



DIE ARCHE e.V.

Suizidprävention
und Hilfe in Lebenskrisen e.V.

Jahresbericht
2025

INHALT

INHALT DES JAHRESBERICHTS 2025

Beratungsstelle	3
Zum Berichtsjahr 2025	5
Konzeptioneller Rahmen	12
Angebote und Arbeitsbereiche	14
Krisenintervention / Krisenberatung	14
Fortbildungstätigkeiten / Supervision	16
Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit	19
Kooperation, Gremien	20
Mitarbeiterfortbildung	21
Verein, Mitgliedschaften	22
Förderverein der ARCHE	22
Finanzen	23
Statistische Angaben zu Suiziden	24
Statistische Angaben zur Beratungsarbeit 2025	24

DIE ARCHE e.V. wird gefördert durch:

den Bezirk Oberbayern
die Landeshauptstadt München, Gesundheitsreferat
das Erzbischöfliches Ordinariat München/Freising
die Evangelisch-Lutherische Landeskirche Bayern
die gesetzlichen Krankenkassen

Anmerkung zur Schreibweise:

Um die Gleichberechtigung von Frau und Mann auch sprachlich zu gewährleisten, verwenden wir in zufälligem Wechsel die jeweiligen Endungen wie Klientin oder Klient, Beraterin oder Berater, Mitarbeiterin oder Mitarbeiter, etc.
Gemeint sind immer Frauen und Männer.

BERATUNGSSTELLE



DIE ARCHE

Suizidprävention
und Hilfe in Lebenskrisen e.V.

Anschrift:

DIE ARCHE e.V.
Saarstr. 5
80797 München
Tel. 089 - 33 40 41
Fax. 089 - 39 53 54
Email: info@die-arche.de
Internet: www.die-arche.de

Öffnungszeiten:

Persönliche Sprechzeiten:

Mo, Mi, Do 9 – 19 Uhr,
Di 9 – 18 Uhr,
Fr 9 – 17 Uhr

Telefonische Erreichbarkeit:

Mo, Di, Mi, Fr 9 – 13 Uhr, 14.30 – 17 Uhr
Do 9 – 10 Uhr, 14.30 – 17 Uhr

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der ARCHE:

FESTANGESTELLTE MA:

(alle MA der Beratung mit psychotherapeutischer Zusatzqualifikation)

Dr. med. Ulrike Wegner, Ärztin
Michael Beckenbauer, Arzt
Lucia Wasserrab, Dipl.-Sozialpädagogin
Gerda Schumacher, Dipl.-Sozialpädagogin
Anian Geyer, Dipl.-Sozialpädagoge
Anna Mrosczok, Dipl.-Sozialpädagogin, ab 01.02.2025 Elternzeitvertreterin
Burak Yazman, Psychologe M.Sc.
Bettina Robl, Psychologin M.Sc., ab 23.05.2025 in Elternzeit
Michael Martinz, Dipl.-Psychologe
Kathrin Maierhofer, Dipl.-Psychologin, ab 17.04.2025 in Elternzeit
Dr. Manfred Jehle, Sozialpädagoge in Rente, Stabsstelle Vorsitz PSAG Nord, ab 01.11.2025
Elisabeth Baier, Sachbearbeiterin/Sekretariat
Eszter Mottl, Sachbearbeiterin/Sekretariat
Heidi Graf, Geschäftsführerin

HONORARKRÄFTE:

Juristische Beratung:

Dorothea von der Wippel, Juristin/Rechtsanwältin

Therapiegruppe:

Waltraud Knaier-Thullner, Dipl.-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin

Trauerseminare:

Renata Bauer-Mehren, Trauerberaterin (AMB), Studienrätin

Buchhaltung und Steuerberatung:

Kanzlei Dr. Steffen Prager

Supervision:

Barbara Schwärzler

Vorstand:

Dr. med. Lisa Pecho, erste Vorsitzende

Lucia Wasserrab, stellvertretende Vorsitzende

Dr. med. Ulrike Wegner, Geschäftsführerin des Vorstands

Dr. med. Michael Welschhold-Grefe, Beisitzer

Michael Martinz, Beisitzer

ZUM BERICHTSJAHR 2025

2025 war für DIE ARCHE ein Jahr, das viele zufriedenstellende Ergebnisse mit sich gebracht hat, aber auch eine Menge Geduld forderte.

Es begann gemeinschaftlich, kulinarisch und sportlich ambitioniert: Beim **Jahresanfangessen** mit vorhergehendem Eisstockschießen zeigte sich früh, was uns 2025 begleiten sollte – das Aushalten kalter Füße, Teamgeist, Humor und die Fähigkeit, auch auf rutschigem Untergrund Haltung zu bewahren.

Im Einzelnen bot 2025 eine **große Fülle**:

Gleich zwei Mitarbeiterinnen wurden im Frühjahr 2025 Mütter. Mit den beiden und ihren **Familien** haben wir uns darüber sehr gefreut und bei manchen geselligen Zusammenkünften spielen unsere „Nachwuchsmitarbeiterinnen“, wie wir sie scherzhaft nennen, eine nennenswerte Rolle.

Ein besonderer Meilenstein war nach intensiver Vorarbeit im Herbst 2025 die **Veröffentlichung unseres Ratgeberbuchs für Angehörige suizidaler Menschen „Über Suizidalität sprechen“**. Damit ist es gelungen, die Niederschrift eines dialogischen Gesprächs, griffige Fallbeschreibungen als exemplarische Beratungsprozesse, fachliche Extrakte und praxisnahe Unterstützung zusammenzuführen. Mit einem Vorwort des Vorsitzenden des Bundesverbands der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen (BapK), Herrn Möhrmann, und unter Mitarbeit von Prof. Brieger und Frau Menzel vom kbo Isar-Amper-Klinikum München Ost ist das Buch eine runde Sache geworden. Der Psychiatrie-Verlag war der Initiator für das Projekt und mithilfe der Anni Gruber Stiftung (vielen Dank!!) konnten die Herstellungskosten im Rahmen gehalten werden.

Des Weiteren hat uns die **neue Website** enorm gefordert. Wie manches solcher Projekte wächst es sich mehr aus, als man anfangs denkt. Uns war wichtig, den digitalen Auftritt zielgruppenbezogener und übersichtlicher zu gestalten. Nun präsentiert sich DIE ARCHE zeitgemäß und einladend. Die Website macht sichtbar, wofür wir stehen, was wir tun und wie Menschen uns finden können – niedrigschwellig, transparent und barrierearm. Auch die Unterwebsite für die Jugend hat nun eine neue Optik und ist weniger textlastig.

