

# Umgang mit Suizidankündigungen via Instagram & Co

aus dem medienpädagogischen Onlinenetzwerk Treffen ([breitwieser@parabol.de](mailto:breitwieser@parabol.de)) am 11.März 2021. Tipps & Links von Jennifer Catsam - Online-Suizidprävention (Caritas) und Richard Erlbacher - Suchtprävention (Stadt Nürnberg)

SONJA BREITWIESER 12. MÄRZ 2021, 08:41 UHR

## Ausgangslage

---

Für junge Menschen ist das Telefonieren eine große Hürde. Insbesondere in Krisensituationen. Das Schreiben (Chat) ist niedrigschwelliger und anonym. Hinzukommt die Vertrautheit von Plattformen auf denen sich Jugendliche täglich selbstverständlich bewegen. Es kann also gut passieren, dass Hilfe u.a. via social Media gesucht wird und Mitarbeiter\*innen der Jugendarbeit von Jugendlichen angeschrieben werden.

## Wie umgehen mit Suizidankündigungen via Instagram & Co?

---

### Unterstützung holen

Kontaktaufnahme mit Abteilungsleiter\*innen / Vorgesetzten oder alternativ mit Kolleg\*innen, um sich zu beraten.

### Ernst nehmen

Person ernst nehmen, aber deutlich machen: "Hier ist nicht der Ort um Hilfe zu bekommen."

### Sensibilisierung #Anonymität

Auf Instagram & Co ist man nicht wirklich anonym. (*keine Verschlüsselung des Chats, Tracking & Datenanalysen ...*) Instagram ist kein Ort für sehr persönliche Beratungsgespräche.

### Abgrenzung

persönliche und institutionelle Grenzen transparent kommunizieren.

### Weitervermitteln

Nicht selbst beraten, sondern an adäquate Stellen weitervermitteln.

### niedrigschwellige & anonyme Beratungsangebote

Insbesondere wenn Jugendliche bereits den anonymen Weg via Chat gesucht haben, ist eine Vermittlung an niedrigschwellige Onlineberatungsstellen gefragt.

### Hinweis auf weitere Handlungsoptionen #Akutheit

"Wenn du akute Gedanken hast. Wenn dein Leben in Gefahr ist, hole dir bitte sofort Hilfe. Z.B. gehe ins nächste Krankenhaus."

### Keine weitere aktive Kontaktaufnahme

z.B., um nachzufragen, wie es der Jugendlichen / dem Jugendlichen jetzt geht.

## Was, wenn der / die Jugendliche\*r den Kontakt via Instagram weiter sucht?

---

### nicht ignorieren, ...

nicht blockieren, ...

### weiterhin ernst nehmen, ...

### ansprechbar bleiben, ...

### ABER klare Abgrenzung u. Transparenz:

"hier ist nicht der richtige Ort"

"ich bin kein Profi für das Thema"

"es gibt Einrichtungen die dir helfen können"

### Angebot zum Besuch und direkten Kontakt in der Einrichtung.

# Was tun bei Akutheit? Akute Lebensgefahr

---

## Unterstützung holen

Kontaktaufnahme mit Abteilungsleiter\*innen / Vorgesetzten oder alternativ mit Kolleg\*innen, um sich zu beraten. Ist niemand erreichbar Kontaktaufnahme mit dem Krisendienst <https://krisendienst-mittelfranken.de>

## Transparenz & persönliche Abgrenzung

"Du bist in Lebensgefahr und ich kann nicht alleine damit umgehen.

## In Beziehung bleiben

Sind keinerlei Daten (Name, Wohnort bekannt, ist es wichtig in Beziehung zu bleiben und gleichzeitig eine Soforthilfe zu organisieren.

## Soforthilfe organisieren, ...

sobald zumindest der Wohnort klar ist, kann eine Soforthilfe vor Ort organisiert werden.

## ... dabei Handlungsoption vorerst beim Jugendlichen lassen.

Angebot: "Bitte gehe zum Krisendienst nach Nürnberg. Wir rufen dort in X min an, ob du angekommen bist. Wenn nicht müssen wir die Polizei informieren."

## Verantwortung abgeben

Wichtig ist es, die Verantwortung an Professionelle stellen abzugeben.

