



**DIE ARCHE e.V.**

Suizidprävention  
und Hilfe in Lebenskrisen e.V.

Jahresbericht  
2023

## INHALT DES JAHRESBERICHTS 2023

Beratungsstelle	3
Konzeptioneller Rahmen	13
Angebote und Arbeitsbereiche	15
Krisenintervention / Krisenberatung	15
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	25

### 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](mailto:info@die-arche.de)

Internet: [www.die-arche.de](http://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, von 01.04. bis 30.11.2023

**Burak Yazman**, Psychologe M.Sc.

**Bettina Robl**, Psychologin M.Sc.

**Michael Martinz**, Dipl.-Psychologe

**Kathrin Maierhofer**, Dipl.-Psychologin

**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

#### Fortbildungen:

**Thomas Rieger**, Dipl.-Psychologe, Psycholog. Psychotherapeut / Psychoanalytiker

#### Buchhaltung und Steuerberatung:

**Kanzlei Dr. Steffen Prager**

#### Supervision:

**Martin Pröstler**, Dipl.-Psych., Dipl.-Theologe, Psycholog. Psychotherapeut / Psychoanalytiker

## Vorstand:

**Dr. med. Lisa Pecho**, erste Vorsitzende

**Lucia Wasserrab**, stellvertretende Vorsitzende

**Dr. med. Ulrike Wegner**, Geschäftsführerin des Vorstands

**Dr. med. Michael Welschehold-Grefe**, Beisitzer

**Michael Martinz**, Beisitzer

## 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 Bayerischen Gesetzlichen Krankenkassen

## Zum Berichtsjahr 2023

Wir dürfen auf ein stabiles ARCHE-Jahr zurückblicken. So hoch die Wogen in der Welt oft geschlagen und uns durchaus bestürzt haben, so konnten wir im ARCHE-Inneren unsere Arbeit kontinuierlich und verlässlich durchführen.

Wir hatten über Eigenmittel die Möglichkeit, 8 Monate die Honorarkraft vom letzten Jahr, Anna Mrosczok, mit 10 Wochenstunden fest anzustellen und damit der weiterhin hohen Terminnachfrage besser gerecht werden. Zudem kam Kathrin Maierhofer während ihrer Elternzeit mit 9 Wochenstunden ab Oktober zurück in die Beratung. Zuvor hatte sie über den Sommer bereits diverse Fortbildungen für die ARCHE übernommen. So hatten wir zwar temporär Zuwächse im Team aber keine sonstige Veränderung. Das restliche Team blieb also das ganze Jahr über unverändert und wir konnten in Ruhe weiter zusammenwachsen und Vieles miteinander entwickeln.

Dazu gehört vor allem, dass unsere Mailberatung im April endlich starten konnte. Die drei Kolleginnen, die sich dieser neuen Form des schriftlichen Dialogs widmen, berichten von unterschiedlichen und durchweg guten Erfahrungen. Klienten, die diese Möglichkeit in Anspruch nehmen wollen, werden über den auf unserer Website prominent sichtbaren Button weitergeleitet und können nach einer kurzen Registrierung ihr Anliegen mitteilen. Eine ausführliche Antwort bekommen sie nach ca. 3-5 Tagen.

Diese Beratung erfolgt in der Regel anonym, ist also über den üblichen Weg einer Kostenerstattung von Krankenkassen nicht abrechenbar.

Im laufenden Jahr wurde diese Form der Beratungsarbeit über den Förderverein finanziert.

Die Kurzinterventionsmethode nach Suizidversuch (ASSIP Attempted Suicide Short Intervention Program) kam mehrfach zum Einsatz. Klientinnen, die dieses Angebot in Anspruch genommen haben, gaben positive Rückmeldungen.

Weiterhin kommen relativ wenig Menschen nach Suizidversuch zu uns. Das ist für uns Anlass, in unseren Kooperationsbemühungen gegenüber Kliniken nicht nachzulassen und hoffen, dass gerade dieses neue Angebot dazu beiträgt, verbindliche Vermittlungen aus den Kliniken in die ARCHE zu unterstützen.

Das Arbeiten mit zwei Beratern im Mehrpersonensetting hat sich weiter etabliert. Wir blocken regelmäßig Zeiträume mit zwei Kolleginnen, die vom Sekretariat entsprechend genutzt oder bei Nicht-Belegung rechtzeitig wieder Einzelklientinnen zur Verfügung gestellt werden. Meist sind es Familien, die sich mit der Sorge um einen Menschen aus ihrer Mitte an uns wenden oder Familien, die ein Familienmitglied durch Suizid verloren haben. Aus den Erstgesprächen in diesem Rahmen entwickeln sich je nach Situation und Bedarf die unterschiedlichsten Prozesse in verschiedenen Konstellationen. Wir sind froh, dass wir die Möglichkeiten geschaffen haben, flexibel auf die diversen Anforderungen zu reagieren.

