

**Best Practice Paper**

# **Selbstgefährdung**

erarbeitet von jugendschutz.net mit Unterstützung des Nationalen Suizidpräventionsprogramms (NaSPro), der Wiener Werkstätte für Suizidforschung und dem Bundesfachverband Essstörungen e.V. (BFE)

Stand: Dezember 2017

Inhalte, die selbstgefährdendes Verhalten wie Essstörungen, selbstverletzendes Verhalten (SVV) und Suizid verharmlosen oder verherrlichen, sind im Internet zahlreich zu finden und können Kinder und Jugendliche zur Nachahmung animieren. Stoßen bereits betroffene Heranwachsende auf derartige Angebote, fühlen sie sich oftmals verstanden und ermutigt, weiter an ihrem selbstgefährdenden Verhalten festzuhalten. Verzerrte und idealisierende Darstellungen können krankhaftes Verhalten erneut auslösen und verstärken.<sup>1</sup>

Betreiber reichweitenstarker Social-Media-Plattformen mit jugendlichen Nutzerinnen und Nutzern sollten ihre Plattformen so gestalten, dass Heranwachsende vor solchen Inhalten und den damit verknüpften Gefahren geschützt werden. Das vorliegende Best Practice Paper soll eine Orientierungshilfe für die Praxis sein, welche Anforderungen Anbieter erfüllen, welche Merkmale sie für die Beurteilung des Risikos heranziehen und welche Maßnahmen sie ergreifen können. Es zeigt zudem typische Inhalte und Kriterien zur einfachen und schnellen Bewertung aus Jugendschutzsicht auf.

## 1) Was Anbieter tun können

### 1.1 Nutzung der Expertise von anerkannten Präventions- und Beratungseinrichtungen

- Schulungen für den Support durch Expertinnen und Experten
- Gemeinsame Erarbeitung/Überarbeitung von internen Richtlinien, Handlungsempfehlungen im Umgang mit Inhalten und Meldungen zu SVV und Suizid sowie zu Essstörungen
- Gemeinsame Erarbeitung/Überarbeitung von Mustertexten zur sensiblen Ansprache betroffener User und von Antworten an besorgte Hinweisgeberinnen und Hinweisgeber.

### 1.2 Pro-Selbstgefährdungsinhalte auf der Plattform untersagen und über Selbstgefährdung informieren

- Inhalte, die Selbstgefährdung verharmlosen oder verherrlichen, in den Nutzungsbedingungen (CR/TOS/AGB) untersagen
- Interne Richtlinien/Standards ggf. anpassen und transparent gestalten; hierbei auch die Voraussetzungen für die Löschung von Inhalten definieren
- Einschlägige Suchanfragen und Hashtags sowie deren mögliche Abwandlungen (Änderung der Schreibweise) blockieren und damit verbunden aufklärende Informationen und Links zu Beratungsstellen zur Verfügung stellen
- Grundlegende Informationen und FAQs zu SVV, Suizidgefährdung und Essstörungen bereitstellen
- Sensible Ansprache betroffener User mit der Empfehlung professionelle Hilfe zu suchen, idealerweise mit Verlinkung geeigneter Beratungsstellen

### 1.3 Meldeprozess einfach und transparent gestalten

- Leicht auffindbare und einfach zu handhabende Meldemöglichkeiten für alle (auch unangemeldete) User der Plattform bereitstellen
- Auf existierende Meldemöglichkeiten der Plattform in den Community-Regeln hinweisen
- Explizit auf Selbstgefährdungsinhalte ausgerichtete Meldemöglichkeiten schaffen
- Hinweisgeberinnen und Hinweisgeber über den Bearbeitungsstand der Meldung informieren

### 1.4 Meldungen vorrangig bearbeiten

- Meldungen zu Selbstgefährdungsinhalten vorrangig und schnell, nach Möglichkeit in Echtzeit bearbeiten, ggf. getrennt von sonstigen Meldungen

---

<sup>1</sup> An dieser Stelle ist darauf hinzuweisen, dass es im Internet durchaus auch hilfreiche Angebote gibt, die Wege aufzeigen, wie Krisensituationen überwunden werden können.

- Gewährleisten, dass Gefahr-im-Verzug-Meldungen wie Suizid-Ankündigungen oder -Partnersuchen mit allen nötigen Informationen direkt an die Polizei weitergeleitet werden<sup>2</sup>

## 1.5 Maßnahmen bei Verstößen

Angebote, die als jugendgefährdend einzustufen sind, sollten vom Anbieter entfernt oder nur für Erwachsene zugänglich sein.

