STUTTGART

Hilfe in suizidalen Krisen

Wegweiser für suizidgefährdete Menschen und ihre Bezugspersonen

Vorwort

Jeder Mensch kann in eine Krise geraten. Es gehört sogar zu einer gesunden seelischen Entwicklung, Krisen zu erleben und zu bewältigen. Unter bestimmten Umständen können sie allerdings aus eigener Kraft nicht überwunden und sogar lebensbedrohlich werden. Dann ist Hilfe von außen notwendig.

Wen der Gedanke nicht mehr loslässt, sich das Leben zu nehmen, befindet sich in einer Notlage. Je mehr das Gefühl wächst, den Schwierigkeiten nicht mehr gewachsen zu sein, desto eher können Suizidgedanken auftreten. Diese Gedanken müssen nicht immer den Wunsch zu sterben ausdrücken. Oft sind sie Ausdruck von Verzweiflung oder dem Gefühl, so nicht mehr weiterleben zu können. Eine suizidale Krise bedeutet daher zwar eine große Gefahr, sie kann aber auch überwunden werden, wenn angemessene Hilfe gefunden wird.

Wer davon spricht, lebensmüde zu sein, muss immer ernst genommen werden, denn die überwiegende Zahl aller Suizide werden vorher angekündigt. Dieser Mensch braucht unsere volle Aufmerksamkeit und sollte nicht alleine gelassen werden. Vorwürfe oder Appelle an die Vernunft sind zu vermeiden. Stattdessen ist es wichtig, dem Betroffenen vorurteilsfrei zuzuhören und, wenn es nötig erscheint, fachlich kompetente Hilfe zu vermitteln. Es reicht jedoch nicht, nur an einen Spezialisten zu verweisen. Vielmehr sollten Details für die weitere Hilfestellung genau mit dem Betroffenen besprochen, vielleicht auch Begleitung angeboten werden.

In Stuttgart gibt es eine Vielzahl an Hilfsangeboten für Menschen, die in eine Lebenskrise geraten und suizidgefährdet sind, sowie für Angehörige und Hinterbliebene nach einem Suizid. Diese Broschüre nennt Adressen und Telefonnummern von Einrichtungen, die mit Kompetenz und Erfahrung Hilfen zur Überwindung einer suizidalen Krise anbieten.

Hilfen für Kinder, Jugendliche und deren Eltern

Kinder- und Jugendpsychiatrische Institutsambulanz des Klinikums Stuttgart

Stuttgart-West	0711 278-72881

Psychologische und soziale Beratungsstellen des Caritasverbandes für Stuttgart e. V.

Stuttgart-Mitte	0711 601703-10
Stuttgart-Bad Cannstatt	0711 9334106-0

Psychologische Beratungsstellen der Evangelischen Kirche in Stuttgart Eltern-, Jugend-, Ehe- und Lebensberatung

Stuttgart-West	0711 66959-0
Stuttgart-Degerloch	0711 7657151

Beratungszentren Jugend und Familie der Landeshauptstadt Stuttgart

Bereich Bad Cannstatt	0711 216-96855
Bereich Möhringen, Sillenbuch	0711 216-96907
Bereich Feuerbach	0711 216-98414
Bereich Wangen	0711 216-57678
Bereich Stuttgart-Mitte, -Nord	0711 216-57447
Bereich Zuffenhausen/Neugereut, Freiberg, Hofen	0711 216-98469
Bereich Bad Cannstatt Römerkastell/ Münster, Hallschlag, Burgholzhof	0711 216-89008
Bereich Stuttgart-Ost	0711 216-57841
Bereich Stammheim, Zuffenhausen	0711 216-57420
Bereich Stuttgart-Süd	0711 216-57806
Bereich Vaihingen	0711 216-59293
Bereich Weilimdorf	0711 216-57360
Bereich Stuttgart-West	0711 216-57666

Hilfen für Erwachsene

Als Anlaufstelle können ambulante Systeme wie psychiatrische/ psychotherapeutische Einrichtungen hilfreich sein sowie niedergelassene Fachärzte oder Psychotherapeuten.

Psychiatrische Institutsambulanz des Klinikums Stuttgart
Stuttgart-West **0711 278-23017**

Klinikum Stuttgart, Zentrum für Seelische Gesundheit
Prießnitzweg 24, 70372 Stuttgart

Psychiatrische Institutsambulanz des Furtbachkrankenhauses
Stuttgart-Süd **0711 6465-271**

Furtbachkrankenhaus Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Furtbachstraße 6, 70178 Stuttgart

Psychiatrische Institutsambulanz der Klinik des Rudolf-Sophien-Stifts
Stuttgart-Süd **0711 6011-104**

Krisen- und Notfalldienst
Montag bis Freitag 9 bis 0 Uhr an Wochenenden
und Feiertagen 12 bis 0 Uhr **0180 5110444**

Arbeitskreis Leben Stuttgart e. V. (AKL)
Hilfe bei Selbsttötungsgefahr und Lebenskrisen
Römerstraße 32, 70180 Stuttgart
E-Mail: akl-stuttgart@ak-leben.de
www.ak-leben.de **0711 600620**

Psychologische Beratungsstellen der Evangelischen Kirche in Stuttgart
Stuttgart-West **0711 66959-0**
Stuttgart-Degerloch **0711 7657151**

Psychologische Familien und Lebensberatung der Diözese Rottenburg-Stuttgart
Stuttgart-Mitte **0711 2262055**

Hilfen (nachts, an Feiertagen und Wochenenden)

Psychiatrischer Rufbereitschafts-Notfalldienst der Notfallpraxis
Stuttgart am Marienhospital
Böheimstr. 37, 70199 Stuttgart **0711 116117**

Patienten kommen ohne vorherige telefonische Anmeldung!
Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 19 bis 0 Uhr
Samstag, Sonntag und Feiertag von 7 bis 0 Uhr

Krisen- und Notfalldienst **0180 5110444**
Montag bis Freitag 9 bis 0 Uhr
an Wochenenden und Feiertagen 12 bis 0 Uhr

Telefonseelsorge, evangelisch, rund um die Uhr **0800 1110111**

Telefonseelsorge, katholisch
(Ruf und Rat) rund um die Uhr **0800 1110222**

Klinikum Stuttgart, Zentrum für Seelische Gesundheit
Prießnitzweg 24, 70372 Stuttgart

Furtbachkrankenhaus
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Furtbachstraße 6, 70178 Stuttgart

Informationen im Internet

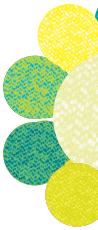
Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention
www.suizidprophylaxe.de

Nationales Suizidpräventionsprogramm
für Deutschland
www.suizidpraevention-deutschland.de

Arbeitskreis Leben Stuttgart e. V. (AKL)
www.ak-leben.de

Landeshauptstadt Stuttgart
www.stuttgart.de

Bei unmittelbarer Gefahr wenden Sie sich bitte an den Notruf 112.



Herausgeberin: Landeshauptstadt Stuttgart, Sozialamt in Verbindung mit der Abteilung Kommunikation
November 2017