

TelefonSeelsorge launcht App „KrisenKompass“ – Suizidprävention wird digital

Die TelefonSeelsorge Deutschland startet mit dem KrisenKompass eine rein digitale Hilfe für Menschen in der suizidalen Krise. Mit der App erweitert der Verbund das bisherige Angebot und richtet sich damit an drei Gruppen:

- Menschen in der suizidalen Krise
- Angehörige, Kollegen und Freunde, die unterstützen möchten
- Angehörige, die eine Person durch Suizid verloren haben.

„Wir haben die App entwickelt, um jene zu unterstützen, die sich nicht trauen mit uns zu sprechen oder uns zu schreiben. Wir hoffen, dass dieses niederschwellige Angebot das Rüstzeug an die Hand gibt, einen Krisenfall besser zu meistern“, erklärt Dorothee Herfurth-Rogge (Vorsitzende der Evangelischen Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür e.V.) den Hintergrund der App.

Michael Hillenkamp, Sprecher der Katholischen Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür, ordnet die App in das Angebot der TelefonSeelsorge ein: „Die App ist konkrete Seelsorge; Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen ist ein Menschenrecht!“

App auch für beraterisch-therapeutische Zwecke nutzbar

Menschen in einer schwierigen seelischen Situation benötigen eine klare und selbsterklärende Ansprache, da die kognitiven Möglichkeiten überlagert sind. „Mit unserer App haben wir stark darauf geachtet, eine leichte Userführung einzubringen und bewusst leicht lesbare Texte verfasst“, so Dr. Stefan Schumacher, Projektleiter des KrisenKompass und Leiter der TelefonSeelsorge.

Im KrisenKompass stehen Funktionen bereit, die auch in der Psychotherapie genutzt werden wie zum Beispiel die Aufzeichnung von Stimmungen als Tagebuchfunktion oder das Anlegen eines Safety-Plans. „Er kann in stabilen Momenten angelegt werden und ist sehr hilfreich, wenn man weiß, in der Krisensituation kann ich darauf zurückgreifen“, beschreibt Schumacher den Mehrwert. Als Erste-Hilfe-Koffer für den Notfall kann ich in der App außerdem persönliche Archive anlegen, um aufbauende Gedanken oder persönliche Fotos, Erinnerungen oder Lieder zu speichern. Erläuterungen von Entspannungstechniken sowie Kontakte für den Notfall wie TelefonSeelsorge und andere professionelle Anlaufstellen, geben konkrete Hilfestellungen für eine Krise.

Thematisierung von Suizidalität in 2019

Im Jahr 2019 wurde das Thema Suizidalität (Suizidabsicht, Suizidversuch, Suizidgedanken, Suizid eines anderen) in rund 103.000 der Gespräche der TelefonSeelsorge thematisiert (Telefon, Mail, Chat und Vor Ort). Davon waren mehr als 23% der Gespräche mit Jugendlichen und Kindern bis 29 Jahren. Besonders die digitalen Wege werden genutzt: konkret waren 68,2% aller Chatgespräche und 61,4% Mails zum Thema Suizidalität mit dieser Altersgruppe.

Die TelefonSeelsorge

Als eine der ersten Suizidpräventionsmaßnahmen des Landes wurde die TelefonSeelsorge 1956 gegründet. Um den Zugang möglichst vielen Menschen zu ermöglichen, steht sie rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr bereit. Die Seelsorge ist ideologisch, konfessionell und politisch unvoreingenommen.

Über vier Wege ist die TelefonSeelsorge zu erreichen: Telefon, Mail, Chat und in einigen Städten Vor Ort. 2019 wurden 932.100 Telefonate, 49.951 Vor Ort- und 19.540 Chatgespräche geführt sowie 34.795 Mails geschrieben. Dank Unterstützung der Deutschen Telekom sind die Telefonnummern 0800/1110111 und 0800/1110222 gebührenfrei.

Downloadlinks:

<https://ios.krisen-kompass.app>

<https://android.krisen-kompass.app>



Weitere Informationen

Gerne können Sie uns auch direkt im Interview befragen:

Dorothee Herfurth-Rogge (Vorsitzende der evangelischen Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür e.V.): „Der KrisenKompass ist für uns die logische Ergänzung unseres Angebots in der digitalen Zeit.“

Michael Hillenkamp (Sprecher der katholischen Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür): „Wenn wir es mit Suizid und Krisen zu tun haben, sprechen wir von einer wirklichen, weltweiten und gefährlichen Pandemie, die mit großer Not einhergeht und auch heute noch oft tabuisiert wird.“

Dr. Stefan Schumacher (Projektmanagement KrisenKompass): „Als wir begonnen haben, den KrisenKompass publik zu machen, wurde ganz schnell deutlich, dass die App neben der Soforthilfe in Krisenmomenten auch ein tolles Werkzeug für die therapeutische Begleitung sein kann.“

Birgit Knatz (Fundraisingbeauftragte für den KrisenKompass): "Die KrisenKompass App ist ein erster Hilfe-Koffer für die Hosentasche, der durch die Unterstützung vieler

Spenderinnen und Spender möglich geworden ist.“

Kontakt

Für konkrete Terminierungen oder weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Astrid Fischer
Pressesprecherin der TelefonSeelsorge

presse@telefonseelsorge.de

0228 / 260 00 166

Digitale Suizidprävention



*Impressum:
Pressestelle der TelefonSeelsorge
Heinrich-Brüning-Str. 9
53113 Bonn
Newsletter abbestellen*