



# Implementation of suicide prevention in existing measures of addiction prevention

# Europe – Austria - Vorarlberg





## Federal province of Vorarlberg

370.000 inhabitants  
96 communities

## Krankenhaus Maria Ebene

Frastanz

## Therapiestationen

Lukasfeld, Meiningen und Carina, Feldkirch

## Beratungsstellen

Clean Feldkirch, Bregenz und Bludenz

## Suchtprophylaxe

Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe,  
Götzis

## Forschungsinstitut





# Objectives

- to support and empower kids, adolescents and young adults so they can act in a sensible, responsible, non-harmful way and are capable of self-reflection
- to support people engaged with kids, adolescents and young adults (e.g. parents, teachers, apprentice trainers, youth workers etc) and enable them to act in a preventative way in their field of work and/or living environment
- to sensitize the general public, politics and media for topics concerning addiction prevention, to give them sound answers to their questions and to offer them suitable solution

# Some facts

## In the last 5 years (2012 – 2016) SUPRO

- has worked with 20.509 kids and adolescents to different topics and aspects concerning addictive substances and addictive behaviour
- has reached 15.146 adults (especially parents) with lectures
- has enabled 6.941 multipliers with extensive trainings to get effective in a preventative way in their setting/field of work/living environment

In total 42.596 people (that's approximately 20% of the population in Vorarlberg aged between 5 and 60 years)



# Structural model of addiction prevention in Vorarlberg



**Jahre**

**Individuum**

25  
23  
21  
19  
17  
15  
13  
11  
9  
7  
5  
3  
1

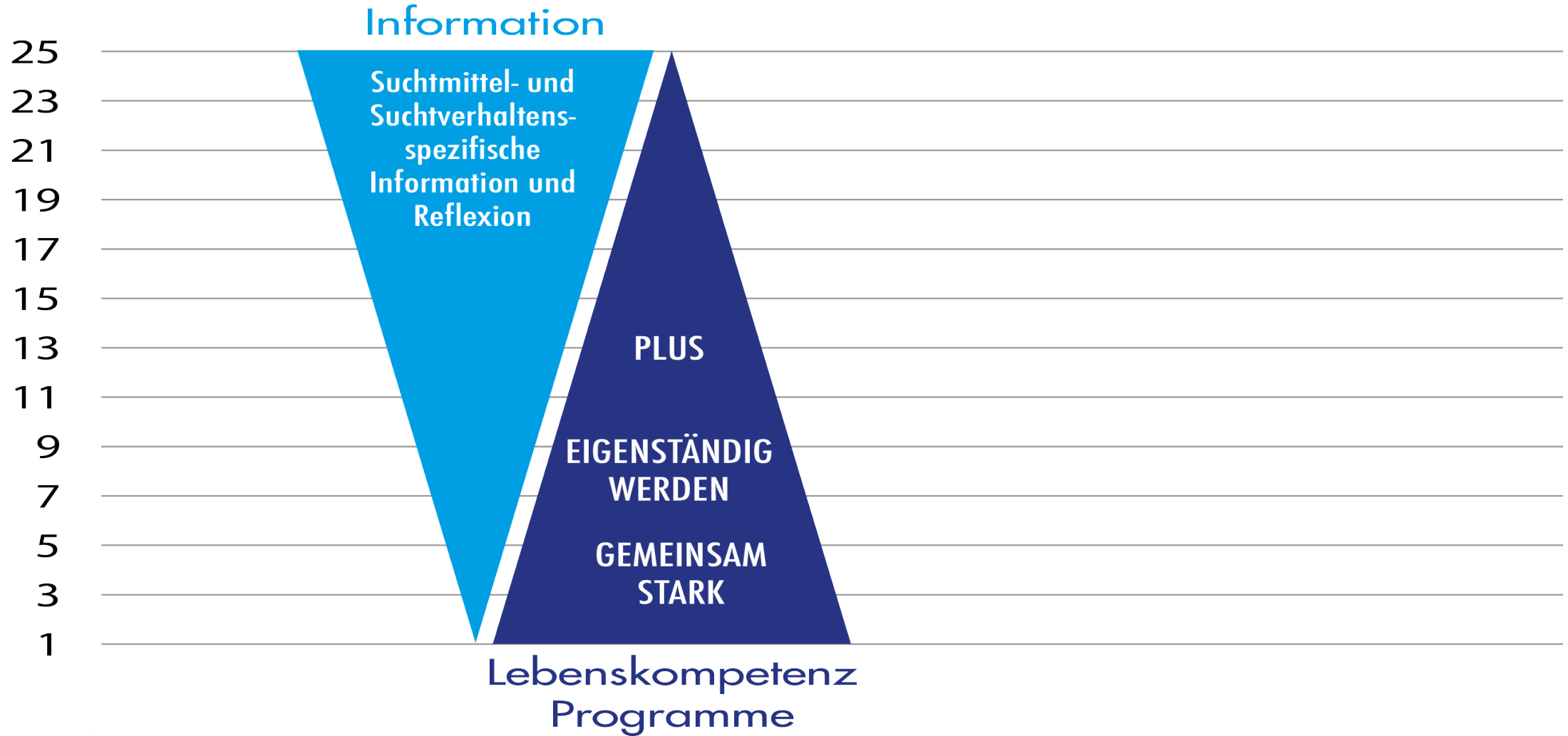


**Lebenskompetenz  
Programme**



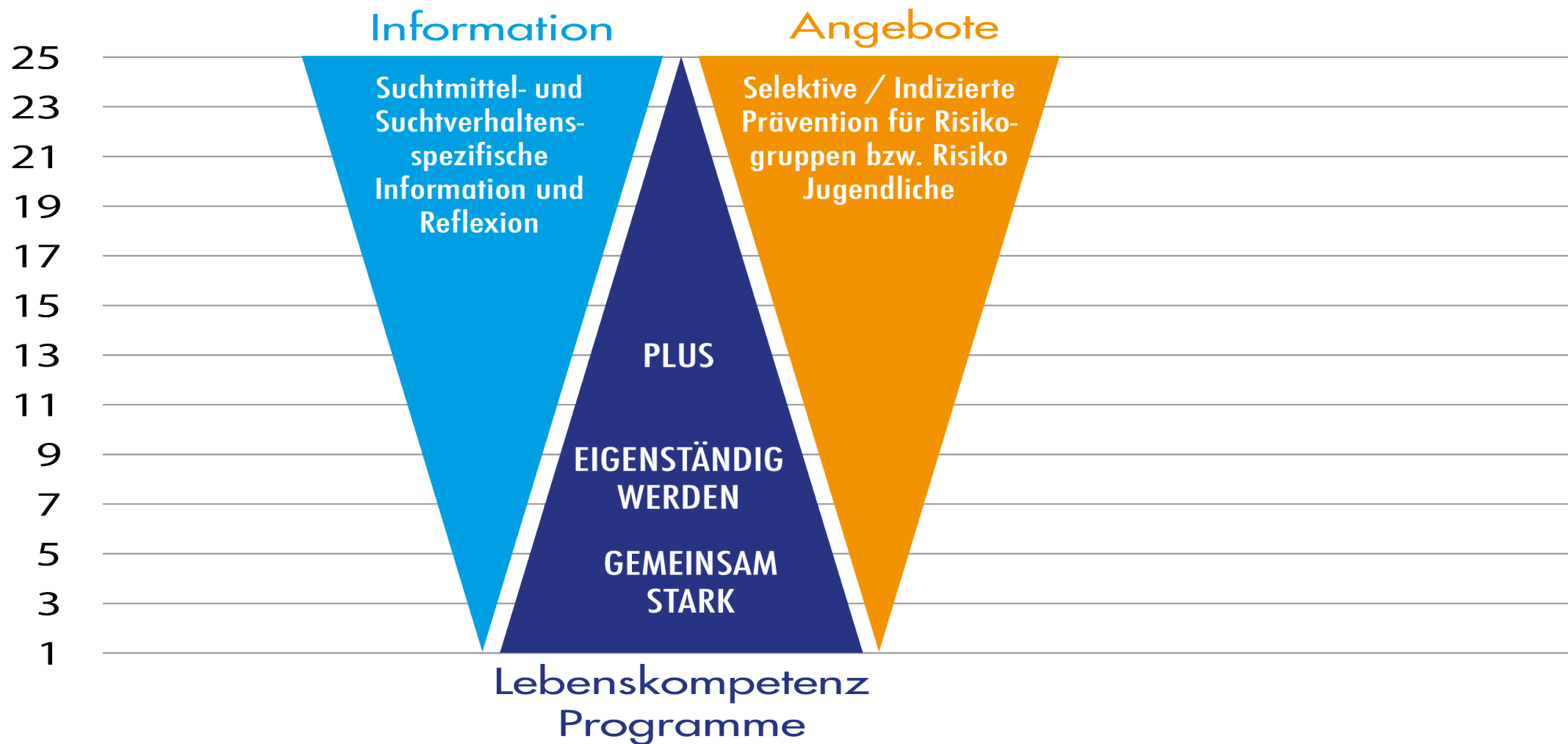
**Jahre**

**Individuum**



Jahre

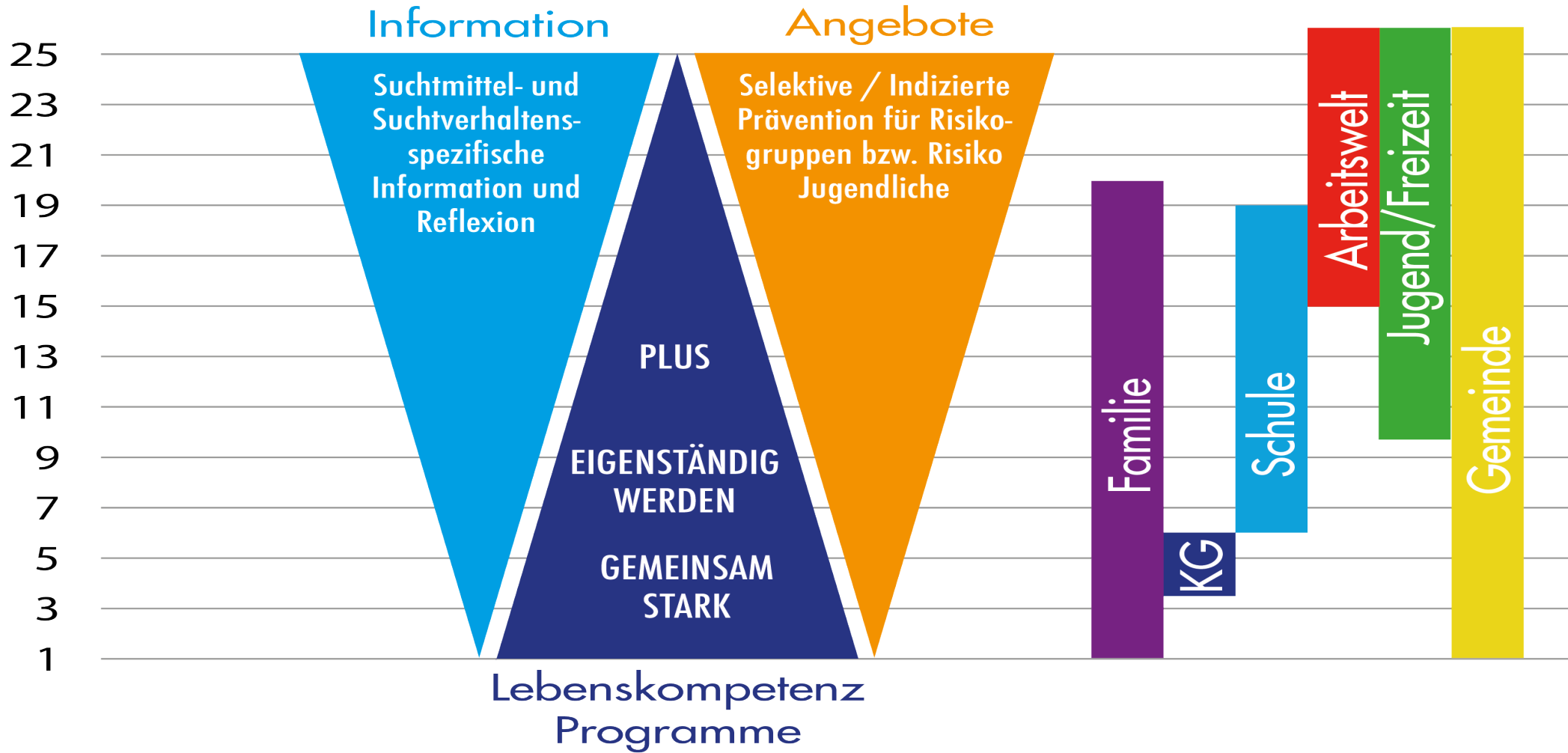
Individuum



**Jahre**

**Individuum**

**Bezugspersonen  
u. Bezugssystem**



# Implementation of suicide prevention in existing measures of addiction prevention (Austria)

- National strategy for the prevention of addictive and suicidal behaviour with a special emphasis on children and juveniles (Government programme 2008 - 2013)
- Ministry for Health assigned SUPRA (Suicide Prevention Austria) to elaborate a concept
- Ten major objectives were specified, three of them were defined as especially important:
  - to establish an increased awareness, sensitivity and knowledge about suicidal behaviour
  - to offer support and treatment all over the country
  - to develop and carry out trainings especially in educational institutions and settings