Im Berichtsjahr haben sich 1210 Menschen neu angemeldet, Beratungen haben 1511 Personen wahrgenommen.

Die Sitzungsanzahl pro Klient hat sich leicht erhöht; damit bildet sich unser Erleben ab: die Krisensituationen sind komplexer geworden, bis Stabilisierung und die eventuell notwendige Anschlussvermittlung möglich werden, braucht es mehr Zeit.

Die Akuität der Krisen ist im Vergleich zum letzten Jahr etwas gestiegen.

Bei fast der Hälfte der Hilfesuchenden war eigene Suizidalität der Grund der Kontaktaufnahme.

Die Zahl der Hinterbliebenen, die zu uns kamen, ist im Jahr 2023 höher geworden.

Wie in allen Bundesländern ist auch in Bayern die Zahl der Suizide nach oben gegangen. Die Vermittlung von Hinterbliebenen an die ARCHE geschieht oft über die Kriseninterventionsteams, die in den jeweiligen Akutsituationen in den meisten Fällen vor Ort sind. Möglicherweise stehen diese beiden Entwicklungen in einem Zusammenhang.

In größerer Zahl als bisher sind auch Angehörige, bzw. Menschen aus dem Umfeld einer suizidalen Person zu uns gekommen. Sie machen sich Sorgen um einen nahen Menschen und suchen Unterstützung. Es geht um Einschätzung, um die wesentlichen Punkte in der Gesprächsführung und immer auch um das Thema Verantwortung und den dazugehörigen Handlungsleitfaden, sollte sich die Gefährdung zuspitzen und die Betroffene Hilfe weiter ablehnen.

2023 kamen die meisten unserer Klientinnen auf Empfehlung aus dem privaten Umfeld, viele kamen über Vermittlung von Beratungsstellen. Auch Psychotherapeuten, das Kriseninterventionsteam, Ärzte, der Krisendienst sind Quellen der Zuweisung; viele kommen über eigene Internetrecherche, wenige werden aus Kliniken übermittelt, was wir, wie oben bereits erwähnt, bedauern und deshalb weiterhin Kooperationsbemühungen auf unserer ToDo-Liste stehen.

Die Vermittlung über den Bereich der Schulpsychologie und Schulsozialarbeit hat zugenommen. Die Nöte der Jugend zeigen sich offenbar zugespitzter und bringen die vorhandenen Auffangmöglichkeiten in den Schulen öfter an deren Grenzen. In 2023 ist im Vergleich zum letzten Jahr die Zahl der unter 18jährigen, die in der ARCHE Beratung suchten, gestiegen.

Das Verhältnis Männer zu Frauen in der Beratung ist bekannt stabil bei einem zu zwei Dritteln der Hilfesuchenden und stellt weiterhin die Frage nach zusätzlichen Möglichkeiten, Männer niedrigschwelliger zu erreichen.

An das *Nationale Suizidpräventionsprogramm* (NaSPro) sind wir wieder näher herangerückt. Bereits früher gab es Arbeitsgruppenmitarbeit, die dann einige Jahre ruhte.

Nun wurde eine neue Arbeitsgruppe gegründet, bei der eine Mitarbeiterin der ARCHE Sprecherfunktion hat. Es geht um den Erhalt, Ausbau und Neugründung von regionalen Suizidpräventionsnetzwerken, wie es sie teilweise in Deutschland bereits gibt und wie sie flächendeckender entwickelt werden könnten und sollten.

Im Juli 2023 gab es die politische Entscheidung – parallel zur Ablehnung der Gesetzentwürfe zur Regelung des Assistierten Suizids - eine nationale Suizidpräventionsstrategie zu erstellen

Einrichtungen und Personen, die für die Suizidprävention stehen, fühlen sich aufgerufen, zügig tätig zu werden, um gemeinsame Positionen zu erarbeiten und tätige Hilfe anzubieten. Es wäre wünschenswert, wenn im Raum München ein solches Netzwerk gegründet werden könnte und damit dem Thema mehr Öffentlichkeit und Sichtbarkeit zuteilwird. Es gibt erste Überlegungen dazu.

Die Zahl der Fortbildungen auf Anfrage konnten wir 2023 – nicht zuletzt durch die eigenfinanzierten Zusatzkräfte – erhöhen.

Die hauseigenen Seminare waren jeweils rasch gefüllt und erfolgreich in der Durchführung.