Angebote, die selbstgefährdendes Verhalten idealisieren, können die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen beeinträchtigen. Anbieter sollten bei derartigen Inhalten dafür sorgen, dass Kinder und Jugendliche normalerweise nicht darauf stoßen, indem sie z.B. dafür Sorge tragen, dass die betreffenden Inhalte nur in altersdifferenzierten Bereichen zugänglich sind.

Wenn Löschungen oder Schutzmaßnahmen nötig sind:

- sensible Ansprache betroffener User und ihrer Follower (z. B. mithilfe vorgefertigter Platzhalter, die anstelle gelöschter Inhalte geschaltet werden können und die aufklärende Informationen und Links zu Beratungsstellen enthalten)
- den erneuten Upload von bereits gelöschten Inhalten unterbinden

Grundsätzlich sollten sich Maßnahmen immer unmittelbar gegen die gefährdenden oder beeinträchtigenden Inhalte richten. Überwiegen diese in einem Angebot, sollten Maßnahmen gegen die nächstgrößere Einheit (z.B. Profil, Kanal) erfolgen, um Kinder und Jugendliche optimal zu schützen.

## 2) Kriterien für die Bewertung

Für jeden Inhalt bzw. jede Meldung ist eine Einzelfallbetrachtung erforderlich. Für die Feststellung des Beeinträchtigungs- bzw. Gefährdungsgrades sind Kontext, Intention und Ausprägung zu bewerten. Hierbei müssen auch relativierende Elemente, wie eine kritische Sicht auf das Thema oder Verweise auf Hilfsangebote einbezogen werden. Des Weiteren ist vor allem auf die Angebotsart, das Alter der Zielgruppe und die Interaktionsmöglichkeiten zu achten. Die Übergänge zwischen den Beeinträchtigungs- bzw. Gefährdungsgraden sind fließend.

Anhand der nachfolgenden Kriterien kann überprüft werden, ob ein Inhalt jugendgefährdend, entwicklungsbeeinträchtigend oder aber nicht zu beanstanden ist.

### 2.1 Kriterien für Jugendgefährdung

Jugendgefährdende Inhalte können betroffene Kinder und Jugendliche in vorhandenen psychischen Erkrankungen und ggf. selbstschädigendem Verhalten oder Suizidabsichten bestätigen, ihr bereits negatives Selbst- und Weltbild bestärken und dadurch das krankhafte, selbstschädigende Verhalten weiter vorantreiben.

#### Propagierung von selbstgefährdendem Verhalten

Das Angebot enthält Texte<sup>3</sup>, Bilder oder Videos (auch in Kombination), die ...

- ein negatives Bild von der eigenen körperlichen Unversehrtheit vermitteln,
- selbstgefährdendes Verhalten verharmlosen und es als adäquat, selbstverständlich und ggf. auch folgerichtig darstellen,
- das selbstgefährdende Verhalten als alleinige, alternativlose und normale Lösung aller Probleme verherrlichen,

<sup>2</sup> Ein Praxis-Leitfaden für Gefahr-im-Verzug-Situationen ist auf Anfrage bei jugendschutz.net erhältlich. Er listet alle Schritte und polizeilichen Kontaktdaten auf, die für eine schnellstmögliche Reaktion nötig sind.

<sup>3</sup> Unter Text werden hier auch Hashtags und gesprochener Text gefasst.

- extremes Untergewicht und Essstörungen wie Anorexie und Bulimie im Sinne des Pro-Ana/Pro-Mia-Lifestyles als einzige Lebensmaxime propagieren,
- besonders programmatische Inhalte in Bezug auf selbstgefährdendes Verhalten darstellen, z. B. „Anas 10 Gebote“, „Anas Brief“, „Anas Psalm“,
- suggerieren, dass selbstverletzendes Verhalten ein außergewöhnliches Erlebnis sei, das bei anderen Menschen Bewunderung und Zuneigung hervorrufe,
- zahlreiche und explizite Trigger-Inhalte für selbstgefährdendes Verhalten beinhalten wie z.B.
  - extrem untergewichtige Personen, extrem abgemagerte Körperteile,
  - verherrlichende Erlebnisberichte zu SVV oder Suizidversuchen,
  - Darstellungen der Folgen von Selbstverletzungen (tiefe blutende Wunden, zahlreiche oder große Narben) oder des Aktes der Selbstverletzung,
  - Darstellungen von Suizidversuchen, Suiziden oder von Suizidopfern und deren Kommentierung mit idealisierenden, romantisierenden oder destruktiven Aussagen.