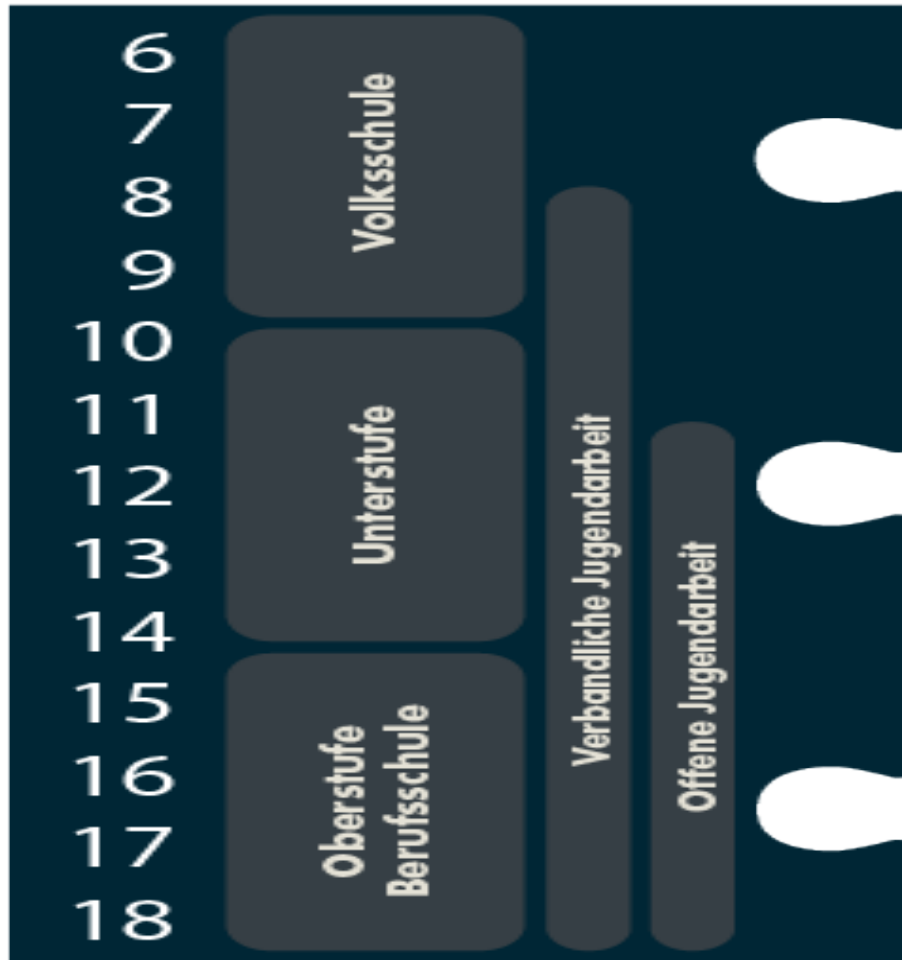


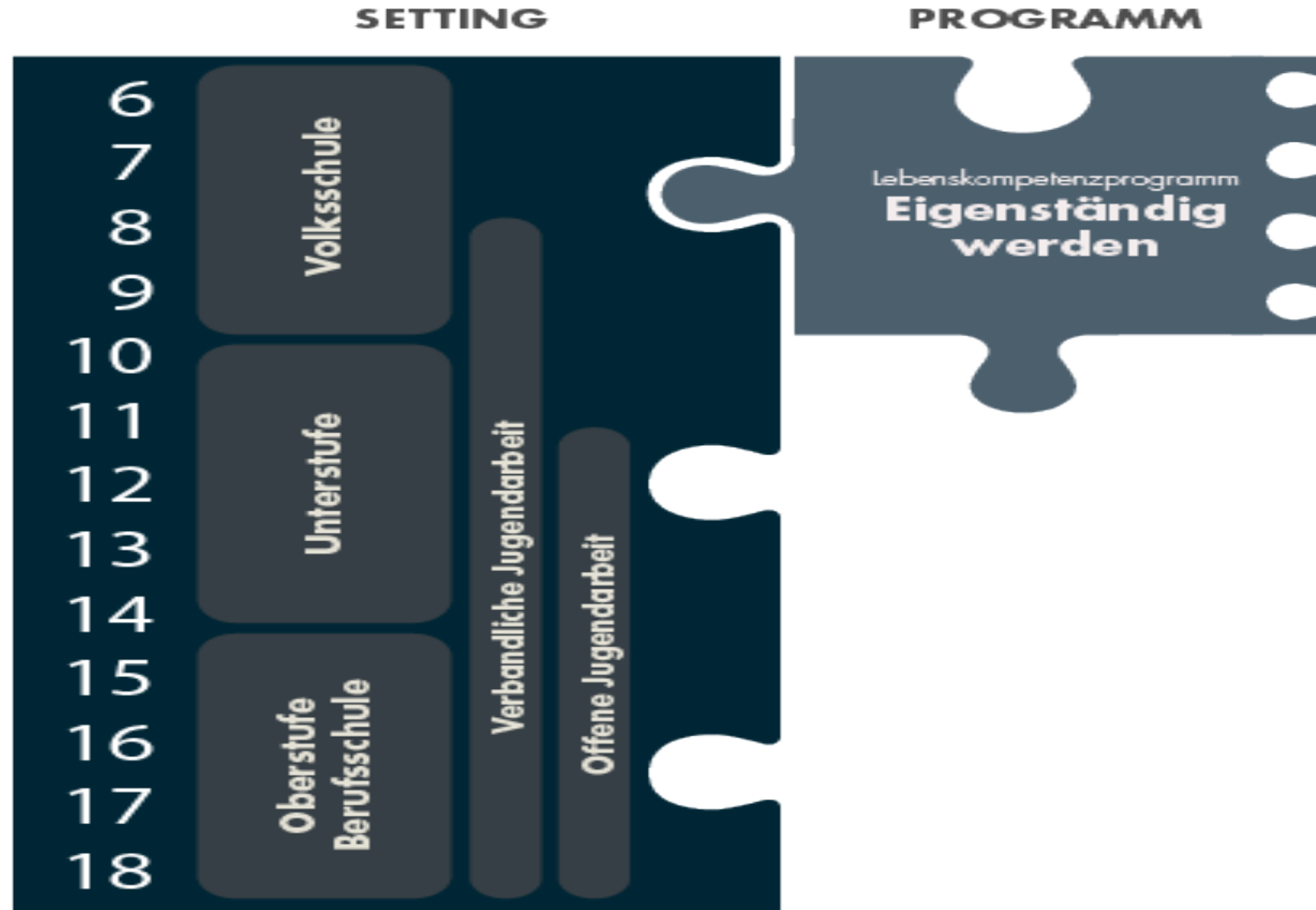
# Implementation of suicide prevention in existing measures of addiction prevention (Vorarlberg)

- Basis 1: structural model of addiction prevention in Vorarlberg
- Basis 2: concept of suicide prevention of SUPRA (Suicide prevention Austria)
- special emphasis on the target group of kids, adolescents and young adults
- life skill programmes form the major foundation and are the central puzzle piece
- school plays a major role
- Favourite approach: training of multipliers, people engaged with young people



