



Christoph Wewetzer
Kurt Quaschner

Ratgeber Suizidalität

Informationen für Betroffene,
Eltern, Lehrer und Erzieher

Suizidversuche und Suizide im näheren Umfeld des/der Jugendlichen können im Sinne eines Suizidmodells das Risiko zur Durchführung eines Suizidversuches ebenfalls deutlich erhöhen. Der/Die Jugendliche erlebt dabei, dass ein Suizid eine realistische und durchführbare Möglichkeit ist. Dies kann bei einem/einer Jugendlichen, der/die schon länger unter Suizidideen leidet, den Ausschlag zur Durchführung eines Suizidversuchs geben. Imitation und Nachahmung spielen gerade bei Kindern und Jugendlichen eine große Rolle, wenn durch Fernsehen, Presse etc. Suizidmodelle präsentiert oder Suizidforen im Internet besucht werden.

[21] **6 Risikoeinschätzung der Suizidalität**

Ist es bereits zu einem Suizidversuch gekommen, gilt es, diesen sehr genau zu analysieren. Wesentlich für die Einschätzung der Suizidalität eines/einer Jugendlichen ist auch, wie und in welcher Form er/sie sich bisher mit einem möglichen Suizidversuch beschäftigt hat. Dabei ist es wichtig, zu erfragen, ob ein Suizidplan vorliegt. Hat sich ein Jugendlicher bzw. eine Jugendliche intensiv mit einer möglichen Methode auseinandergesetzt, verfügt er/sie über besondere Kenntnisse und hat einen sehr konkreten Suizidplan, ist dies für die Risikoeinschätzung von großer Bedeutung. Je konkreter und durchdachter der Suizidplan ist, umso höher das Risiko. Das Angebot frühzeitiger Hilfe für den Jugendlichen bzw. die Jugendliche ist dann besonders wichtig.

Wegweisend ist auch die Frage, ob Vorkehrungen für die Zeit nach dem Suizid getroffen wurden. Wurde ein Abschiedsbrief hinterlassen oder Mitteilungen schriftlich niedergelegt, wie mit persönlichen Gegenständen nach dem Suizid umgegangen werden soll, handelt es sich wahrscheinlich um einen geplanten Suizidversuch, der als gravierender einzustufen ist als eine impulsiv durchgeführte suizidale Handlung. Auch ob es z. B. eine Information im Vorfeld gegeben hat, ist für die Risikoeinschätzung von Bedeutung. Immer wieder führen Jugendliche z. B. einen Suizidversuch mit Tabletten durch, informieren aber kurz danach beispielsweise die Freundin per SMS über die Tat. Wurde durch die Einnahme einer größeren Menge von Medikamenten ein Suizidversuch durchgeführt und kurz danach die leeren Packungen vernichtet oder versteckt, sodass eine Entdeckung unwahrscheinlicher ist, ist der Suizidversuch als besonders ernsthaft einzustufen.

Die [Tabellen 1](#) bis [4](#) geben einen Überblick über mögliche Risikofaktoren und darüber, welche Bedingungen für ein eher geringes Risiko und welche für ein hohes Risiko für einen Suizidversuch sprechen.

[22] **Tabelle 1:** Abklärung des Suizidrisikos bzgl. Suizidabsicht, suizidaler Gedanken, Suizidplan und suizidaler Handlungen

Risikofaktor	Geringes Risiko	Großes Risiko
--------------	-----------------	---------------

Suizidabsicht	Wunsch nach Ruhe und Hilfe, ist unsicher, ob er/sie sterben möchte	Dringender Wunsch zu sterben, fest entschlossen
Suizidale Gedanken	Gedanken sind flüchtig, nicht konkret, kein Leidensdruck	Gedanken sind seit längerem vorhanden, quälend, wiederkehrend, mit konkretem Inhalt
Suizidplan	Noch kein konkreter Plan, nicht über mögliche Methode informiert	Plan ist konkret durchdacht, Methode mit hoher Sterblichkeit gewählt, Vorbereitungen getroffen
Suizidale Handlungen in der eigenen Vorgeschichte	Bisher keine	Vorhanden, auch wiederholt, mit Planung, Methode mit hoher Sterblichkeit gewählt

Bei Kindern und Jugendlichen sind auch die näheren aktuellen Lebensumstände im Hinblick auf eine Risikoabschätzung für einen Suizidversuch von großer Wichtigkeit.

