

Jugend berät in Lebenskrisen

Projekt aus Tübingen mit dem Schwerpunkt Suizid

Viele Jugendliche stecken in Krisen, aus denen sie oft keinen Ausweg sehen. Wenn sich ihre Situation zuspitzt und sie über Suizid nachdenken, ist es höchste Zeit, sich Hilfe zu holen. Genau hierfür gibt es Projekte wie „Youth-Life-Line“.

CHARLOTTE BRUNNER

Tübingen. Antonia (17) und Sarah (16) sind seit einem Jahr Peer-Beraterinnen bei „Youth-Life-Line“. Einmal in der Woche kommen sie in das Büro in Tübingen und schreiben Mails an Gleichaltrige mit Suizidgedanken. Unter einem Pseudonym versuchen sie zu helfen, sie stellen Fragen an die Schreiber, gehen auf Geschriebenes ein, suchen gemeinsam nach Lösungen und arbeiten das Positive heraus.

Mimi ist gerade einmal 14 Jahre alt, neu hergezogen, sie findet keinen Anschluss und ihre Eltern kümmern sich nicht um sie. „An mir ist nichts toll, ich schätze nichts an mir. Ich mag mich nicht“, teilt sie per Mail mit. Die Peer-Berater haben alle eine 70-stündige Ausbildung absolviert und wissen, wie sie am Besten antworten: „Magst du mir drei Dinge nennen, die du trotzdem an dir magst?“. Wenn sie selbst nicht weiter wissen, können die jugendlichen Berater auf ausgebildete Fachkräfte zurückkommen.

Hemmschwelle um einiges geringer

Für Antonia und Sarah ist die Arbeit bei „Youth-Life-Line“ prägend: sie stärken das Selbstbewusstsein und lasse sie mit offeneren Augen und Ohren durch das Leben gehen. So sind sie für Jugendliche wie Mimi wertvoll. „Ich habe mir schon öfters vorgestellt mich umzubringen“, gesteht die 14-Jährige. „Ich kann nichts, ich bin ein Nichts“. Die Hemmschwelle der Jugendlichen sei um einiges geringer, wenn sie wissen, dass sie sich anonym und mit Gleichaltrigen austauschen können, denken Antonia und Sarah. Außerdem versetzen sich die Peer-Berater besser in die Lebenssituation der Betroffenen hinein, da sie ähnliche Probleme selbst kennen und verstehen. „Danke, dass du mir darüber so offen schreibst. Ich würde dich gerne



Sarah und Antonia sind Peer-Beraterinnen bei der Online-Jugendberatung für Suizidgefährdete.

Bild: Brunner

fragen, was dir bisher Kraft gegeben hat, am Leben zu bleiben“, antwortet die für Mimi zuständige Peer-Beraterin.

Mobbing, sexueller Missbrauch, Einsamkeit – die Gründe für Suizidgedanken sind vielfältig. Mimi beschreibt ihr Leben als sinnlos, sie hat konkrete Pläne und sich ein Datum ausgesucht, an dem sie „sich trauen“ will. Solche Situationen sind für Außenstehende kaum vorstellbar, doch die jungen Erwachsenen wissen mit ihnen umzugehen. Sie reden nicht aus, sie geben Hoffnung: „Ich würde mir wünschen, dass unser Kontakt weitergeht. Dass du dir und mir mehr Zeit gibst, dass wir etwas verändern können. Für dich. Und dein Leben“.

Sarah erzählt, dass es schon manchmal Rückschläge gibt, wenn zum Beispiel plötzlich der Kontakt abbricht. Doch für die beiden Schülerinnen sind die vielen Erfolge das Motivierende, das Wissen, helfen zu können. Mimi schreibt auch nach ihrem ausgesuchten Todesdatum weiter. Dann sendet sie ihre wohl letzte Mail an die Peer-Begleiterin von „Youth-Life-Line“: „Ich nehme viel mit aus dem Schreiben mit dir. Das Größte ist wohl, dass ich etwas schaffen kann, wenn ich es will. Und ich möchte es schaffen“.

Info: für Spenden und weiteren Informationen siehe die Website www.youth-life-line.de

Das Projekt „Youth-Life-Line“

Das Projekt beschäftigt sich mit Lebenskrisen jugendlicher und vor allem mit dem Thema Suizid. Per E-Mail können Heranwachsende sogenannte Peer-Berater kontaktieren. Ein Peer-Berater ist ein jugendlicher im Alter von 15 bis 25, das Wort „Peer“ bedeutet „Ebenbürtiger“. Nach Kontakt-

aufnahme folgt eine wöchentliche E-Mail, der Austausch zwischen Schreiber und Peer-Berater findet solange statt, bis dem Jugendlichen aus der Krise geholfen ist, oder er von sich aus den Kontakt abbricht. Das Projekt finanziert sich größtenteils durch Spenden, die Schüler und Stu-

denten arbeiten alle ehrenamtlich. „Youth-Life-Line“ ist unter anderem Preisträger des nationalen dm-Preises für Engagement für das Bundesland Baden-Württemberg und belegt den zweiten Platz des „Echt gut“-Wettbewerbs des Landessozialministeriums in der Kategorie „Junge Aktive“.