Das **Regionale Suizidpräventionsnetzwerk München** hat sich 2025 weiter gefestigt und sichtbar an Profil gewonnen. Ein besonderer Höhepunkt war die Aktion zum Welttag der Suizidprävention am 10. September am Gärtnerplatz – ein öffentliches Zeichen für Solidarität, Aufklärung und gemeinsames Hinschauen. 2024 sind in München 232 Menschen durch Suizid verstorben. Die Schirmherrschaft hatte Oberbürgermeister Dieter Reiter inne, vor Ort hat ihn Stadtrat und Fraktionsvorsitzender Stefan Jagel von DIE LINKE vertreten.

Auch auf Bundesebene war DIE ARCHE engagiert: **Die Arbeitsgruppe Regionale Netzwerke** im NaSPro (Nationales Suizidpräventionsprogramm) arbeitete das gesamte Jahr intensiv. Mit einer Sprecherin aus unseren Reihen war DIE ARCHE maßgeblich an der organisatorischen und inhaltlichen Entwicklung beteiligt – ein Zeichen für unsere fachliche Verankerung und Engagement über die eigene Einrichtung hinaus.

Die Beteiligung an der Entwicklung eines **Online-Lernprogramms Suizid Learning** im Rahmen der Erstellung mehrerer Lerneinheiten unterstreichen unseren Anspruch, Wissen nachhaltig verfügbar zu machen. Dieses Projekt wurde vom Bundesministerium für Gesundheit beauftragt und das NaSPro hat die Umsetzung übernommen. Es soll ein modulares Programm werden, das allen in Gesundheitsberufen Tätigen eine fachliche Grundlage vermittelt, um mit der Suizidalität der Klienten und Patientinnen einen angemessenen und vor allem präventionsfördernden Umgang zu gewährleisten.

Auch 2025 erreichten uns wieder sehr viele Anfragen nach **Fortbildungen** – ein deutliches Signal dafür, dass unsere Expertise gefragt ist und präventive Arbeit zunehmend an Bedeutung gewinnt.

Mit dem Abschluss unseres **Gewaltschutzkonzepts** haben wir einen wichtigen internen Prozess erfolgreich beendet. Damit schaffen wir Verlässlichkeit, Transparenz und Sicherheit – für Klientinnen ebenso wie für Mitarbeitende.

Unsere **interne Teamfortbildung** haben wir im vergangenen Jahr auf mehrere Themen verteilt, so dass wir in jeweils halbtägigen Veranstaltungen mit hervorragenden Referentinnen Input und produktiven Austausch hatten. Mit Professor Bronisch, einer Gallionsfigur der Forschung und Publikation zu Suizidprävention, Herrn Priller mit Basics zu LGBTIQ+ und Frau Holzmann, einer erfahrenen Fachtherapeutin im Bereich Somatic Experiencing haben wir in

den ersten Monaten des Jahres immer wieder Inspiration erhalten. Die damit verbundenen praktischen Tools für unsere Beratungsarbeit konnten gleich Anwendung finden.

Unser Bedürfnis nach persönlichem Austausch und Geselligkeit sowie unsere Unternehmungslust haben wir im Mai bei unserem **Betriebsausflug** nach Frauenchiemsee befriedigt. Nach einer Inselführung und einer Gesangseinlage in bester Akustik in der Klosterkirche teilen wir nun kraftspendende Erinnerungen.

Im schönen Ohlstadt mit Blick auf die Zugspitze haben wir im Oktober unseren jährlichen **externen Konzepttag** verbracht. Wir konnten fachlich eintauchen und uns zwischendurch an Spaziergängen in der herbstlichen Sonne erfreuen.

Bei den halbjährlichen **Tagungen unserer Dachgesellschaft** „Deutsche Gesellschaft Suizidprävention“ haben Mitarbeiterinnen der ARCHE teilgenommen. Im Frühjahr ging es Online um „Suizidalität und Medien“, im Herbst in Bayreuth war das Thema „Suizidologie im Spiegel der Zeit“.

Auf Mitarbeiter-Ebene sind wir ab November 2025 gemeinsam mit dem Bezirk Oberbayern neue Wege gegangen. Um die Kontinuität des **PSAG-Vorsitzes im Sektor Nord** zu gewährleisten, haben wir für diese Aufgabe den Rolleninhaber bei der ARCHE angestellt. Dieser konnte seinen Arbeitsvertrag bei seinem bisherigen Träger wegen seines Renteneintritts nicht verlängern. Für die Funktionsausübung ist eine Anstellung aber Voraussetzung. So wird der Vorsitz bis Juli 2027 bei der ARCHE angesiedelt sein. Entsprechend kann die Vernetzung mit der PSAG-Landschaft und damit die Versorgung vor Ort noch stärker von der ARCHE mitgestaltet werden. Hier zeigt sich der Bezirk Oberbayern einmal mehr als verlässlicher Partner, der in der Lage ist, unkonventionelle Lösungen zu fördern, wenn es den Belangen der Versorgung zugute kommt.

Und dieses spezielle Konstrukt passt zur Historie: Die ARCHE ist seit Gründung der „Psychosozialen Arbeitsgemeinschaft München-Nord“ (PSAG Nord) im Jahre 1995 Mitglied und auch aktiv mitwirkende Einrichtung (gemäß den „Grundsätzen zur psychiatrischen Versorgung in Bayern“, Hrsg.: BayStmAUS 2007) an diesem Gremium zur Koordination und Weiterentwicklung der gemeinde-psychiatrischen Versorgung im Münchener Norden.

Nach langen Jahren der erfolgreichen Zusammenarbeit mit unserem **Supervisor** Martin Pröstler wollten wir einer allzu vertrauten Routine zuvorkommen und einen Wechsel herbeiführen. Die Suche nach einer Nachfolge gestaltete sich anspruchsvoll. Nun freuen wir uns sehr, mit Barbara Schwärzler eine Fachfrau gefunden zu haben, die uns supervisorisch begleitet.

Das Kurzinterventionsprogramm **ASSIP** nach Suizidversuch wird nach wie vor gut genutzt. Potenzielle Zuweiserinnen haben unser spezielles Angebot im Blick und vermitteln aktiv an uns.

Im vergangenen Jahr erreichten uns per **E-Mail** insgesamt 74 Beratungsanfragen. Da die Anzahl der Anfragen regelmäßig unsere vorhandenen Kapazitäten übersteigt, muss der E-Mail-Posteingang immer wieder vorübergehend geschlossen werden, bis die eingegangenen Nachrichten beantwortet sind. Erst danach kann er erneut geöffnet werden. Es ist daher davon auszugehen, dass deutlich mehr Menschen dieses Angebot nutzen würden, wenn dies durchgehend möglich wäre.

Bei etwa einem Drittel der schriftlichen Kontakte kommt es zu wiederholtem Austausch, in den übrigen Fällen bleibt es bei einer einmaligen Anfrage. Die Mehrheit der Nutzenden ist jünger als 45 Jahre. Ein Teil der Anfragenden nimmt im weiteren Verlauf auch persönliche Beratungsgespräche in Anspruch.