## SETTING





# Life skill programme „Eigenständig Werden“

eigen  
ständig  
werden

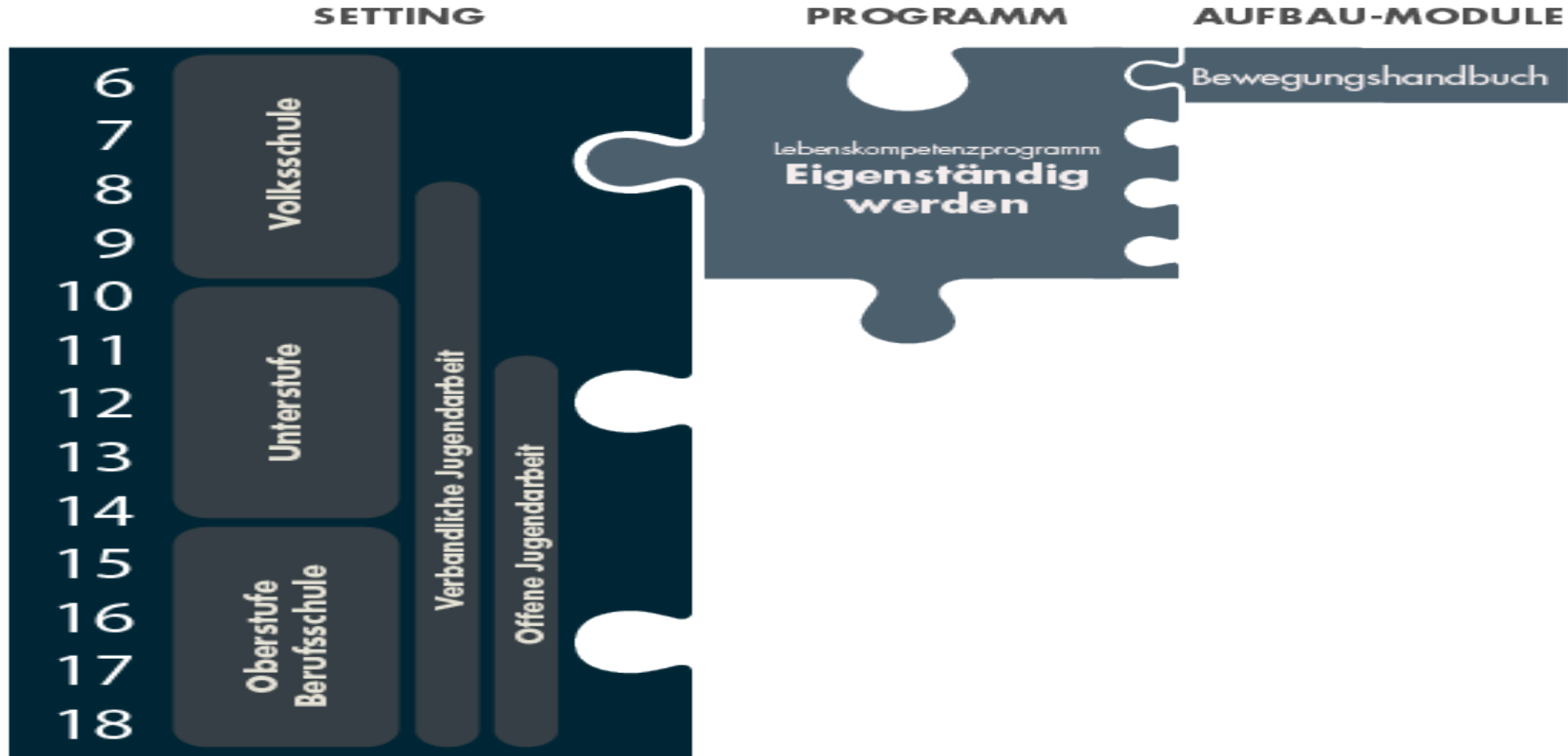


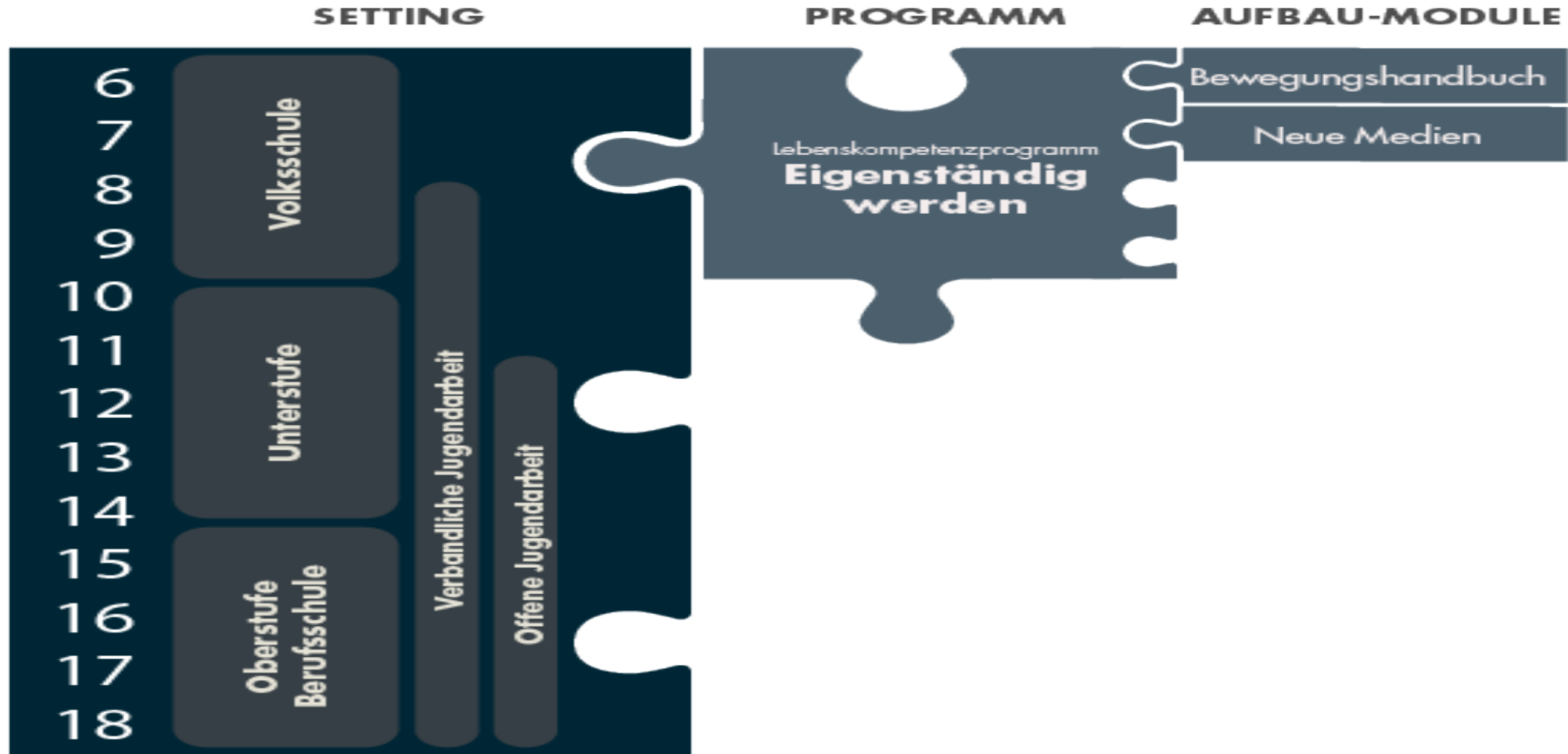


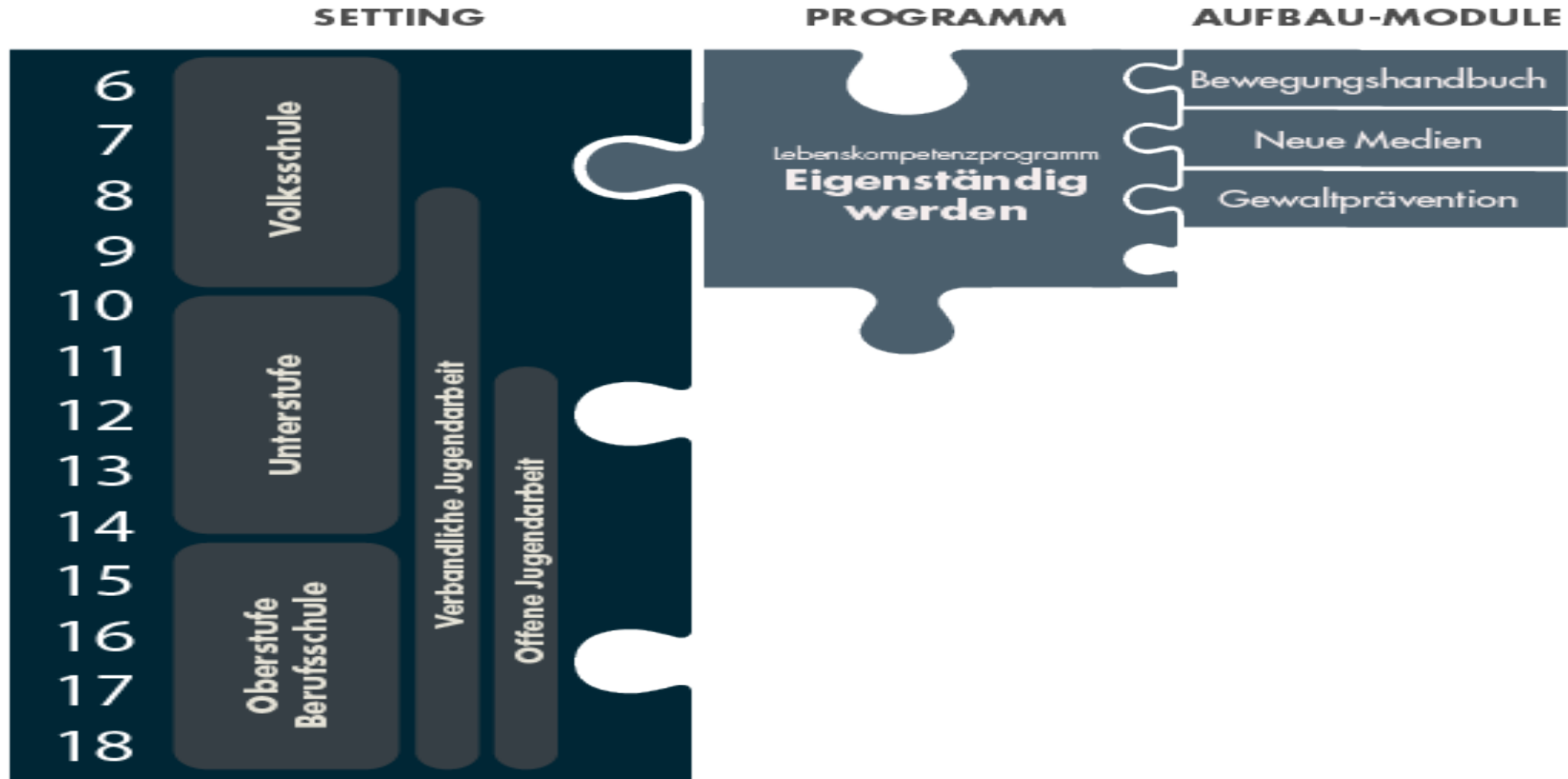
# Life skill programme „Eigenständig Werden“

- started in Vorarlberg in September 2006
- by now 846 primary school teachers (82%) in 111 primary schools (69%) have successfully completed the training (28 units)
- and implement the life skill programme „Eigenständig Werden“ over 4 years in their daily work with the pupils

