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