



REPORT

Suizidale Inhalte im Netz

Aktuelle Trends und Herausforderungen für den
Jugendmedienschutz

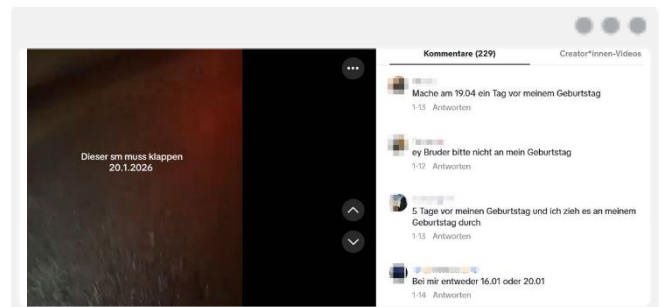
August 2026

Pro-suizidale Profile und Beiträge sind online leicht auffindbar. Als neuer Trend auf Social Media sind zunehmend Beiträge von Jugendlichen zu beobachten, die unter Angabe eines konkreten Zeitpunkts ihren Suizid ankündigen. In den zugehörigen Kommentarspalten entwickelt sich dazu häufig ein intensiver Austausch, in dem weitere zahlreiche User:innen ebenso Daten für ihre geplanten Suizide posten. Dies kann den Druck zur Nachahmung erhöhen und Hemmschwellen senken.

Romantisierung und Ästhetisierung von Suizid in sozialen Medien

In Social Media begegnen User:innen einer Vielzahl an Inhalten, die Suizid thematisieren, ihn verharmlosen oder verherrlichen. Es besteht die Gefahr von Trigger-Effekten, der Identifikation und Nachahmung, der sozialen Ansteckung sowie der Herabsetzung der Hemmschwelle.

Aktuell ist insbesondere auf TikTok ein Trend zu beobachten, bei dem Bild- und Videocollagen ein mutmaßlich geplantes Suizidvorhaben ästhetisch inszenieren. Neben einem konkreten Datum, das den Beiträgen eine besondere Drastik verleiht, sind häufig Abschiedsbriefe oder romantisierende Zitate sowie ausführliche Beschreibungen über die Ausgestaltung mit Bekleidung und Musik, sowie die konkrete Nennung von Suizid-Methoden enthalten. Besonders alarmierend ist dabei die hohe Frequenz von Beiträgen, in der User:innen gezielt ihre eigenen Suizid-Termine posten. In den Kommentarspalten solidarisieren sich andere User:innen, indem sie ebenfalls einen Zeitpunkt für ihren geplanten Suizid nennen. So entsteht ein intensiver, destruktiver Austausch, in dem sich die Beteiligten gegenseitig in ihren Suizidgedanken bestärken können. Wie ernst diese Ankündigungen gemeint sind, lässt sich als Außenstehender zumeist nicht beurteilen. Insbesondere suizidgefährdete Jugendliche können dadurch aber in ihrem suizidalen Vorhaben bestärkt und bestärkt werden.



Post mit Suizidankündigung und Austausch über mögliche Suizid-Daten.
(Quelle: TikTok)

Die Beobachtungen von jugendschutz.net decken sich mit einer erhöhten Anzahl von Hinweisen, die über die Hotline eingehen, sowie den Rückmeldungen von Expert:innen der Deutschen Depressionshilfe. Für Interventionsmaßnahmen stellt die Entwicklung eine erhebliche Herausforderung dar: Der Großteil der Suizidankündigungen enthält nicht genügend konkrete Informationen, um eine polizeiliche Intervention und damit ein „Gefahr in Verzug“-Verfahren zu rechtfertigen. Zudem besteht die Gefahr, dass in der Masse der unkonkreten Beiträge ernst gemeinte Suizidankündigungen untergehen. Werden sie nicht rechtzeitig erkannt und an die zuständige Polizeibehörde weitergeleitet, kann notwendige Hilfe möglicherweise zu spät erfolgen.

Häufig zu beobachten sind zudem auch Beiträge, in denen sich User:innen in Krankenhäusern, Krankenhäusern oder geschlossenen psychiatrischen Stationen zeigen und offen über misslungene Suizidversuche oder den Wunsch, erneut einen Suizidversuch zu unternehmen, sprechen.

