



Esther Grossenbacher, September 2018

Nationale Tagung «Suizidprävention in der Landwirtschaft» – Tagungsbericht

Es braucht eine bessere Vernetzung in der Suizidprävention, aber auch eine Enttabuisierung von Krisen und Suiziden. Das sind die Hauptkenntnisse der vom Bundesamt für Landwirtschaft BLW organisierten Tagung vom 10. September 2018, anlässlich des [Internationalen Tags der Suizidprävention](#), am INFORAMA Rütli mit über 60 Teilnehmenden.

Vormittagsprogramm

• Eröffnung und Begrüssungen

Jean-Marc Chappuis, Vizedirektor des Bundesamtes für Landwirtschaft (BLW), hob in seiner Eröffnungsansprache hervor, dass das BLW im Rahmen des nationalen [Aktionsplans](#) «Suizidprävention Schweiz» diese Plattform für Erfahrungsaustausch und Koordination im Berufsfeld Landwirtschaft anbietet. Denn «die allermeisten Menschen mit Suizidgedanken möchten nicht sterben, sondern wollen ihr unerträgliches Leid beenden». Diesen Menschen – diesen Landwirten und Bäuerinnen – soll und kann geholfen werden: Es gibt viele wirkungsvolle Präventionsmassnahmen.

Christian Hofer, Vorsteher des Amtes für Landwirtschaft und Natur des Kantons Bern (LANAT), unterstrich in seiner Grussbotschaft die besondere Rolle und Verantwortung des Kantons Bern gegenüber der bäuerlichen Bevölkerung. Er betonte die Wichtigkeit der Versachlichung der oft emotional geführten Diskussionen und verwies auf die bereits bestehende gute Zusammenarbeit zwischen dem INFORAMA und klinischen Fachstellen. Er rief auch zu Solidarität auf, um Menschen mit Suizidgedanken frühzeitig effektive Hilfe anbieten zu können.

• Präsentationen und Interview

Esther Walter, Projektleiterin Suizidprävention beim Bundesamt für Gesundheit (BAG), stellte den nationalen Aktionsplan «[Suizidprävention Schweiz](#)» vor. Dieser will einen Beitrag zur Reduzierung von suizidalen Handlungen während oft vorübergehenden Belastungskrisen oder psychischen Erkrankungen leisten. In diesem Rahmen hat das BAG eine [Online-Plattform](#) mit zahlreichen Praxisbeispielen aus der Suizidprävention aufgeschaltet.

Bundesamt für Landwirtschaft BLW
Esther Grossenbacher
Schwarzenburgstrasse 165, 3003 Bern
Tel. +41 58 462 26 04, Fax +41 58 462 26 34
esther.grossenbacher@blw.admin.ch
www.blw.admin.ch

Gabriela Stoppe, Präsidentin von IPSILON, Initiative zur Prävention von Suizid in der Schweiz, stellte zunächst Zahlen und Fakten vor. Sie erklärte auch das Zusammenspiel von Disposition, Situation und Einengung der Sicht. Ebenso wurde mit Mythen aufgeräumt, etwa «wer darüber redet, tut es nicht» oder «über Suizid sollte man nicht sprechen, das ermutigt nur». Sie stellte auch den Werther- und Papageno-Effekt vor, d.h. je nach Berichterstattung der Medien über einen Suizid kommt es zu einer Erhöhung oder Verringerung der Suizidrate. Schliesslich verwies sie auch auf die Wirksamkeit der Nicht-Verfügbarkeit von Suizidmethoden als Präventionsmassnahme.

Christine Bühler, Präsidentin des Schweizerischen Bäuerinnen- und Landfrauenverbands (SBLV) und Vizepräsidentin des Schweizer Bauernverbands (SBV), informierte über die [Vermittlungsplattform](#) für Hilfe und Unterstützung des SBLV, ein Angebot für niederschwellige und anonyme Kontaktaufnahme. Ziele der Vermittlungsplattform sind die Enttabuisierung und Thematisierung von Problemen sowie die Sensibilisierung, früher Hilfe zu holen. Sie betonte die unterschiedliche Wahrnehmung in der Gesellschaft von Frauen und Männern, und auch, dass meist Frauen die Hauptbetroffenen nach einem Suizid von Männern sind.

Frédéric Brand, Generaldirektor für Landwirtschaft, Weinbau und Veterinärwesen des Kantons Waadt (DGVA) und Präsident der Konferenz der Landwirtschaftsämter der Schweiz (KOLAS), sowie **Yves Dorogi**, Präsident der Groupe Romand Prévention Suicide (GRPS) und Leiter Pflege des Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (CHUV) stellten die Suizidpräventionsmassnahme «Sentinelles Vaud – Promotion de la Vie» vor. Bisher wurden 150 Personen, die in Kontakt mit Landwirten und Bäuerinnen stehen, wie Tierärzte, Kontrolleure, Treuhänder, Verkäufer etc. als Sentinelles (Wachposten) ausgebildet: Sie wurden geschult, Warnsignale von Krisen zu erkennen, wie diese anzusprechen sind und wo professionelle Unterstützung zu finden ist.

