



Mit zwei neuen Mitarbeiterinnen in neuen Räumlichkeiten in der Frickenhäuser Straße 3 in Nürtingen: Der Arbeitskreis Leben mit (von links) Hannah Brunold, Alena Rögele, Lena Schmidt, Lilly Weithofer und Swetlana Reinbold hat derzeit gut zu tun. Foto: Ralf Just

🕒 5 min.

## Anfragen auf dem höchsten Stand seit 2017

**Der Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim hat den Jahresbericht für 2023 veröffentlicht. 585 Personen haben zum ersten Mal oder nach einer längeren Pause die Beratung vom AKL genutzt. Die Anzahl der Suizide ist im Landkreis Esslingen gegenüber 2022 zurückgegangen.**

*Lutz Selle*

NÜRTINGEN. Der Arbeitskreis Leben (AKL) Nürtingen-Kirchheim ist im Jahr seines 40-jährigen Bestehens so gefragt gewesen wie schon lange nicht mehr. Sowohl die gesamten Anfragezahlen als auch die Anzahl der längerfristigen Beratungs- oder Begleitungsprozesse beim AKL sind in Nürtingen im Vergleich zu den Vorjahren deutlich gestiegen und auf dem höchsten Stand seit 2017. Zugleich konnte nach

einem starken Anstieg der Suizide im Jahr 2022 im vergangenen Jahr wieder ein deutlicher Rückgang der Suizide im Landkreis Esslingen beobachtet werden. Mussten 2022 noch 77 Suizide gezählt werden, so waren es 2023 im Landkreis 54, darunter 38 von Männern. Für Deutschland und Baden-Württemberg liegen bis dato nur die Zahlen für 2022 vor. 2022 ist jeweils gegenüber dem Vorjahr ein deutlicher Anstieg der Suizide zu verzeichnen. Ob die Zahlen auch landes- und bundesweit im Jahr 2023 nach unten gegangen sind, ist daher noch unklar.

Die Nürtinger AKL-Geschäftsführerin Alena Rögele ist aber in jedem Fall davon überzeugt, dass die Arbeit des gemeinnützigen Vereins effektiv und sinnvoll ist: „Seit Beginn der 1980er-Jahre und damit auch der Gründungszeit unseres AKL sind die Suizide in Baden-Württemberg und in Deutschland deutlich zurückgegangen. Das zeigt, wie effektiv ein Ausbau der Suizidprävention und niederschwellige Unterstützungsangebote sind.“ Im Jahr 1982 wurden in Deutschland 18.711 Suizide begangen.

## Noch mehr Betroffene erreichen

Der bundesweite Anstieg der Zahl der Suizide im Jahr 2022 mit 10.119 Menschen (900 Menschen mehr als 2021) und der Anstieg der Zahl in Baden-Württemberg auf 1361, was den höchsten Wert seit 2013 darstellt, zeige, dass es „umso wichtiger ist, das Thema Suizidalität weiter zu enttabuisieren und dadurch noch mehr Betroffene zu erreichen“. Nur wenn Menschen sich Unterstützung suchen und die Angebote vor Ort kennen, könnten mit ihnen alternative Wege aus den suizidalen Krisen erarbeitet werden. „Viele Menschen, die bei uns Unterstützung suchen, sagen hinterher: Es ist so gut, dass es den AKL gibt, der hat uns sehr geholfen.“ Die Betroffenen würden jemanden brauchen, der da ist, ihnen zuhört und die Krise mit ihnen durchgeht.

Insgesamt nahmen im vergangenen Jahr 585 Personen zum ersten Mal oder nach einer längeren Pause Kontakt zum AKL Nürtingen-Kirchheim auf (im Vorjahr waren es noch 386 gewesen). Davon wurden 358 umfassender beraten oder begleitet (im Jahr 2022 waren es 289). Damit erreichten den AKL im abgelaufenen Jahr pro Werktag im Durchschnitt 2,3 neue Kontaktforderungen. „Manche kommen nur einmal zu uns, andere jahrelang regelmäßig“, erzählt Alena Rögele.

Wie in den Vorjahren stellen die Betroffenen die größte Gruppe der anfragenden Personen dar (69 Prozent). Zusätzlich fanden im vergangenen Jahr erneut auch Angehörige in Sorge (24 Prozent) und Hinterbliebene nach einem Suizid (7 Prozent) Unterstützung beim AKL.