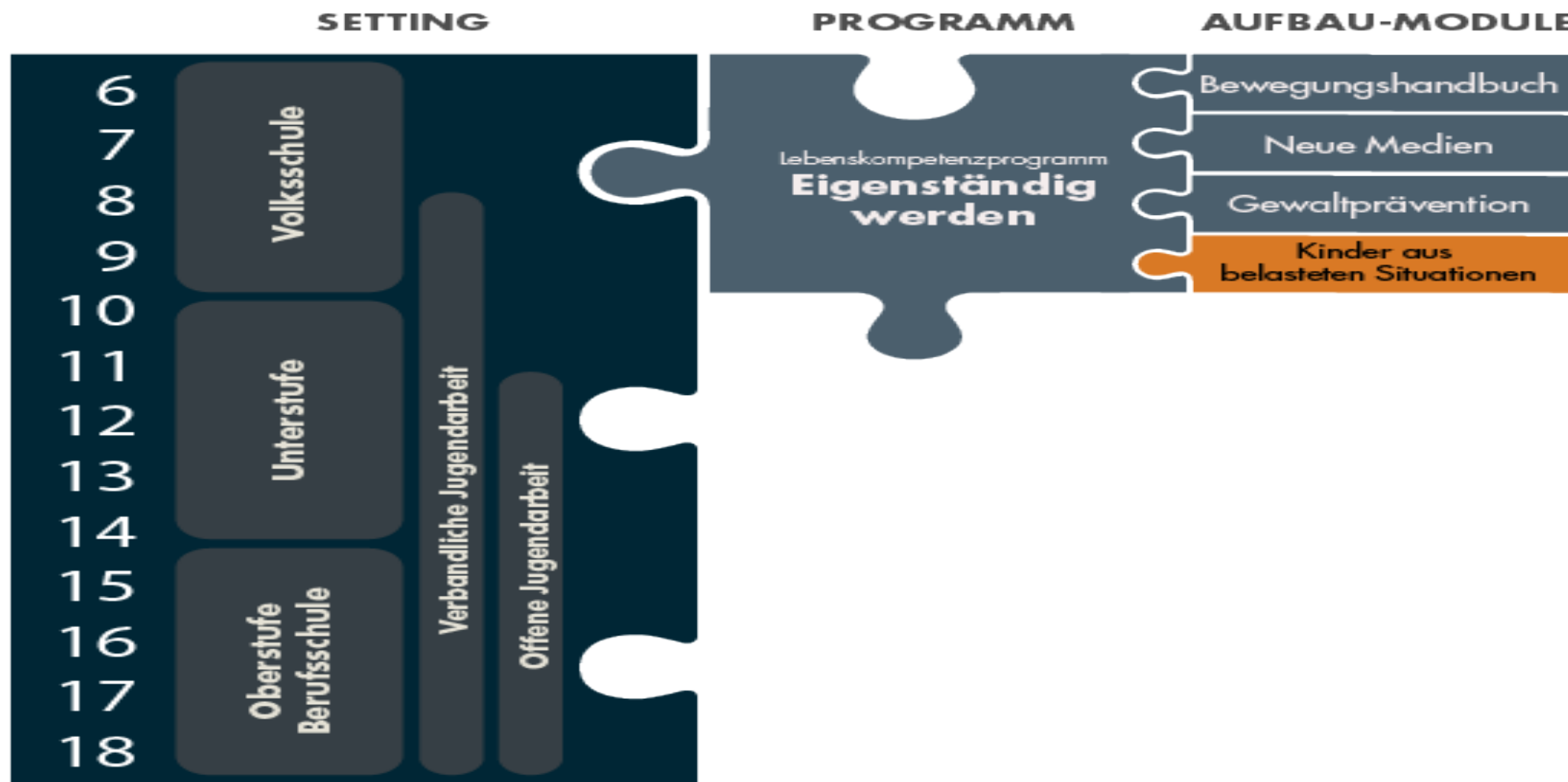


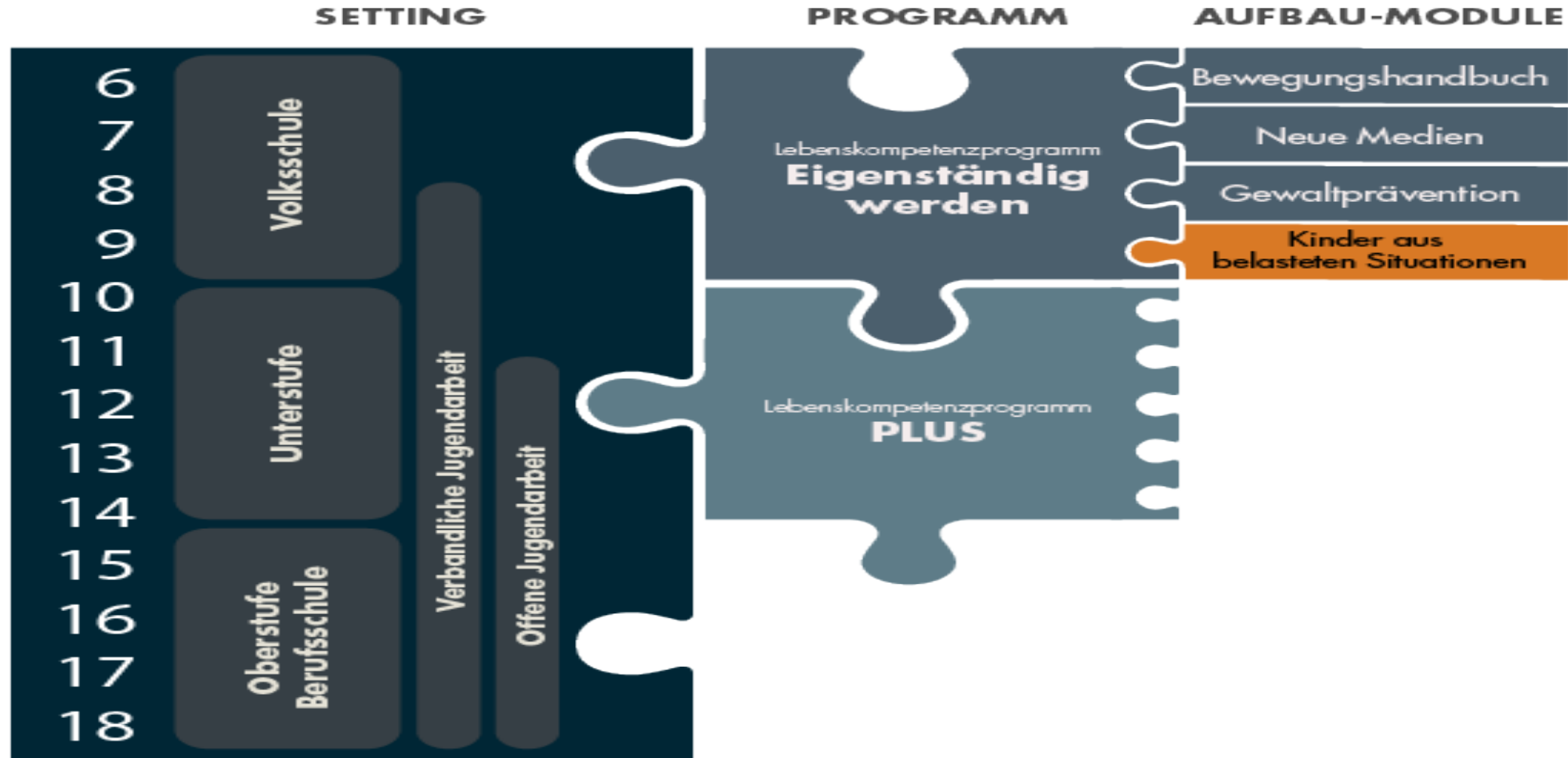














**plus**  
plus

DAS ÖSTERREICHISCHE  
PRÄVENTIONSPROGRAMM

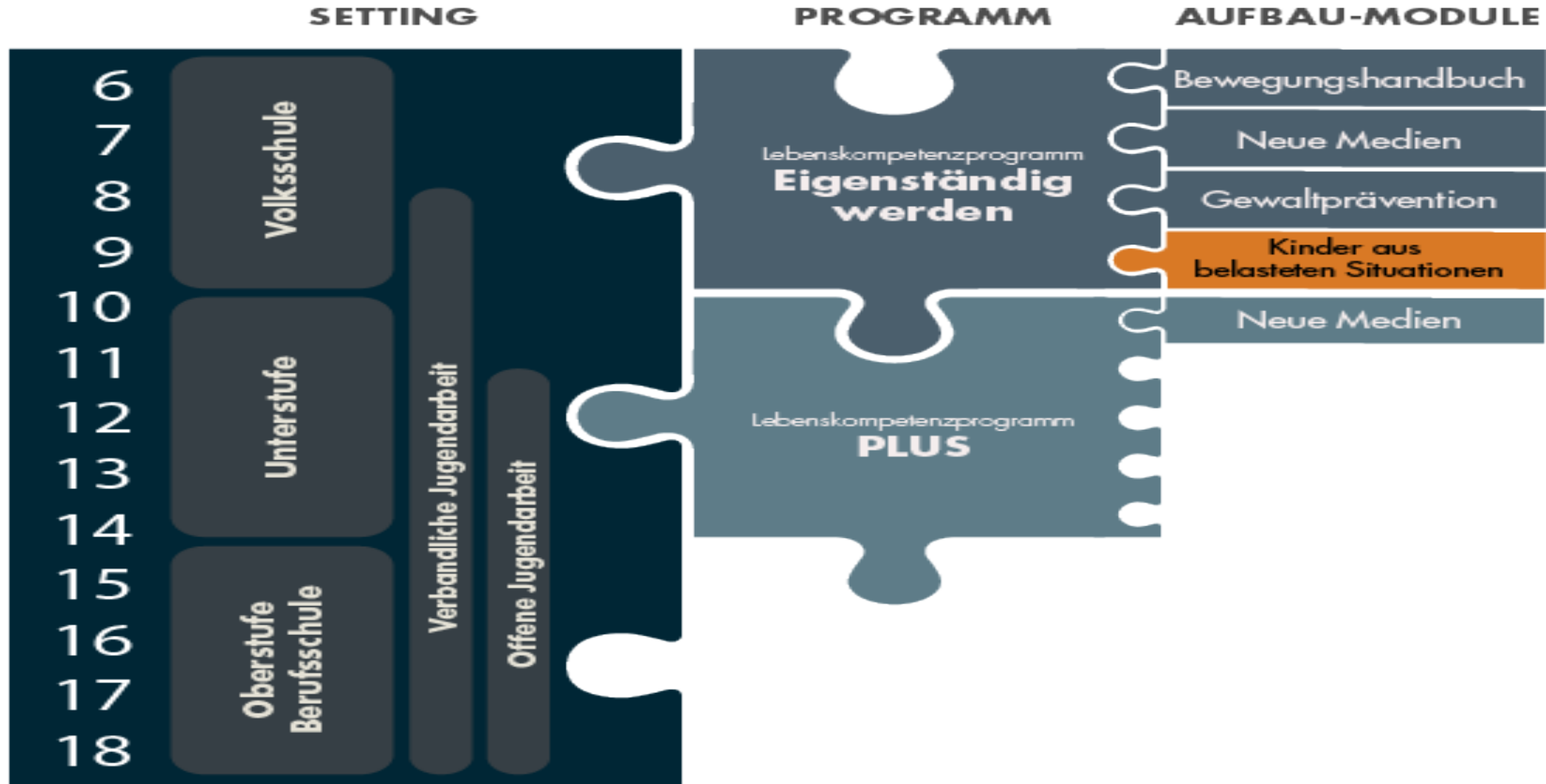
for pupils aged 10 to 14

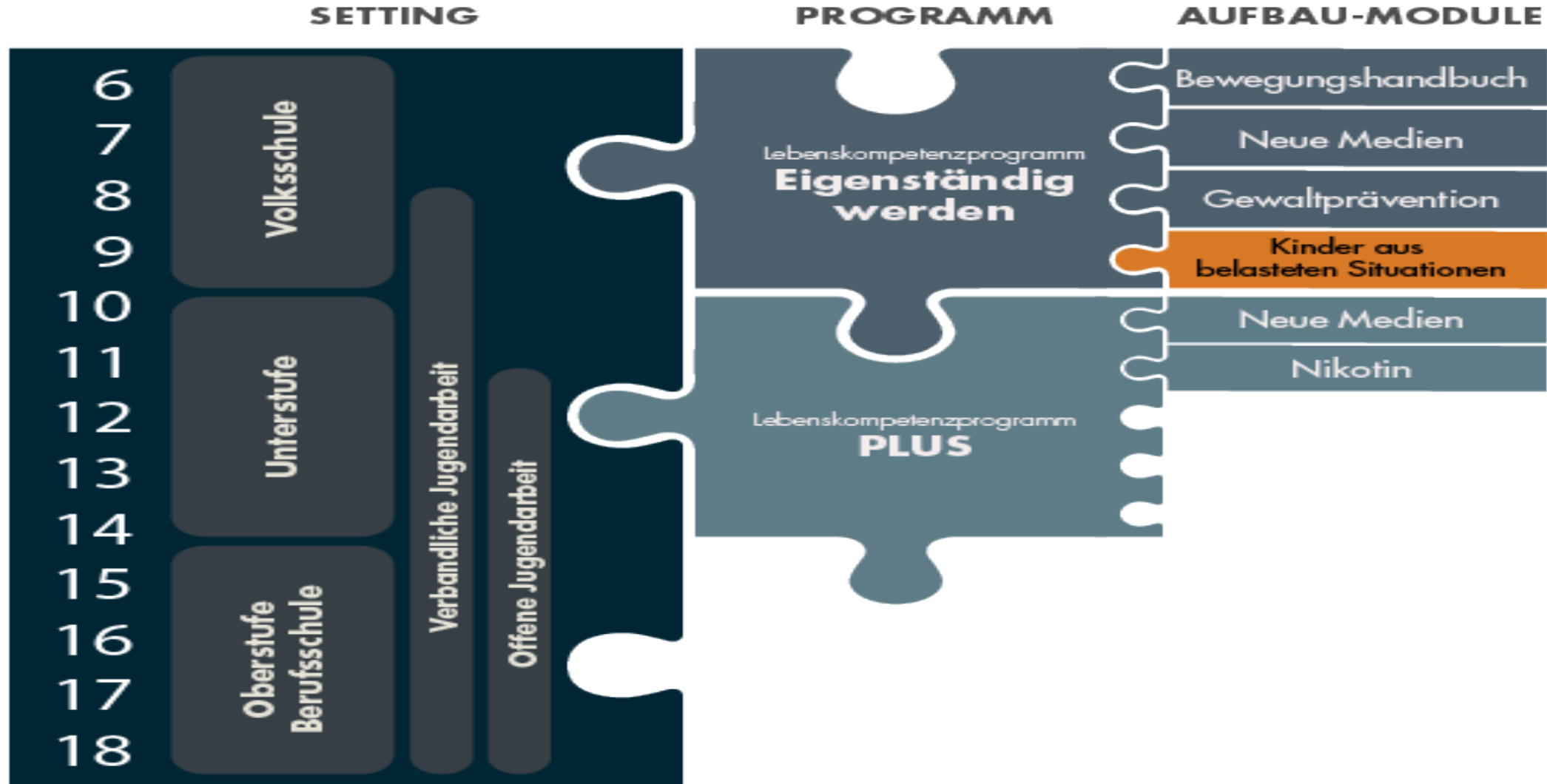
ÖSTERREICHISCHE **ARGE**  
SUCHTVORBEUGUNG

[www.plus.at](http://www.plus.at)

