

# Empfehlung zur Berichterstattung über Suizid und psychische Erkrankungen

**Wie Medienschaffende Nachahmungstaten  
verhindern und der Stigmatisierung psychisch kranker  
Menschen entgegenwirken können**



## „Werther Effekt“: Was steckt dahinter?

- Jährlich begehen in Deutschland über 9.000 Menschen Suizid (im Vergleich: ca. 3.000 Menschen kommen im Straßenverkehr um) <sup>1</sup>.
- Auf jeden vollendeten Suizid kommen bis zu 20 Suizidversuche<sup>2</sup>.
- Medienberichterstattung kann Nachahmungstaten auslösen.

### „Werther-Effekt“:

Bestimmte Formen der Berichterstattung über Suizide in den Medien können weitere Suizide als Nachahmungstaten hervorrufen. Dies wird in der wissenschaftlichen Literatur als „Werther-Effekt“ bezeichnet. Nach dem Erscheinen von Goethes „Die Leiden des jungen Werther“ kam es in ganz Europa zu Nachahmungstaten. Die Suizidenten orientierten sich sehr stark an der Romanvorlage.

Einige Organisationen und auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO, 2017) haben basierend auf über 100 wissenschaftlichen Untersuchungen zu diesem Effekt Empfehlungen formuliert, wie Medienschaffende sensibel mit dem Thema Suizid umgehen können, um Nachahmungssuizide zu vermeiden. Zusätzlich zu den Empfehlungen des Deutsche Presserats, über Suizide zurückhaltend zu berichten (Pressecodex Richtlinie 8.7), hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention eine Reihe von Maßnahmen entwickelt, um die Zahl der Suizide und Suizidversuche zu senken. Zu diesem Zweck werden u.a. kostenfreie Schulungen für Medienschaffende angeboten und die nachfolgende Empfehlung zur Form der Berichterstattung über Suizide bereitgestellt.

<sup>1</sup>Statistisches Bundesamt, Todesursachenstatistik, 2020

<sup>2</sup>World Health Organization . Suicide in the World: Global Health Estimates. World Health Organization; Geneva, Switzerland: 2019



## Wie bedeutsam ist der „Werther-Effekt“?

Suizidgefährdete Personen beschäftigen sich intensiv mit dem Thema der Selbsttötung; ein Film oder ein Medienbericht kann in dieser Zeit starken Einfluss auf diesen Entschluss haben.

Ein Beispiel dafür ist der Anstieg der Eisenbahnsuizide im Zusammenhang mit der intensiven Medienberichterstattung zum Tod des Nationaltorwarts Robert Enke im Jahr 2009 einschließlich der im Fernsehen übertragenen Trauerfeier (siehe Abb. 1). Dieser Anstieg war auch noch zwei Jahre nach dem Suizid zu beobachten: die Zahl der Eisenbahnsuizide stieg von 2,3 auf 2,7 Menschen pro Tag, d.h. alle zwei Tage nahm sich ein Mensch mehr auf diesem Weg das Leben (Hegerl et. al, 2023).

