

Literatur Suizid

Suizid...? Aus dem Schatten eines Tabus

Hans-Balz Peter, Pascal Mösl; Tvs Theologischer Verlag 2003



Im vorliegenden Band äußern sich Fachleute, die auf verständliche Art und Weise über das Tabuthema Suizid sprechen. Die Beiträge kommen aus den Gebieten der Medizin, der Psychologie, der Ethik, der Philosophie und der Theologie, sie behandeln aus unterschiedlichen Perspektiven unter anderem Themen wie das Entstehen von Suizidalität, die Suizidverhütung und die Verantwortung der Gesellschaft.

Suizid. Das Trauma der Hinterbliebenen, Erfahrungen und Auswege

Manfred Otzelberger; Dtv 2002



Jedes Jahr bringen sich in Deutschland mehr Menschen um als es Verkehrstote gibt. Alle halbe Stunde geschieht ein Suizid, alle zweieinhalb Minuten wird einer versucht. Manfred Otzelberger, zweifacher Journalistenpreisträger für soziale Themen, setzt sich mit den Begriffen "Selbstmord", Freitod und Suizid auseinander. Klärt zugleich über die historischen und kulturellen Aspekte des Suizids auf und beleuchtet die Problematik Sünde - Scham - Schuld. Er beschreibt anhand zahlreicher Beispiele, mit welchen Problemen die Hinterbliebenen zwangsweise konfrontiert sind und auf welche unterschiedliche Weise sie sich bewältigen lassen. Ein Serviceteil bietet dazu Hinweise für den Umgang mit Behörden und Medien sowie Adressen von Beratungsstellen.

Ich wollte doch dein Leben schützen! Erleben, Sinnsuche und Trost nach dem Verlust eines Kindes. Schwerpunkt Suizid

Erika Bodner; Weishaupt 2002



Das Buch beleuchtet mit großer Offenheit das Leiden des Sohnes und im Zusammenhang damit den Weg der Mutter und der ganzen Familie. Die Autorin ist Psychologin und selbst betroffene Mutter. Sie beschreibt den Verlauf ihrer Trauer und behandelt die sich daraus ergebenden Lebensfragen, die für eine keiner traditionellen Religion Angehörige schwerer zu bewältigen sind. Sie will Schuldzuweisungen der Umwelt in Frage stellen, die ein Freitod oft mit sich bringt. Der Grundtenor des Buches ist „Lernen durch Leid“, eine Lebenshilfe für alle von ihm Betroffenen.

Auf einer Harley Davidson möchte ich sterben

Lothar Semper; Beltz Verlag 2001



Nach Marks Selbstmord beginnt für Benno ein schwieriger und schmerzhafter Prozess der Auseinandersetzung und Zwiesprache mit dem Freund, der ihm immer fremd blieb. Ein Prozess, in dem Benno nicht nur etwas von Mark begreift, sondern auch viel über sich selbst erfährt.

Suizid und Todessehnsucht Erklärungsmodelle, Begleitung und Prävention

Ebo Aebischer-Crettol; Hoffmans Verlag 2002



Menschlich, wissenschaftlich fundiert, ein wie mir scheint, begnadeter Seelsorger hat sich intensiv mit dem Thema Suizid beschäftigt. Ein Seelsorger, der auch die modernen technischen Hilfsmittel nicht ablehnt, ja, sie anwendet (e-Mail, SMS), wenn es, um zu helfen, geboten erscheint. Umfassend nähert er sich diesem Thema und kommt zu dem erstaunlichen Ergebnis, dass z.B. in der Bibel der Suizid öfter angesprochen wird und vorkommt als erwartet. Ursachenforschung, Erklärungsversuche, Folgen für die Angehörigen, für die Geschwister, Bewältigungsangebote werden aufgezeigt. Mit den vielen persönlichen Berichten und Erfahrungen ist es sogar teilweise spannend zu lesen. Es verliert aber nie an Tiefe, und der Leser spürt die Ernsthaftigkeit, mit der das Thema so umfassend angeschaut und beschrieben wird. Nach dem dornenreichen, tränen-nassen Weg durch die Trauer kann die zunächst im Mittelpunkt stehende Frage des WARUM für die Angehörigen zu einer neuen Identitäts- und Sinnfindung werden. "Sein/ihr Leben und Sterben, WARUM uns in Erinnerung an ihn/sie zu entfalten."

