

# Der Krisen-Kompass – die App der TelefonSeelsorge kommt zum Welttag der Suizidprävention!

*„...Ich bin erst 22, habe große Geldprobleme, eine sehr schwierige Familie und eine Essstörung, und ich bin jetzt einfach mal ehrlich, weil ich es sonst niemanden sagen kann: Ich denke sehr oft darüber nach, einfach vor den Zug zu springen und habe es nur nicht gemacht, weil ich mich zu sehr verantwortlich für meine Familie fühle. Mein Leben ist sinnfrei...“*

So schreibt Anna im TelefonSeelsorge-Chat. Und sie ist damit nicht allein. Fast in jedem dritten Chat äußern junge Menschen den Wunsch zu sterben. Die Suizidrate bei jungen Leuten steigt: Durchschnittlich nehmen sich jährlich sechshundert unter 25 das Leben - nach dem Verkehrstod die zweithäufigste Todesursache in Deutschland.<sup>1</sup>

Die TelefonSeelsorge, der in unserer Gesellschaft bei diesem Thema eine seismografische Funktion zugesprochen wird, reagiert jetzt darauf mit einer neuartigen App, dem sogenannten „Krisen-Kompass“. Am 10. September, dem Welttag der Suizidprävention, wird der Prototyp der neuen Krisen-Kompass App erstmals der Öffentlichkeit vorgestellt.

Die App ist gedacht für Menschen mit Suizidgedanken, aber auch für Menschen, die andere mit Suizidabsichten kennen, aber auch für Menschen, die in ihrem Umfeld jemanden durch Suizid verloren haben und sich dabei häufig allein gelassen fühlen.

Nach dem Runterladen steht der neue, kostenlose Krisen-Kompass sofort und ohne Wartezeit auf jedem Smartphone zur Verfügung. Die App ist bewusst einfach und übersichtlich gestaltet. Und sie ist als Unterstützung gedacht, wenn man sich nicht traut oder sich schämt über sein Problem zu reden, oder wenn man einfach nur hilflos oder sprachlos ist oder auch weil vielleicht gerade die Leitungen der Krisenhilfen besetzt sind. Der Krisen-Kompass kann eine Menge: Er ist so etwas wie ein seelischer Erster-Hilfe-Koffer, quasi für die Hosentasche. Man kann sich informieren, Fragen beantworten, Stimmungen messen, Ressourcen und Kraft- und Hilfsquellen anzapfen, und man kann sich sein eigenes Profil darin anlegen, das einen über den Tag und vor allem über akute Krisenmomente hinweghilft.

Dank einer bundesweiten Sponsoring-Aktion konnten innerhalb von sechs Monaten die Kosten für die App größtenteils gesammelt werden. Es gab ein hohes Spendenaufkommen von Privatpersonen, Stiftungen, Firmen, Charity-Clubs und lokalen sozialen und kirchlichen Einrichtungen. Unter [www.krisen-kompass.app/prototyp](http://www.krisen-kompass.app/prototyp) kann man sich direkt einen Eindruck von den Leistungsmerkmalen der App verschaffen. Bis Ende des Jahres soll die App endgültig

---

fertiggestellt sein und in den App-Stores zur Verfügung stehen. Die Veröffentlichung der App soll über die virtuellen Anlaufstellen der TelefonSeelsorge und im Bereich der psychosozialen Versorgung verbreitet werden.

Am 9. Oktober ist dann der „Welttag der Seelischen Gesundheit“, den das Gemeindepsychiatrische Zentrum Enzkreis zusammen mit anderen Institutionen, wie der Telefonseelsorge zum Thema Suizidprävention gestaltet. Eingeladen wird dann zu einer Filmvorführung ins Scala Mühlacker. Gezeigt wird der Film „Der Junge muss an die frische Luft“.  
(Text Birgit Knatz, Ulrich Weber)