Aufgrund der Anonymität der Personen hinter den E-Mail-Anfragen weisen unsere statistischen Erhebungen in einzelnen Bereichen einen erhöhten Anteil an „keine Angabe“ auf.

Die Durchführung von Gesprächen mit mehreren Personen mit zwei moderierenden Beraterinnen stellt eine wichtige kollegiale Unterstützung dar, insbesondere angesichts der schweren und komplexen Themen. Gleichzeitig profitieren die beratenen Menschen von einer größeren Vielfalt an Ideen und Perspektiven.

Im Jahr 2025 konnten auf diese Weise 49 Personen in insgesamt 17 Systemen (häufig Familien) in gemeinschaftlichen Sitzungen über ein oder mehrere Gespräche unterstützt werden.

Neben den vielen positiven Entwicklungen zeigten sich 2025 auch belastende Herausforderungen.

So muss ausdrücklich erwähnt werden, dass das vergangene Jahr Phasen großer Unsicherheit bereithielt. Das Signal eines möglichen Haushaltsstopps seitens der Zuschussgeber erforderte Gelassenheit einerseits und andererseits die intensive Aufnahme politischer Kontakte.

Es fanden Gespräche mit Vertreterinnen von Fraktionen im **Stadtrat** (Die Linke Herr Jagel, CSU Frau Gaßmann und Herr Schabl) statt, dazu wurden Informations- und Aufrufbriefe an Bezirksräte und den Bezirkstagspräsidenten Thomas Schwarzenberger und seine Stellvertreter versendet. Beim öffentlichen **Sozial- und Gesundheitsausschuss des Bezirks Oberbayern** am 27.11.2025, bei dem die Kürzungsüberlegungen zwar vorerst ausgesetzt, aber dennoch diskutiert wurden, war DIE ARCHE mit Vertreterinnen persönlich vor Ort.

Wie im Bericht 2024 bereits erwähnt, ging der Gesprächsprozess mit den Verbandsvertretern der **Bayr. Gesetzlichen Krankenkassen** weiter. Uns fehlt für die Weiterführung des gesetzlich fundierten Individualvertrags, den die ARCHE 1972 mit den Krankenkassen geschlossen hat, aktuell die gesetzliche Grundlage, solange es kein Suizidpräventionsgesetz gibt. Dieses war fast verabschiedet, als Ende 2024 die Regierungskoalition zerbrach. Nun gibt es Bestrebungen, es in 2026 erneut und inhaltlich verbessert auf den Weg zu bringen – wir hoffen sehr, dass dies möglich sein wird. Aus diesem Grund wurde uns von den Verbandsvertretern eine Übergangsfrist bis Ende 2026 gewährt. Wir sind darüber sehr dankbar, denn dahinter steht vonseiten der Kassen die große Wertschätzung unserer Arbeit und viel Gewogenheit, den Fortbestand unserer Einrichtung nicht willkürlich zu gefährden.

Um unseren Beitrag zur Unterstützung einer möglichst raschen Neu-Entwicklung des **Suizidpräventionsgesetzes** zu leisten, sind wir auf Mitglieder des Bundestags zugegangen und arbeiten zudem eng mit überregionalen Interessensgruppen und Fürsprechern zusammen.

Diese Zeit war und ist also weiterhin sehr herausfordernd und hinterläßt durchaus Spuren bei den Mitarbeitenden, hat aber auch gezeigt, wie belastbar unsere Strukturen sind und wie wichtig kontinuierlicher Dialog, Vertrauen und Ausdauer bleiben.

Statistik

Nach mehreren Jahren eines außerordentlich hohen Anfragedrucks stellte sich im Berichtsjahr eine Nachfrage ein, die besser mit den bestehenden zeitlichen Ressourcen in Einklang zu bringen war. Dadurch ergaben sich günstigere Rahmenbedingungen, um die zunehmend komplexen Krisensituationen unserer Klientinnen gemeinsam mit diesen vertieft und möglichst nachhaltig zu bearbeiten. Sämtliche freigeschalteten Termine wurden auch im Jahr 2025 gut genutzt. Im Vergleich zum Vorjahr ist dabei eine geringere Anzahl an Neuanmeldungen festzustellen.

Zum moderaten Rückgang tragen möglicherweise auch die intensiven kollektiven Beratungen bei, da auf diese Weise suizidale Klienten eher im bestehenden psychosozialen Betreuungskontext – sofern vorhanden – verbleiben können. Das alarmierende Thema Suizidalität in einer bestehenden professionellen Beziehung sollte wenn möglich dort verbleiben und dort behandelt werden. Es auszulagern ist fachlich eher nicht unterstützenswert, obgleich es natürlich Einzelsituationen gibt, in denen es, in enger Zusammenarbeit mit der Regelversorgung, Sinn macht.

2025 hat deutlich gemacht: Suizidprävention ist Beziehungsarbeit, Netzwerkarbeit und Haltung zugleich. Sie braucht Fachlichkeit, Herz und verlässliche Finanzierung.

In diesem Sinne sind wir allen Zuschussgebern, Förderern, Kooperations- und Netzwerkpartnern, den Spendern und der uns Bußgelder zuweisenden Staatsanwaltschaft überaus dankbar, die diesen Weg mit uns gehen. Gemeinsam bleiben wir dran: zugewandt, wachsam und mit dem festen Willen, auch in bewegten Zeiten Halt zu geben.

DIE ARCHE blickt mit Respekt auf das vergangene Jahr – und mit Zuversicht auf das kommende.

Verantwortlich für den Text: H. Graf

KONZEPTIONELLER RAHMEN

Die Ziele der ARCHE laut Satzung sind:

- Praktische Suizidprävention und Krisenintervention
- Prävention durch Aufklärung der Öffentlichkeit über Ursachen und Wirkungen von Suizidalität, sowie über Möglichkeiten zur Verminderung suizidaler Handlungen
- Beseitigung bestehender Stigmatisierung suizidaler Menschen in der Gesellschaft

Diese Ziele werden verwirklicht durch:

- Ein spezielles Beratungsangebot für Menschen in Krisen und bei Suizidalität, deren Angehörige und für Hinterbliebene nach Suizid
- Fortbildungsangebote und Supervision für professionelle Helfer
- Maßnahmen der Öffentlichkeitsarbeit zum Themenbereich Suizidalität und Krisen
- Die Beratungen und die Durchführung der Angebote der ARCHE erfolgen satzungsgemäß durch ein Team von Psychologen, Ärztinnen, Sozialpädagoginnen und Juristen. Alle Mitarbeiterinnen haben entsprechende psychotherapeutische Zusatzausbildungen.