ARCHE-Mitarbeiterinnen waren wieder auf beiden Tagungen (Frühjahr und Herbst) unserer Dachorganisation Deutsche Gesellschaft Suizidprävention (DGS) dabei. Diese Treffen sind ein wichtiger Bestandteil unserer fachlichen Weiterentwicklung. Ob Forschungsergebnisse, Fachliteratur oder der Austausch mit Kollegen aus anderen Regionen – immer kommen wir inspiriert und erfrischt aus diesen Treffen zurück in unsere Arbeit.

Besonders hervorzuheben ist die diesjährige Kooperation mit dem Metropoltheater im Rahmen der Woche seelische Gesundheit München im Oktober.

Über vorangegangene Kontakte zwischen dem Schauspieler des Stücks zu Depression und Suizid „All das Schöne“ und der ARCHE (Unterstützung der fachlichen Vorbereitung auf die Premiere im Februar 2023) ist die Idee entstanden, während der WsG das Stück zu zeigen und als besondere Veranstaltung zu markieren – durch ein Gespräch nach der Aufführung mit dem Publikum, das zu einem Drittel aus Fachleuten und zum restlichen Teil aus interessierten Bürgerinnen bestand. Für die Kooperation auf Fach-Seite ließen sich zusätzlich zu uns als ARCHE-Mitarbeiterinnen, Kollegen der AETAS Kinderstiftung und Mitten im Leben e.V. gewinnen. Der Abend war erfolgreich und so mitreißend wie berührend.

Seit Herbst ist auf der ARCHE-Website ein Podcast über unsere Arbeit anzuhören.

Die Produktion entstand durch eine Verlosung der organisierenden Einrichtung der Woche seelische Gesundheit (Münchner Bündnis gegen Depression, MBgD). Die ARCHE hat neben anderen Einrichtungen die technischen Voraussetzungen für die Erstellung eines Podcasts zur Verfügung gestellt bekommen. Um diesen tollen Gewinn inhaltlich gut zu füllen haben sich drei Mitarbeiterinnen in einem Interview zusammengefunden und sowohl Haltung wie Angebote der ARCHE dargestellt. Das Ergebnis freut uns und ist jederzeit abhörbar.

Mit der Psychosomatischen Institutsambulanz Kirinus in der Leopoldstrasse, gab es eine Vorstellung der dortigen Arbeit mit einem darauffolgenden Gegenbesuch der ARCHE und einer entsprechenden Erläuterung unserer Arbeit. Das gleiche konnte mit dem Psychotherapeutischen Gesundheitszentrum am Goetheplatz erfolgen und mit der AETAS Kinderstiftung.

Zudem war eine Vertreterin der ARCHE in Haus 7 kbo, Sektor Nord, auf dem Gelände des Schwabinger Krankenhauses, in der dortigen Wochenkonferenz für die Vorstellung unserer Einrichtung.

All diese Kooperationstreffen dienen dem gegenseitigen Verständnis und detaillierteren Kenntnissen über die jeweiligen Konzepte mit dem Ziel, gegenseitig Klientinnen passgenauer zu vermitteln.

Das ARCHE-Team hat auch Einiges für die „Fellpflege“ getan:  
Bereits im Januar und damit als passenden Start in das Jahr 2023 haben wir eine Tagesfortbildung zum Thema Selbstfürsorge genießen dürfen.

Zudem waren wir dieses Jahr im Mai 2 ½ Tage im Rahmen unserer externen Konzepttage unterwegs. Der Seminarort war das Kloster Benediktbeuern. Da es dieses Jahr ein Tag mehr war als bisher üblich, kam mehr Ruhe und Intensität in die gemeinsame Arbeit an fachlichen Fragen. Der nicht zu vernachlässigende gesellige Teil war damit ebenso zeitlich länger und hat uns besseres gegenseitiges Kennenlernen und gute Laune geschenkt.

Im Rahmen des Betriebsausflugs haben wir 2023 das Münter-Haus in Murnau mit einer Führung erkundet und anschließend ging es in die Natur ins Murnauer Moos und zu einem Bad in den Staffelsee.

Das Team hat viel gewuppt, sich verlässlich unterstützt, gut aufeinander gehört, Neues möglich gemacht, zuversichtlich Dinge angepackt, sich was zugetraut und auch die Grenzen nicht aus dem Blick verloren. DANKE.

Wir sind sehr dankbar für die gute Zusammenarbeit mit unseren Zuschussgebern, ihre Verlässlichkeit und die wohlwollende Resonanz bei diversen Anliegen.

Ebenso bedanken wir uns bei den Förderern und den uns Bußgelder zuweisenden Richtern und Staatsanwälten.

Ein eigener Dank gebührt den Spendern, die uns im Jahr 2023 im Blick hatten und uns unterstützt haben.

Diese Rahmenbedingungen sichern die immer wieder herausfordernde und gleichzeitig sinnstiftende Arbeit der ARCHE.

