

# Input zu Suizidalität

## Häufigkeit

10.300 Menschen haben sich im Jahr 2023 in Deutschland das Leben genommen. Das sind 28 Menschen pro Tag.

Davon waren 850 assistierte Suizide (Sterbehilfe) - Tendenz steigend.

1% aller Tode sind Suizide. Bei unter 25-Jährigen sind es 16% aller Tode.

Suizide sind häufiger als Mord, AIDS-, Drogen- und Verkehrs-Tode zusammen.

Es gab von 1980-2005 einen starken Rückgang von Suiziden (Faktor 4) durch Aufklärungskampagnen. Parallel zum Rückgang der Suizide wuchs die Zahl der Diagnosen psychischer Erkrankungen - da Menschen sich nun häufiger Hilfe suchen (können).

Es gibt laut Schätzungen ca. 100.000 Suizidversuche jedes Jahr - dazu gibt es jedoch keine offiziellen Statistiken.

In Mittel- und Nordeuropa sind Suizide häufiger als in Südeuropa.

## Betroffene

Während Männer\* es häufiger zu Ende bringen, werden (bemerkte) **Suizidversuche** v.a. von jungen Frauen\* und Queers begangen. Manche Quellen sagen, dass ein Suizidversuch bei Frauen\* eher als Hilferuf zu verstehen sei, während Männer\* entschlossener seien - andere sagen, es ist auf die gewählten Suizidmethoden und deren Erfolgsquote zurückzuführen.

**Gender:** 73% Männer\* - [unter Trans\\*-Personen ist die Rate 4x so hoch, unter nicht-binären noch höher.](#)

**Durchschnittsalter:** 60 Jahre. Mit dem Alter steigt die Suizidrate exponentiell an.

**Soziale Faktoren:** Armut, Arbeitslosigkeit, Juristische Probleme, Partnerschafts-/Familienkonflikte, Drogen

**Psychiatrische Erkrankungen:** 71-90% haben Depressionen - häufig fehlt der Zugang zu psychiatrischer Versorgung

Ein großer Risikofaktor für einen erfolgreichen Suizid sind vorangegangene Suizidversuche (bei ca. 30%)

## Symptome

Hoffnungslosigkeit - Schuldgefühle - sozialer Rückzug

starke Impulsivität/Handlungsdrang

Menschen "ordnen" ihr Leben & nehmen Abschied

“

**Ich halte das nicht mehr aus - Das ist mir alles zu viel**

## Gesellschaftliche Prävention

Es gibt Schulungen für Lehrende, Hausärzt\*innen, Journalist\*innen, Pflegekräfte, Pfarrer\*innen & Cops.

**Anlaufstellen:** Telefonseelsorge, [Trees of Memory](#) (für Angehörige)

[Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention](#)

[Nationales Suizidpräventionsprogramm](#)

**Beratungsstellen:** [München](#), [Frankfurt a. M.](#), vielleicht auch in deiner Gegend?

[Medien berichten in der Regel nicht bzw. nur wenn notwendig über Suizide.](#)

Version #7

Erstellt: 2025-10-07 16:34:53 UTC von Som31\_3ls3

Zuletzt aktualisiert: 2025-10-07 17:26:02 UTC von Som31\_3ls3