Zur Untermalung von Postings werden teilweise destruktive Songtexte genutzt. So verbreitet sich derzeit zum Beispiel eine Tonspur mit dem Text „Der Baum steht schon da, mein Schatz. Ein wunderschöner Baum sich zu erhängen“ aus dem Song „Gallowdance“ der Band Lebanon Hanover als viraler Sound.



Tonspuren und Sounds wie dieser dienen der subtilen Vernetzung.
(Quelle: TikTok)

Auch Ausschnitte der Songs „Something in the Orange“ von Zach Bryan, „In the Stars“ von Benson Boone oder „Runaway“ von Kanye West finden für Suizidankündigungen oder die Veröffentlichung von suizidverherrlichende Bilder bzw. Videos Verwendung.

Gerade vulnerable Jugendliche, die sich in einer sensiblen Phase der Identitätsentwicklung befinden, sind für solche Einflüsse auf Social Media anfällig.

In psychischen Krisen laufen sie Gefahr, in eine Spirale aus negativen Inhalten gezogen und gegebenenfalls in ihren eigenen Suizidabsichten bestärkt zu werden.

Bei Heranwachsenden ist Suizid die häufigste Todesursache.¹ Eine intensive und oft unregulierte Nutzung von Social-Media-Diensten kann bei besonders vulnerablen Kindern und Jugendlichen das psychische, emotionale und soziale Wohlbefinden beeinträchtigen und bestehende Belastungen verstärken. Studien weisen insbesondere auf Zusammenhänge mit Depressions- und Angstsymptomen sowie Aufmerksamkeits- oder Schlafproblemen hin.²

User-Strategien zur Umgehung der Plattformregeln

Mutmaßliches Ziel vieler User:innen, die auf TikTok derartige Inhalte posten, ist das Erzeugen von Sichtbarkeit. Die Posts können aber auch Ausdruck eines Hilferufs oder der Suche nach anderen Menschen sein, die ebenfalls unter Suizidgedanken leiden. Dafür werden etablierte und abgewandelte Akronyme genutzt, darunter #sm („Selbstmord“), #smg („Selbstmordgedanken“), #kms („kill myself“), #kys („kill yourself“), #smv („Selbstmordversuch“) sowie #idwtba („I don´t want to be alive“) und #iwttd („I want to die“).

Gesperpte Begriffe werden häufig durch alternative Schreibweisen umgangen. So wird der Begriff „Suizid“ beispielsweise unter Hashtags wie #suicide sowie Abwandlungen wie #sewerslide, #se-wersl1de und der gezielten Nutzung von Zahlen und Sonderzeichen (etwa € anstelle des Buchstabens e) verschleiert.

¹ <https://www.kinderschutz-niedersachsen.de/aktuelles/suizid-bei-10-bis-unter-25-jaehrigen-haeufigste-todesursache>

² <https://www.dzpg.org/social-media-leopoldina-empfiehl-besseren-schutz-von-kindern-und-jugendlichen>

Mitunter werden suizidale Absichten in vermeintlichem Lachen maskiert (z. B. „HAHAHAICHHAHA-HABRINGHAHAHAMICHHAHAHAUM“) um einer Löschung zu entgehen. Auch gibt es auffallend viele Beiträge, bei denen die suizidale Botschaft ausschließlich auf der Textebene vermittelt wird, während die Bildebene keine entsprechenden Hinweise enthält (Text-Bild-Schere).

Auffällig ist außerdem, dass viele Profile, die bereits durch ihr Profilbild oder ihre Biografie eine suizidale Tendenz erkennen lassen, auf „privat“ (also nur für Follower einsehbar) gestellt sind. Dies schützt sie teilweise vor einer Sperrung durch den Plattformsupport, ermöglicht aber dennoch die Vernetzung und gegenseitige Verstärkung innerhalb einer geschlossenen Bubble.

Diese Strategien zielen darauf ab, automatisierte Moderationsmechanismen sozialer Medien zu umgehen und Inhalte, die Suizid ankündigen bzw. verherrlichen, ungehindert zu verbreiten.

Darüber hinaus werden symbolische Codes und popkulturelle Referenzen genutzt, um suizidbezogene Inhalte für die entsprechende Online-Communities erkennbar zu machen. So erlebt beispielsweise der Hashtag #hannahbaker und das Zeigen von blau lackierten Fingernägeln als Verweis auf die Serie „Tote Mädchen lügen nicht“ ein Revival.