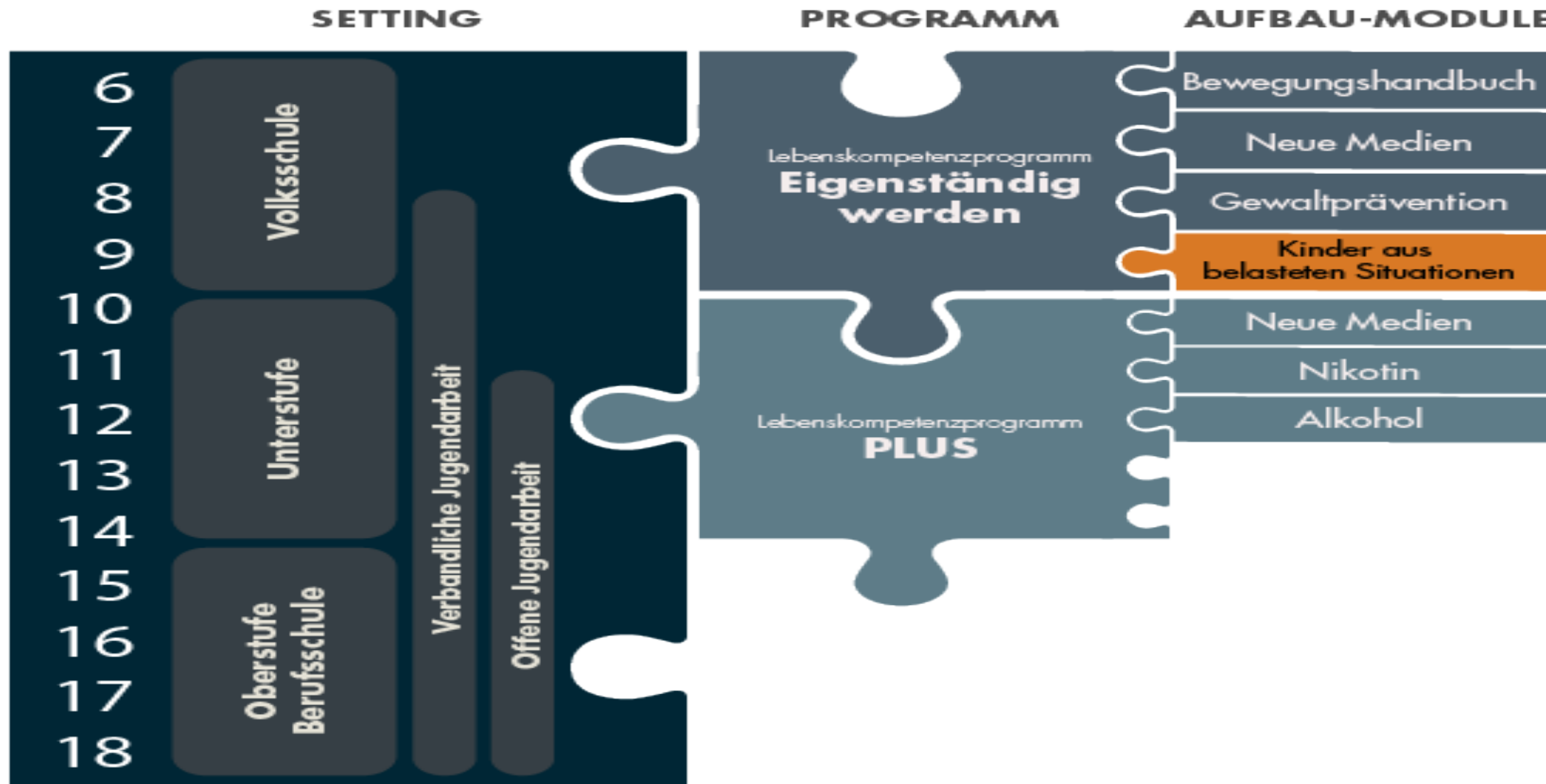


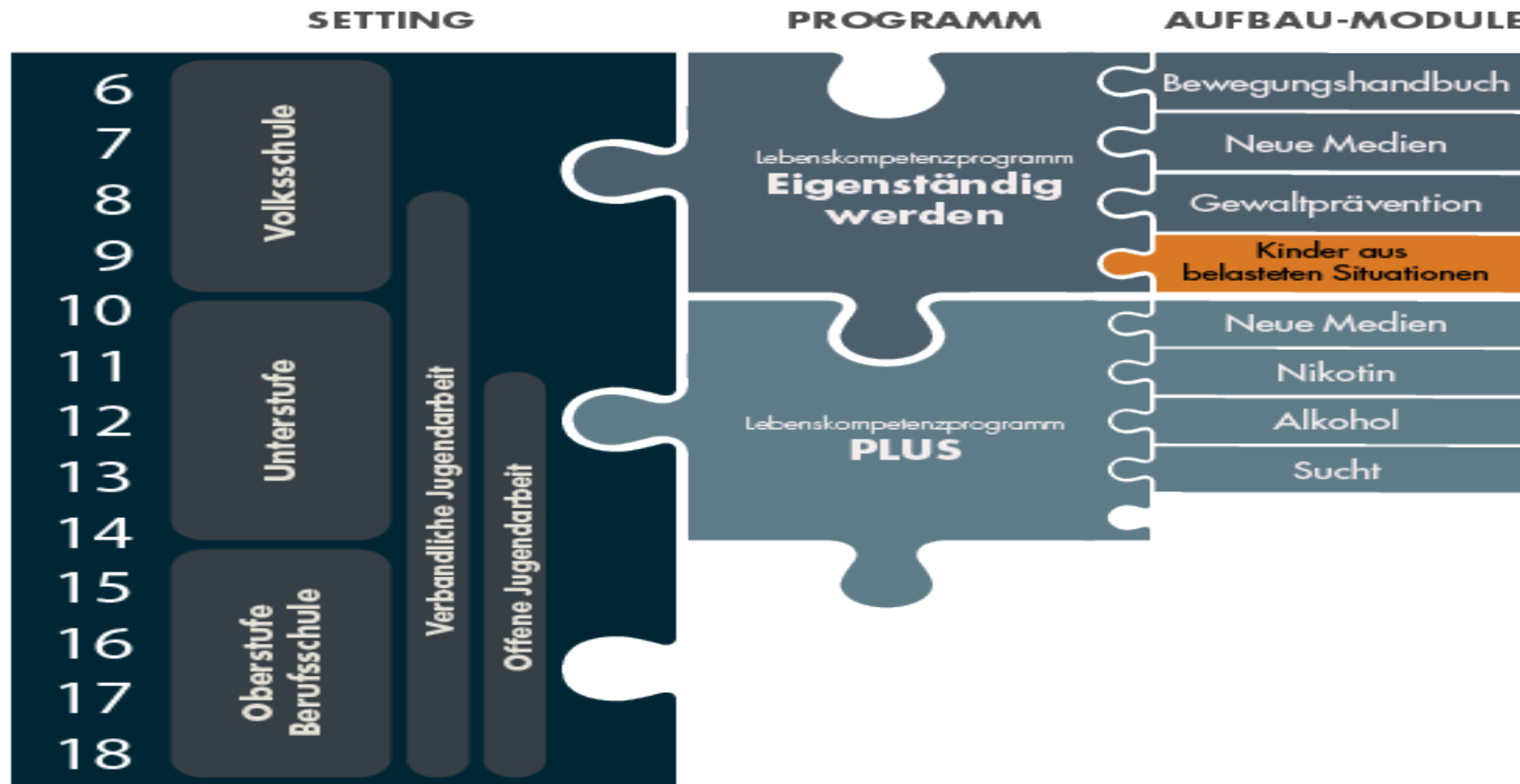
- started in Vorarlberg in 2009
- by now 199 secondary school teachers in 55 schools (83,4%) have successfully completed a 4-year-training and put „Plus“ into practice with their pupils over 4 years

