

Suizidprävention in der Landwirtschaft: Wie und wo muss angesetzt werden?



Christine Bühler,
Präsidentin SBLV



Gabriela Stoppe,
Präsidentin Ipsilon



Anne Stettbacher,
Beraterin Inforama

Früh und gemeinsam die Probleme angehen

In der Landwirtschaft kämpfen wir mit dem Mythos: Bauern dürfen keine Probleme haben, sonst sind sie schlechte Bauern. Vielleicht beginnen wir als Prävention gleich mit dem Satz: «Du bist ein Mann und du darfst ein Problem haben.» Probleme sollte man zusammen möglichst früh und aktiv angehen. Ein niederschwelliges Hilfsangebot kann dabei die Plattform «Hilfe und Unterstützung» des SBLV sein. Auf dieser Plattform sind Informationen und Adressen aufgeschaltet. *et*

Lebensmüdigkeit ansprechen

Am besten zeigen wir dem Gegenüber Empathie und die Sorge um ihn. Wir können dazu ein Gespräch wie folgt beginnen: «Mir scheint, du hast es streng. Magst du mir sagen, wie du damit umgehst?» Wenn im Gespräch eine Lebensmüdigkeit gespürt wird, diese unbedingt ansprechen. Die Antwort soll nicht gewertet werden. Machen Sie ein Hilfsangebot. Hilfe anbieten kann bedeuten, gemeinsam den Anruf beim Sorgentelefon zu machen oder die Person zum Hausarzt zu begleiten. *et*

Sensibilisierung von Lehrpersonen

Am Inforama schulen wir die Lehrpersonen, damit sie Krisen erkennen und hellhörig werden. Eine Lehrperson muss das Problem nicht lösen, es geht um ein erstes Hinhören und wahrnehmen. Dann können sie Hilfe beziehen, etwa bei uns an der Beratungsstelle für Lernende und deren Umfeld. Die Lernenden können sich in schwierigen Situationen auch direkt und vertrauensvoll an mich wenden. Pro Jahr haben wir ein bis zwei Fälle von Lernenden, die akut suizidal gefährdet sind. *et*