

Das Tabuthema Suizid tritt aus seinem Schattendasein

Die Ausstellung «Leben, was geht!» zum Thema Suizid macht Halt in der RothusHalle in Solothurn. Die Ausstellung schafft einem Thema Platz, das im Alltag oft tabuisiert wird.

Suizid ist die zweithäufigste Todesursache bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 15 bis 29 Jahren. In der Schweiz nehmen sich jeden Tag zwei bis drei Personen das Leben, bis zu 30 Personen werden täglich nach einem Suizidversuch medizinisch betreut. Trotz dieser alarmierenden Ausgangslage ist das Thema Suizid noch immer ein Tabuthema. «Es ist höchste Zeit, offen und wertfrei über Suizid zu sprechen», sagt der Kurator von «Leben, was geht!», Martin Steiner. Seine Ausstellung stellt Hinterbliebene, Helfende und das unmittelbare Umfeld ins Zentrum.

Antworten auf schwierige Fragen finden

Einen Menschen durch Suizid zu verlieren, ist eine erschütternde und unglaublich schmerzliche Erfahrung. Was löst ein Suizid bei Hinterbliebenen, ihrem Umfeld und Helfenden aus? Welche Antworten gibt es auf diese herausfordernde Lebenssituation? Und wie spricht man darüber? Genau diesen Fragen geht «Leben, was geht!» nach. Im Zentrum der Ausstellung steht die «Living Library»: 30 Betroffene sprechen via Podcasts zum Publikum. Die Podcasts können direkt an Hörstationen oder via QR-Code auf dem eigenen Handy mit den eigenen Kopfhörern angehört werden. Familienangehörige oder direkt betroffene Fachpersonen

erzählen, wie sie mit dem Erlebten umgegangen sind. Zu Wort kommen beispielsweise ein Vater, eine Freundin, ein Ehemann, aber auch Bestatterinnen, Ärzte, Psychologinnen, eine Mutter und ein Überlebender. Sie alle finden für das Tabuthema Worte und lassen die Ausstellungsbesuchenden an ihren Erlebnissen und ihren Gefühlen teilhaben. Besuchende erhalten so verschiedene Perspektiven auf das Thema Suizid und werden im Umgang mit suizidgefährdeten Menschen und Hinterbliebenen sensibilisiert.

Darüber reden hilft

Viele Menschen fühlen sich unsicher, das Thema Suizid anzusprechen. Sie machen sich Sorgen, es könnte alles nur noch schlimmer machen. Suizide und Suizidversuche finden meist in einem psychischen Ausnahmezustand statt und sind nur selten rational überlegte Handlungen. Über Suizid zu reden ist nie falsch und kann Menschen in Not unterstützen und ihnen Sicherheit geben. «Leben, was geht» hat genau das zum Ziel: Das Thema Suizid zu enttabuisieren sowie Jugendliche und Erwachsene zu befähigen, das Thema anzusprechen und über schwere psychische Krisen zu reden.



Flyer: zVg

«Leben, was geht» in Solothurn

Die Ausstellung zum Thema Suizid gastiert vom 22. April bis 9. Mai in Solothurn und ist für Jugendliche, junge Erwachsene und Erwachsene gedacht. Wichtig: Handy und Kopfhörer mitbringen. Für Schulklassen der Stufen Sek I und II sowie Mittelschulen und Berufsschulen stehen pädagogische Dossiers online zur Verfügung. Zur Ausstellung finden mehrere Begleitveranstaltungen statt.

Weitere Information:
so.ch/lebenwasgeht
leben-was-geht.ch

JUDITH BÖGLI
Programmleiterin Gesundheitsförderung
Gesundheitsamt Kanton Solothurn