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 Diskriminierung Suizidaler 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 wegen langanhaltender psychischer Beschwerden immer wieder therapeutische Unterstützung benötigen
- 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 Lebenskrisen durch Partner- oder Familienkonflikte ausgelöst werden oder wenn die Krise einer Person zu Belastungen in der Partnerschaft oder Familie führt. 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.

**Hinterbliebenenberatung** in der ARCHE bezieht sich auf Menschen, die Personen aus ihrem sozialen Umfeld durch einen Trauerfall, insbesondere 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. Speziell für Hinterbliebene nach Suizid gibt es neben der Einzel-, Paar- oder Familienberatung das Angebot, an der regelmäßig stattfindenden **Trauergruppen** teilzunehmen.



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

**Telefonberatung** 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.

**Videoberatungen** haben ihren zeitlichen Ursprung in der Corona-Pandemie. Immer wieder greifen wir gerne darauf zurück, wenn für die individuelle Situation der Klientin diese Form am passendsten ist. Dies ist auch manchmal eine nützliche Rückfallebene, wenn ein Termin in einer laufenden Beratung sonst ausfallen würde, da der Weg zum Präsenztermin aus unterschiedlichen Gründen gerade nicht bewältigbar ist.

**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 denkt sich einen Benutzernamen aus. Somit können hilfeschuchende Menschen auch anonym bleiben. Dann beginnt ein intensiver schriftlicher Dialog. 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. Das Angebot wird von den Klienten zunehmend genutzt.

**Therapieberatung** ergibt sich regelmäßig im Rahmen der Krisenintervention. Die in früheren Zeiten angebotene Therapie-Überbrückung als grundsätzliches Angebot der ARCHE existiert nicht mehr.

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 aufrechterhalten.

## 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 **2023** 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“, 3 Tage,

Jeweils Teilnehmerinnen verschiedener Institutionen aus süddeutschen Bundesländern

### Fortbildungen und Informationsveranstaltungen auf Anfrage

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

- Hochschule für Verwaltung, Fachbereich Polizei
- Akademie für Psychoanalyse
- Rupprecht-Gymnasium

- Bezirkssozialarbeit/Sozialbürgerhäuser
- Marie-Luise-Schattenmann-Haus
- Zentraler Schulpsychologischer Dienst
- Condrobs Akademie
- Nicolaidis Young Wings Stiftung
- Therapienetz Essstörungen
- Caritas Institut für Bildung und Entwicklung
- HIPsy e.V.
- Caritas Landsberg
- bfz gGmbH
- IB Internationaler Bund
- Projekteverein
- Sozialdienst Kath. Frauen Garmisch-Partenkirchen
- Jugendzentrum Treibhaus
- Gesellschaft für wissenschaftliche Gerichts- und Rechtspsychologie
- Inselhaus Kinder- und Jugendhilfe gGmbH
- Stiftung ICP München
- Alten- und Servicezentrum Kleinhadern
- Gesellschaft für Soziale Arbeit

### Supervisionen zum Themenbereich „Suizidalität und Krise“

Im Jahr **2023** wurden Supervisionen und ausführliche kollegiale Beratungen (z.T. telefonisch) für Mitarbeiter verschiedenster sozialer, pädagogischer, therapeutischer oder medizinischer Einrichtungen durchgeführt.

Anlässe waren hierbei oft Fragen bezogen auf deren suizidale Klienten oder Hilfen bei der Nachbearbeitung nach einem vollzogenen Suizid.

Beispielhaft werden einige Einrichtungen aufgeführt, deren Mitarbeiterinnen durch ARCHE-Mitarbeiter kurzfristig und fallbezogen supervidiert wurden:

Condrobs e.V., Herz-Jesu-Kloster, Bayr. Gesellschaft für psychische Gesundheit, Internationaler Bund, Haus der Eigenarbeit, Gesellschaftspolitische Projekte e.V., Therapienetz Essstörung, Theaterakademie August Everding, Diakonie Hasenberg, Riemerschmid Wirtschaftsschule.

## 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“
- Informationsveranstaltungen zu den Themen Suizidprävention und die Arbeit der ARCHE für Einrichtungen und die Öffentlichkeit, beispielhaft folgende:
  - FTZ Beratungsstellen
  - Stand beim Tag der psychischen Gesundheit der LH München Schwerbehindertenvertretung KITA
  - Kirinus Psychosomatische Institutsambulanz
  - im Rahmen der Woche seelische Gesundheit München in Kooperation mit dem Metropoltheater die Aufführung von „All das Schöne“ mit anschließendem Publikumsgespräch
  - im Rahmen der Woche seelische Gesundheit München offene Sprechstunde zu Suizidalität, virtuell
  - Alten- und Servicezentrum Maxvorstadt, Podiumsdiskussion
  - kbo Nord, Haus 7
  - Fresenius Hochschule
  - Freiwillige Soziale Dienste Südbayern
  - Stand bei Giving Tuesday im Amerikahaus
  - Podcast über die Arbeit in der ARCHE für den virtuellen Auftritt der Woche seelische Gesundheit München

# KOOPERATION, GREMIEN

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

Im Berichtsjahr 2023 sind die Treffen kaum noch virtuell, meistens in Präsenz durchgeführt worden.