Zielgruppen der ARCHE sind:

- Menschen in akuten oder chronisch suizidalen Krisen
- Menschen nach einem oder mehreren Suizidversuchen
- Menschen in Lebenskrisen, die sich durch schwerwiegende Ereignisse belastet fühlen
- Menschen, die akut seelisch traumatisiert sind
- Menschen, die schon längere Zeit immer wieder in eine Situation kommen, in der sie nicht weiterwissen
- Menschen, die sich Sorgen um suizidale Angehörige oder Mitmenschen machen und für den Umgang mit ihnen Rat und Unterstützung suchen („Angehörigenberatung“)
- Menschen, die jemanden aus dem sozialen Umfeld durch Suizid verloren haben und Hilfe bei der Bewältigung dieses Geschehens benötigen („Hinterbliebenenberatung“)
- Mitarbeiterinnen psychosozialer Einrichtungen, die im beruflichen Zusammenhang mit suizidalen Klienten zu tun haben und sich für den Umgang mit ihnen qualifizieren möchten
- die allgemeine Öffentlichkeit im Sinne von Aufklärung, Information über die Themenbereiche Suizidalität und Krisen
- Institutionen, Medien, die sich zu den Themenbereichen Suizidalität und Krisen informieren möchten.

ANGEBOTE und ARBEITSBEREICHE

Krisenintervention / Krisenberatung

Die akute Krisenhilfe hat im Alltag der ARCHE stets Vorrang. Sie soll möglichst schnell und ohne nennenswerte Wartezeit erfolgen. Daher werden auch keine Langzeitberatungen durchgeführt, da diese unweigerlich durch ihre Kapazitätenbindung zu längeren Wartezeiten führen würden. Die Frequenz und Dauer der Gespräche orientiert sich dabei am Ausmaß der akuten Gefährdung. Am häufigsten wird die Krisenintervention in Form von persönlichen **Einzelberatungen** durchgeführt.

Paar- oder Familienberatungen werden angeboten, wenn Partner- oder Familienkonflikte suizidale Krisen auslösen. Nicht selten werden Einzel-, Paar- und Familienberatungen kombiniert, um unterschiedliche Hilfs- und Klärungsmöglichkeiten gleichermaßen zu nutzen.

Zur **Angehörigenberatung** zählen ratsuchende Menschen, die sich um eine Person aus ihrem sozialen Umfeld Sorgen machen, dies können Verwandte sein, Freunde oder andere nahestehende Menschen.

Hinterbliebenenberatung in der ARCHE bezieht sich auf Menschen, die Personen aus ihrem sozialen Umfeld durch einen Suizid verloren haben. Diese Hinterbliebenen geraten oft selbst in eine Krise oder sind traumatisiert und werden bei dem schwierigen Trauer- und Bewältigungsprozess begleitet. Für diese Personengruppe gibt es neben der Einzel-, Paar- oder Familienberatung das Angebot, an der regelmäßig stattfindenden **Trauergruppe** teilzunehmen.

Als Gruppenangebot ergänzend oder im Anschluss an die Einzelberatung besteht die Möglichkeit, an einer **Therapiegruppe** teilzunehmen.

Telefon- oder Videoberatung wird angeboten für Menschen, die aus verschiedenen Gründen nicht zu einem persönlichen Beratungsgespräch in die ARCHE kommen können, oder wenn kein geeignetes oder erreichbares ambulantes Angebot vermittelt werden kann.

Mailberatung ist bei uns seit April 2023 möglich. Ein spezieller Anbieter garantiert die Datensicherheit. Über einen Link auf unserer Website loggt sich der Klient ein und erstellt einen Benutzernamen. Somit können hilfesuchende Menschen auch anonym bleiben. Es kann ein intensiver schriftlicher Dialog beginnen. Für die ausführliche und sorgfältige Antwort nehmen wir uns die übliche Zeit einer Beratungsstunde. Die schriftliche Beratung ist zeitversetzt und nicht zu verwechseln mit einem Chat in Echtzeit. Dieser „Briefwechsel“ kann sich über einige Male erstrecken bis das Beratungsziel erreicht ist oder die Beratung in die Präsenzform übergeführt wird. Das Angebot wird von den Klientinnen zunehmend genutzt.

Mit der **Mailberatung** sammeln wir weiterhin Erfahrungen. Oft wirkt sie nützlich und hilfreich, manchmal läuft die qualifizierte Antwort der Beratenden scheinbar ins Leere und unser Kern-Anspruch, über Beziehung und Fachlichkeit suizidprävent wirken zu können, bleibt unerfüllt. Dieses Dilemma fordert immer wieder intensive Gespräche im Team. Wir bleiben dennoch vorerst dabei.

Ein spezieller Anbieter garantiert die Datensicherheit. Über einen Link auf unserer Website loggt sich der Klient ein und erstellt einen Benutzernamen. Somit können hilfesuchende Menschen auch anonym bleiben. Es kann ein intensiver schriftlicher Dialog beginnen. Für die ausführliche und sorgfältige Antwort nehmen wir uns dabei die übliche Zeit einer Beratungsstunde. Die schriftliche Beratung ist zeitversetzt und nicht zu verwechseln mit einem Chat in Echtzeit. Dieser „Briefwechsel“ kann sich über einige Male erstrecken bis das Beratungsziel erreicht ist oder die Beratung in die Präsenzform übergeführt wird.

Therapieberatung ergibt sich regelmäßig im Rahmen der Krisenintervention.

Eine Therapieüberbrückung kann seit längerem nicht mehr angeboten werden. Bei der Akuität der Anfragen in der ARCHE in der Zusammenschau mit der Schwierigkeit, einen Psychotherapie-Platz zu bekommen, konnten wir dieses Angebot – von Ausnahmen abgesehen – leider nicht aufrecht-erhalten.

Fortbildungstätigkeiten / Supervision

Nicht nur direkt Betroffene, Angehörige oder Hinterbliebene brauchen Hilfen zur Krisenbewältigung. Auch professionelle Helferinnen geraten unter Druck und erfahren Hilflosigkeit, wenn sie mit Menschen in Krisen und Suizidgefährdung umgehen. Aus diesem Grunde hat die ARCHE Fortbildungsangebote verschiedenster Art für Mitarbeiter entwickelt, die in der psychosozialen, psychotherapeutischen Versorgung, im Gesundheitsbereich, in der Pädagogik oder der Seelsorge tätig sind.

Neben Fortbildungsveranstaltungen bieten wir auch die Möglichkeit von fallbezogenen Supervisionen für Mitarbeiterinnen anderer Einrichtungen, die mit suizidgefährdeten Klienten arbeiten oder eine Klientin durch Suizid verloren haben.