Christine Jurt, Projektleiterin bei der Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften (HAFL), stellte die vom BLW finanziell unterstützte [Studie](#) «Suizid in der Landwirtschaft in der Schweiz – eine wissenschaftliche Literaturanalyse und Expertengespräche» vor. Sie informierte, dass es keine offiziellen Daten zur Häufigkeit von Suiziden in der Schweizer Landwirtschaft gibt und dass je nach Quellen unterschiedliche Risikofaktoren genannt werden. Schliesslich zeigte sie den weiteren Forschungsbedarf auf.

Nachmittagsprogramm

• Vertiefungsthemen in Gruppen – World Cafés

Von Fachpersonen der Suizidprävention geleitet – Anne Stettbacher (INFORAMA Beratung für Lernende und deren Umfeld), Madeleine Vonlanthen (Die Dargebotene Hand), Mariann Ring (Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich), Gabriela Stoppe (IPSILON) sowie Myriam Ebinger (Universität Zürich) – wurden in kleinen Gruppen Erfahrungen und Gedanken über fünf verschiedene Themen ausgetauscht, nachfolgend sind die wichtigsten Erkenntnisse für jedes Thema zusammengefasst:

Sensibilisierung der Lehrpersonen

Landwirtschaftslehrer und -lehrerinnen sollten geschult werden, psychische Krisen oder Warnsignale (z.B. verbale Äusserungen, Gesichtsausdruck, Körperhaltung) überhaupt zu erkennen. Wissen über Suizidalität und das angemessene Vorgehen geben Sicherheit, Auffälligkeiten anzusprechen (z.B. Notfallblätter). Es könnten auch vermehrt Fachtagungen oder Ausbildungen angeboten werden, ähnlich dem Weiterbildungstag im Rahmen des Fachbereichs Berufliche Grundbildung zur «Sensibilisierung zur Suizidalität im schulischen Umfeld» am INFORAMA Rütli.

Sentinelle-Gatekeeper-Ansatz

Die Schulung von Personen, die berufliche Kontakte zu Landwirten und Bäuerinnen haben, sollte in

weiteren Kantonen – auch in der Deutschschweiz – angeboten werden. Es könnte pro Kanton oder Region ein Netzwerk mit Freiwilligen geben. Die Thematik «Krisenbewältigung/Suizidprävention» könnte in Arbeitskreisen aufgenommen werden. Es sollte auch mehr Beratungsstellen für Lernende geben.

Schutzfaktoren stärken

Es sollte für jeden Landwirt und jede Bäuerin normal werden, dass es im Leben Krisen geben kann: Krisen gehören zum Leben. Es ist wichtig, in Beziehungen und Freundschaften zu investieren. Sich aussprechen und mitteilen tut gut und ist ein Schutzfaktor; also vermeiden, regelmässig oder häufig alleine und isoliert zu sein. Die gegenseitige Wertschätzung sollte bewusst gepflegt werden.

Burnout und andere Krisen

Burnout ist gesellschaftsfähig, im Gegensatz zu Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen, d.h. Burnout würde sich als Türöffner für ein Gespräch über psychische Gesundheit eignen. Ebenso wurde die Frage nach dem «Guten Schlaf» als weiterer geeigneter Einstieg identifiziert. Sich ganz auf die Arbeit zu fokussieren ist eine Fluchtmöglichkeit und birgt Gefahren. Warnsignale sollten auch an sich selber wahrgenommen werden. Es braucht Vertrauen in Fachleute.

Kommunikation und Information

Die Voraussetzungen für den Werther- und Papageno-Effekt wurden noch einmal vertieft (Erhöhung der Suizidrate, wenn der Suizid als unvermeidbare Handlung dargestellt wird, Berichte über Suizide von Prominenten, Beschreibungen des Suizidmittels, Fotos; demgegenüber Verringerung der Suizidrate, wenn der Suizid negativ dargestellt wird, Berichte über Schienensuizide und Berichte von gelungener Krisenbewältigung). [Medienrichtlinien](#) über «Medien und Suizid» wurden vorgestellt, und die Wichtigkeit, bei Berichten über Suizid immer auch Anlaufstellen für Hilfsangebote aufzuführen.

• **Schlusswort**

Markus Wildisen, Direktor des INFORAMA und Präsident der Schulleiterkonferenz Landwirtschaft, zeigte zum Abschluss die Rolle des INFORAMA bei der Suizidprävention in der Bildung und der Beratung auf. Er verwies auf die zahlreichen Arbeitskreise und das Coaching. Er erinnerte daran, dass Suizid zu thematisieren und offen darüber zu sprechen, ein wirkungsvolles Mittel der Suizidprävention darstellt. Zum Abschluss betonte er, dass Suizidprävention eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe ist und jede Person und jede Institution in ihrem Umfeld etwas für die Suizidprävention tun kann.