

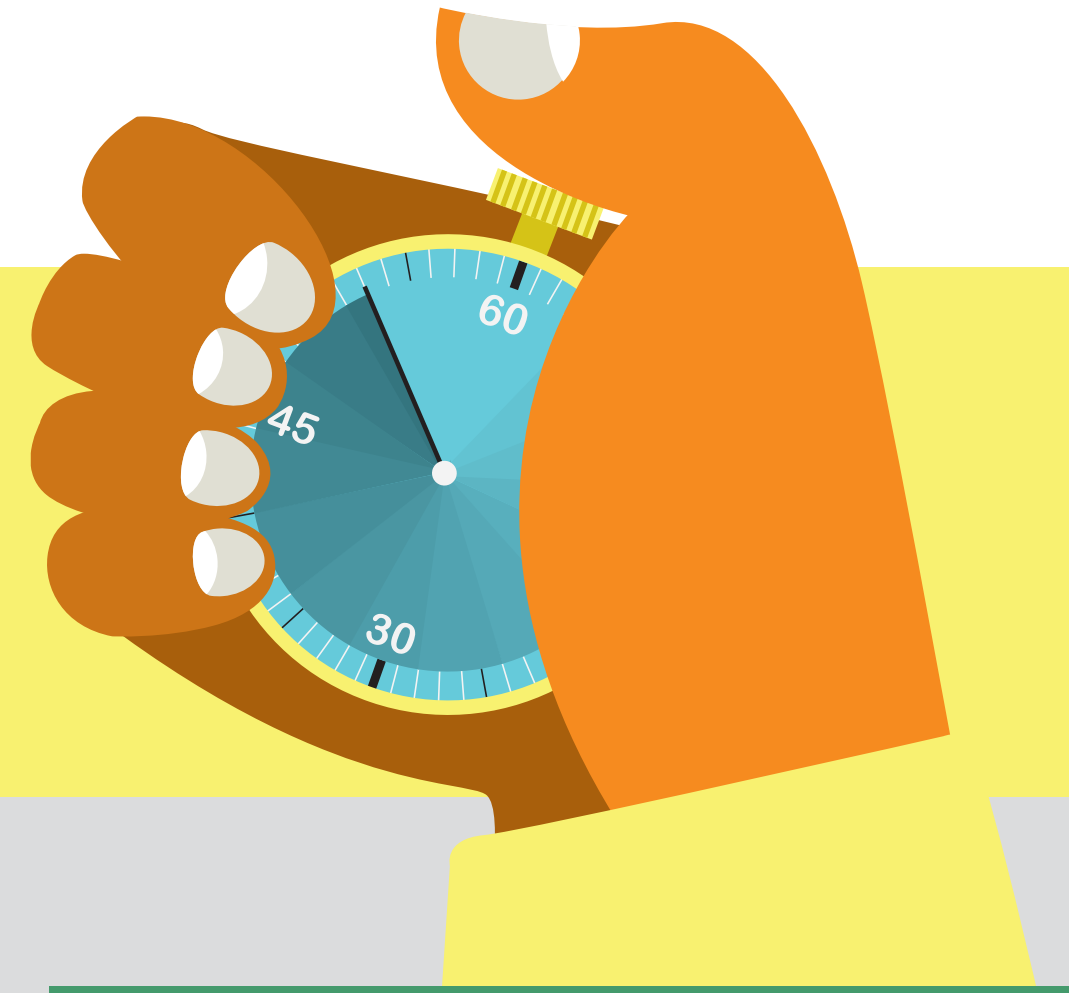
Suizid in Deutschland



Rede darüber!

Jedes Jahr sterben in Deutschland etwa 10.000 Menschen durch Suizid. Ursache ist häufig eine psychische Erkrankung, zum Beispiel eine Depression. An einer Depression kann jeder erkranken, wie andere Krankheiten ist sie jedoch heilbar. Dass das Thema Suizid ein Tabu ist, wollen wir ändern.

Etwa alle 56 Minuten nimmt sich ein Mensch in Deutschland das Leben. Etwa alle 5 Minuten versucht es jemand. Man nimmt an, dass auf jeden Suizid etwa 10 bis 15 Versuche kommen.