Das Jahr ohne Pit

Maja Gerber-Hess; Bertelsmann Verlag 2000



Noch ein gutes Jahr bis zur Matura, da hat die 18jährige Monika ein schreckliches Erlebnis: Ihr Freund und Mitschüler Pit hat sich zu Hause, in der Wohnung seiner Eltern, erschossen. Sein leerer Platz im Schulzimmer erinnert Monika tagtäglich an das unfassbare Ereignis. Für die heranwachsende junge Frau hat sich das Leben mit einem Schlag völlig verändert. Sie kann und will nicht akzeptieren, dass es für Pit nur diese eine, endgültige Lösung gegeben haben soll. Die Autorin versteht es, die Trauerarbeit von Monika mit sehr viel Einfühlungsvermögen und Taktgefühl zu schildern. Ein Happyend gibt es keines, wohl aber ein Zeichen dafür, dass Monika da durchkommt. Ab 12 Jahren

vergriffen

Leben ohne dich. Wenn geliebte Menschen in den Tod gehen

Bianca Lang; Aufbau Verlag 2006



Tabu-Thema Suizid. Ein einfühlsames Buch, das aus der Isolation hilft. Allein in Deutschland nehmen sich jedes Jahr etwa 12.000 Menschen das Leben. Das sind mehr Tote als durch Verkehrsunfälle, Gewaltverbrechen und Drogen zusammen. Trotzdem spricht kaum jemand über das Thema. Die Journalistin Bianca Lang erzählt aus einer sehr persönlichen Sicht und außergewöhnlich offen vom Selbstmord ihres Vaters und lässt auch andere Betroffene ihren Verlust schildern. Sensibel und eindringlich beschreibt die Autorin die Trauer und den Schmerz nach einem Suizid. Der Tod durch eigene Hand lässt die Menschen immer noch verstummen - ein Zustand, der Angehörige zusätzlich belastet. Dieses Buch soll das ändern und bietet Betroffenen eine Hilfe im Umgang mit dem traumatischen Erlebnis, indem es das Leben derer beschreibt, die mit den Folgen eines Suizids kämpfen müssen, mit Selbstzweifeln, unbeantworteten Fragen, Wut, Schuld, Hilflosigkeit, Überforderung und Scham. Mit der Schilderung verschiedenster Schicksale werden auch Wege aus der Krise sichtbar. Bianca Lang gelingt es durch ihre einfühlsame Betrachtung, Betroffenen Hoffnung und Trost zu spenden und aus der Isolation zu helfen. Ein Adressverzeichnis mit Anlaufstellen für Hilfesuchende komplettiert den Band.

vergriffen

Warum hast du uns das angetan?

Chris Paul; Gütersloher Verlagshaus (5. überarb. u. erweiterte Auflage) 2006



Ein Begleitbuch für Trauernde, wenn sich jemand das Leben genommen hat. Schwierigkeiten und Chancen des Trauerns nach einem Suizid. Hilfestellungen für den Weg in ein »Leben danach«
Warum hast du uns das angetan? Dieses meistgelesene Buch über Trauer nach Suizid erscheint jetzt in einer aktualisierten und erweiterten Neuauflage. Neue Kapitel über Trauer bei Kindern und Jugendlichen, Schuldgefühle und Traumatisierung ergänzen dieses Standardwerk für alle, die durch einen Suizid betroffen sind. Trauernde und Trauerbegleiter finden hier alle nötigen Informationen, einfühlsam und lebensnah aufbereitet. Konkrete Übungen helfen bei der Bewältigung, Abschnitte für Angehörige und Helfer geben Hinweise auf sinnvolle Unterstützungsangebote.

