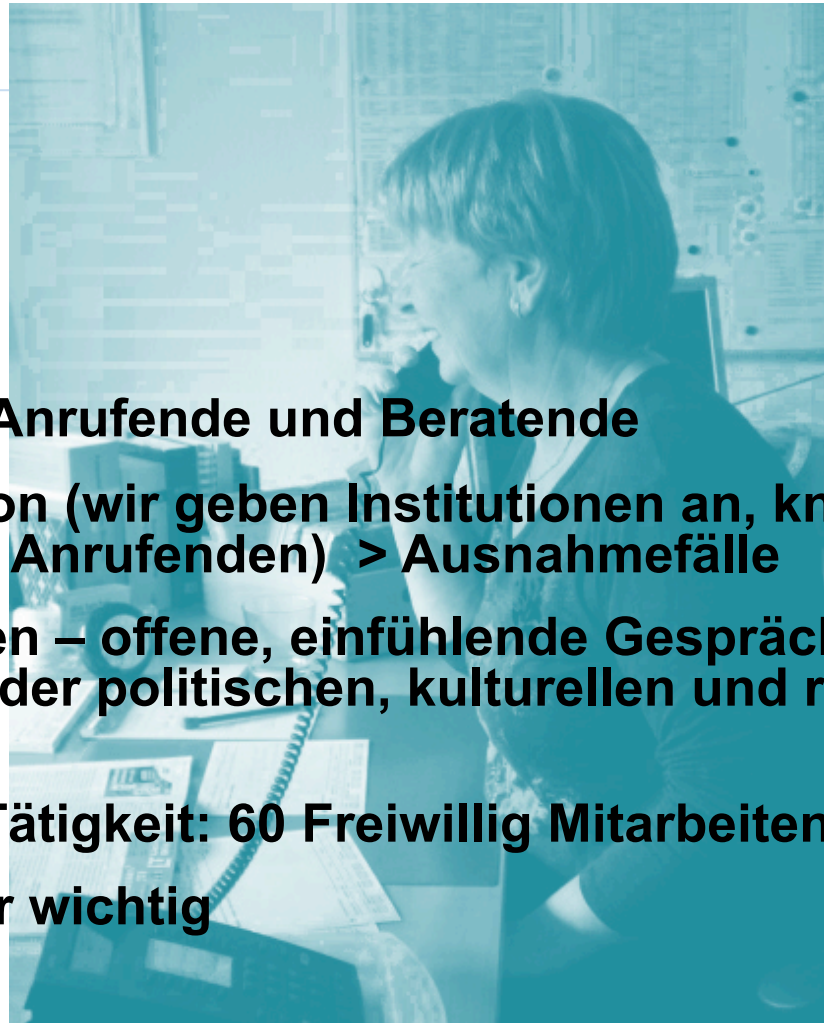


Unser Angebot



- **Wir sind rund um die Uhr da: 365 Tage / jeden Tag 24 Stunden einfach immer!!!**
- **unentgeltlich**

Unser Angebot



- **Anonymität für Anrufende und Beratende**
- **Nicht-Intervention (wir geben Institutionen an, knüpfen aber keine Kontakte für die Anrufenden) > Ausnahmefälle**
- **kein Missionieren – offene, einführende Gesprächshaltung: wir enthalten uns jeder politischen, kulturellen und religiösen Beeinflussung**
- **Ehrenamtliche Tätigkeit: 60 Freiwillig Mitarbeitende**
- **Ausbildung sehr wichtig**

Umgang mit suizidgefährdeten Menschen

- **zuhören – Anteil nehmen – ernst nehmen – reden lassen – selber ruhig bleiben – dabei sein**
- **in Beziehung treten**
- **auf Gefühle eingehen – Schmerz ansprechen (sich aber nicht hineinziehen lassen)**
- **Was ist der Anlass – was ist geschehen?**
- **Über Suizidgedanken sprechen**
- **Entlasten von Schuldgefühlen**
- **keinen Druck ausüben**
- **Lebenswerte Dinge in den Vordergrund rücken, aber nicht erzwingen**
- **Welche Personen / Stellen können weiterhelfen**

Beratungsangebote Pro Juventute

Beratung + Hilfe 147



- Hilfe für Kinder und Jugendliche
- Beratung zu allen Themen
- In 3 Landessprachen (dt., frz., ita.)
- 24h / 7 Tage, vertraulich, gebührenfrei
- Da für über 140'000 Kinder und Jugendliche pro Jahr per Telefon, SMS, E-Mail, Web-Self-Service und Chat (bisher nur D-CH)

SMS an 147 – Telefon Nr. 147 – beratung@147.ch – www.147.ch – Chat auf www.147.ch