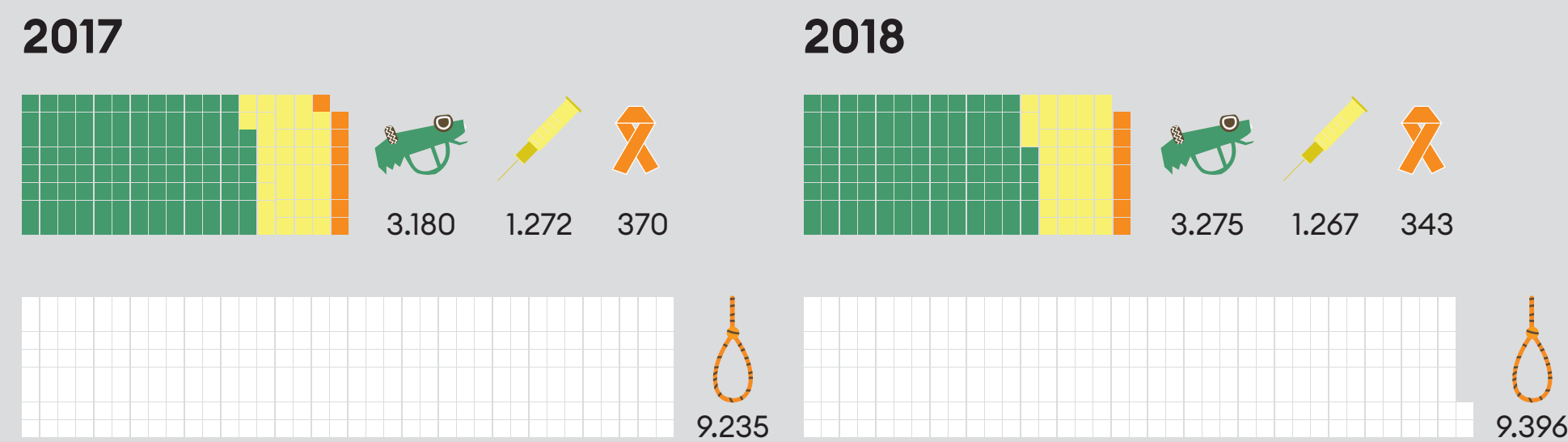


„Wenn man der Öffentlichkeit kommuniziert, dass Suizid jeden betreffen kann, dass es Hinweise in Äußerungen und im Verhalten von Menschen gibt, auf die man achten kann, und dass Hilfe verfügbar ist, ist das ein Weg um Suizid zu verhindern.“

Edwin Shneidman, Suizidologe



Die häufigsten Todesursachen bei Kindern und Jugendlichen bis 25 Jahre in Deutschland



Durch Suizid sterben mehr Menschen als durch Verkehrsunfälle, Drogen und AIDS zusammen.

Das persönliche Umfeld leidet unter Suizid ein Leben lang.