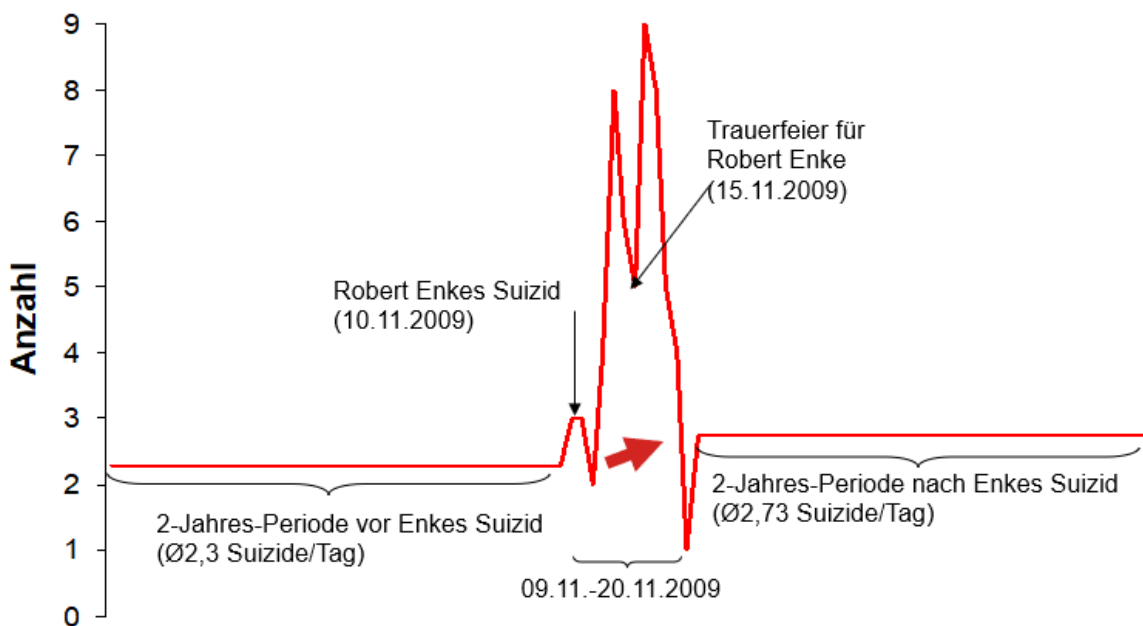


Abb. 1: Veränderung der Eisenbahnsuizide im Zusammenhang mit dem Suizid von Robert Enke



Auch bei der Netflix-Serie „Tote Mädchen lügen nicht“ wurde der Werther-Effekt nachgewiesen (Niederkrotenthaler et. al, 2019). Es kam infolge der Veröffentlichung der Serie im März 2017 im Zusammenhang mit starkem Interesse auf Social Media (v.a. Instagram und Twitter) in den USA zu einem deutlichen Anstieg der Teenagersuizide von 13,3% in der Altersgruppe der 10- bis 19-Jährigen (hingegen nicht in den älteren untersuchten Altersgruppen).

Die deutliche Mehrzahl (ca. 90%) der Suizide erfolgt im Rahmen einer Depression oder einer anderen psychiatrischen Erkrankung wie Alkohol-, Drogen-Abhängigkeit oder Schizophrenie<sup>3</sup>). Insbesondere depressiv Erkrankte können als Risikogruppe in Bezug auf die Berichterstattung in den Medien angesehen werden. Die Medienberichte sind in diesen Fällen zwar nicht die primäre Ursache von Suiziden, sie können aber während der kritischen Phase einer solchen Erkrankung zum entscheidenden Auslöser werden (Niederkrotenthaler et. al, 2019).

## Grundsätzlich gilt:

Umso größer die Aufmachung eines Berichtes über Suizid und umso emotionaler der Inhalt, desto häufiger kann es zu Nachahmungen kommen. Dabei spielt es keine Rolle, ob der Bericht auf einem tatsächlichen Ereignis beruht oder einer fiktiven Geschichte, ob es sich um einen Zeitungsartikel, eine Instagram Story oder eine Video-Reportage handelt. Auch ein Bericht über sogenannte „Suizidforen“ kann zu Nachahmungen führen. So wichtig der Investigativ-Journalismus ist, der Schutz von Leben hat stets Vorrang vor einer umfassenden, alle Fakten und Facetten beschreibenden Berichterstattung.

---

<sup>3</sup>Cavanagh et al., 2003; Psychological Medicine; Lönnqvist, 2009; Oxford University Press



## Worin besteht die konkrete Gefahr?

### Identifikation mit dem Suizidenten

Identifikation: wird über das Motiv für Suizid/ Lebensumstände, Alter, Geschlecht, Aussehen Charakter, emotionale Verfassung ausführlich berichtet, sodass eine Identifikation möglich ist, führt zu Lernen am Modell, das heißt möglicherweise zur Nachahmung des Suizids.

#### Beispiele:

„Du bist nun dort, wo es keine Schule gibt, keine Klassenkamerad/innen, die gemein sind, Dich ärgern. Du bist dort, wie ich hoffe, wo nur Engel sind. [...] Die Einsamkeit des 11-jährigen Mädchens rührt uns nach ihrem Tod. Sie hat die Welt des Bösen nicht ertragen.“ (BILD, 5.2.2019)

„Er war ein großartiger Fußballer und sensibler Charakter. Robert Enkes Karriere verlief extrem wechselhaft: Einem steilen Aufstieg folgte ein jäher Knick. [...] Enkes sportliches und privates Leben, ein Wechsel von Karrierehochs mit privater Tragik und beruflichen Tiefschlägen [...]. (spiegel.de, 11.11.2009)

### Glorifizierung, Idealisierung, Romantisierung

Suizidales Verhalten wird als akzeptabel und erfolgversprechend dargestellt, dass mit (posthumer) Anerkennung einhergeht.