### **Propagierung von Methoden und Beschaffungstipps**

Das Angebot enthält Texte (auch in Kombination mit Bildelementen), die ...

- SWV- oder Suizid-Methodendiskussionen enthalten,
  - zur Vorbereitung und Durchführung,
  - zur effektivsten, schmerzlosesten oder schnellsten Methode,
  - zur Wahl des geeigneten Ortes oder Zeitpunkts,
- gesundheitsgefährdende Techniken zum Abnehmen detailliert beschreiben,
- konkrete Tipps zu Beschaffungsmöglichkeiten von Hilfsmitteln (z.B. nicht zugelassene oder verschreibungspflichtige Arzneimittel oder Waffen) geben oder diese direkt anbieten.

### **Schaffung von Drucksituationen**

Das Angebot enthält Texte (auch in Kombination mit Bildelementen), die ...

- Suizid-Ankündigungen, -Partnersuchen oder -Verabredungen enthalten,
- Jugendliche unter Druck setzen, sich den Gefahren einer Gesundheitsschädigung auszusetzen. Dies erfolgt zum Beispiel durch:
  - die Aufforderung, SVV, Suizid oder Essstörungen bejahende Inhalte zu posten
  - ernsthafte Aufforderungen und Anleitungen zur extremen Gewichtsreduzierung, zur Selbstverletzung oder zum Suizid durch Andere,
  - die Anregung/Aufforderung zu Nachahmung im Angebot, Bilder/Videos vom (eigenen) Körper oder von (eigenen) Selbstverletzungen einzustellen (ggf. können diese Inhalte von anderen Usern kommentiert werden),
  - die Möglichkeit der Suche nach bzw. die Vermittlung von Suizid-Partnerinnen und -Partnern,
  - die Aufforderung, sich kompromisslos dem anorektischen/bulimischen Schönheits- und Verhaltensideal zu unterwerfen,
  - die Veranstaltung von bzw. Teilnahme an Hungerwettbewerben (Challenges),
  - die Vermittlung von Gegnern/Partnern "Twins" zum Abnehmen im direkten Vergleich und zur gegenseitigen Motivation,
  - das Androhen, Personen bei zu geringer Gewichtsreduzierung aus der Community auszuschließen

## Ablehnung von Hilfs- und Beratungsangeboten

Das Angebot enthält Texte (auch in Kombination mit Bildelementen), die ...

- negative psychische und physische Folgen von selbstschädigendem Verhalten und von Essstörungen oder Symptome einer psychischen Störung leugnen,
- kritische Gegenargumente, Verweise auf Beratungsstellen, Hilfestellungen bei der Bewältigung von Problemen und Lebenskrisen als Alternative ausdrücklich ablehnen,
- aufbauende Worte Anderer, Hinweise auf die Notwendigkeit der Inanspruchnahme von Hilfe oder kritische Beiträge zum Thema abtun und kleinreden oder ablehnen,
- Betroffene davon abhalten, Hilfe zu suchen,
- konkrete Hinweise beinhalten, wie SVV oder Anzeichen von Anorexie/Bulimie versteckt werden können, um etwaige Hilfsmaßnahmen von vornherein zu verhindern.

Nicht gemeint sind Äußerungen über negative Erfahrungen mit ärztlichen oder psychologischen/psychotherapeutischen Behandlungen.

## 2.2 Kriterien für Entwicklungsbeeinträchtigung

Entwicklungsbeeinträchtigende Inhalte können Kindern und Jugendlichen ein negatives Selbst-, Körper- und Weltbild vermitteln, das zu verzerrten und gefährdenden Vorstellungen über den Wert von Gesundheit und Leben führt.

Das Angebot enthält Texte, Bilder oder Videos (auch in Kombination), die ...