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  
Dabei ist besonders das Treffen im November 2023 hervorzuheben, zu dem die dritte Bürgermeisterin Verena Dietl eingeladen war. Die Runde zeigte sich als miteinander gut verzahnt und der psychischen Not in München kompetent und unermüdlich begegnend. Das Gespräch mit Frau Dietl war von Wohlwollen und Respekt gekennzeichnet. Und das Ziel, sich sichtbar zu machen, wurde erreicht.
- **Mitarbeit in Arbeitsgruppen**, organisiert und veranstaltet vom Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege, zur Aktualisierung der Grundsätze für die Versorgung psychisch kranker Menschen in Bayern. Diese Arbeit wurde in den ersten Monaten des Jahres 2023 vorläufig abgeschlossen und dem Ministerium für die Einspeisung in den Psychiatrieplan übergeben. Das dortige Ergebnis wird vsstl. 2024 wieder den Fach-AG's zur Diskussion gestellt.
- **PSAG-Nord**

- **Unterarbeitskreis ambulant-stationär der PSAG Nord**
- **Fachgruppe Psychiatrie des Paritätischen Wohlfahrtsverbands**
- **GSR Psychosoziale Notfallversorgung** - dieses Gremium hat aus personellen Gründen von seiten des GSR weitgehend geruht
- **Netzwerk Trauer der Stadt München**
- **DGS-Jahrestagungen** im März (virtuell) und im Oktober (Präsenz)
- **NaSPro-Jahrestagung** im Oktober

# MITARBEITERFORTBILDUNG

Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der ARCHE nahmen 2023 an verschiedenen Fortbildungen und Vorträgen teil. Folgende Themen wurden dabei behandelt

- Hypnosystemische Trauerbegleitung
- Fortbildung für die Teamassistenz in psychologischen Beratungsstellen
- Mentalisieren in der Paarberatung
- Lindauer Psychotherapiewoche
- Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)
- Beratung und Coaching mit dem inneren Team
- Fachtag Sterbewünsche und die Herausforderungen damit
- Symposium Krisenversorgung und Krise
- Diagnostik und Therapie der Geschlechtsdysphorie
- Selbstfürsorge
- Imagery Rescripting and Reprocessing (IRRT) bei posttraumatischen Belastungsstörungen und anderen psychischen Belastungsreaktionen
- Rollenspielformen in der Einzeltherapie

- Suizidalität bei Männern
- Symposium Psychiatrie und Psychotherapie für die Praxis
- Schwierige Anfragen und Krisen in der Onlineberatung
- Trauma und Körper, therapeutische Einflussnahmen
- Problemsituationen in der psychodynamischen Psychotherapie
- Krisenintervention mit Kindern nach Suizid(-versuch)

## 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 Paritätischen Wohlfahrtsverband, 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:

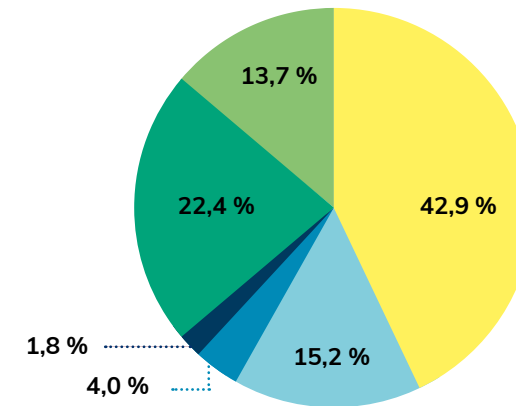
1. Vorsitzender: Dr. med. Sebastian Wolf  
 Stellvertretender Vorsitzender: Hans Doll  
 Beisitzerin: Elisabeth Baier

## FINANZEN

Der Haushalt der ARCHE ist gekennzeichnet durch eine Mischfinanzierung. Zum einen gibt es Zuschüsse durch den Bezirk Oberbayern, die Landeshauptstadt München, das Erzbischöfliche Ordinariat München und die Evangelisch-Lutherische Landeskirche in Bayern. Es gibt 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.

