

WARNSIGNALE

- Negative Grundhaltung
- Rückzug von Freunden und sozialen Aktivitäten
- Verschlechterung schulischer Leistungen
- Stimmungsschwankungen
- Reizbarkeit, aggressives Verhalten
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Veränderte Ess- und/oder Schlafgewohnheiten
- Veränderung der äußeren Erscheinung
- Weinen, Traurigkeit, Depression
- Weggeben von ursprünglich geschätzten Besitztümern
- Verlustereignisse durch Tod, Scheidung, Übersiedlung
- Übermäßiger Gebrauch von Drogen/Alkohol
- Beschäftigung mit Tod und Suizid (Zeichnungen, Musik)
- Vorhergehende Suizidversuche

! „Je konkreter (wo, wie, wann) die Suizidgedanken sind, desto dringender besteht Handlungsbedarf!“



VOLKER PAUL GODITSCH-FONDS

Erreichbar unter:



ONLINEBERATUNG: www.weil-graz.org

Wir sind ausschließlich online erreichbar.



E-Mail: office@weil-graz.org

Wir antworten innerhalb von 2 Tagen.



Über uns

Alle Angebote von WEIL sind kostenlos.

Die MitarbeiterInnen haben eine psychosoziale Ausbildung, arbeiten ehrenamtlich und sind der Verschwiegenheit verpflichtet.



Spende

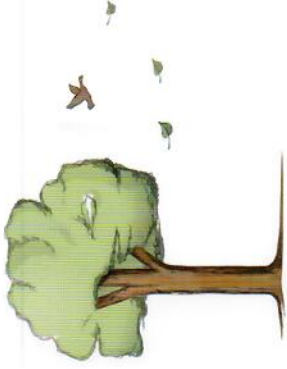
Spenden an uns sind steuerlich steuerlich absetzbar gemäß § 4a Z3 und 4 EStG.

Bankhaus Krentschker Graz

IBAN AT42 1952 0000 0062 2290

BIC KRECAT2GXXX

Seit dem 1.1.2017 kannst du Spenden nicht mehr selbst in deiner Arbeitnehmeranmeldung geltend machen. Die Übermittlung der Daten muss auf Wunsch von dir über uns erfolgen. Damit wir deine Daten an das Finanzamt übermitteln können, trage bitte deinen Vor- und Zunamen (wichtig: genau wie er auf ihrem Meldezettel steht!) sowie dein Geburtsdatum bei Erlagscheinen bzw. Online-Überweisungen im Feld Zahlungsreferenz ein. Alternativ kannst du uns die benötigten Informationen auch per E-Mail an office@weil-graz.org schicken.



WEIL Weiter im Leben

Hilfe für suizidgefährdete
junge Menschen,
deren Angehörige
und FreundInnen

**ONLINE-
BERATUNG**
für Jugendliche
bis 25 Jahre



WIE KANN ICH HELFEN?

- Suizidgedanken immer ernst nehmen
- Aktives Zugehen auf die/den Betroffene/n
- Sprachlosigkeit überwinden
- Bei vermuteter Suizidgefährdung diese ansprechen
- Nonverbale Signale wahrnehmen, verstehen und übersetzen
- Wertschätzende Grundhaltung gegenüber der/dem Betroffenen
- Zuhören
- Hilfe zur Selbsthilfe bieten
- Verweis auf Hilfsorganisationen und das soziale Netzwerk
- Begleitung zu professionellen HelferInnen
- Vereinbarung weiterer, aber begrenzter Gesprächstermine

*„Ich möchte sterben“
hilft
„Ich möchte etwas ändern.
So wie es jetzt ist,
ist es für mich nicht erträglich.“*

WAS IST ZU VERMEIDEN?

- Über Sinn oder Legitimation von Suizid diskutieren
- Ratschläge
- Bagatellisierungen („Das ist halb so schlimm...“)
- Vorschnelle Lösungen anbieten
- Verantwortungsübernahme gegenüber der/dem Betroffenen
- Schweigeversprechungen
- In Panik verfallen



UNSERE ANGEBOTE

Onlineberatung

Wenn du nicht mehr weiter weißt, bieten wir eine Onlineberatung für Betroffene, Freundinnen und Angehörige unter www.weil-graz.org. Deine Anfrage bleibt anonym und wird innerhalb von 2 Tagen beantwortet. Für dringende Angelegenheiten ist allerdings der Notruf zu wählen.



Schulvorträge

In Vorträgen oder Workshops geben wir Sachinformationen, Reflexionsmöglichkeiten und Hilfestellungen zum Thema Suizidalität und Krisenbewältigung weiter. Die konkreten Workshop- bzw. Vortragseinhalte können nach Absprachen in Dauer und Inhalt individuell gestaltet werden.



Peer Group Education

In Kooperation mit dem Österreichischen Jugend-Rot-Kreuz bilden wir Suizidpräventions- und Krisenbewältigungs-Peers aus.



Beratung für Angehörige und Eltern

Wir unterstützen Sie bei suizidalen Krisen in Ihrer Familie. Bitte wenden Sie sich per E-Mail an uns.



INFORMATION FÜR MULTIPLIKATORINNEN

Beratung

Fachkräfte und Einrichtungen unterstützen wir in speziellen Coachings zu Fragen im Umgang mit betroffenen Jugendlichen.



Öffentlichkeitsarbeit und Medienschulung

Wir beziehen unser Wissen aus dem aktuellen internationalen Forschungsstand der Suizidprävention. Mittels Infoständen und Kampagnen leisten wir evidenzbasierte Aufklärungsarbeit.

JournalistInnen beraten wir zu Effekten über Berichterstattung nach Suiziden bzw. zu suizidpräventiven Beiträgen.



Fortbildung und Coaching

Wir stehen für individuell abgestimmte Vorträge zu suizidpräventiven Themen zur Verfügung.