Tabelle 2: Risikofaktoren in der aktuellen Lebenssituation

Risikofaktor	Geringes Risiko	Großes Risiko
Selbstverletzendes Verhalten (SVV)	SVV nicht vorhanden oder oberflächlich über einen kurzen Zeitraum	SVV schwer und tief, nahtpflichtig, immer wieder, über einen längeren Zeitraum
Verlust einer Liebes-/Freundschaftsbeziehung	Trennung selbst herbeigeführt oder im gegenseitigen Einverständnis	Beendigung einer Liebes-/Freundschaftsbeziehung gegen den ausdrücklichen Willen, verbunden mit Kränkung und/oder Scham
^[23] Aktuelle Konflikte	Keine gravierenden und besonders belastende Konflikte	Ungelöster belastender Konflikt mit Verzweiflung, ohne Lösungsansatz
Stimmung	Leicht eingeschränkte Stimmungslage, aber schwingungsfähig	Deutlich niedergeschlagen, traurig, rat- und hilflos, depressiv, Drogenkonsum

Mobbing	Freundschaften, nur leichte Hänseleien	Ausgeprägter Außenseiter, wenig bis gar keine Freunde, starkes Hänselein bis hin zum Mobbing
----------------	--	--

Weitere Risikofaktoren können in der Vorgeschichte und der Persönlichkeit des Kindes oder Jugendlichen liegen.

Tabelle 3: Risikofaktoren, die in der Vorgeschichte liegen

Risikofaktor	Geringes Risiko	Großes Risiko
Psychische Auffälligkeiten	Keine gravierenden Auffälligkeiten vorhanden	Belastende Schlafstörungen, Drogen- oder Alkoholmissbrauch, Schulabsentismus
Psychiatrische Störungen	Keine psychiatrische Störung von Krankheitswert, in Behandlung oder abgeklungen	Ausgeprägte Depression, Schizophrenie, Emotional-instabile Persönlichkeitsstörung, bipolare Störung
Traumatische Lebensereignisse	Keine schwerwiegenden und belastenden Traumata	Erlebter sexueller Missbrauch und/oder körperliche Übergriffe
[24] Persönlichkeitsmerkmale	Ausgeglichen, Problemlösefertigkeiten vorhanden, kognitive Ressourcen	Impulsivität, Selbstverletzungen, Fremdaggression, Kränkbarkeit, kognitive Defizite
Suizidversuche in der Vorgeschichte	Keine Suizidversuche	Mehrere Suizidversuche

Weitere Risikofaktoren können auch in den allgemeinen Lebensumständen des Kindes oder des/der Jugendlichen liegen.

Tabelle 4: Risikofaktoren im familiären und sozialen Umfeld

Risikofaktor	Geringes Risiko	Großes Risiko

Suizidalität in der Familie oder im weiteren Umfeld	Nicht vorhanden	Suizidversuche oder Suizide in der Familie
Gewalt in der Familie und/oder Drogenmissbrauch	Keine Gewalt in der Familie, kein Drogenmissbrauch	Gewalt zwischen den Eltern, gegen die Kinder durch die Eltern, Drogenmissbrauch bei Eltern/Geschwistern
Familiäre Konflikte	Kaum oder nur im geringen Maße, Lösungsstrategien liegen vor, externe Hilfesysteme aktiviert	Massive ungelöste Konflikte, destabilisierend, wenig bis keine Lösungsstrategien vorhanden, kaum Hilfen
Soziales Umfeld	Soziale Kompetenz vorhanden, soziales Netz, viel soziale Unterstützung	Isolierte Familie, sozial destabilisierende Familienverhältnisse, kein soziales Netz, weitgehend alleine