2023 setzten sich die Einnahmen der ARCHE folgendermaßen zusammen:



### Erläuterungen zur Legende

- |                           |   |
|---------------------------|---|
| ■ Bezirk                  | Bezirk Oberbayern   |
| ■ LHSt München            | Landeshauptstadt München  |
| ■ Ordinariat              | Erzbischöfliches Ordinariat München/Freising                                  |
| ■ ELK Bayern              | Evangelisch Lutherische Landeskirche Bayern                                   |
| ■ Erstattungen            | Kostenerstattung durch Krankenkassen, Teilnehmerbeiträge, Patientenleistungen |
| ■ Sonstiges / Eigenmittel | Spenden, Mitgliedsbeiträge, Bußgelder, Förderverein, u.a.                     |

## 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 2023 lagen bei Druck noch nicht vor.

Statistische Suizidzahlen über die Jahre	Jahr	Deutschland	Bayern	München
	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 2023

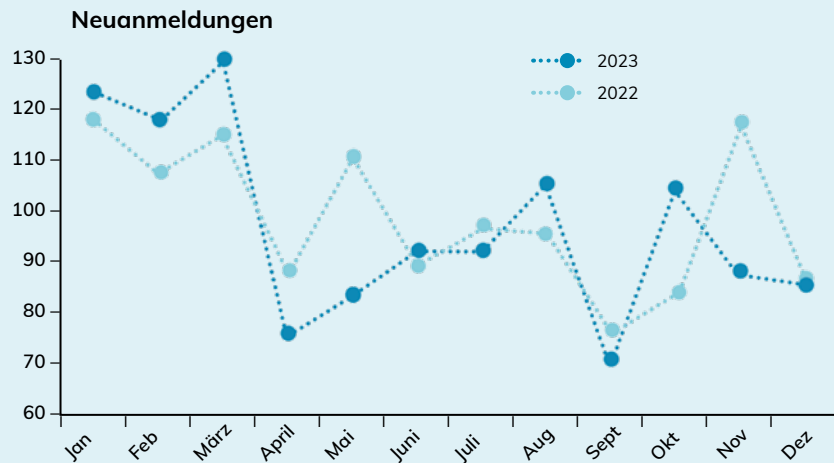
### Klientenzahlen

Gesamtzahl aller betreuten Klienten	1511
Neuanmeldungen	1210
Beratung erhielten	1393

Art der Beratung (Mehrfachnennung möglich)	Anzahl Personen	Anzahl Sitzungen
Einzelberatung	1071	2737
Paarberatung	104	147
Familienberatung	99	152
Gruppenberatung	14	14
Gesprächsgruppe	8	40
Trauergruppe	26	40
nur telefonische ad hoc-Beratung	152	

## Verteilung der Neuanmeldungen

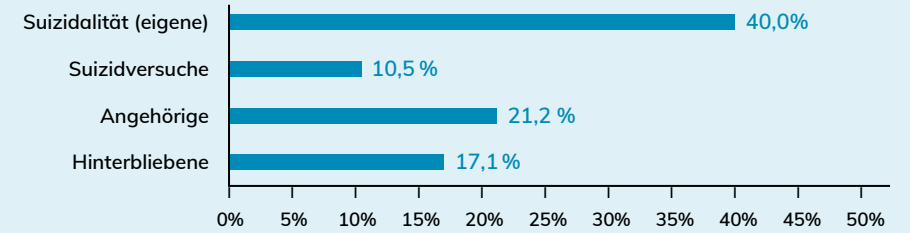
Monat	Anzahl 2023	Anzahl 2022
Januar	125	120
Februar	120	110
März	131	116
April	81	92
Mai	88	113
Juni	96	93
Juli	96	100
August	108	99
September	76	81
Oktober	107	88
November	92	119
Dezember	90	91
<b>Gesamt</b>	<b>1210</b>	<b>1222</b>



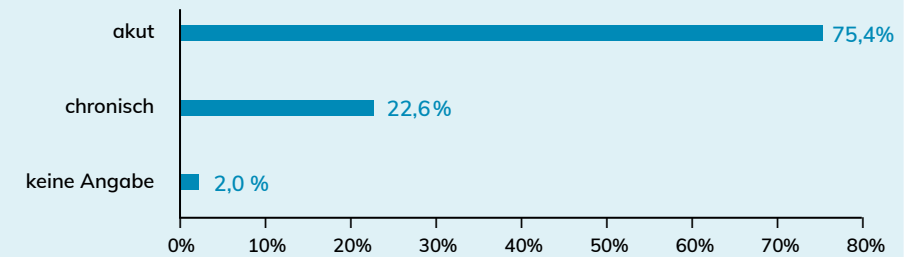
Die folgenden statistischen Angaben basieren auf 1231 Klienten.