## Szenario: Ganz akuter Fall via Telefon

**Anbieten:** "Wir holen gemeinsam den Krankenwagen oder während wir telefonieren gehst du an einen sicheren Ort ins Krankenhaus oder zu einer Krisennotstelle.

**Wenn keine Kooperation möglich:** Klar kommunizieren: "Ich kann damit nicht alleine sein. Ich brauche auch Unterstützung. Ich werde Hilfe holen (Polizei)"

## Online Beratungen #Suizid

---

**U25 - Peer2Peer Onlineberatung zur Suizidprävention der Caritas**

### Beratung für suizidgefährdete junge Menschen [U25]

Du steckst in einer Krise oder denkst an Suizid? Du weißt nicht mehr, wie es weitergehen soll? Deine Sorgen, Fragen und Anliegen kannst Du bei der [U25] Online-Beratung loswerden. Hier beraten Dich Gleichaltrige - anonym und kostenlos.

CARITAS.DE

[U25] 

## eine Übersicht weiterer Hilfsangebote zum Thema Suizid.

### Weitere Hilfsangebote zum Thema Suizid von anderen Beratungsstellen

Hilfsangebote von anderen Beratungsstellen zu den Themen Suizid, Trauer, Depression ... für Jugendliche und junge Erwachsene

[U25] NÜRNBERG



## Jugendnotmail

### Jugendnotmail

Du brauchst Hilfe? Wir sind für dich da! Du bist nicht älter als 19, hast ein Problem und niemanden, mit dem du darüber reden kannst? Dann bist du hier richtig, denn wir hören dir zu. Schreib uns eine Nachricht! jugendnotmail.de ist eine kostenlose Online-Beratung. Unsere ehrenamtlichen Psycholog\*innen und Sozialpädagog\*innen beraten dich online, vertraulich und verlässlich.

JUGENDNOTMAIL



## diverse Beratungsstellen (u.a. Onlineberatung)

---

### Überblick über alle Beratungsstellen der Stadt Nürnberg

[https://nuernberg.de/internet/suchtpraevention/beratungsstellen\\_therapie.html](https://nuernberg.de/internet/suchtpraevention/beratungsstellen_therapie.html)

### Krisendienst Mittelfranken

Telefon, OnlineBeratung

### Online-Beratung

Willkommen bei der Onlineberatung des Krisendienstes Mittelfranken. Hier finden alle im Bezirk Mittelfranken Ansässigen rasche und unkomplizierte Hilfe und Unterstützung in einer seelischen Notlage. Die Beratung erfolgt anonym und nach den Grundsätzen der Schweigepflicht und des Datenschutzes .

KRISENDIENST-MITTELFRANKEN



### dick und dünn Nürnberg e.V.

von dick und dünn e.V.

DICK UND DÜNN NÜRNBERG E.V.:



Fachberatung für Frauen  
mit Essstörungen  
dick und dünn Nürnberg e.V.

## Stadtmission Nürnberg e.V., Suchthilfzentrum

offene Beratung für Jugendliche, Live Chat, Mail, Telefon.

### Hilfe im Leben - Stadtmission Nürnberg

Um den Besucherverkehr in unseren Einrichtungen gut koordinieren zu können, bitten wir Sie uns immer erst zu kontaktieren, bevor Sie unsere Einrichtungen persönlich aufsuchen. Wir vereinbaren dann Vor-Ort-Termine oder finden auf anderen Wegen eine Lösung für Ihr Anliegen. Offene Sprechstunden (ohne Termin) finden aktuell nicht statt. Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Nachsicht!

STADTMISSION-NUERNBERG



## U25 - Peer2Peer Onlineberatung zur Suizidprävention der Caritas

### Beratung für suizidgefährdete junge Menschen [U25]

Du steckst in einer Krise oder denkst an Suizid? Du weißt nicht mehr, wie es weitergehen soll? Deine Sorgen, Fragen und Anliegen kannst Du bei der [U25] Online-Beratung loswerden. Hier beraten Dich Gleichaltrige - anonym und kostenlos.