- Jugendlichen vermitteln, dass es normal ist, Probleme durch selbstgefährdende Verhaltensweisen zu lösen,
- bei Jugendlichen falsche, realitätsfremde Vorstellungen über den Sinn und den Wert von Gesundheit und der eigenen körperlichen Unversehrtheit hervorrufen oder bestärken,
- selbstschädigendes Verhalten einseitig positiv darstellen, wobei drastische verherrlichende oder verharmlosende Inhalte fehlen,
- Anorexie/Bulimie (und ihre Begleiterscheinungen) als Schönheits- und Verhaltensideal sowie als Mittel zur Steigerung des Selbstwertgefühls und gesellschaftlichen Anerkennung präsentieren,
- normal- bzw. übergewichtige Menschen abwerten und ausgrenzen,
- starke Gewichtsreduzierung/Untergewicht positiv darstellen,
- selbstschädigendes Verhalten auslösen können, z.B. ...
  - beschönigende oder idealisierende Schilderungen von SVV und Suizidversuchen, insbesondere unter Einbezug des Suizidortes und/oder der Methode
  - Bilder/Videos von SVV-Narben und blutenden Wunden ggf. mit destruktiven Aussagen versehen,
  - Bilder/Videos vom Akt des Suizides oder von Suizidopfern in einem neutralen oder beschönigenden Kontext,
  - Bilder/Videos, die abgemagerte Personen in einem affirmativen Kontext zeigen.

## 2.3 Kein Jugendschutzverstoß

Kein Handlungsbedarf besteht dagegen bei Angeboten, die psychische Störungen wie Depressionen oder Essstörungen sowie negative Gedanken und Gefühle thematisieren, problematisieren und Hilfe empfehlen, ohne selbstgefährdendes Verhalten zu propagieren.

### 3) Beratungsstellen

Verweise auf Beratungsstellen sollten, wenn möglich, nach Gefährdungsarten differenziert und sprach- bzw. länderspezifisch an die User angepasst sein. Online-Angebote sind am sinnvollsten, da sie niederschwellig sind und ein Medienbruch vermieden wird.

#### Empfehlenswerte deutschsprachige Beratungsstellen in Krisensituationen

- <http://www.telefonseelsorge.de>
- <http://www.kinderundjugendtelefon.de>
- <https://www.nummergegenkummer.de>
- <http://www.youth-life-line.de>
- Suche nach Hilfsdiensten vor Ort: <http://www.neuhland.net/bundesländer.html>
- <http://www.telefonseelsorge.at> (Österreich)
- <http://www.rataufdraht.at> (Österreich)
- <https://www.143.ch> (Schweiz)
- <https://www.147.ch> (Schweiz)
- <http://www.seelsorge.ch> (Schweiz)

#### Empfehlenswerte deutschsprachige Beratungsstellen speziell bei Suizidgefährdung

- <http://www.u25-deutschland.de>
- <http://junoma.de>
- <https://neuhland.beranet.info>
- <https://suizid-praevention.gv.at> (Österreich)
- <http://www.kriseninterventionszentrum.at> (Österreich)
- <https://www.u25-schweiz.ch> (Schweiz)

#### Empfehlenswerte deutschsprachige Beratungsstellen speziell bei Essstörungen

- <http://www.essstoerungen-frankfurt.de>
- <http://www.hungrig-online.de>
- <http://cinderella-beratung.beranet.info>
- <http://www.anad.de>
- <http://www.essstoerungen-onlineberatung.de>
- [www.bundesfachverbandessstoerungen.de](http://www.bundesfachverbandessstoerungen.de)
- Beratungsstellensuche vor Ort: <http://www.bzga-essstoerungen.de>
- <http://www.netzwerk-essstoerungen.at/deutsch/beratung.html> (Österreich)
- <http://www.essstoerungshotline.at> (Österreich)
- <http://www.aes.ch> (Schweiz)

## Verfasser

	<p>Als gemeinsames Kompetenzzentrum von Bund und Ländern für den Jugendschutz im Internet recherchiert jugendschutz.net Gefahren und Risiken in jugendaffinen Diensten und geht gegen unzulässige Angebote vor.</p>
	<p>Ausgehend von der Prämisse, dass die Suizidproblematik ein komplexes gesellschaftliches und gesundheitspolitisches Problem ist, beteiligen sich mehr als 90 Institutionen, Organisationen und Verbände an der Entwicklung und Umsetzung eines Nationalen Suizidpräventionsprogramms (NaSPro).</p>
	<p>Die Wiener Werkstätte für Suizidforschung ist eine offene interdisziplinäre Arbeitsgruppe von jungen Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern unterschiedlicher Disziplinen zur lokalen und internationalen Vernetzung sowie zum Austausch bezüglich Suizidforschung und Suizidprävention.</p>
	<p>Der Bundesfachverband Essstörungen e.V. ist ein bundesweiter Zusammenschluss von Beratungs-/Therapieeinrichtungen, psychosomatischer Kliniken, therapeutischer Wohngruppen sowie psychotherapeutischer Praxen. Er bietet Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften Informationen zur Beratung und Behandlung von Essstörungen.</p>