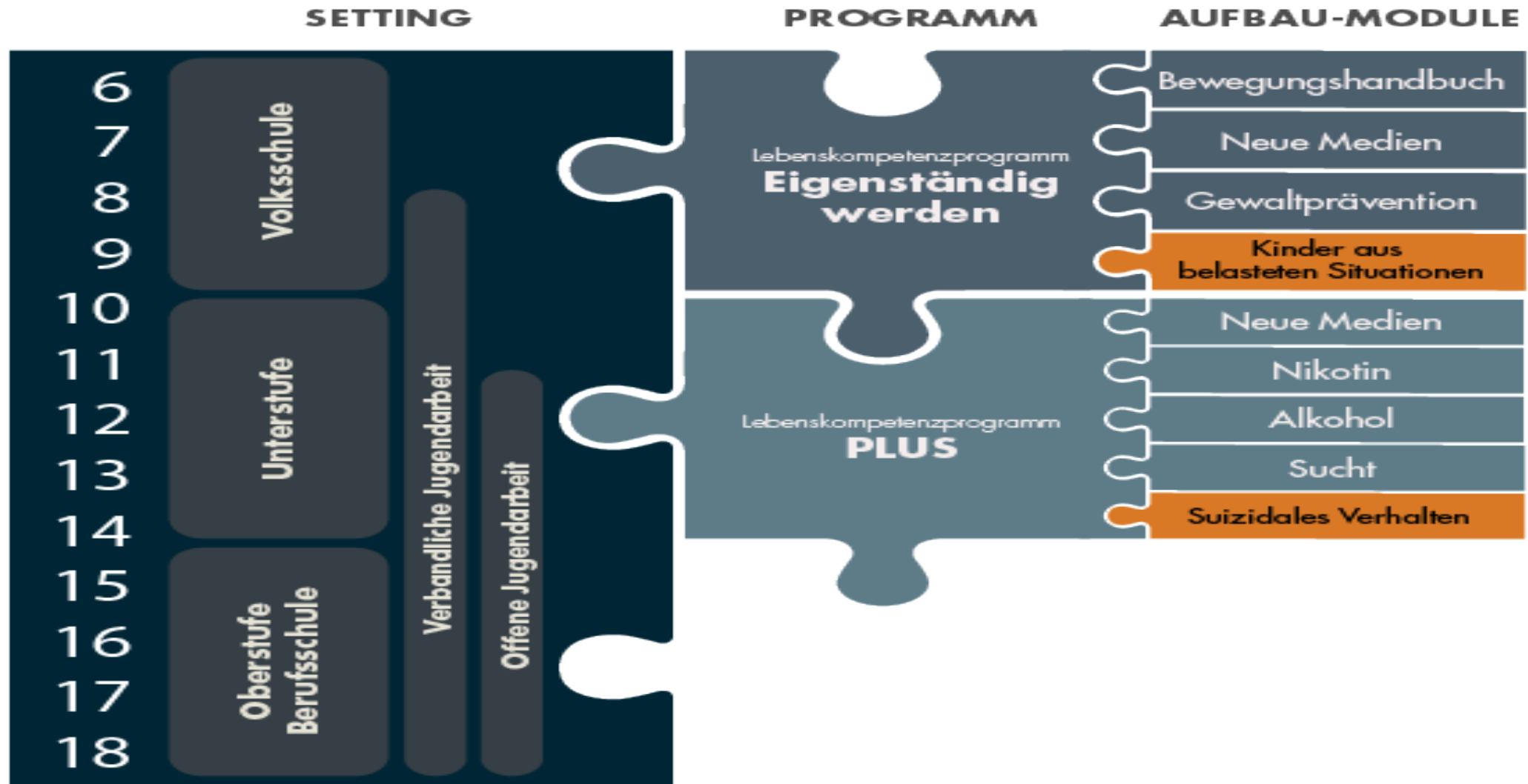


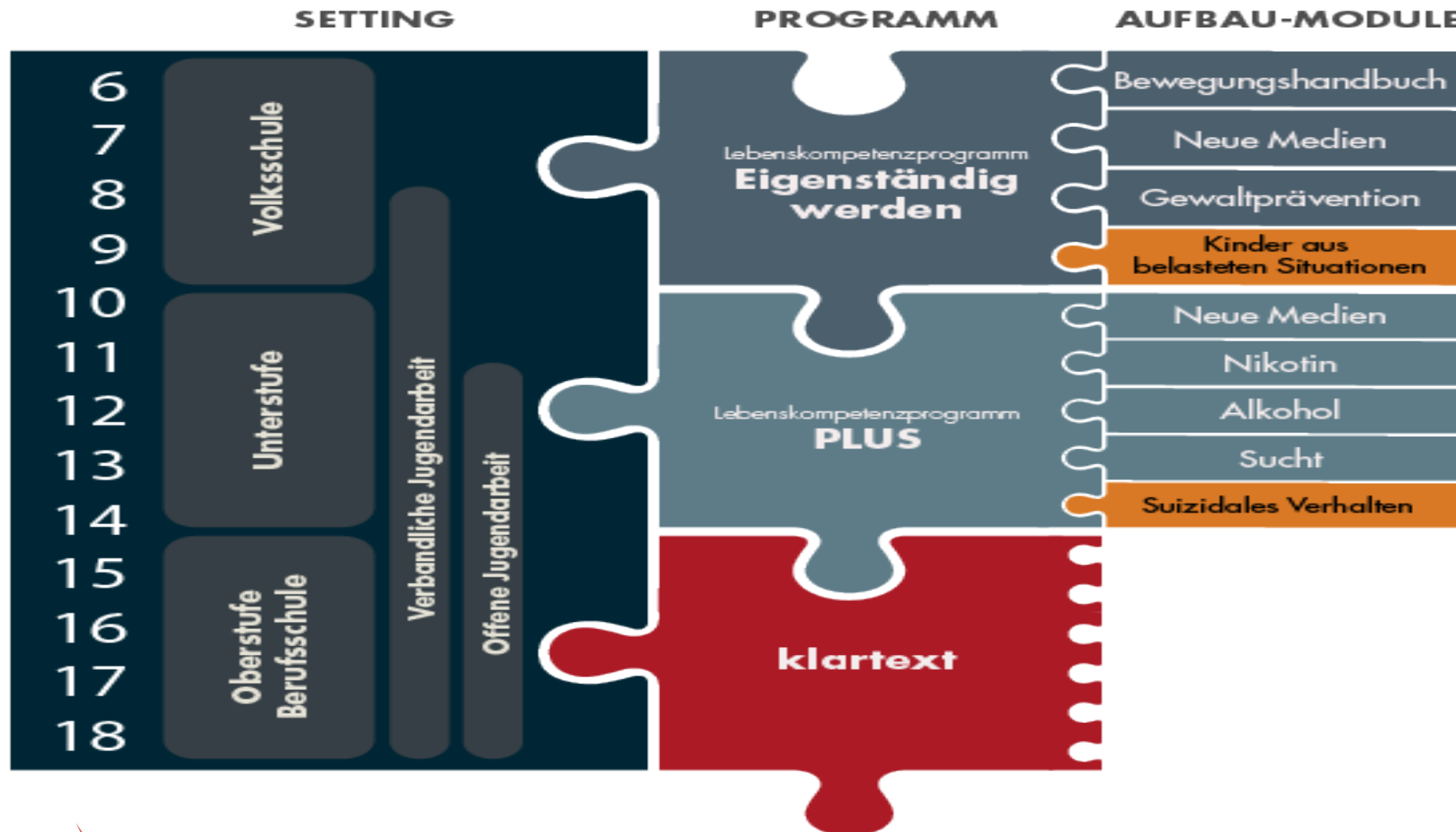








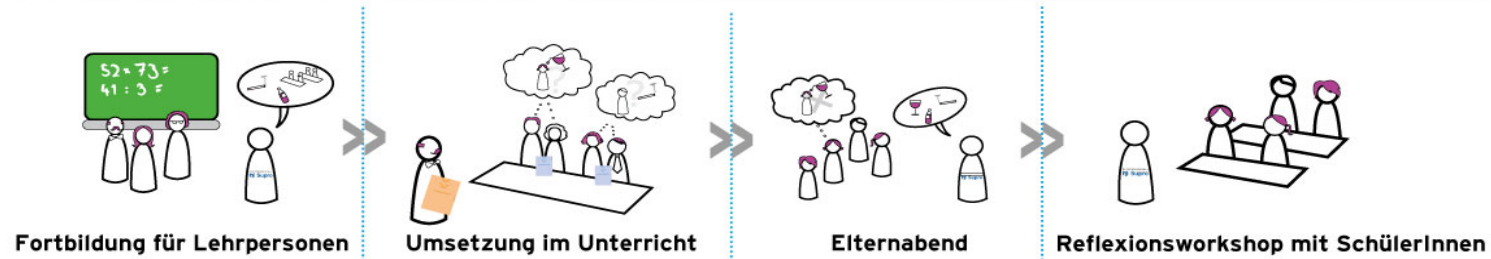


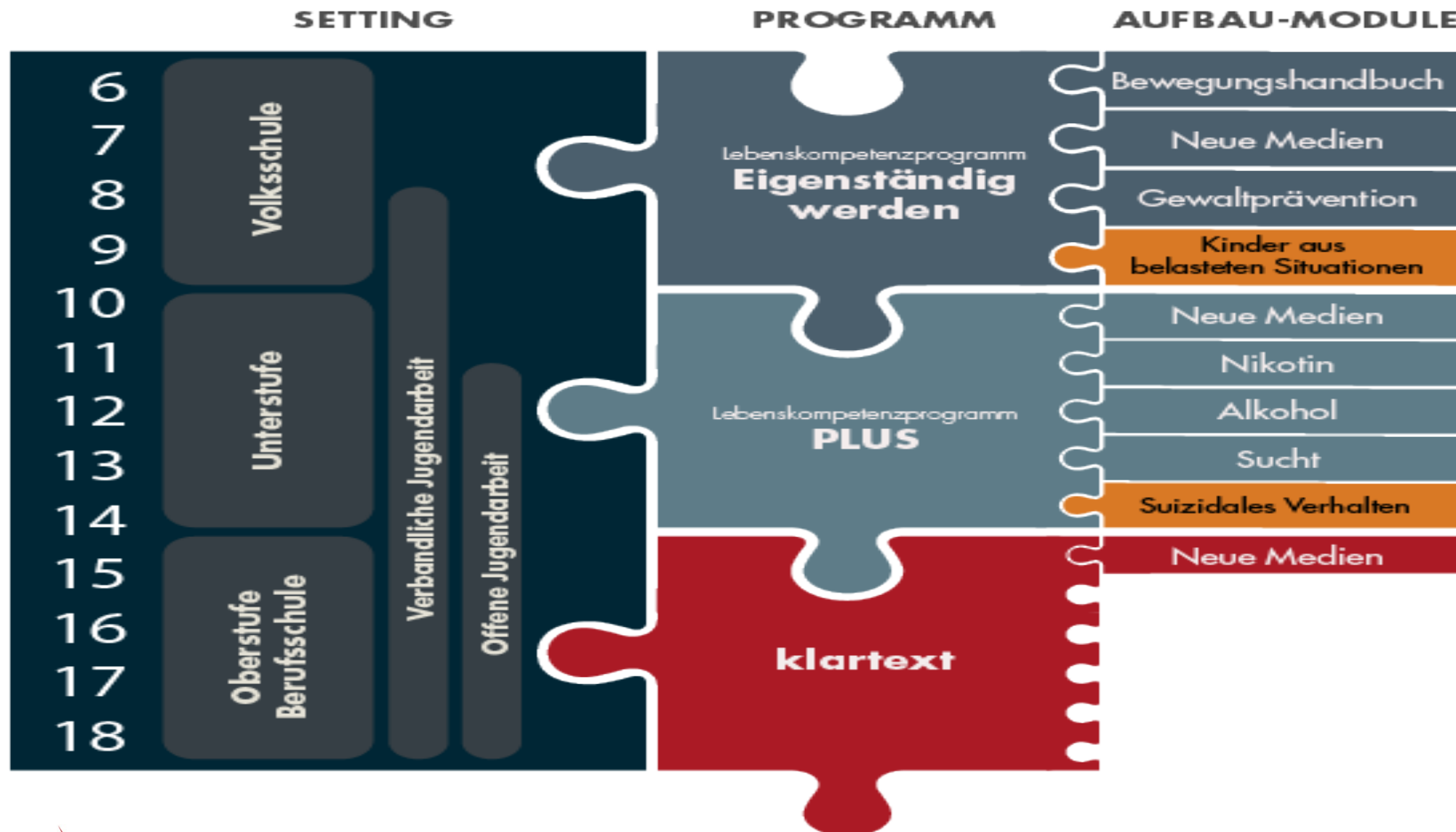


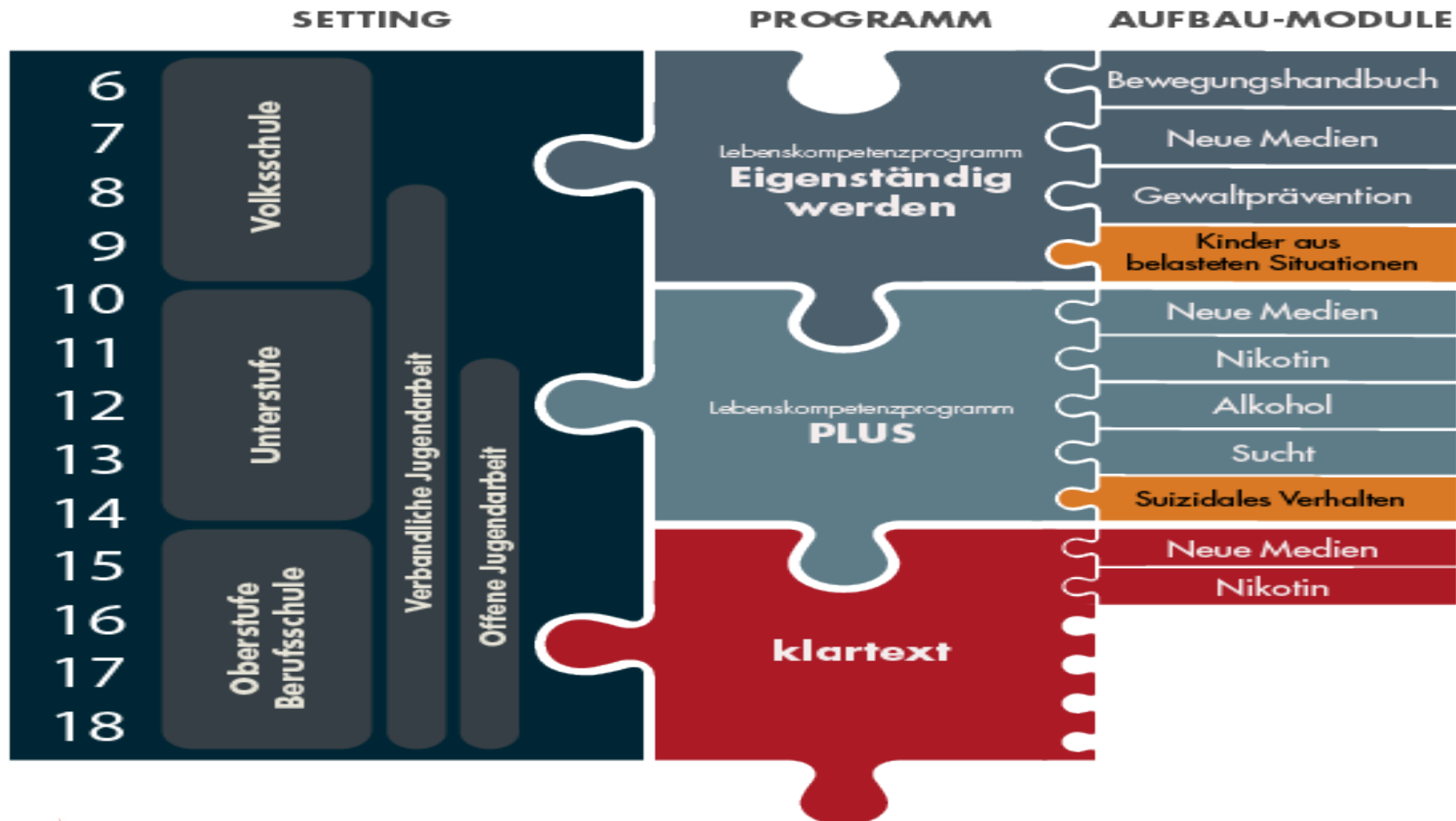
# >> **klartext** >>

Präventionsprogramm für LehrerInnen, SchülerInnen und ihre Eltern

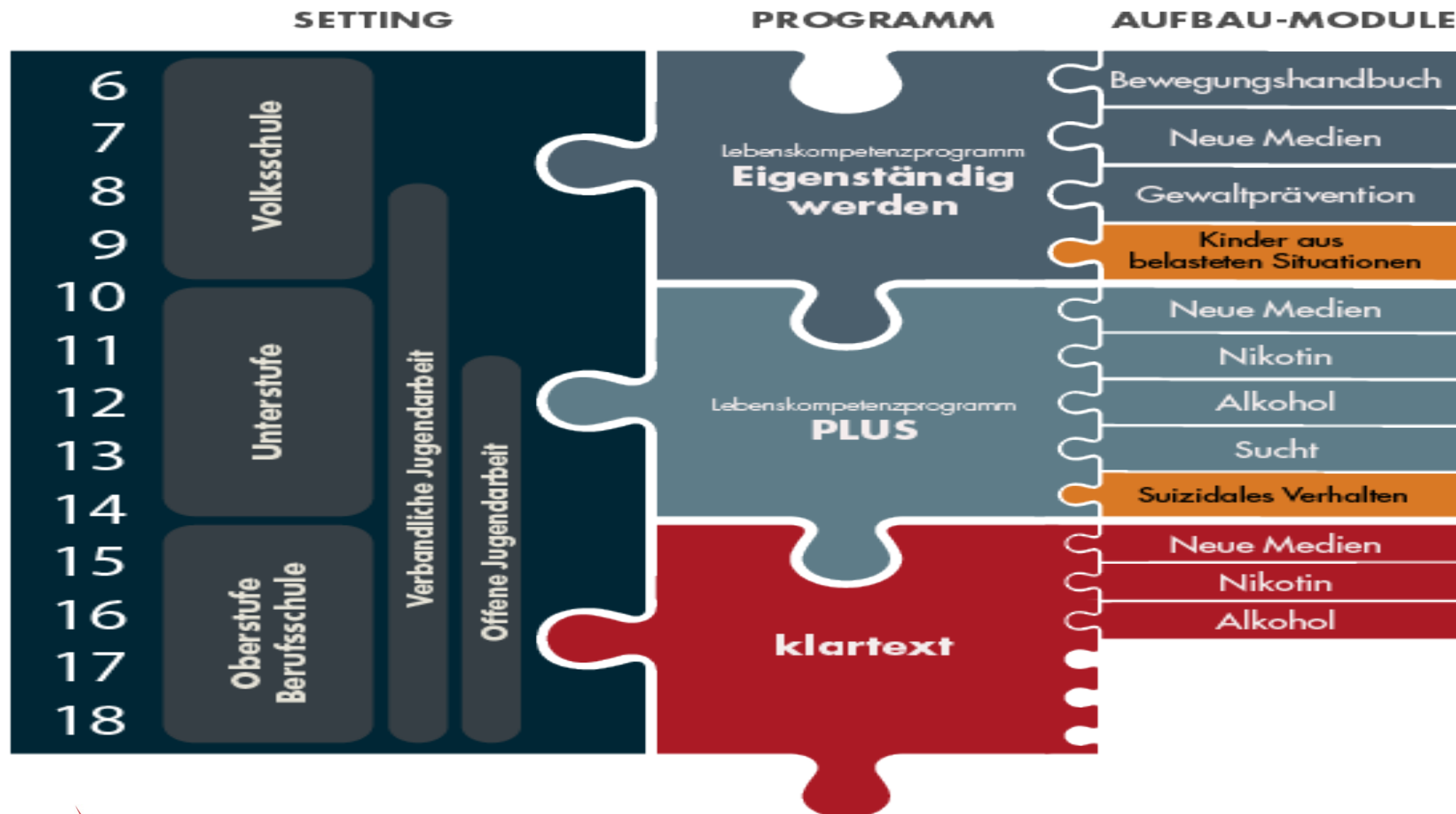
## >> **klartext** >> Ablauf

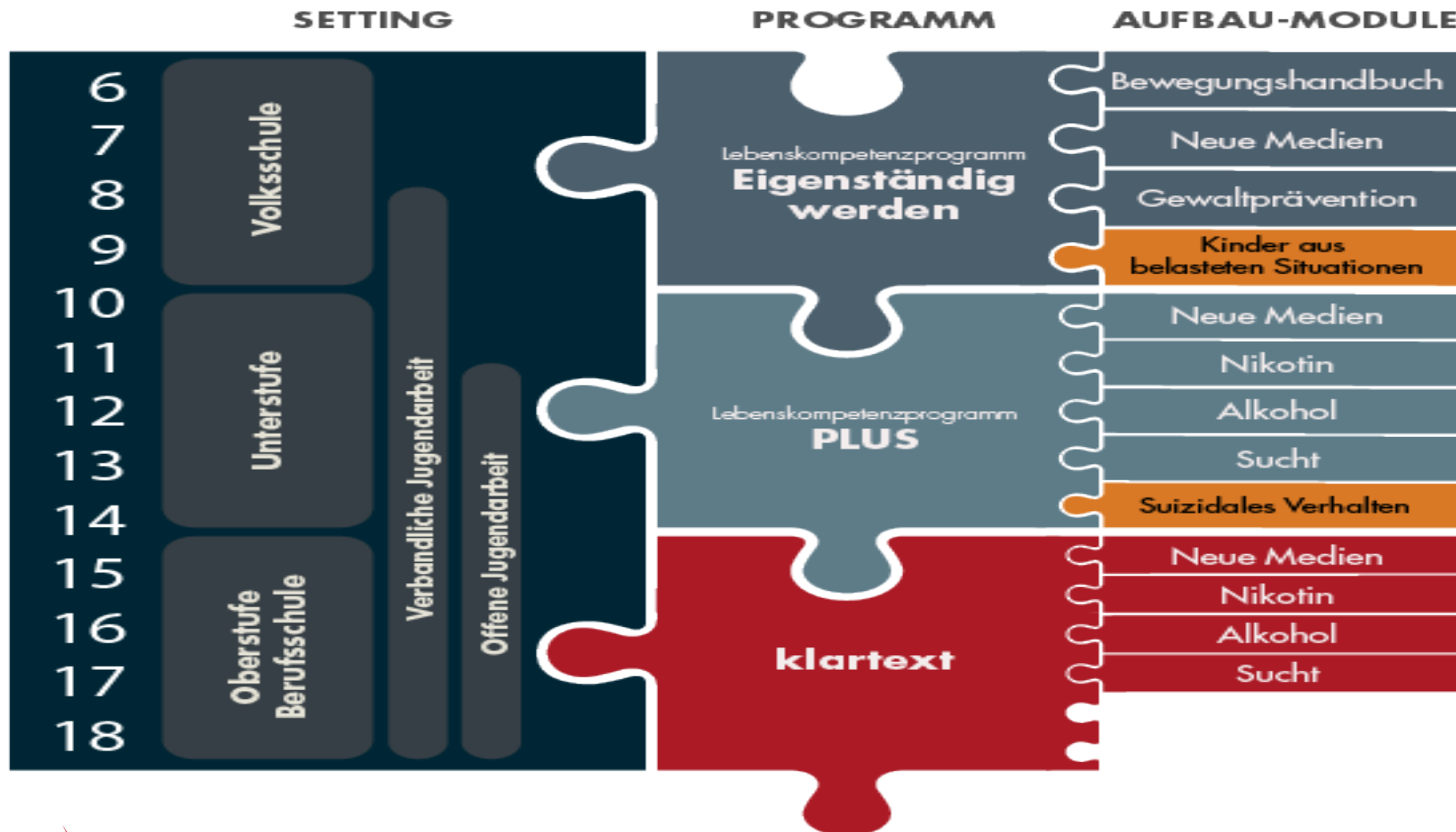


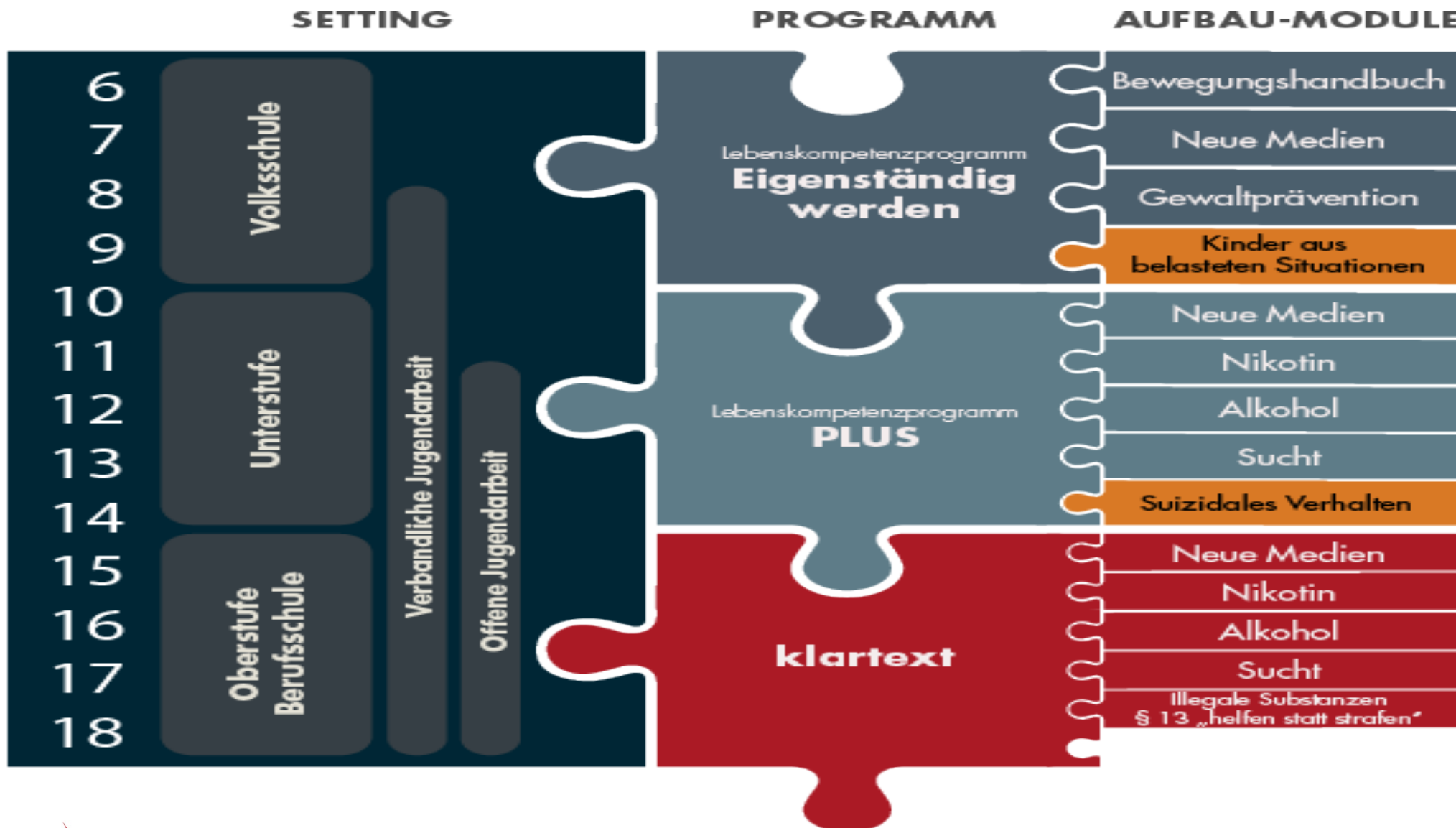


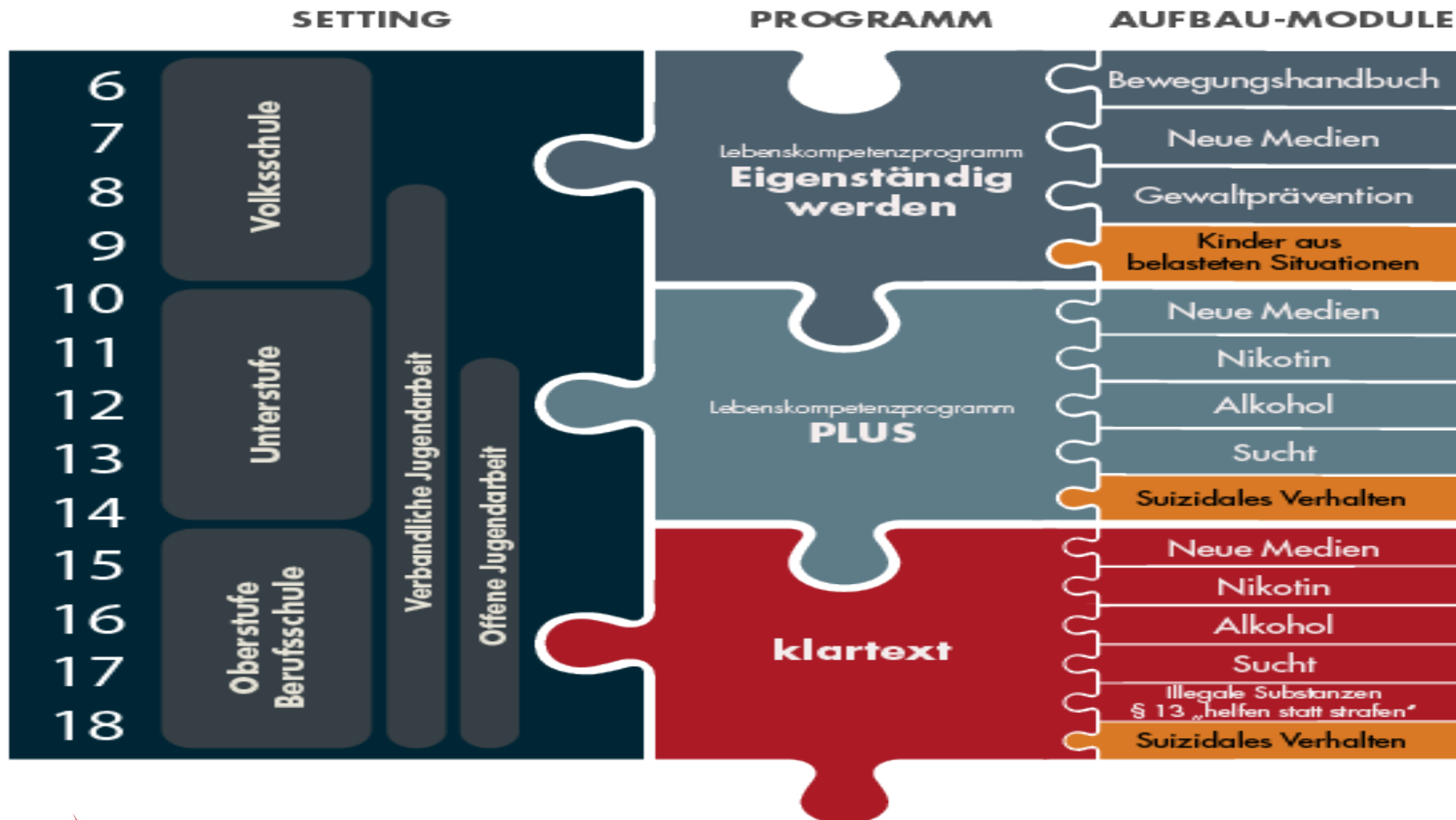














# Some selected results of our work in suicide prevention ...

# Design & development of a web page for adolescents and young adults



# www.bittelebe.at

Wir helfen weiter: 147

## bittelebe

VIDEOTIPPS

SIGNALE

GESPRÄCHSTIPPS

VERHALTENSTIPPS

VORURTEILE

HILFE



Hier bekomme ich Hilfe.

Kostenlos & anonym.

WO BEKOMME ICH IN ÖSTERREICH HILFE?

ZU DEN ADRESSEN



## DARÜBER REDEN, ABER WIE?

*Hier einige Gesprächstipps:*

### WAS DU VOR SO EINEM GESPRÄCH BEACHTEN SOLLTEST:

**Achte auf deine Stimmung:** Such das Gespräch nur, wenn du dich gut fühlst und auch die Kraft hast, schwierige Dinge zu hören.

**Nimm dir Zeit:** Es bringt nichts so ein Gespräch zu beginnen, wenn du gleich wieder los musst. Schalt auch dein Handy ab. So zeigst du, dass du wirklich da bist.

**Wähle einen geeigneten Ort:** Sucht einen Ort an dem ihr euch wohlfühlt. Vielen Menschen fällt es im Gehen leichter, über schwierige Dinge zu sprechen. Vielleicht könnte ein Spaziergang eine gute Gelegenheit sein.

### WIE DU SO EIN GESPRÄCH BEGINNEN KANNST:

- «Ich mache mir Sorgen um Dich, Du wirkst in letzter Zeit sehr bedrückt. Ist etwas los bei dir?»