Trauer nach Suizid bei Kindern und Jugendlichen

Paul Chris, Brockmann Elisabeth; AGUS Schriftenreihe 2007

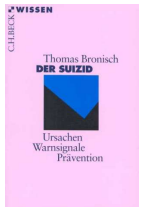


Informationen für Erwachsene, wenn sie mit Kindern oder Jugendlichen über die Selbsttötung von Angehörigen oder Freunden sprechen möchten. Die Unfassbarkeit eines Suizid lässt uns Erwachsene oft sprachlos und hilflos werden gegenüber Kindern und Jugendlichen. Es stellen sich Fragen wie z.B.: Wie erkläre ich es meinem Kind? Darf, kann oder soll mein Kind die Wahrheit wissen? Wie soll ich auf Fragen reagieren, wenn ich doch selbst keine Antwort finde?

Broschüren-Bestellung: agus-selbsthilfe.de

Der Suizid. Ursachen, Warnsignale, Prävention

Thomas Bronisch; Beck 2007



Bis zum heutigen Tag ist der Suizid ein Tabu geblieben. Zum Beispiel ist wenig bekannt, dass in der Bundesrepublik schon seit Jahren die Zahl der Suizidtoten die der Verkehrstoten übersteigt. Dieses Buch gibt einen Überblick über die Hintergründe von Suizid und Suizidversuch, und es informiert über Erscheinungsformen, Ursachen, Warnsignale, Prävention und Therapie. Es geht dabei darum, Legenden zu korrigieren und ein sowohl wissenschaftlich haltbares wie auch in der konkreten Krisenintervention hilfreiches Bild von Suizid und Suizidgefährdung zu vermitteln.

Warum konnten wir dich nicht halten?

Carin Dioda, Tina Gomez; Kreuz Verlag 2008



Die Selbsttötung eines nahe stehenden Menschen zu bewältigen zählt zu den härtesten Prüfungen, die das Leben bereithält, und Betroffene müssen dieses Schicksal oft einsam und ohne Unterstützung bewältigen. Es war nicht ihre Entscheidung, aber sie tragen die Folgen. Doch der Suizid ist auch gesellschaftlich ein Tabu. Das macht den Verlust zusätzlich schmerzhaft. Außenstehende können kaum verstehen, was die Trauernden fühlen. In diesem Buch kommen Fachleute und zahlreiche Betroffene zu Wort. Mit ihren Berichten wollen sie anderen Betroffenen Mut machen und zeigen, dass das Leben auch nach einem so traumatischen Erlebnis wieder lebenswert sein kann.

Dann geh' ich zu Mama ins Bett. Arbeitsbuch zum Thema Tod und Suizid

Barbara Juen, Manuela Werth; Berenkamp 2008



Die Autorinnen sind Mitglieder des Kriseninterventionsteams an der Universität Innsbruck und bieten psychologische Hilfeleistung für Angehörige und Opfer nach traumatischen Ereignissen. Oft sind auch Kinder involviert, und so entstand die Idee zu diesem Buch aus dem Bedürfnis heraus, geeignete Unterlagen für die Arbeit mit Kindern nach Suiziderelebnissen zur Verfügung zu haben. Es ist wichtig, dass Kinder lernen, was gegen "schlechte" Gefühle getan werden kann und an wen sie sich wenden können. Das Buch richtet sich an Eltern, Psychologen, Therapeuten, Kindergärtnerinnen, Lehrer - an alle, die sich mit diesem Thema aufgrund eines aktuellen Ereignisses oder auch nur aus Interesse auseinandersetzen müssen oder wollen.