Im Jahr **2025** wurden nachfolgende Fortbildungen durchgeführt:

Frei ausgeschriebene Fortbildungen

- „Grundlagen der Suizidprävention und Krisenintervention“, Durchführung zweimal, in zwei verschiedenen Formaten, 2 und 3 Tage
- **Krisenintervention bei Persönlichkeitsstörungen**
- **Workshop zu chronischer Suizidalität**

Die Fortbildung zu Krisenintervention bei Persönlichkeitsstörungen haben wir dieses Jahr etwas verkürzt und in unseren eigenen Räumlichkeiten angeboten.

Da wir festgestellt haben, dass sich der Bedarf nach Fortbildungsangeboten verändert, werden wir in 2026 – als Experiment – alle unsere haus-eigenen Fortbildungen in München und leicht verkürzt anbieten.

Es steigt die Nachfrage nach Qualifizierung im Umgang mit Krisen und Suizidalität, andererseits soll unser eigentliches Angebot von intensivem, nachhaltigem Lernen – am besten an einem Ort mit gemeinsamer Über-nachtung zur Förderung von informellen Zeiten und Gruppenbildung – immer mehr durch ein möglichst kurzes Fortbildungsformat ohne Zusatzkosten für Unterkunft und Verpflegung ersetzt werden.

Dem folgen wir mit dem Angebot in 2026.

Gleichzeitig bleiben wir bei unserer Überzeugung, dass Handlungssicher-heit nur durch Übung und Reflektion entstehen kann.

Alle Fortbildungen wurden von Teilnehmerinnen verschiedener Institutio-nen aus dem deutschsprachigen Raum besucht

Fortbildungen und Informationsveranstaltungen auf Anfrage

Zu den Themen „Suizidalität und Krisenintervention“ wurden für folgende Institutionen und Einrichtungen Fortbildungen und Informationsveran-staltungen durchgeführt:

- bfz München und bfz gGmbH
- Regenbogen-Wohnen
- Herzogsägmühle
- Akademie für Psychoanalyse
- Marie-Luise-Schattenmann-Haus
- Caritas IBE

- Heckscher Klinik
- Projekteverein
- Nicolaidis YoungWings Stiftung
- Evangelische Telefonseelsorge
- Diakonie Rosenheim
- Katholische Stiftungshochschule
- Krisendienst Berlin
- Bezirkssozialarbeit
- Deutsche Angestellten Akademie
- Autismus Kompetenzzentrum
- Heilpraktiker für Psychotherapie
- Alten- und Servicezentrum Untergiesing
- Condrobs
- Diakonie München
- Caritas Landsberg
- Gymnasium Gars
- LebensRäume Pasing
- Sozialbürgerhaus Neuhausen-Moosach
- Der Internationale Bund
- Mobbingintervention Die Brücke
- Freiwilliges Soziales Jahr - Teilnehmende Südbayern
- Diakonie München und Oberbayern
- Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft

Supervisionen zum Themenbereich „Suizidalität und Krise“

Im Jahr 2025 wurden Supervisionen und ausführliche kollegiale Beratungen (z.T. telefonisch) für Mitarbeiter verschiedenster sozialer, pädagogischer, therapeutischer oder medizinischer Einrichtungen durchgeführt.

Darüber hinaus melden sich immer wieder Vorgesetzte unterschiedlicher Wirtschaftsunternehmen für ein Coaching zum Thema Umgang mit Suizidalität/Suizid am Arbeitsplatz.

Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit

Prävention durch Aufklärung der Öffentlichkeit ist eines der Ziele der ARCHE, welches durch verschiedene Maßnahmen verfolgt wird.

- Vortragsabende zum Thema: „Weiterleben nach dem Suizid eines Angehörigen“
- Aktion im Suizidpräventionsnetzwerk München am Gärtnerplatz anlässlich des Weltsuizidpräventionstags am 10.09.2025
- Veranstaltungen zu den Themen Suizidprävention und die Arbeit der Arche für Einrichtungen und die Öffentlichkeit (Vorträge, Infostände, Beiträge), beispielhaft folgende:
 - Angehörige psychisch erkrankter Menschen München
 - Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband
 - Infostand „Münchner Arbeitsgemeinschaft Gerontopsychiatrie“
 - Traumahilfezentrum
 - Infostand „Vielfalt im Stadtviertel“ Schwabing West
 - Gymnasium Dr. Überreiter
 - Briefings für Filmschaffende
 - Podiumsdiskussion Suizidprävention bei Jubiläum SpDi Nord
 - Interviews für studentische Facharbeiten

KOOPERATION, GREMIEN

Zentrale Bedeutung für die Arbeit der ARCHE stellt die Kooperation und Vernetzung mit anderen Einrichtungen der Krisenhilfe und der Versorgung psychisch kranker Menschen dar.

Es nahmen Mitarbeiterinnen an Treffen von Arbeitskreisen und Gremien teil und es gab Besuche und Kooperationstreffen mit folgenden Einrichtungen:

- **Koordinationstreffen Münchner Krisendienste:**
Katholische und Evangelische Telefonseelsorge, Münchner Insel, Krisenintervention im Rettungsdienst (KIT), Tal 19, Notfallseelsorge, Krisendienst Psychiatrie, Frauennotruf, AETAS-Kinderstiftung, Bahnhofsmision
- **PSAG-Nord**
- **Unterarbeitskreis ambulant-stationär der PSAG Nord**
- **Fachgruppe Psychiatrie des Paritätischen Wohlfahrtsverbands**
- **Regionales Netzwerk Suizidprävention** – Unterarbeitsgruppe der Stadt-PSAG München
- **GSR** Psychosoziale Notfallversorgung
- **Netzwerk Trauer der Stadt München**
- **Facharbeitskreis Soziales** Schwabing-West
- **DGS-Jahrestagungen** im März (virtuell) und im Oktober in Bayreuth
- **Leitung der Arbeitsgruppe Regionale Netzwerke im NaSPro und Mitarbeit am Projekt SuLearning des NaSPro** (Erstellung eines Online-Lernprogramms zum Umgang mit Suizidalität, Auftraggeber Bundesministerium für Gesundheit)

MITARBEITERFORTBILDUNG

Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der ARCHE nahmen 2025 an verschiedenen Fortbildungen und Vorträgen teil. Folgende Themen wurden dabei behandelt:

- Abschied, Trennung, Wandel, Entwicklung, schöpferische Kraft vor dem Hintergrund der analytischen Individualpsychologie
- EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)
- Thementag Künstliche Intelligenz für Non-Profit-Organisationen
- Symposium „Suizidale Krisen bei Jugendlichen“
- Somatic Experiencing
- Psychologische Beratung bei Wunsch nach Suizidassistentz
- Studientag „Assistierter Suizid“
- Update Ethik „Freiverantwortlichkeit“
- Fachtag „Niedrigschwellige Suizidprävention“
- Symposium „Transition – von der Jugend ins Erwachsenenalter“
- Teamresilienz für Führungskräfte
- Spirituelle Bedürfnisse und Ressourcen pflegender An- und Zugehöriger
- Jahrestagung „Deutsche Gesellschaft Suizidprävention“
- Arbeitsschutz „Unterweisungen“
- Bindung und Pessotherapie
- Weiterbildungsmodule Supervision
- Wenn die Freude Trauer trägt (Beratung von Sternenkind-Eltern)

VEREIN, MITGLIEDSCHAFTEN

Der Verein „DIE ARCHE – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.“ wurde 1969 in München gegründet, im Berichtsjahr hatte er 46 Mitglieder. Ordentliches Mitglied kann laut Satzung werden, wer mit suizidgefährdeten, behinderten oder anderweitig gefährdeten Personen befasst ist oder die Ziele des Vereins unterstützt.