- «Ich habe das Gefühl, dir geht es nicht gut im Moment. Magst du heute oder ein andermal mit mir darüber sprechen?»

### MIT DIESEM WISSEN FÄLLT EIN GESPRÄCH LEICHTER:

Du musst die Probleme nicht lösen und kannst auch die Verantwortung für das Leben deines Freundes oder deiner Freundin nicht übernehmen. Die Angst davor, die angesprochenen Probleme gleich lösen zu müssen, oder die Verantwortung für das Leben ihres Gegenübers zu übernehmen, hält viele von einem Gespräch ab. Die Verantwortung für die Problemlösung und das eigene Leben kann man aber nie abgeben, sie liegt immer bei der betroffenen Person selbst.

Es ist ok, wenn es nicht klappt. Es ist gut möglich, dass dein Freund oder deine Freundin nicht auf dein Gesprächsangebot einsteigt. Nimm die Abweisung nicht persönlich. Vielleicht ist er oder sie einfach nicht in Stimmung oder hat Angst vor negativen Reaktionen. Versuch es zu einem anderen Zeitpunkt nochmals.

Ein Gespräch verändert nicht gleich alles. Gespräche sind wichtig, aber sie bringen meist keine definitive Lösung. Erwarte von einem Gespräch nicht, dass sich danach alles verändert und gut ist.

## WIE KANN ICH DAS THEMA ANSPRECHEN?

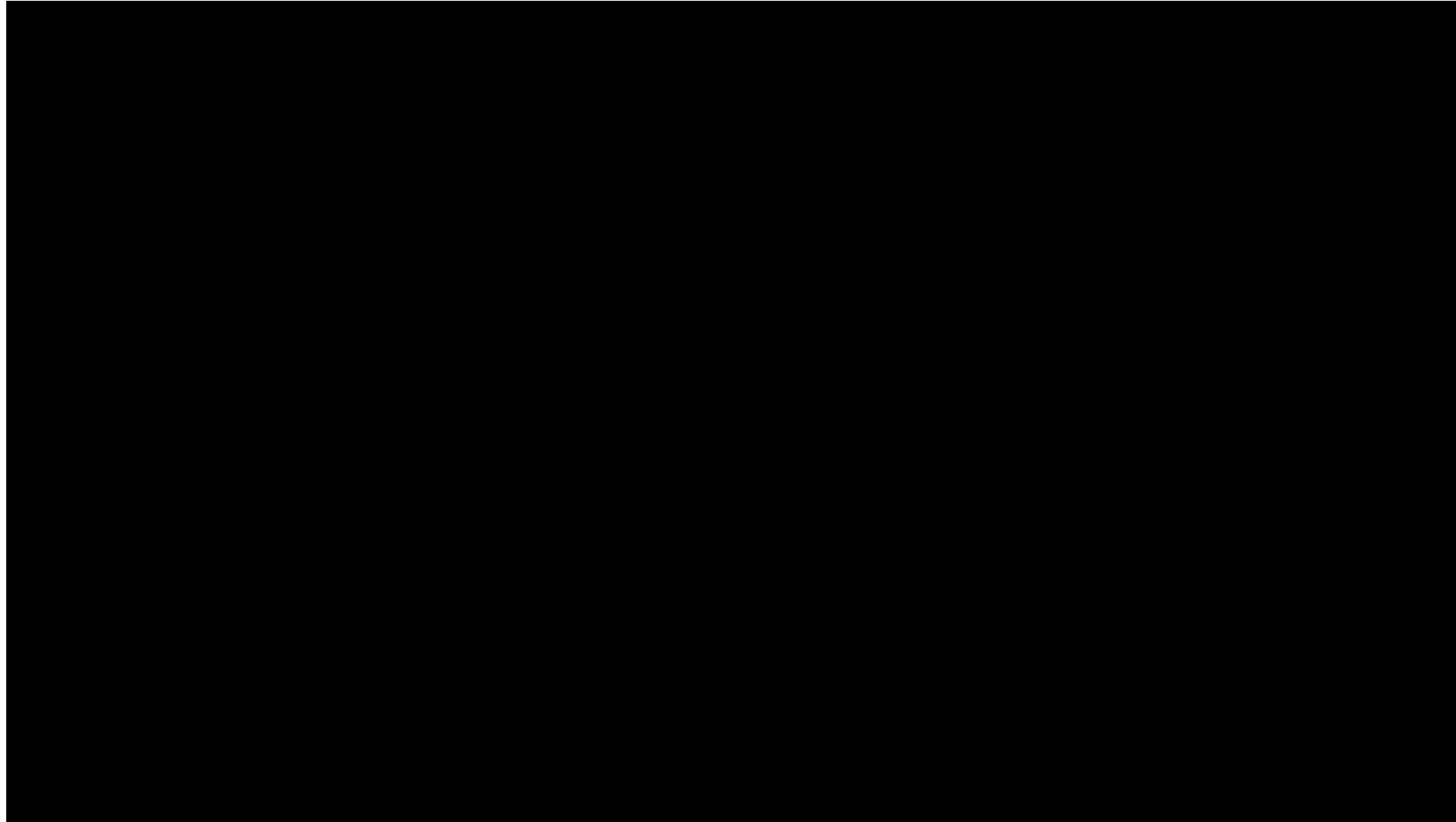


MEHR VERHALTENSTIPPS

## WIE SOLL ICH MICH DABEI VERHALTEN?



MEHR GESPRÄCHSTIPPS