Mit 63,9 Prozent war auch 2023 der Großteil der beim AKL Anfragenden weiblich. Im Vergleich zu den Vorjahren ließ sich mit 35,4 Prozent dennoch ein Anstieg der Anfragen durch Männer beobachten. 2022 hatte der Anteil noch bei 28,6 Prozent gelegen. Gleichwohl nehmen sich deutschlandweit nach wie vor deutlich mehr Männer (7504) als Frauen (2615) das Leben. Dass Männer seltener Beratungsstellen aufsuchen als Frauen, ist aus Sicht von Alena Rögele nicht ungewöhnlich. Auch bei Vorsorgeuntersuchungen bei Ärzten seien Frauen mehr hinterher. „Es liegt vielleicht auch am klassischen Rollenbild, dass starke Männer ihre Probleme selbst lösen

wollen. Frauen reden auch mehr mit ihren Freundinnen über Probleme als Männer mit ihren Kumpels.“

Und wie erklärt sich Alena Rögele den bundesweiten Anstieg der Suizid-Zahlen im Jahr 2022? „Seit Corona gibt es viele gesamtgesellschaftliche Krisen, die die Vulnerabilität erhöhen können: Kriege, Inflation, Energiekrisen.“ Manche Krisen würden sich auch erst mit Verzögerung auswirken. Die AKL-Geschäftsführerin ist froh, dass die Bundesregierung kürzlich angekündigt hat, Maßnahmen zur Suizidprävention unterstützen zu wollen.

Neben den Einzelberatungen bei Lebenskrisen haben die Mitarbeiterinnen des Nürtinger AKL im vergangenen Jahr elf Präventionsprojekte zum Umgang mit Krisen mit verschiedenen Jugendgruppen durchgeführt, bei welchen 245 Schüler sowie elf Lehrkräfte und mehrere Schulsozialarbeiter erreicht werden konnten. Dabei geht es unter anderem auch darum, dass Schüler Warnsignale ihrer Mitschüler erkennen, die eine Krise durchmachen. Zudem sollen junge Menschen ermutigt werden, sich Hilfe zu holen. „Wir machen auch immer wieder Workshops und Fortbildungen an externen Stellen und schulen Fachkräfte zum Thema Suizidalität“, erklärt Rögele. „Manchmal holen sich auch Schulsozialarbeiter zu einem konkreten Fall bei uns Rat ein.“

## Mehr Jüngere und Ältere als Nutzer

Zudem bietet der AKL Schulungsangebote für Fachkräfte in der Altenhilfe und fast jeden Montag den offenen AKL-Treff an. 45 Treffs gingen 2023 über die Bühne.

Neben den fünf hauptamtlichen Mitarbeiterinnen sind 20 geschulte Ehrenamtliche als Krisenbegleiter für den AKL im Einsatz. „Das ist eine sinnvolle Tätigkeit, von der schon viele Menschen profitiert haben“, so die AKL-Geschäftsführerin.

Die Angebote des AKL waren 2023 über alle Altersgruppen hinweg nachgefragt. Im Vergleich zum Jahr davor werden sie auch häufiger von jüngeren Menschen bis zu 25 Jahren und von älteren Menschen ab 61 Jahren in Anspruch genommen.

## Unterstützung auch für Hauptamtliche

Wie schaffen es die AKL-Mitarbeitenden, mit den Klienten mitzuleiden, dabei aber nicht selbst eine Krise zu bekommen? „Das ist ein Teil unseres Berufs“, sagt Alena Rögele, die darauf verweist, dass auch die hauptamtlichen Arbeitskräfte regelmäßig bei Supervisionen im Austausch mit Fachkräften stehen, um darüber zu sprechen, wenn ihnen etwas zu nahe geht. „Es ist ein Spagat zwischen Empathie und aufrichtigem Mitgefühl einerseits und Abgrenzung andererseits“, räumt Rögele ein. „Aber das gehört einfach bei uns dazu.“

Der Arbeitskreis Leben Nürtingen-Kirchheim engagiert sich seit 1983 für Menschen in Lebenskrisen und bei Suizidalität, ebenso für deren Angehörige. Weitere Informationen gibt es unter Telefon (07022) 19298 (Nürtingen) oder (07021) 75002 (Kirchheim) oder unter [nuertingen.ak-leben.de](http://nuertingen.ak-leben.de).