



**SUPRA**   
Suizidprävention Austria



## **Seminar „Suizidprävention“**

### **Suizidalität geht uns alle an – Suizid ist verhinderbar**

#### **Aktuelle Situation**

In Österreich sterben täglich 3 Menschen durch Suizid, wenn man sich an den offiziellen Suizidstatistiken orientiert - die Dunkelziffer ist beträchtlich höher. Darüber hinaus finden etwa 10-30 Mal so häufig Suizidversuche statt.

In der Gruppe der 15- bis 29-Jährigen stellt Suizid die zweithäufigste Todesursache dar, das Risiko für Suizid steigt aber mit dem Alter. Männer sind viermal häufiger betroffen als Frauen.

Jeder Suizid ist eine große menschliche Tragödie und betrifft zugleich auch Freunde, Familien und Gemeinschaften mit lange andauernden Konsequenzen.

Suizide entstehen auf der Grundlage psychosozialer Krisen und seelischer Erkrankungen, wobei der Depression eine überragende Bedeutung zukommt. In einer suizidalen Krise empfinden Menschen oft so starke seelische Schmerzen, dass kein anderer Ausweg möglich zu sein scheint und Suizid den verzweifelten Versuch darstellt, dem unerträglich gewordenen Leiden zu entkommen.

Dabei steht nicht der Tod im Vordergrund der Überlegungen, sondern vielmehr der Wunsch, dem seelischen Leiden ein Ende bereiten. Bei den Verzweifelten besteht oft ein tiefer innerer Zwiespalt beim Gedanken, sich das Leben zu nehmen – sie wünschen sich zwar eine Alternative zum Suizid, sehen aber häufig keine.

Suizid ist verhinderbar und Suizidprävention beginnt damit, Warnzeichen zu erkennen und ernst zu nehmen. Offen über suizidale Gedanken zu sprechen, kann ein Leben retten.

#### **ÖGS/SUPRA zertifiziertes Gatekeeper-Training für Suizidprävention**

Bereits zum zweiten Mal findet in Österreich eine Bundesländer-übergreifende Schulung von Gatekeeper-TrainerInnen zur Suizidprävention statt, diesmal im Rahmen eines EU-Projektes und koordiniert über die Österreichische Gesellschaft für Suizidprävention (ÖGS) sowie SUPRA Austria (<https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Nicht-uebertragbare-Krankheiten/Psychische-Gesundheit/Suizid-und-Suizidpr%C3%A4vention-SUPRA.html>).

In diesem Rahmen werden eintägige Workshops durchgeführt, um alle InteressentInnen, die mit Suizidalität konfrontiert sind und sich mehr Kompetenzen und weniger Scheu im Umgang mit suizidalen Menschen aneignen möchten, darin zu schulen.



**SUPRA**   
Suizidprävention Austria



## Seminarinhalte im Überblick

Wissen und Fertigkeiten im Umgang mit suizidgefährdeten Personen sollen durch eine Mischung aus Theorievermittlung und Falldarstellungen, sowie praktischen Übungen vermittelt werden, um der besonderen Beziehungsproblematik suizidgefährdeter Personen gerecht zu werden.

Neben allgemeinen Informationen und Fakten zum Thema Suizid und dem Erlernen von Fertigkeiten im Umgang mit den Betroffenen, wird im Seminar thematisiert, wie die Beziehungsaufnahme zu suizidalen Menschen gelingen kann. Die Fähigkeit zur Selbst- und Fremdwahrnehmung, zum Erkennen von Übertragungs- und Gegenübertragungsgefühlen im Kontakt mit suizidalen Menschen soll geschärft werden.

### Folgende Themen werden vermittelt:

- Basale Fakten und gesellschaftliche Vorurteile zum Thema Suizidalität
- Kriterien zum Erkennen von Suizidalität und zur Einschätzung des Ausmaßes der Suizidgefährdung
- Psychische Funktionen und Gründe für Suizidalität, Verstehen von Suizidalität (Was kann in jemanden vorgehen, der überlegt, sich das Leben zu nehmen?)
- Kontaktaufnahme und Gesprächsführung mit suizidalen Menschen
- Prinzipien und Methodik der Krisenintervention bei Suizidalität
- Reflexion der eigenen Einstellung und Haltung zu Suizid und Suizidalität
- Stationäre Aufnahmen (Indikation, Prozedere)
- Weitervermittlung – an wen und wohin?

### Zielgruppe

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sowie Psychotherapeut\*innen in Ausbildung unter Supervision

Gatekeeper – also Menschen, die im Rahmen ihrer beruflichen oder auch ehrenamtlichen Tätigkeiten mit Suizidalität und deren Folgen konfrontiert sind und sich mehr Kompetenzen im Umgang mit suizidalen Menschen und deren Angehörigen aneignen möchten.

### Zeit/Ort/Ablauf/je ein Seminartag mit selbem Inhalt buchbar

Mo., 20. November 2023

Mo., 04. Dezember 2023

8 Arbeitseinheiten zu je 45 Minuten, 09:00 bis 17:00 Uhr

Gruppen von etwa 10 bis 15 TeilnehmerInnen

STLP Seminarraum Sonne im Spacelend, Neubaugasse 24, 1. Stock, 8020 Graz



**SUPRA**   
Suizidprävention Austria



### **Anmeldung**

Die Anmeldung erfolgt über den Veranstaltungskalender des STLP

20.11.23 Link: <https://www.stlp.at/event/seminar-suizidpraevention-201123/>

04.12.23 Link: <https://www.stlp.at/event/seminar-suizidpraevention-041223/>

### **Zertifizierung:**

STLP: Fortbildungseinheiten 8

### **Teilnahmekosten**

Mitglieder/Nichtmitglieder 30,-

Ausbildungskandidat\*innen 20,-

### **Referent\*innen:**

Dr.in Ulrike Schrittwieser

Mag. Alexander Sadilek

Co-Trainer\*innen (iA/S)

### **Kontaktaten für Fragen zum Seminar**

Institut für Suizidprävention Graz

M: +43 664 4409622

E: [office@ifsg.at](mailto:office@ifsg.at)

W: [www.ifsg.at](http://www.ifsg.at), <https://suizidpraevention-gatekeeper.at/>

### **In Kooperation mit dem STLP**