# Poster campaign to sensitize and dissolve/correct myths and false assumptions



**Wer vom Umbringen spricht, macht es eh nicht... **FALSCH****

Die meisten Selbstmordversuche werden vorher angekündigt. Nimm diese Ankündigungen ernst und rede mit deinem Freund oder deiner Freundin darüber. Versuche herauszufinden, was dahinter steckt. Weitere Tipps auf :

**www.bittelebe.at** Gespräche können Leben retten!

**Das ist doch kein Grund sich umzubringen ... **FALSCH****

Was für die einen kein Problem darstellt, kann für jemand anderen ein unüberwindliches, bedrohliches Problem sein. Nimm die Probleme ernst und suche das Gespräch. Weitere Tipps auf :

**bittelebe.at** Gespräche können Leben retten!

**Wer sich umbringen will, ist nicht aufzuhalten ...**

**FALSCH**



Die meisten Menschen mit Suizidgedanken wollen nicht sterben, sie können nur so wie bisher nicht mehr weiterleben. Oft fehlt ihnen eine Person, die zuhört und Anteil nimmt. Suche das Gespräch und zeige, dass du für ihn oder sie da bist. Weitere Tipps auf:

**bittelebe.at** Gespräche können Leben retten!

**Suizid-Drohung? Das ist doch nur Erpressung ...**

**FALSCH**



Nimm die Drohung ernst, lass dich aber nicht erpressen. Du bist nicht für das Leben deines Freundes oder deiner Freundin verantwortlich. Sucht gemeinsam nach professioneller Hilfe. Weitere Tipps auf:

**bittelebe.at** Gespräche können Leben retten!



STIFTUNG MARIA EBENE

MARIA EBENE



STIFTUNG MARIA EBENE

SUPRO

# Thank you for your attention!

Mag. Andreas Prenn  
Leiter Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe  
Stiftung Maria Ebene