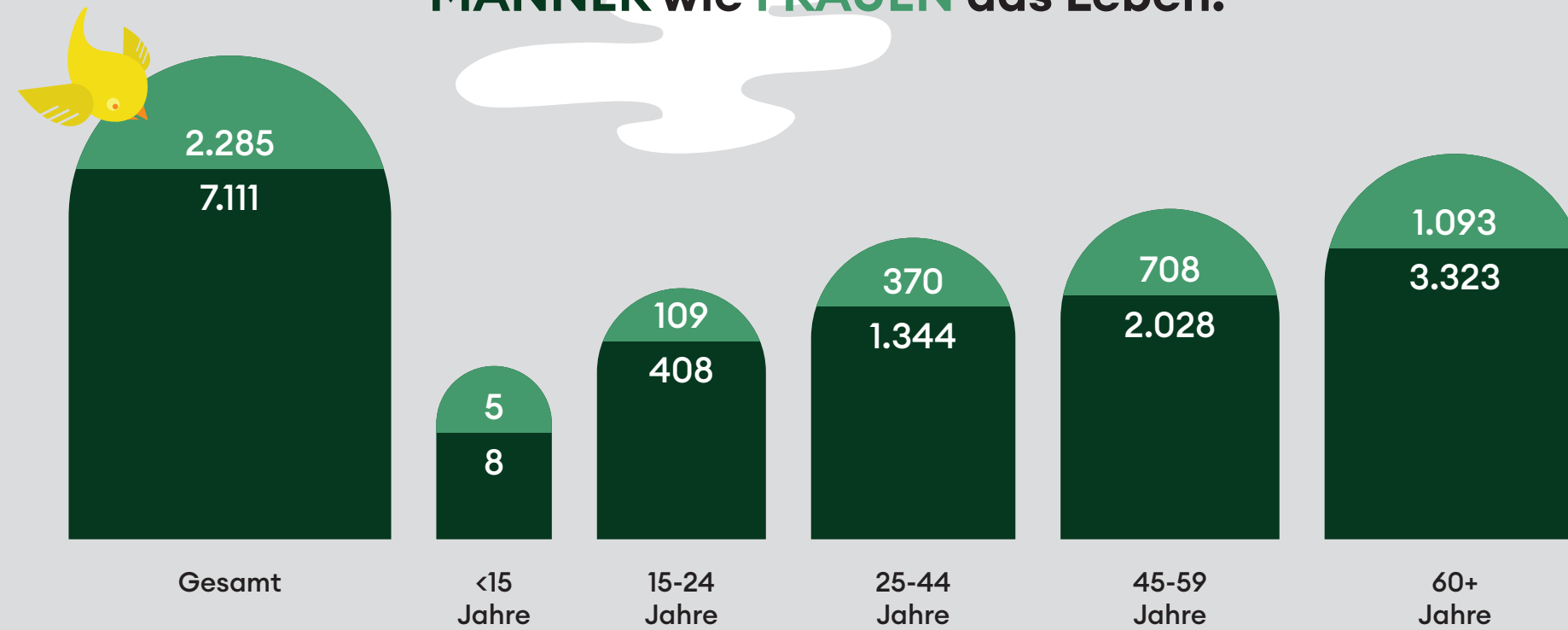
Jeder Selbstmord betrifft nach Schätzungen der WHO mindestens sechs weitere Menschen – Familienmitglieder, Freunde und Bekannte, für die das Ereignis ein massives psychisches Trauma darstellt.



In 8 von 10 Fällen kündigt der Betroffene seine Absichten an.



Es nehmen sich etwa dreimal so viele MÄNNER wie FRAUEN das Leben.



Schuld und Versagen

Wut und Ärger



eigene Suizidgedanken



Scham und Verleugnung des Suizids



Infragestellung des bisherigen Lebens

Warnsignale

- Lustlosigkeit
- Depressionen
- Hoffnungslosigkeit
- Veränderung von Essgewohnheiten
- Veränderung von Schlafgewohnheiten
- „Mein Leben macht keinen Sinn mehr“
- „Ich kann nicht mehr“
- Abschiedsbriefe

Höre zu. Nimm es ernst.

Wer kann helfen?

- Freunde und Familie
- Hausärzte
- Krisendienste
- Telefonseelsorge
- Kinder- und Jugendtelefon
- Sozialpsychiatrischer Dienst
- Psychologen und Therapeuten
- Beratungslehrer und Beratungsstellen

Sprich darüber. Informiere dich.

Telefonseelsorge:
0800 111 0 111

Kinder- und Jugendtelefon:
116 111

Freunde fürs Leben
informieren unter:
www.frnd.de



Mehr Fakten, Informationen und Hilfsadressen zu den Themen Depression und Suizid

- freundefuersleben
- freundefuerslebenev
- www.frnd.tv
- Podcast Kopfsalat

Illustration und Grafik:
Jule Geflitter - www.julegefitter.de

Idee und Konzeption:
Freunde fürs Leben e.V. - www.frnd.de

Quellen:
World Health Organization WHO, www.who.int/en/
Statistisches Bundesamt Deutschland

Autor/Rechteinhaber:
Freunde fürs Leben e.V.

