

Pressemitteilung

Welttag der Suizidprävention am 10. September 2026

*Psychotherapeut*innen retten Leben – Jugendliche sind besonders gefährdet*

Suizid ist eine der häufigsten Todesursachen im Jugendalter.

Wiesbaden, 09. September 2026 – Verzweifelte Eltern, zerstörte Familien, schockierte Mitschüler*innen, ratlose Lehrer*innen bleiben nach einem Suizid eines jungen Menschen zurück. Nach Unfällen gehört Suizid zu den häufigsten Todesursachen bei jungen Menschen. Es gibt auch geschlechtsspezifische Unterschiede: Jungen weisen insgesamt höhere vollendete Suizidraten auf. Bei Mädchen und jungen Frauen ist seit Jahren (auch während und nach der Corona-Pandemie) ein deutlicher Anstieg von Suizidgedanken und -versuchen zu beobachten. Risikofaktoren sind psychische Belastungen durch Mobbing und Cybermobbing (verstärkt durch soziale Medien), auch Leistungs- und Erfolgsdruck sowie Beziehungskrisen und soziale Isolation tragen dazu bei, dass Jugendliche verzweifeln und eine Befreiung suchen.

Der Welttag der Suizidprävention steht in diesem Jahr erneut unter dem Leitgedanken, das gesellschaftliche Narrativ über Suizidalität zu verändern: weg vom Schweigen, hin zum Zuhören, Ernstnehmen und Handeln. „Eine erhöhte Sensibilität in Familie und Schule gehört ebenso dazu wie die rechtzeitige Versorgung mit Psychotherapie bei den ersten Anzeichen.“ fordert die Vorsitzende Dr. Inés Brock-Harder. „Neben individuellen Belastungssituationen, die in der Adoleszenz besonders existenziell erlebt werden, tragen auch Zukunftsängste und globale Krisen dazu bei, dass Klimaangst und Angst vor militärischen Auseinandersetzungen die Kinder und Jugendlichen lebensüberdrüssig machen.“

Internationale Metaanalysen zeigen insbesondere für queere Jugendliche ein mehrfach erhöhtes Risiko für Suizidgedanken und Suizidversuche gegenüber gleichaltrigen cis-heterosexuellen Jugendlichen, am deutlichsten bei trans* Jugendlichen. Entscheidend ist dabei die Erklärung dieser Zahlen: Nicht die Identität ist der Risikofaktor, sondern das, was queeren Jugendlichen widerfährt. Minderheitenstress durch Diskriminierung, Ausgrenzung, Gewalt, Ablehnung im Elternhaus, das Verbergenmüssen der eigenen Person, macht krank. Studien aus Deutschland zeigen, dass die große Mehrheit junger queerer Menschen mindestens eine Diskriminierungserfahrung gemacht hat.

„Suizidprävention ist hier möglich und wirksam. Zu den bestbelegten Schutzfaktoren gehören Annahme in der Familie, ein queerfreundliches schulisches Umfeld, die selbstverständliche Verwendung des

Bundesgeschäftsstelle
Friedrichstraße 5
65185 Wiesbaden

Tel.: 0611 880879-50
Fax.: 0611 880879-51

info@bkj-ev.de
www.bkj-ev.de

selbstgewählten Namens und Pronomens, Peer-Kontakte sowie ein niedrigschwelliger Zugang zu Beratung und Psychotherapie.“ betont Philipp Dausmann, PiA-Vertreter im Vorstand des bkj. „Warten, abgewiesen werden und sich rechtfertigen müssen verstärken genau jene Hoffnungslosigkeit und jenes Gefühl der Nichtzugehörigkeit, die wir aus der Suizidalitätsforschung als zentrale Mechanismen kennen. Ein Versorgungssystem, das junge Menschen zurückweist, wird selbst zum Belastungsfaktor.“

Wir fordern deshalb: **Die Nationale Suizidpräventionsstrategie konsequent umsetzen** – mit ausdrücklichem Blick auf besonders belastete Gruppen.

Kontakt:

Dr. Inés Brock-Harder

Vorsitzende

brock-harder@bkj-ev.de | +49 (0) 170 36 32 365

Philipp Dausmann

PiA-Vertretung im Vorstand

piavertretung@bkj-ev.de

Wer wir sind:

*Der Bundesverband für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie e. V. (bkj) vertritt die berufspolitischen und fachlichen Interessen der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut*innen in Deutschland und setzt sich für eine flächendeckende, qualitätsgesicherte Versorgung junger Menschen ein.*

<https://www.bkj-ev.de/verband/was-wir-tun/>