## Thema Suizidalität bei Kontaktaufnahme

(Mehrfachnennungen sind möglich)

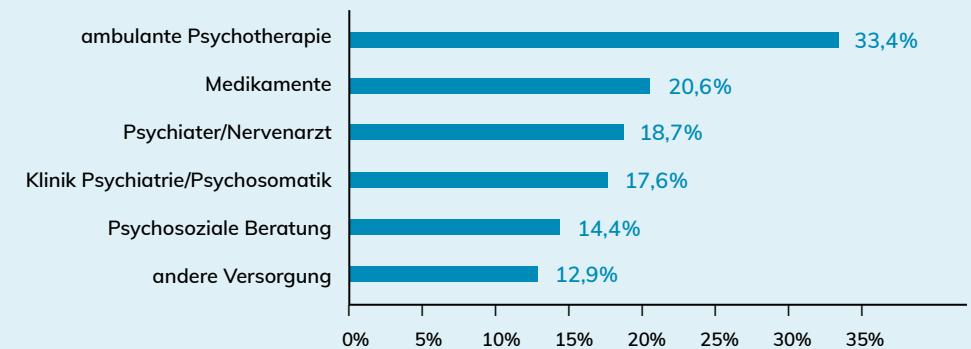


## Krise

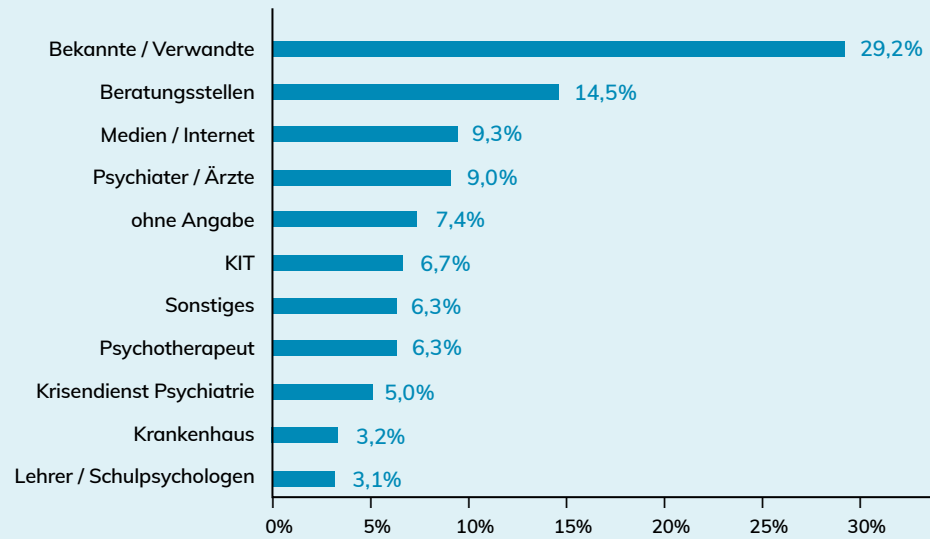


## Vorgeschichte

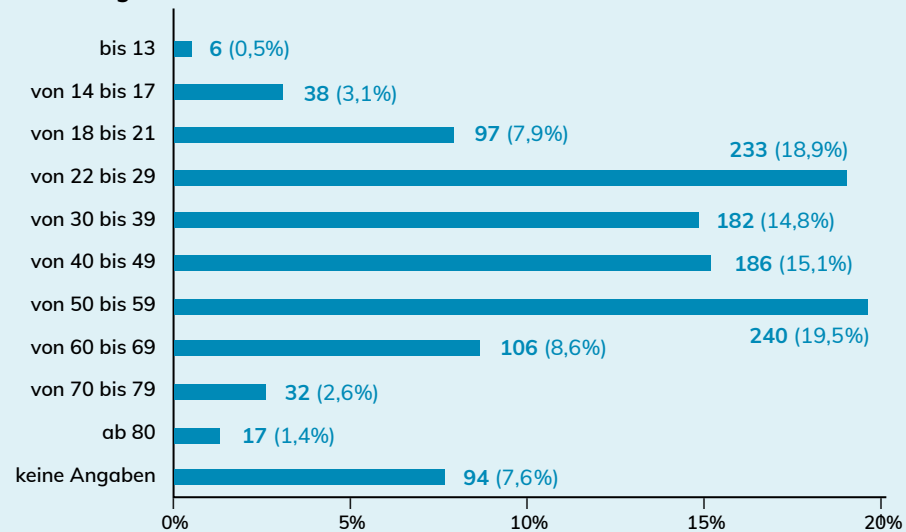
(Mehrfachnennungen sind möglich)