Wenn sich jemand selbst getötet hat Arbeitsheft für Kinder von 5 – 13 Jahren

Trauerland, Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche (Hrsg.), Bremer Medien-Verlag 2007



„Wenn sich jemand selbst getötet hat“ ist ein persönliches Arbeitsheft für jedes Kind, in deren Familien sich jemand selbst getötet hat. Die Kinder können sich auf unterschiedliche Weise mit verschiedenen Aspekten des Themas beschäftigen. Die Kinder erfahren zunächst, dass sie nicht allein sind. Andere Kinder, deren Mutter, Vater, Bruder oder Schwester sich getötet haben, kommen zu Wort. Das spendet Trost und ermuntert, das eigene Erleben auszudrücken. Daneben werden Informationen und Tipps gegeben. Der Umgang mit Tabuisierungen und die Rückkehr in die Schule werden angesprochen. Rätsel und Übungen eröffnen spielerische Zugänge für die Bearbeitung des Themas. Erinnerungen an den Verstorbenen werden festgehalten und schließlich die eigene Geschichte aufgezeichnet. Den Kindern werden die Reihenfolge und die Wahl der Mittel freigestellt, denn jedes Kind trauert anders. Malen, schreiben, lesen – Trauer, Schuldgefühle, Wut, Angst, Träume ... alles findet einen Platz. So kann das Heft für Kinder ein Begleiter in der Trauer sein.

Anregung von RAINBOWS: wir empfehlen die Begleitung durch einen Erwachsenen.
ab 5 – 13 Jahren

Wir wollen leben: Suizid in der Familie bewältigen

Petra Endres; Balance Buch und Medien 2009



Der Suizid des Partners und Vaters hinterlässt quälende Fragen und Schuldgefühle. Dieser bewegende Erfahrungsbericht einer Witwe schildert, wie sie selbst und ihre Kinder den Schock und die Trauer verarbeitet und neue Lebenskraft gewonnen haben. Fassungslos erlebt Petra Endres, dass ihr Mann sich im Schlafzimmer erhängt hat. Wie soll es für sie und ihre beiden kleinen Kinder weitergehen? Mit den Kindern offen über den Tod zu sprechen und ihre Gefühle ernst zu nehmen, erweist sich als Schlüssel für die Verarbeitung. Immer zuversichtlicher vertraut die Autorin ihrer inneren Stimme und findet gemeinsam mit ihren Kindern wieder Boden unter den Füßen. Die Unterstützung der Freunde, die eigene Arbeit und am Ende auch eine neue Liebe sorgen mit dafür, dass es für die Familie ein lebenswertes Leben nach dem Suizid gibt.

**„Da spricht man nicht drüber.“
Wie Jakob den Suizid seines Vaters erlebt.**

Mechthild Hüsch, Heinrich Hüsch, Hüsch & Hüsch 2009



Suizid – Thema für ein Kinderbuch? Das AutorInnenteam ist davon überzeugt. Sie möchten den Suizid für jung und alt zum Thema machen. Jährlich töten sich in der BRD etwa 12000 Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Von diesen Selbsttötungen betroffen sind wiederum deren Kinder, Geschwisterkinder, Schulklassen, Eltern. Mehr noch als der "normale" Tod ist der Suizid tabuisiert. Daraus resultieren häufig Scham- und Schuldgefühle. Alles zusammen führt manchmal, wenn nicht zu einer sozialen, dann aber zu einer innerlichen Einsamkeit. Rückzug statt reden. Nicht so Jakob. Er erzählt vom Suizid seines Vaters und wie er alles das erlebt, was um ihn herum passiert. An vielen kleinen Situationen wird erzählt, wie der 12jährige Junge die Reaktionen seiner Familie, Freunde, Nachbarn und Schulkollegen erfährt, nachdem sein Vater sich getötet hat. Manches verletzt, anderes ist tröstlich. Eine Geschichte, die gelesen und gefühlt, verändern kann. Die Menschen, um die es geht, sind es wert. Die Geschichte wird ergänzt durch zwei Fachkommentare.