Beratungsangebote Pro Juventute

Elternberatung



- Hilfe für Eltern und Bezugspersonen
- Beratung zu allen Themen
- In 3 Landessprachen (dt., frz., ita.)
- 24h / 7 Tage, vertraulich, nur lokale Telefongebühren, per Telefon und Online-Beratung
- rund 6 Beratungen pro Tag

Telefon Nr. 058 261 61 61 – Online-Beratung auf elternberatung.projuventute.ch



Beratungsangebote Pro Juventute

Jugendleiterberatung



- Hilfe für Betreuungspersonen aus dem Freizeitbereich
- Beratung zu allen Themen
- In 3 Landessprachen (dt., frz., ita.)
- 24h / 7 Tage, vertraulich, nur lokale Telefongebühren, per Telefon und E-Mail
- seit November 2015

Telefon Nr. 058 618 80 80 – jugendleiter@projuventute.ch



Niederschwellige Erstberatung

bedeutet

«Wir sind jederzeit ganz einfach zu erreichen.»

«Egal, welche Themen beschäftigen – wir sind da!»

«Im Gespräch suchen wir nach einer möglichen Lösung.»

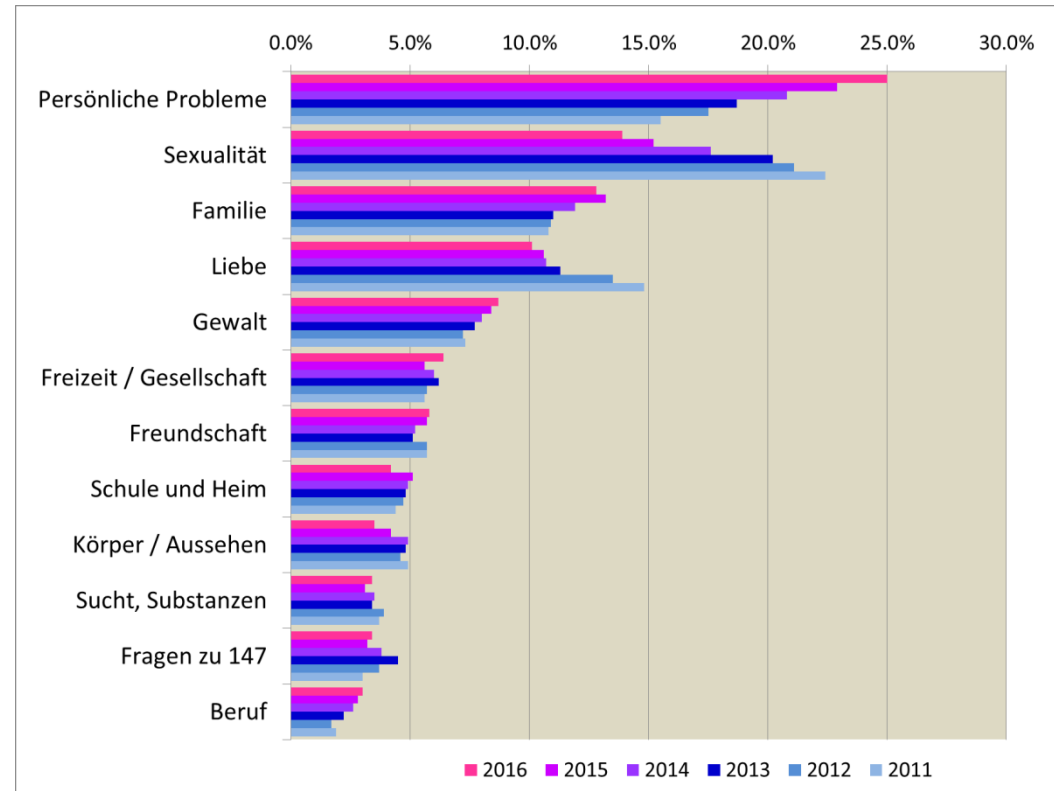
«Bei Bedarf vermitteln wir Hilfe vor Ort.»

Statistiken am Beispiel Beratung + Hilfe 147



Was auffällt:

Anfragen von Jugendlichen mit schwerwiegenden persönlichen Problemen nehmen anteilmässig zu. Bei gängigen Fragen informieren sich Jugendliche vermehrt im Netz. Bei belastenden Problemen sind sie auf ein empathisches Gegenüber angewiesen.



Und zum Schluss noch dies...

Mädchen, 13 Jahre, ruft an (via Notruftaste 1):

«Wir sind bei einer Brücke und da ist ein Schäflein das sich im Zaun verheddert hat. Es kann nicht mehr raus, der Zaun «pfizzt». Wir können ihm nicht helfen! Was können wir tun?" (Im Hintergrund hört man das Schäflein kläglich blöken....!)



Für Fragen sind wir nachher noch hier.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