Die ARCHE ist Gründungsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS), Mitglied der Internationalen Association for Suicide Prevention (IASP), Mitglied im Münchener Bündnis gegen Depression (MBgD) und Mitglied im Wohlfahrtsverband ‚Der Paritätische‘, Bezirksverband Oberbayern.

FÖRDERVEREIN DER ARCHE

Der „Verein zur Förderung der Suizidprävention und Krisenhilfe e.V.“ hat als Ziele die Beschaffung von Eigenmitteln für die ARCHE sowie die Unterstützung weiterer Vorhaben im Rahmen der Suizidprävention und Krisenhilfe.

Vorstand des Fördervereins:

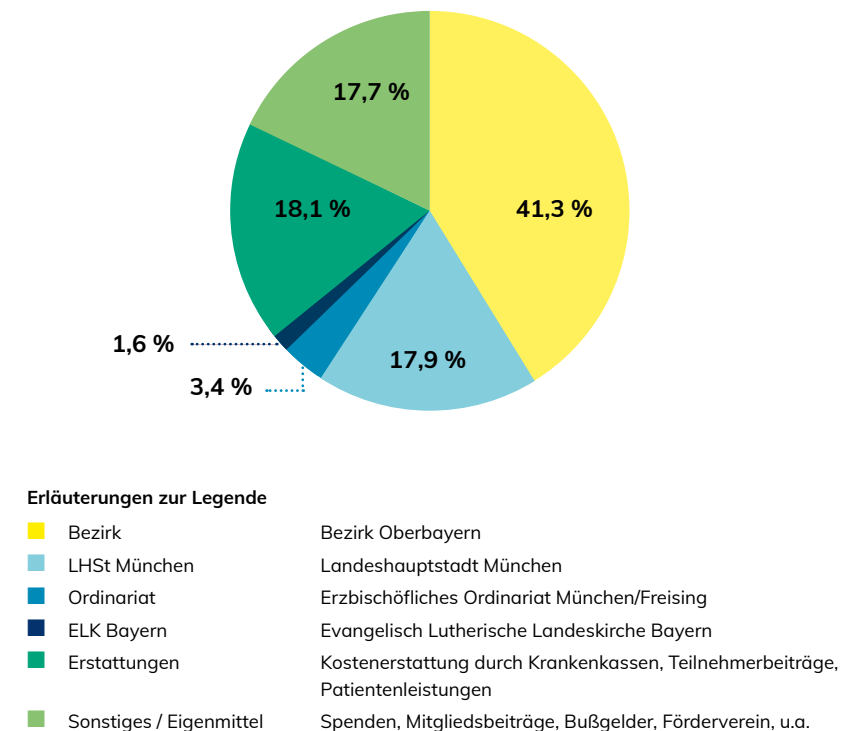
1. Vorsitzender: Dr. med. Sebastian Wolf
Stellvertretender Vorsitzender: Hans Doll
Beisitzerin: Elisabeth Baier

FINANZEN

Der Haushalt der ARCHE ist gekennzeichnet durch eine Mischfinanzierung. Es gibt Zuschüsse durch den Bezirk Oberbayern, die Landeshauptstadt München, das Erzbischöfliche Ordinariat München und die Evangelisch-Lutherische Landeskirche in Bayern. Des weiteren gibt es Kostenerstattungen durch die gesetzlichen Krankenkassen, durch Patientenleistungen und Teilnehmerbeiträge. Die Eigenmittel der ARCHE setzen sich zusammen aus Spenden, Mitgliedsbeiträgen, Bußgeldern, Zuschüssen des Fördervereins und sonstiger Quellen.

Über die Jahresrechnung der ARCHE wird regelmäßig ein Prüfbericht durch einen Rechnungsprüfer erstellt.

2025 setzten sich die Einnahmen der ARCHE folgendermaßen zusammen:



STATISTISCHE ANGABEN ZU SUIZIDEN

Nachfolgend werden Angaben des Statistischen Bundesamtes Wiesbaden und des Bayerischen Landesamtes für Statistik über vollendete Suizide in der Bundesrepublik, in Bayern und in München wiedergegeben. Die Zahlen für 2025 lagen bei Druck noch nicht vor.

Statistische Suizidzahlen über die Jahre	Jahr	Deutschland	Bayern	München
	2024	10.372	1.854	232
	2023	10.300	1.799	207
	2022	10.119	1.811	191
	2021	9.215	1.598	176
	2020	9.206	1.553	134
	2019	9.041	1.151	163
	2018	9.396	1.671	172
	2017	9.235	1.597	153
	2016	9.838	1.738	168
	2015	10.080	1.799	218
	2014	10.209	1.785	180
	2013	10.076	1.727	196
	2012	9.890	1.713	205
	2011	10.144	1.756	211
	2010	10.021	1.767	188
	2009	9.616	1.749	205
	2008	9.451	1.761	160
	2007	9.402	1.680	207
	2006	9.765	1.772	217
	2005	10.260	1.724	205
	2004	10.733	1.841	233
	2003	11.150	1.822	202

STATISTISCHE ANGABEN ZUR BERATUNGSARBEIT 2025

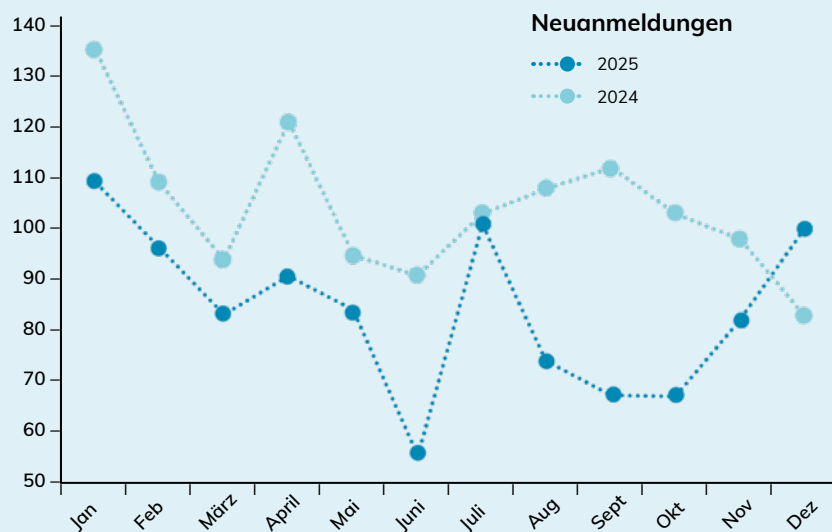
Klientenzahlen

Gesamtzahl aller betreuten Klienten	1260
Neuanmeldungen	1010
Beratung erhielten	1164

