

# Inhaltsverzeichnis

<b>Wichtige Gedanken zur Einleitung</b> .....	<b>7</b>
<b>1 Warum kommt es zu suizidalen Gedanken und Handlungen?</b> .....	<b>10</b>
1.1 Was suizidale Kinder und Jugendliche empfinden .....	10
1.2 Leonie und Luca – zwei Geschichten .....	12
<b>2 Warnzeichen, Häufigkeit und Entwicklung von Suizidalität</b> .....	<b>14</b>
2.1 Suizidalität und typische Warnsignale .....	14
2.2 Suizidalität – ein Thema in der Pubertät .....	18
2.3 Gibt es Suizidalität bei Kindern überhaupt? .....	21
2.4 Häufigkeit von Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen ...	22
2.5 Entwicklung von Suizidalität .....	25
<b>3 Hilfe bei Suizidalität</b> .....	<b>34</b>
3.1 Wann sollte man wie eingreifen? .....	34
3.2 Hilfe bei akuter Suizidalität .....	37
3.3 Professionelle Hilfsangebote .....	38
<b>4 Hilfreiches für das Gespräch mit Ihrem Kind</b> .....	<b>42</b>
4.1 Vorbemerkung .....	42
4.2 Überlegungen zur Vorbereitung auf das Gespräch mit Ihrem Kind .....	42
4.3 Folgende Punkte sind für das Gespräch mit Ihrem Kind von Bedeutung .....	43
4.4 Abschluss des Gespräches bei nicht akuter Suizidalität ...	47
4.5 Nach dem Gespräch – wie geht es weiter? .....	47
4.6 Was, wenn das Gespräch nicht gelingt? .....	48
4.7 Was tun, wenn mein Kind (noch) nicht mit mir sprechen möchte? .....	48
4.8 Was tun, wenn ich mich durch mein Kind erpresst fühle? ...	49
4.9 Impulse für das Gespräch mit Ihrem Kind .....	50
4.10 Was im Gespräch mit Ihrem Kind nicht passieren sollte ...	51

<b>5</b>	<b>Für sich selbst sorgen</b> .....	<b>52</b>
<b>6</b>	<b>Umgang mit Suizidalität in der eigenen Familie und im Umfeld Ihres Kindes</b> .....	<b>55</b>
6.1	Wenn Ihr Kind einen Suizidversuch gemacht hat .....	55
6.2	Wenn Ihr Kind durch Suizid verstorben ist .....	58
6.3	Suizidalität im Umfeld Ihres Kindes .....	61
6.4	Suizidversuch im Umfeld Ihres Kindes .....	64
6.5	Vollendeter Suizid im Umfeld Ihres Kindes .....	65
	<b>Nachwort</b> .....	<b>68</b>
	<b>Anhang</b> .....	<b>69</b>
	Literaturempfehlungen .....	71
	Notrufnummern, Online-Beratung und Links zu Informationen und Hilfsangeboten .....	73
	Selbsthilfegruppen für Eltern, die ein Kind durch Suizid verloren haben .....	76
	Das Leben ist es wert! .....	77