

Fortbildung: Suizidalen Menschen begegnen.
Rollenspielübung.

Rolle: **Betroffene.**

Ablauf der Übung:

1. Vorbereitung (max. 5 Minuten)
2. Gespräch (max. 10 Minuten)
3. Auswertung (max. 15 Minuten)

1. Vorbereitung:

Bitte lesen Sie sich Ihre fiktive Situation durch und fühlen Sie sich in die Rolle der Betroffenen.

Zeit: **max. 5 Minuten.**

Ihre Situation (Frau J., 53 Jahre):

Sie sind vor einem Jahr in eine neue Stadt gezogen. Der Umzug, bedingt durch einen neuen Job, war sehr kräftezehrend. Der Versuch, bei einem Chor neue Menschen kennenzulernen scheiterte, da Sie sich mit den herausfordernden Chorstücken überfordert fühlten. Seither gelingt es Ihnen nicht wirklich, sozialen Anschluss zu finden. Lediglich Ihre Nichte besucht sie ab und an. Es fällt Ihnen schwer, aufzustehen, zur Arbeit zu gehen oder andere Dinge zu unternehmen. Zunehmend fühlen Sie sich einsam und denken immer wieder darüber nach, sich das Leben zu nehmen. Seit einigen Wochen haben Sie begonnen, Tabletten zu sammeln. Sie vermissen Ihren verstorbenen Ehemann, der sich vor 8 Jahren das Leben genommen hat. Das wichtigste Erinnerungsstück Ihres verstorbenen Ehemanns ist eine Halskette, welche Sie Ihrer Nichte beim letzten Besuch zum Abschied geschenkt haben.

Gefühle: Einsamkeit, Überforderung, Sehnsucht nach Sozialkontakten, Trauer, in manchen Momenten Freude.

Suizidgedanken: Suizid als Lösungs-/Fluchtversuch, vage Pläne (Methode) entstehen, jedoch besteht auch eine Ambivalenz: Sie wollen für Ihre Nichte da sein und an Ihrer neuen Arbeitsstelle fühlen Sie sich recht wohl.

2. Gespräch:

Sie werden von eine*r Arbeitskolleg*in, die sie schon eine Weile kennen, angesprochen.

Zeit: **max. 10 Minuten.**

3. Auswertung:

Leitfragen Betroffene:

- Haben Sie sich gut aufgehoben/ernstgenommen gefühlt?
- Gab es Dinge, die Sie sich im Gespräch anders gewünscht hätten?
- ...

Zeit: **max. 15 Minuten.**