#### Fiktive Beispiele:

„Ihre Liebe war viel größer als der Tod. Nun bleiben sie für immer zusammen.“,

„Er wollte sich noch nie anpassen und blieb sich selbst treu - bis in den Tod.“

### Aufmerksamkeit

Titelstories, Schlagzeilen und Fotos, die den Suizid in den Mittelpunkt stellen

#### Beispiel:

### Mobbing bis zum SELBSTMORD!

So erkennen Sie, ob Ihr Kind  
gefährdet ist.

(Bild, 5.2.2019; Titelseite)



## Handlungsanleitung liefern

Wenn die Suizidmethode und/oder der Ort beschrieben wird, kann auch das zu Nachahmung führen (ähnliche/gleiche Methode/Ort)

### Beispiel 1:

#### Berichterstattung über einen Suizid an einem Leipziger See

In einem ersten Bericht am 19.6.2012 wird in einem Zeitungsartikel beschrieben, dass es sich bei einem Leichenfund um einen Suizid handle. Der Ort und Todesursache durch Ertrinken wird genau beschrieben. Einen Tag später am 20.6.2012 erscheint ein erneuter Bericht in der gleichen Tageszeitung: Eine weitere Leiche wurde am gleichen Ort entdeckt und verstarb wie die erste Leiche durch Ertrinken.

### Beispiel 2:

#### Zitation von versuchten Suizidmethoden

„Ich...habe mir **Rasierklingen und Schlaftabletten** gekauft. **Nach und nach warf ich die Schlaftabletten ein und fing an mir die Pulsadern am rechten Arm aufzuschneiden...**“ (Chrismon 11/2018)

### Beispiel 3:

#### Erwähnung und damit Verweise auf pro-suizidale Angebote und Inhalte im Netz, beispielsweise auf Social Media



## Wie können Medienschaffende helfen?

Nachahmung basiert auf Identifikation und Handlungsanleitung. Diese Gefahr steigt, wenn:

- durch Titelgeschichten, Schlagzeilen und Fotos Aufmerksamkeit erregt wird
- die Begriffe Selbstmord, Suizid und Freitod in der Überschrift vorkommen
- die Suizid-Methode detailliert beschrieben wird
- ein leicht zugänglicher Ort beschrieben oder gar mystifiziert wird
- das soziale Umfeld, die Identität und die Motive ergreifend beschrieben werden
- der Suizid positiv bewertet, glorifiziert oder romantisiert wird
- der Suizid als nachvollziehbare Reaktion oder als einziger Ausweg bezeichnet wird

Besonders hoch ist das Risiko, wenn das Opfer eine prominente Person ist.

Die Nachahmungsgefahr sinkt, wenn:

- der Suizid als Folge einer Erkrankung (z.B. Depression) dargestellt wird, die erfolgreich hätte behandelt werden können
- alternative Problemlösungen und Fälle von Krisenbewältigung aufgezeigt werden
- Hilfskontakte angegeben werden (z.B.: Wenn Sie sich in einer akuten Krise befinden, wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten, die nächste psychiatrische Klinik oder den Notarzt unter 112. Sie erreichen die Telefonseelsorge rund um die Uhr und kostenfrei unter 0800-111 0 111 oder 0800-111 0 222.)
- Expertenmeinungen eingeholt werden
- Hintergrundinformation zum Krankheitsbild Depression gegeben werden
- über die Arbeit professioneller Fachkräfte berichtet wird



## Papageno-Effekt

In den letzten Jahren hat sich die Forschung auch auf einen potenziellen Nutzen einer verantwortungsvollen Medienberichterstattung über Suizid konzentriert. Medienberichte über Menschen, die sich in belastenden Lebensumständen befanden, aber **konstruktiv mit Suizidgedanken umgehen** konnten, wurden mit einer **Abnahme des suizidalen Verhaltens** in Verbindung gebracht. Dieser suizidpräventive Effekt wird als Papageno-Effekt bezeichnet, nach dem Protagonisten in Mozarts Oper „Die Zauberflöte“, der eine suizidale Krise mithilfe von drei Knaben positiv bewältigt.

Was diesem Effekt zugrunde liegt, ist noch nicht vollständig geklärt. Die Empfehlung an Medienschaffende bleibt analog zum Werther-Effekt: Im Falle der Berichterstattung über Suizide sollten immer auch **Hilfsangebote, Anlaufstellen und alternative Auswege aus einer Krisensituation** aufgezeigt werden. Da sich der Papageno-Effekt bislang in vergleichsweise wenigen Studien nachweisen ließ und noch weiterer Erforschung bedarf, ist weiterhin zu einer insgesamt zurückhaltenden Suizid-Berichterstattung zu raten.