Art der Beratung (Mehrfachnennung möglich)	Anzahl Personen	Anzahl Sitzungen
Einzelberatung	873	2222
Paarberatung	86	157
Familienberatung	76	101
Gruppenberatung	7	7
Gesprächsgruppe	12	39
Trauergruppe	33	46
nur telefonische adhoc-Beratung	145	

Verteilung der Neuanmeldungen

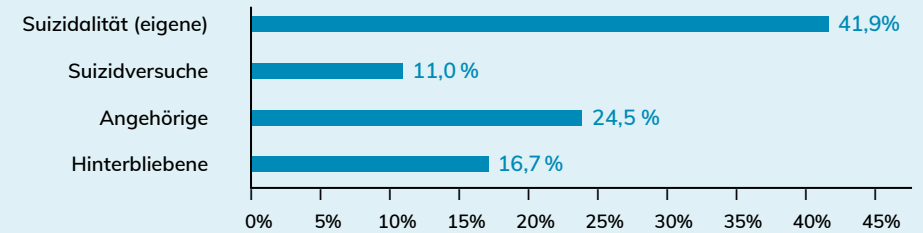
Monat	Anzahl 2025	Anzahl 2024
Januar	109	135
Februar	96	109
März	83	94
April	91	121
Mai	84	95
Juni	56	91
Juli	101	103
August	74	108
September	67	112
Oktober	67	103
November	82	98
Dezember	100	83
Gesamt	1010	1252



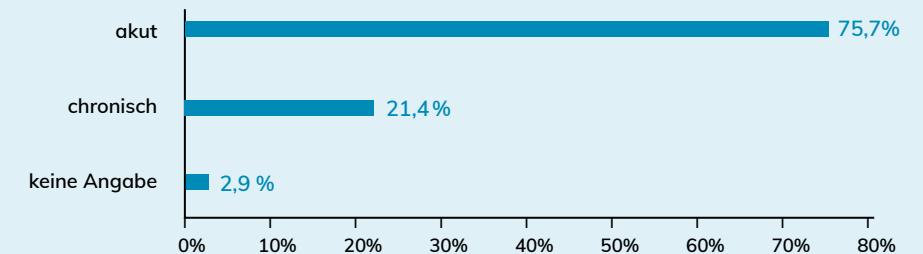
Die folgenden statistischen Angaben basieren auf 1005 Klienten.

Thema Suizidalität bei Kontaktaufnahme

(Mehrfachnennungen sind möglich)

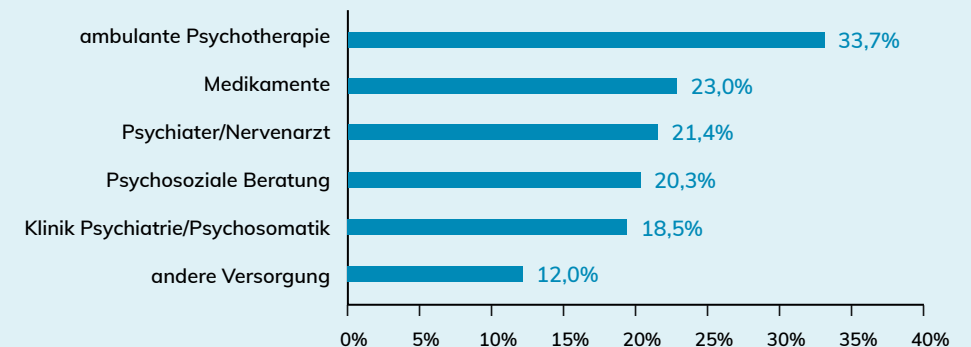


Krise

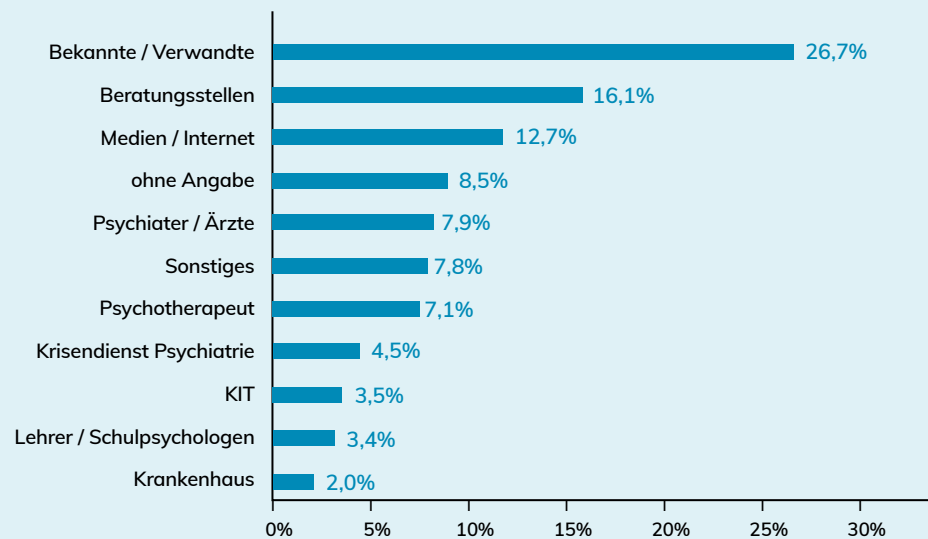


Vorgeschichte

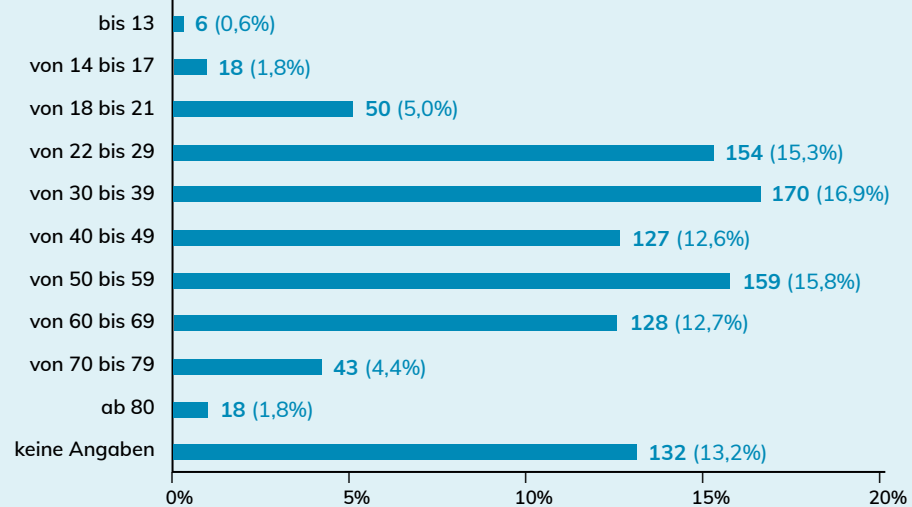
(Mehrfachnennungen sind möglich)