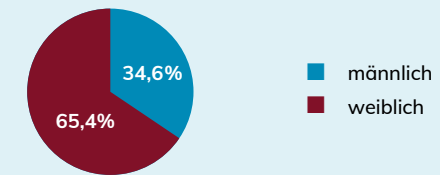
## Von der ARCHE erfahren



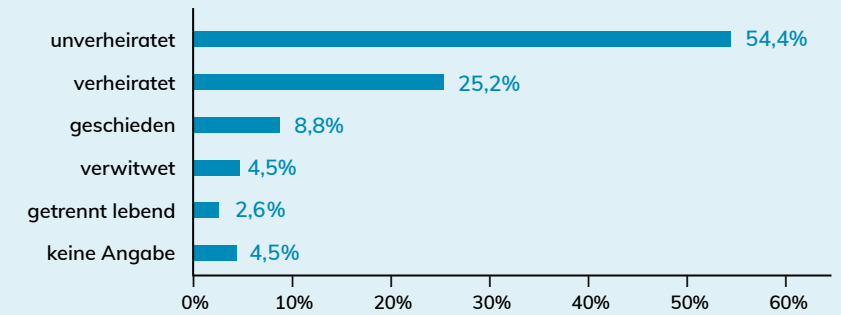
## Altersverteilung



## Geschlechterverteilung



## Familienstand



## Statistik zur Wohnsituation

Wohnsituation	% aller Klienten
allein lebend	28,4%
nicht allein lebend	66,2%
wohnungslos	0,6%
ohne Angabe	4,8%

## Migrationshintergrund

% aller Klienten 20,9%

## Nationalität

Nationalität % aller Klienten

deutsch 82,0%

andere 18%

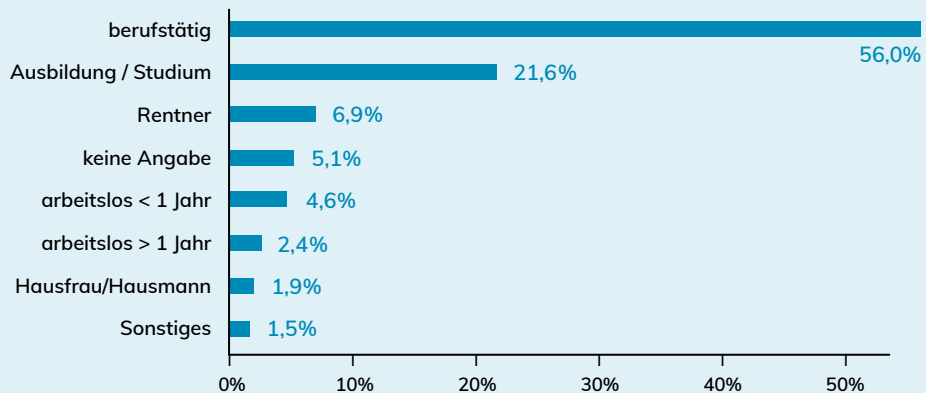
## Wohnort

Ort Anzahl % aller Klienten

München 804 65,3%

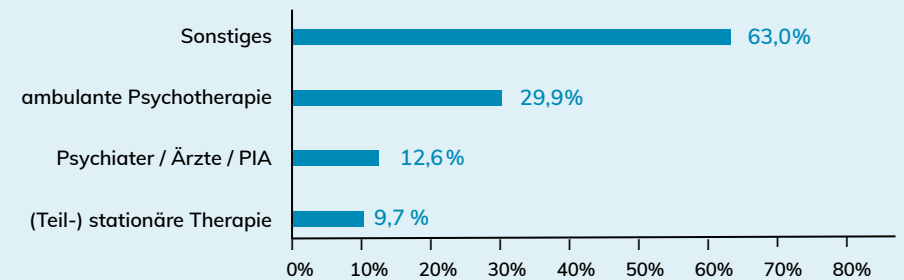
außerhalb München 427 34,7%

## Gegenwärtige Beschäftigung

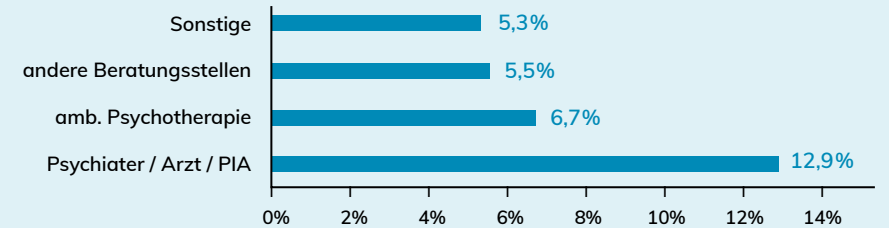


Die folgenden statistischen Angaben basieren auf 1197 Klienten, deren Beratung im Berichtsjahr abgeschlossen wurde. (Mehrfachnennungen sind möglich)

## Empfohlene Weiterbehandlung



## Mitbehandlung





## DIE ARCHE WIRD GEFÖRDERT DURCH:



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: DE 11 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