

# Das Leben ist nicht totzukriegen

Jugendliches Engagement ermöglicht Hilfsprojekt – Geld für weiteren Betrieb nötig

Essstörungen, Einsamkeit, Minderwertigkeitskomplexe, Ritzen bis hin zu Selbstmord, diese Probleme haben in den letzten Jahren stark zugenommen. Um jungen Leuten in solchen Krisen zu helfen, wurde die Organisation youth-life-line, eine virtuelle Beratungsstelle für Jugendliche für Jugendliche ins Leben gerufen.

LAURA SAILER  
MEIKE WEIBLEN

REUTLINGEN ■ Die Jugend ist eine unbeschwerter und sorgenlose Zeit – jedenfalls fast. Jeder hat mal Stress mit den Eltern oder dem/der Freund/in und in der Schule läuft's eben auch nicht immer glatt. Für die Gesellschaft jedoch alles Probleme, die für das Alter typisch sind und sich wieder legen.

Doch bei einigen Jugendlichen sieht die Realität ganz anders aus. Sie geraten in eine Krise, aus der sie von selbst nicht mehr herauskommen. Immer häufiger begehen junge Menschen Suizidversuche, weil sie keinen anderen Ausweg mehr sehen.

Im Jahr gibt es bundesweit durchschnittlich 700 Suizide bei Jugendlichen. Miträufste ist die Selbsttötung zweithäufigste Todesursache in dieser Altersgruppe. Die Dunkelziffer von Suizidversuchen liegt jedoch weitaus höher und gefährdet sind zwischen 7 000 bis 14 000.

Dieses Problem ist vielen nicht bekannt, denn es wird im wahrsten Sinne des Wortes totgeschwiegen. Die hohen Zahlen brachten einige Mitarbeiter des Arbeitskreises Leben (AKL), der sich seit über 25 Jahren mit Suizidalmenschen beschäftigt, zum Nachdenken. Sie suchten nach einer Möglichkeit, junge Leute in Krisensituationen zu unterstützen.

## Hemmschwelle überwinden

„Vielen Jugendlichen fällt der Gang zur Beratungsstelle oder zum Psychologen schwer. Die Hemmschwelle, sich mit seinen Problemen an gleichaltrige zu wenden, ist dagegen nicht so hoch“, so Marc Weinhardt, Diplom-Pädagoge und einer der Hauptamtlichen, die seit Anbeginn dabei sind. „Immer häufiger benutzen sie die neuen Medien, wie beispielsweise das Internet, um sich mit anderen Jugendlichen auszutauschen.“ Somit lag die Lösung auf

Einsamkeit, Gewalterfahrung, Sucht, Komplexe, Essstörungen, familiäre Konflikte, Liebeskummer, selbstverletzendes Verhalten, Versagensängste, Selbsttötungsgefahr

Jugendliche helfen Jugendlichen kostenlos, anonym, kompetent

Mo, Di, Do, Fr: 16 - 18 Uhr

Wir bei Jugendlicher\*innen und Jugendlichen

ARBEITSKREIS LEBEN IM JAHR  
Reutlingen, Markt 27 • Telefon: 07141/2000-1

**Das Leben ist nicht totzukriegen**

**www.youth-life-line.de**

e-mail-Beratung, chat

Das Projekt ist ein Projekt des Arbeitskreises Leben im Jahr und in Teilprojekt der Bundeszentrale für politische Bildung.

Der Infoflyer der Beratungsstelle: Anonym lassen sich Gedanken unbeschwerter austauschen.

FOTO: pr

der Hand: Krisenberatung per Email! Und zwar von Jugendlichen für Jugendliche.

Eine Gruppe freiwilliger Jugendlicher war über die Schulen im Umkreis schnell gefunden. Unter ihnen auch Heike und Lisa aus Metzingen. Natürlich bedarf es einiger Vorkenntnisse für die Beratung. Deshalb startete die erste kostenlose Ausbildung mit weiteren 21 Jugendlichen am 12. Oktober 2002. Sie dauerte ein halbes Jahr. Selbstverfahrung, Fachwissen über Suizidalkrisen und praktisches Üben waren die drei Hauptpunkte, die auf dem Programm standen.

Die Ausbildung umfasste 60 Stunden. „Wir trafen uns an drei Wochenenden und alle 14 Tage bei einem Gruppenabend. Wir beschäftigten uns mit Fragen, wie zum Beispiel: Wie stehe ich zu Selbstmord? Wie erlebe ich eine Krise?, machten Rollenspiele und bearbeiteten erfindene Fälle“, erzählen Katharina, 19, und Berenike, 19, die ebenfalls seit Anfang an dabei sind.

„Ich fand's gut, dass man nie etwas alleine machen musste, sondern immer in Kleingruppen gearbeitet hat und man sich dadurch auch besser kennen lernte“, sagt Lisa, 16, die bei der zweiten Ausbildungsgruppe dabei war.

„Höhepunkt der Ausbildung war für mich der Besuch in der Kinder- und Jugendpsychiatrie“, berichtet

Katharina. „Das war sehr lehrreich. Man hat vor allem die Angst davor verloren“, so Berenike.

Inzwischen gehen sie ein Mal pro Woche für etwa zwei Stunden in die Beratungsstelle. Dort beantworten die Peers (jugendliche Berater), die anonymen Mails oder beraten jeden Donnerstag per Live-Chat. Von Liebeskummer, über Suchtprobleme bis hin zu Suizidgedanken ist alles dabei. „Man kann eigentlich nichts falsches schreiben, denn oft beantwortet man die Mails zu zweit und bevor man sie loschickt liest sie einer der Hauptamtlichen noch mal durch.“

Natürlich macht man sich über jemanden, der von seinen Eltern geschlagen wird, mehr Gedanken, als über jemanden mit Liebeskummer. „Die Probleme kann ich aber im Großen und Ganzen dort lassen, weil ich weiß, dass ich zu Hause sowieso nichts tun kann“, so Lisa.

## Hilfe von Hauptamtlichen

Trotz der anspruchsvollen und ersten Arbeit ist die Atmosphäre in der Beratungsstelle locker. Die Hauptamtlichen haben immer ein offenes Ohr für die Peerberater und stehen ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Zwischendurch finden die Peers, die mittlerweile schon viele Freundschaften geknüpft haben, oft Zeit, sich mit den anderen zu un-

terhalten. „Ich gehe immer wieder gern hin. Für mich ist, das schon Routine“, meint Heike.

„Durch die Aufgabe dort bin ich sensibler geworden und gehe beherrzter und sicherer mit Krisen um.“, erzählt Lisa.

Das Projekt youth-life-line wird von vielen Jugendlichen, überwiegend jedoch von Mädchen, genutzt. Es ist ein voller Erfolg und hat sich gegenüber anfänglich kritischer Beobachter sehr gut bewährt.

## Spenden benötigt

Ein engagierten freiwilligen Mitarbeitern fehlt es nicht (derzeit insgesamt 33 Peers). Im Gegensatz zum Geld. Das Projekt wird bis zum 31. Mai 2005 von der Landesstiftung Baden-Württemberg unterstützt, doch zur Weiterführung werden dringend noch Spenden benötigt.

Youth-life-line, ein innovatives Projekt, das schon für viele Jugendliche zur Rettungsleine geworden ist – es bleibt nur zu hoffen, dass es nicht aufgrund mangelnder Gelder scheitert.

## INFO

Internet: [www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de)  
Sprechzeiten sind Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag: jeweils per Onlineberatung von 16 bis 18 Uhr; donnerstags findet zusätzlich ein Live-Chat statt.