CARITAS.DE



## Lilith e.V. - Frauenberatung

- o Psychosoziale Suchtberatungsstelle PSB
- o Einzelberatung
- o Telefonberatung
- o Onlineberatung Lilith on\_line
- o Ambulante Therapie
- o Krisenintervention

### Über uns

Lilith on\_line ist ein Beratungsangebot für Frauen\*, die illegale Drogen konsumieren oder konsumiert haben. Lilith e.V. Drogenhilfe für Frauen und Kinder wurde 1993 in Nürnberg von Sozialpädagoginnen gegründet, um Drogenkonsumierenden Frauen\* und Kindern von Drogenkonsument\*innen eine gute Unterstützung geben zu können. Bei on\_line kann es um das Thema Konsum illegaler Drogen gehen - muss es aber nicht!

BERANET



## FMGZ-Frauen & Mädchen Gesundheitszentrum Nürnberg e.V.

### FMGZ Nürnberg

Infos: <http://www.frauen-in-nuernberg.de/?id=11207> Öffnungszeiten finden unter den gebotenen Sicherheitsmaßnahmen statt: mit Mund-Nasenschutz, Händedesinfektion und ausreichendem Abstand. Beratungen können telefonisch oder persönlich unter den gebotenen Sicherheitsmaßnahmen stattfinden: mit Mund-Nasenschutz, Handdesinfektion und ausreichendem Abstand. Kurse können im Moment, soweit möglich, nur online stattfinden. Bitte erkundigen Sie sich.

FMGZ-NUERNBERG



## Mudra

Beratung per telefon, email, chat

## Fachberatung bei Essstörungen / Jugendberatung bei Essstörungen, dick und dünn Nürnberg e.V.

Online Beratung: <https://essstoerungen-mittelfranken.beranet.info/>

**mudra.beranet.info: mudra-drogenhilfe nürnberg e.V.**

mudra-drogenhilfe nürnberg e.V.  
Information, Beratung und Begleitung vom KonsumentInnen illegaler Drogen. Therapievermittlung. Beratung und Unterstützung von Angehörigen [Eltern, PartnerInnen, Kindern, Freunden ...] und anders Betroffenen [LehrerInnen, KollegInnen, ...] KonsumentInnen illegaler Drogen und deren Angehörige Anonyme Beratung bei Problemen mit illegalen Drogen für KonsumentInnen sowie deren Angehörige und Freunde.

BERANET



## Glücksspielberatung

[www.Playchange.de](http://www.Playchange.de)

- Chat-Beratung
- Mailberatung
- Messenger-Beratung über App PlayOff
- Vor-Ort-Beratung
- Angebote für Angehörige
- Selbsthilfe App PlayOff auf Deutsch und Türkisch

## my.cash Jugendschuldnerberatung

Termine, persönlich.

**my.cash - Die Jugendschuldnerberatung - Jugendinformation Nürnberg**

MeinZimmer#Küche#Bad - Mietberatung für junge Menschen bis 26 Jahre

JUGENDINFORMATION-NUERNBERG



## Telefonberatung für neue Psychoaktive Drogen

mit Online Chatfunktion.

**Crystal Hotline**

Telefonberatung für Konsument\*innen von Crystal und neuen psychoaktiven Drogen und deren Angehörigen Die CRYSTAL UND NPS HOTLINE ist ein kompetenter Ansprechpartner für Suchtgefährdete, Suchtkranke und deren Angehörige zu allen Fragen, Problemen und Notlagen, die mit neuen psychoaktiven Drogen in Verbindung stehen. Konsumierende Anrufer\*innen erhalten Entscheidungshilfen, gewinnen neue Einblicke und können Notfallpläne erarbeiten.

CRYSTAL HOTLINE



## Broschüren #Suchtprävention

Auch gedruckt bestellbar

### Selbstverletzung



**flyer\_selbstverletzung.pdf**

PDF-Dokument

[WWW.NUERNBERG.DE](http://WWW.NUERNBERG.DE)

### Depression bei Kindern und Jugendlichen



**flyer\_depression.pdf**

PDF-Dokument

[WWW.NUERNBERG.DE](http://WWW.NUERNBERG.DE)

### Essstörungen bei Kindern und Jugendlichen

# Ich habe Essen satt!

Wo finde ich Hilfe?

**flyer\_ich\_habe\_essen\_satt.pdf**

PDF-Dokument

[WWW.NUERNBERG.DE](http://WWW.NUERNBERG.DE)

\*\*\*\*\*