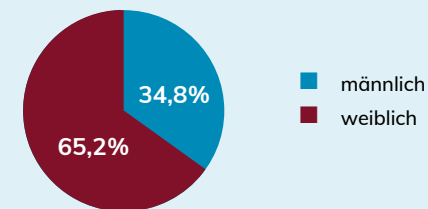
Von der ARCHE erfahren



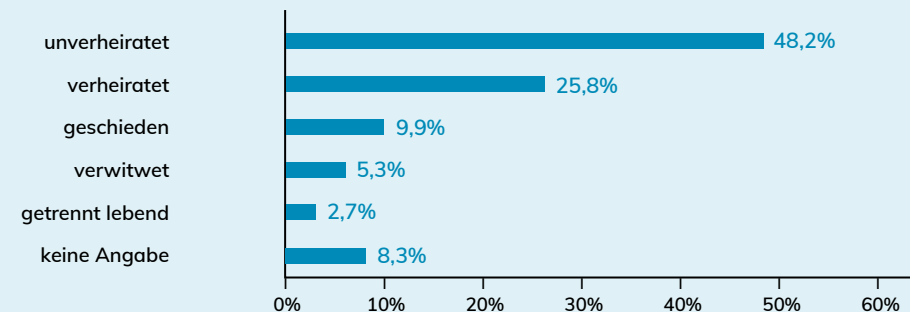
Altersverteilung



Geschlechterverteilung



Familienstand



Statistik zur Wohnsituation

	% aller Klienten
allein lebend	26,1%
nicht allein lebend	65,1%
wohnungslos	0,3%
ohne Angabe	8,6%

Migrationshintergrund

% aller Klienten 21,2%

Nationalität

Nationalität % aller Klienten

deutsch 77,5%

andere 22,5%

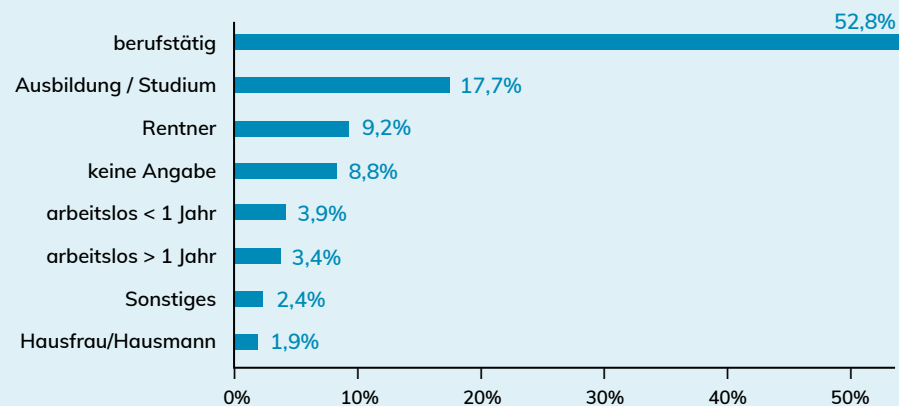
Wohnort

Ort Anzahl % aller Klienten

München 608 60,5%

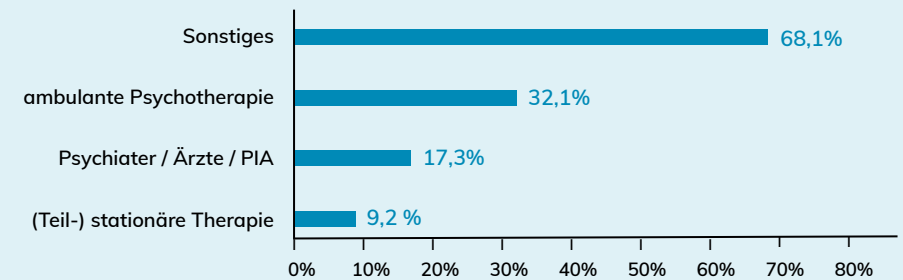
außerhalb München 397 39,5%

Gegenwärtige Beschäftigung

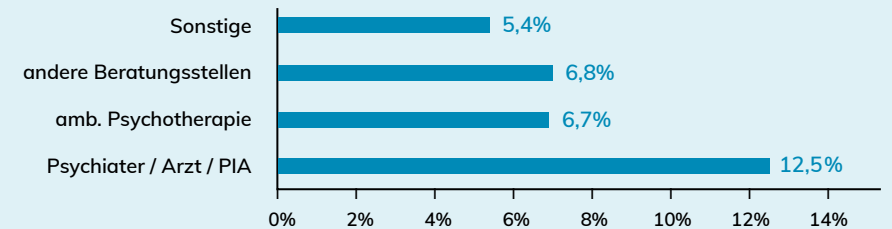


Die folgenden statistischen Angaben basieren auf 953 Klienten, deren Beratung im Berichtsjahr abgeschlossen wurde.
(Mehrfachnennungen sind möglich)

Empfohlene Weiterbehandlung



Mitbehandlung



DIE ARCHE WIRD GEFÖRDERT DURCH:

den Bezirk Oberbayern



das Gesundheitsreferat der
Landeshauptstadt München



Landeshauptstadt
München
Gesundheitsreferat

das Erzbischöfliche Ordinariat München/Freising
die Evangelisch-Lutherische Landeskirche Bayern
die gesetzlichen Krankenkassen

SPENDENKONTEN:

DIE ARCHE E.V.

HypoVereinsbank
IBAN: DE92 7002 0270 3180 1009 02
BIC: HYVEDEMMXXX

oder

Postbank München
IBAN: DE11 7001 0080 0092 000 808
BIC: PBNKDEFF

Förderverein der ARCHE:
Verein zur Förderung der Suizidprävention
und Krisenhilfe e.V.

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE09 3702 0500 0008 8163 00
BIC: BFSWDE33MUE