## Empfehlungen zur Berichterstattung über psychische Erkrankungen - Begrifflichkeiten

Die Begriffe „**Suizid**“ oder „**Selbsttötung**“ sind solchen wie Freitod, Bilanzsuizid oder Selbstmord vorzuziehen, da sie kein moralisches Urteil enthalten.

Vor dem Hintergrund, dass die große Mehrheit Betroffener an einer psychischen Erkrankung leidet, ist die Annahme, einer rationalen Abwägung oder Bilanzierung allein aufgrund des hohen Leidensdrucks nicht haltbar. Suizid ist darüber hinaus im Gegensatz zu Mord auch nicht mit Heimtücke oder Hinterhältigkeit zu assoziieren.





Auf die **richtige Verwendung von medizinischen und psychologischen Begriffen** ist zu achten. Beispielsweise ist der Aufenthalt auf einer **geschützten, geschlossenen Station einer Psychiatrie** nicht mit der Unterbringung eines (psychisch kranken) Straftäters in einer **forensischen Psychiatrie (sog. Maßregelvollzug)** gleichzusetzen. Andernfalls werden psychisch kranke Menschen, die z.B. aufgrund Suizidgefährdung einen besonderen Schutz und eine intensivere ärztliche Betreuung auf einer entsprechenden Station einer psychiatrischen Klinik brauchen oder aufsuchen, zu Unrecht mit Straftaten in Verbindung gebracht und das Stigma verstärkt.

**Beispiel:**

*„Messerstecher soll in Psychiatrie.*

*Würzburg – Nach dem tödlichen Messerangriff von Würzburg soll der 24-jährige Somalier aus der Untersuchungshaft in einem Gefängnis in eine psychiatrische Klinik verlegt werden.“ (Münchner Merkur, 21.7.2021)*

**Anmerkung:** korrekt ist hier eine Verlegung in eine „Klinik für forensische Psychiatrie“ oder in einen „Maßregelvollzug“. Eine psychiatrische Klinik ist hingegen der Ort für nicht straffällige Menschen mit psychischen Erkrankungen.

**Formulierung sollten zudem wertfrei** sein und einen Menschen nicht auf eine Diagnose reduziert werden („die sich wegen Depression in Behandlung befindende Frau“ vs. die „Depressive“, „Irre“, „Verrückte“). Auch sollte zwischen den **verschiedenen psychischen Erkrankungen** unterschieden werden, um nicht den Eindruck zu erwecken, alle psychischen Erkrankungen seien gleich. Auf die **Bildsprache** und mögliche Symbolik sollte geachtet werden. Wenig psychisch erkrankte Menschen sind dauerhaft allein, ungepflegt oder verwirrt; Zwangsjacken und vergitterte Fenster sind ebenfalls keine repräsentativen, der Realität entsprechenden Motive. (Weitere Infos unter: <https://www.seelischegesundheit.net/presse/fair-media/>).



## Psychische Erkrankungen im Zusammenhang mit Straften

Amoktaten (z.B. Germanwings-Absturz 2015) oder Anschläge werden nicht selten vorschnell mit einer möglichen psychischen Erkrankung des Täters in Verbindung gebracht. Depression ist in aller Regel keine Ursache für Gewalttaten gegen unbeteiligte Dritte. Grundsätzlich ist eine Darstellung psychisch kranker Menschen als gewalttätig oder unberechenbar zu vermeiden, da dies nur eine sehr kleine Minderheit betrifft<sup>4</sup>. Die weit überwiegende Mehrheit von psychisch erkrankten Menschen begeht keinerlei kriminelle Handlung<sup>5</sup> und eine solche Verknüpfung fördert die Stigmatisierung.

## Wir bedanken uns für Ihre Kooperation!

Die Empfehlungen zur Berichterstattung wurden von Journalisten, Psychiatern und Kommunikationswissenschaftlern an der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) erarbeitet und von der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention erweitert und aktualisiert.

## Kontakt

Heike Friedewald, M.A.  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention  
Goedelerring 9  
04109 Leipzig  
Tel: 0341/22 38 74 12  
Fax: 0341/22 38 74 99  
[presse@deutsche-depressionshilfe.de](mailto:presse@deutsche-depressionshilfe.de)

---

<sup>4</sup>Bogerts B. (2021) Psychische Störungen und Gewaltneigung

<sup>5</sup>Seidenbacher et al., 2020; Der Nervenarzt