Mangelnde Vorsorge der Dienste

Im Rahmen einer aktuellen Recherche identifizierte jugendschutz.net eine Vielzahl jugendgefährdender Inhalte auf TikTok und Instagram.³ Bei einem Test wurden die jugendgefährdenden Inhalte zunächst über die Meldefunktion der Plattformen gemeldet. Die Reaktionen fielen jedoch unzureichend aus: Instagram löschte lediglich 29 % der gemeldeten Fälle, TikTok sogar nur 5 %.

Erst die offizielle Meldung durch jugendschutz.net führte zu einer Gesamtlöschquote von 91 % (TikTok: 93 %, Instagram: 88 %).

Das Auffinden von Inhalten, die Selbstverletzung, depressive Phasen, Suizidgedanken, -pläne und -versuche verharmlosen oder gar verherrlichen, ist auf Instagram und TikTok mit geringem Aufwand möglich. Die zentrale Herausforderung für den Jugendmedienschutz besteht darin, dass sich die große Menge solcher Inhalte nicht allein mit Einzelmaßnahmen wirksam eindämmen lässt.

Eine potenzielle Gefahr liegt zudem in der Funktionsweise der Empfehlungsalgorithmen: Wer einmal gezielt nach traurigen Inhalten oder sogenannten „SadTok“-Videos sucht, bekommt vom Algorithmus prompt weiter vergleichbaren Content ausgespielt. Diese Anhäufung bzw. Verdichtung von Wirkungen und Belastungen („repetitive Kumulation“) kann bestehende psychische Krisen verstärken.



Der Algorithmus spielt vergleichbaren Content aus. (Quelle: TikTok)

³ Im Testzeitraum konnten auf YouTube bei vergleichbarem Rechercheaufwand nahezu keine jugendgefährdenden Inhalte gefunden werden.



Betreiber von Social-Media-Plattformen sind gesetzlich verpflichtet, geeignete Vorsorgemaßnahmen zu treffen, um Kindern und Jugendlichen eine sichere und altersgerechte Teilhabe zu ermöglichen. Wirksame Schutzkonzepte reduzieren belastende Inhalte und ermöglichen im Notfall schnelle Hilfe.

Nötige Vorsorgemaßnahmen

- **Anpassung der Empfehlungsalgorithmen:**

Insbesondere für jüngere Nutzer:innen muss die stetige automatisierte Wiederholung und Kumulation suizidaler und depressiver Inhalte aktiv unterbunden werden.

- **Verbreitung präventiver Inhalte:**

Eine stärkere algorithmische Förderung und prominente Platzierung von verifizierten, professionellen Hilfsangeboten und präventivem Content direkt in den Feeds der Betroffenen ist erforderlich.

- **Effektive Moderation:**

Die Weiterverbreitung von Inhalten durch Hash-tags, Sounds und Codes sollte technisch unterbunden werden, und auf Usermeldung sollte reagiert werden.

Weiterführende Informationen



www.jugendschutz.net

Meldemöglichkeiten



www.jugendschutz.net/verstoss-melden

Über jugendschutz.net

jugendschutz.net fungiert als das gemeinsame Kompetenzzentrum von Bund, Ländern und Landesmedienanstalten für den Schutz von Kindern und Jugendlichen im Internet. Die Stelle recherchiert Gefahren und Risiken in jugendaffinen Diensten. Sie wirkt darauf hin, dass Verstöße gegen Jugendschutzbestimmungen beseitigt und Angebote so gestaltet werden, dass Kinder und Jugendliche sie unbeschwert nutzen können.

Die Jugendministerien der Länder haben jugendschutz.net 1997 gegründet. Die Aufgaben wurden 2003 im Jugendmedienschutz-Staatsvertrag (JMStV) festgelegt. Die Stelle ist seither an die Kommission für Jugendmedienschutz (KJM) angebunden. 2021 hat der Bund jugendschutz.net als gemeinsamem Kompetenzzentrum im Jugendschutzgesetz (JuSchG) ebenfalls eine gesetzliche Aufgabe zugewiesen.

jugendschutz.net wird finanziert von den Obersten Landesjugendbehörden, den Landesmedienanstalten und gefördert vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie der Europäischen Union.



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Im Rahmen von:



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Kontakt

jugendschutz.net
Kaiserstraße 22, 55116 Mainz

Inhaltlich verantwortlich

Stefan Glaser
Kaiserstraße 22, 55116 Mainz

