

Jugendsuizid

Jugend - Blüte des Lebens - Zeit der Krisen und Konflikte

Mariann Ring MSc, Psychologin/Psychotherapeutin

Mariann Ring MSc, Psychologin/Psychotherapeutin und langjähriges Vorstandsmitglied des Forums für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich (FSSZ) berichtete im letzten Salon vom Montag 27. Juni 2016 über das Thema Jugendsuizid.

Trotz des vermeintlich belastenden Themas gelang es ihr, die Jugend in differenzierter Weise - einerseits als eine Zeit der Blüte des Lebens - aber auch als Zeit der Übergänge und der damit verbundenen Anfälligkeit auf Krisen und Konflikte darzustellen.

Ermutigend zu hören war, dass weiterhin die allergrösste Mehrheit der Jugendlichen unbeschadet und gestärkt aus dieser Lebensphase hervorgeht. Wenn allerdings Krisen und Konflikte als ausweglos und emotional nicht erträglich erlebt werden, kann es schlagartig und oft spontan zu vielleicht schon länger erwogenen Handlungen wie ein Suizidversuch oder bis hin zum Suizid kommen.

Suizide von Jugendlichen sind besonders tragisch. Wie viele tatsächlich verhindert werden können, ist schwierig in Zahlen zu belegen. Sicher ist aber, man kann etwas gegen Suizide tun - Präventionsmassnahmen haben einen Effekt.

Suizidprävention beginnt dort, wo sich zwei Menschen begegnen. Wenn Kindern und Jugendlichen in der Familie, im Kindergarten, der Schule, im Verein, etc. geholfen wird zu lernen, wie sie angemessen mit Konflikten und Krisen im Leben umgehen und dabei soziale Unterstützung in Anspruch nehmen können, ist ein grosses und wichtiges Stück Suizidverhütung geleistet.

Basierend auf dieser Erkenntnis startete der Kanton Zürich im September 2015 mit einem directionsübergreifenden Suizidpräventionsprogramm, wo auch das Thema: «Suizidalität bei Jugendlichen» einen Schwerpunkt bildet (weitere Informationen unter www-suizidpraevention-zh.ch).

Dr. Sebastian Haas