

Empfehlungen für die Berichterstattung zum Thema Suizid & Internet

jugendschutz.net, Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention und Nationales Suizidpräventionsprogramm für Deutschland

Medienberichte über Internetangebote zum Thema Suizid wie z.B. Suizidforen oder Profile, Gruppen, Bilder und Videos in Social Media sollten sensibel und zurückhaltend gestaltet sein. Gleiches gilt für Berichte über Selbsttötungen, die mit dem Internet im Zusammenhang stehen. Es besteht die Gefahr, dass besonders suizidgefährdete junge Menschen durch die Berichterstattung auf Internetangebote aufmerksam gemacht werden, deren Inhalte ihre Suizidabsichten bestärken können. Eine Berichterstattung kann jedoch, wenn folgende Empfehlungen beachtet werden, durchaus präventive Wirkung entfalten.

- **Bitte platzieren Sie den Bericht nicht auf der Titelseite.**
- **Nennen Sie bitte weder Namen noch Details zu Internetangeboten, die den Suizid als Problemlösung propagieren.** Erörtern Sie zum Schutz anderer Betroffenen nicht die Frage, wie man derartige Angebote im Internet auffindet.
- **Erwähnen Sie bitte weder Domain- noch Usernamen und verzichten Sie auch auf unnötige Details zum Angebot,** die dessen Auffinden erleichtern könnten. Problematische Web-Angebote sollten durch eine Berichterstattung nicht unangemessene Aufmerksamkeit erlangen.
- **Vermeiden Sie detaillierte Angaben zu Suizidmethoden, zu genauen Orten und den näheren Begleitumständen.** Folgesuizide durch Imitation erfolgen nicht selten am gleichen Ort oder nach der gleichen Methode (Werther-Effekt).
- **Vermeiden Sie den Hinweis, dass eine Verabredung zum Suizid vermutlich oder tatsächlich über eine Kommunikationsplattform im Internet stattgefunden hat.**
- **Wägen Sie genau ab, inwiefern es unumgänglich ist über Hintergründe, Auslöser und Motive der Tat zu berichten oder gar zu mutmaßen.** Vermeiden Sie dabei Identifikations-Möglichkeiten und Motivations-Brücken mit den entsprechenden Lebensumständen und Problemen der Suizidentin oder des Suizidenten.
- **Achten Sie darauf, den Suizid nicht zu bewerten,** um möglichen Nachahmern keine postmortalen Gratifikationen in Form von Anerkennung oder Mitleid in Aussicht zu stellen. Das geschieht leicht, wenn man Formulierungen im Sinne von "*Er wählte einen besonderen Tod*" oder "*Sie sind nun ewig vereint*" wählt.
- **Spekulieren Sie nicht darüber, ob die Nutzung des Angebotes die Suizidentin oder den Suizidenten in seiner Suizidentscheidung beeinflusst hat.** Es gibt viele verschiedene Ursachen für einen Suizid. Immer ist vom Zusammenwirken verschiedener Faktoren auszugehen. Monokausale Erklärungsangebote greifen zu kurz.
- **Stellen Sie eventuellen Interviewpartnerinnen und -partnern keine Fragen zu Hintergrund, Auslöser und Motiv der oder des Betroffenen.** Angehörige oder andere Userinnen und User des Forums sollten in der Schockphase und in den Tagen nach dem Suizid in keinem Fall interviewt werden.
- **Berichte über Menschen, die eine schwere Krise mit Hilfe von Therapeutinnen und Therapeuten und anderer Unterstützung überwunden haben, können suizidpräventiv wirken.** Hier sind Interviews mit professionellen Hilfskräften gegenüber denen mit Betroffenen vorzuziehen, da es bei Betroffenen zu einem erneuten Aufleben des krisenhaften Erlebens kommen kann.
- **Nennen Sie Risikofaktoren und Warnsignale,** die Verwandten und Freunden von einer suizidgefährdeten Person helfen, eine mögliche Gefährdung zu erkennen.
- **Geben Sie hilfreiche Tipps für Angehörige im Umgang mit Suizidgefährdeten** (siehe folgende Seite).
- **Verweisen Sie auf professionelle Beratungsangebote im Internet** (siehe letzte Seite), um Betroffene und Angehörige auf positive Hilfsangebote zu leiten.
- **Klären Sie darüber auf, dass gefährdende Internetangebote und -inhalte Social Media Diensten oder Onlinebeschwerdestellen wie jugendschutz.net gemeldet werden können.**

Hintergrundinformationen

jugendschutz.net, Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention
und Nationales Suizidpräventionsprogramm für Deutschland

Inhalte und Angebote zum Thema Suizid finden sich zahlreich im Internet. Neben den klassischen Diskussionsforen gibt es im Social Media zahlreiche Profile oder Gruppen, in denen gefährdete Menschen ihre Suizidgedanken bzw. -absichten äußern, Bilder und Videos zum Thema posten und sich untereinander austauschen. Nur in ausgewiesenen Beratungsforen stehen den Userinnen und Usern qualifizierte Beraterinnen und Berater als Ansprechpartner zur Verfügung. Zumeist funktionieren die Angebote als eine Art Selbsthilfegruppe von Betroffenen für Betroffene. Neben den begrüßenswerten Beratungs- und Selbsthilfeangeboten mit dem Ziel der Krisenhilfe gibt es jedoch auch Angebote, in denen der Suizid als Problemlösung befürwortet wird und die in ihrer Wirkung Suizidabsichten bestärken können. Dort werden Anleitungen zum Suizid ausgetauscht, Suizidpartnerinnen und -partner gesucht, Verabredungen zum gemeinschaftlichen Suizid getroffen und Suizide angekündigt. Derartige Inhalte können sich besonders gefährdend und bestärkend auf die Suizidabsichten jüngerer und beeinflussbarer Nutzerinnen und Nutzer auswirken und die Gefahr suizidaler Handlungen erhöhen. Internetangebote, die Suizide verharmlosen oder verherrlichen, können den Social Media Plattformen und Onlinebeschwerdestellen wie jugendschutz.net oder der internetbeschwerdestelle.de gemeldet werden.

Suizidalität ist ein schwerwiegendes Problem. Jedes Jahr nehmen sich in Deutschland ungefähr 10.000 Personen das Leben. Vermutlich deutlich mehr als 100.000 Menschen überleben einen Suizidversuch, oft mit schweren Verletzungen und nachhaltigen gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Suizidversuche können als „Hilferufe“ interpretiert werden. Sie müssen ernst genommen werden und können ein Hinweis auf das Vorhandensein ernst zu nehmender psychischer Probleme sein. Ungefähr jede dritte Suizidentin bzw. jeder dritte Suizident unternimmt nach dem ersten einen weiteren Suizidversuch.

Das **Suizidrisiko** ist bei vielen psychischen Erkrankungen erhöht, besonders bei Psychosen, Suchterkrankungen, Persönlichkeitsstörungen und Depressionen. Zu berücksichtigen ist, dass aus Suizidgedanken nicht zwangsläufig auf eine psychische Erkrankung geschlossen werden kann.

Das Suizidrisiko ist, im Vergleich zum Durchschnitt der Gesamtbevölkerung, erhöht bei Männern, Menschen im höheren Lebensalter, Menschen mit gleichgeschlechtlicher sexueller Orientierung und jungen Migrantinnen und Migranten. Traumatisch erlebte Ereignisse wie der Verlust wichtiger Bezugspersonen, schwere Erkrankungen, Veränderungen von Lebensumständen bzw. schon die Angst vor solchen Ereignissen können bei vulnerablen Menschen Suizidgedanken auslösen. Jedoch ist das Vorhandensein auch mehrerer Risikofaktoren kein Indikator für Suizidgefährdung und keiner dieser Faktoren erklärt einen Suizid alleine.

Suizidgefährdete senden in der Regel Signale aus und wünschen sich, dass jemand darauf reagiert. Alarmzeichen können sein: sozialer Rückzug, Gleichgültigkeit, traurige Stimmung, Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung, Stimmungsschwankungen, Nutzung von Suizidforen, Verwahrlosungstendenzen, selbstverletzendes Verhalten, Alkohol-/Drogen- oder Medikamentenmissbrauch, aggressives abwehrendes Verhalten, Äußerungen über den Tod und das Sterben, konkrete Handlungen zur Vorbereitung einer suizidalen Handlung.

Was kann hilfreich sein?

- Die Herstellung eines guten vertrauensvollen Kontaktes.
- Aufrichtiges Zeigen von Interesse sowie geduldiges, aufmerksames Zuhören unter Vermeidung von Vorhaltungen.
- Die konkrete Frage nach Suizidgedanken. Die Sorge, dadurch Suizidimpulse anzuregen, ist unbegründet.
- Das Vermitteln von Zuversicht, dass es Hilfe gibt, auch wenn die/der Betroffene zunächst abwehrend reagiert.
- Hilfe anbieten, aber unter Beachtung der Grenzen der eigenen Hilfemöglichkeiten bzw. -kompetenzen.
- Die Suche und Vermittlung von professionellen Hilfeangeboten online und vor Ort.

Angebote im Internet

jugendschutz.net, Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention
und Nationales Suizidpräventionsprogramm für Deutschland

Informationen zu Suizidalität & Suizidprävention

<https://www.suizidpraevention.de>: Materialien und Informationen zur Suizidprävention

<https://www.suizidprophylaxe.de>: Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention

<https://www.klicksafe.de/themen/problematische-inhalte/suizidgefaehrung-online>: Initiative für mehr Sicherheit im Netz

<https://www.frnd.de>: Freunde fürs Leben. Aufklärung speziell für Jugendliche und junge Erwachsene

<https://www.deutsche-depressionshilfe.de>: Informationsangebot mit Diskussionsforum zum Thema Depression

Ausgangspunkte bei der Suche nach Hilfe

<https://www.suizidprophylaxe.de/hilfsangebote>: Bundesweites Verzeichnis von Beratungsstellen zur Suizidprävention

<https://www.psychotherapiesuche.de>: Kontakte zu registrierten Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

Professionelle Online- & Mailberatung

<https://beratungsstelle.neuhland.net>: Telefon-, Chat- oder Mailberatung für junge Menschen in Krisensituationen

<https://www.das-beratungsnetz.de>: Chat-Beratung

<https://www.internetseelsorge.de>: Mailberatung

<https://www.jugendnotmail.de>: Online-Beratung

<https://www.telefonseelsorge.de>: Telefon-/Chat-/Mailberatung

<https://www.u25-deutschland.de>: Mailberatung für junge Menschen

<https://www.fideo.de>: Diskussionsforum für junge Menschen

<https://www.youth-life-line.de>: Peerberatung für Jugendliche

Disclaimer: Für die Angebote sind die jeweiligen Anbieter verantwortlich.

Kontakt:

jugendschutz.net. Kompetenzzentrum für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Internet:
presse@jugendschutz.net

Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention:
info@suizidprophylaxe.de

Nationales Suizidpräventionsprogramm für Deutschland: presse@naspro.de

Das Nationale Suizidpräventionsprogramm stellt in seinem Medienportal weitere Empfehlungen zur Berichterstattung über Suizide zur Verfügung:
<https://www.suizidpraevention.de>

September, 2019