

Ausgewählte Ergebnisse aus dem Forschungsprojekt

## **Suizid-Selbsthilfeforen im Internet**

Christiane Eichenberg & Gottfried Fischer (2003)

Institut für Klinische Psychologie & Psychotherapie der Universität zu Köln

unter Mitarbeit von  
Gerald Kral, Psychotherapeut  
Zentrum Rodaun  
Kaltenleutgebnerstraße 13A  
A-1230 Wien

### **1. Fragestellung**

Gegenwärtig wird in der Öffentlichkeit und teilweise auch in Fachkreisen dem Internet bisweilen eine fatale Bedeutung zugeschrieben. Sogenannte „Suizid-Foren“ würden insbesondere junge Menschen in den Tod treiben und seien somit Ursache für den Suizid. Durch Ansteckungseffekte könne eine Suizidepidemie ausgelöst werden. Um dem entgegenzuwirken, werden staatliche Maßnahmen gefordert. Weiter dramatisiert werden diese Befürchtungen durch spektakuläre Medienberichte.

Vorannahmen dieser Art können leicht einen differenzierten Blick auf das tatsächliche Geschehen in Suizid-Selbsthilfe-Foren verhindern. Von daher verfolgt die vorliegende Studie das Ziel, empirisch fundierte Antworten auf die Frage nach Inhalten und Effekten solcher Diskussionsgruppen im Internet zu geben. Dominieren tatsächlich Diskussionen um die effizienteste Selbsttötungsmethode und Angebote zum Kauf tödlicher Medikamente oder Waffen, wie behauptet wird? Ist das Klima innerhalb der Foren destruktiv im Sinne einer vorherrschenden Gruppendynamik, welche die Umsetzung lebensmüder Gedanken forciert?

### **2. Untersuchungsmethode**

Um spekulative Annahmen über destruktive vs. konstruktive Funktionen von Suizid-Foren zu überprüfen und ihnen empirische Evidenz gegenüberzustellen, wurde in einem der meistfrequentierten Foren für Suizidgefährdete im deutschsprachigen Internet ([www.selbstmordforum.de](http://www.selbstmordforum.de)) eine Online-Befragungsstudie durchgeführt, worin das Nutzungsprofil der Teilnehmer/innen und ihre Nutzungsmotive erfasst wurden.

- Online-Fragebogenstudie: Erhebungszeitraum: 4 Wochen (März/April 2003); N= 164 komplett ausgefüllte Fragebögen
- Selbstkonstruierter Fragebogen mit 29 Items, die u.a. folgende Aspekte erheben:  
Soziodemografische Daten  
Motivation zur Teilnahme am [selbstmordforum.de](http://selbstmordforum.de)  
Inhalt der eigenen Postings und Reaktionen anderer darauf

Ausmaß der Suizidgedanken und Selbsteinschätzung ihrer Veränderung durch die Teilnahme am selbstmordforum.de

- Zudem wurde der *Kölner Risiko Index-Suizidalität (KRI-Suizidalität)* von Bering, Schedlich & Fischer eingesetzt, der ein basales Risikoprofil für suizidalen Handlungsdruck auf der Grundlage von Belastungsfaktoren aus der Deprivationsforschung und Psychotraumatologie bestimmt.

### 3. Ergebnisse

#### 3.1. Soziodemografie der Stichprobe (N = 164)

**Tabelle 1: Geschlechtsverteilung**

	Häufigkeit	Prozent
weiblich	82	50,0
männlich	82	50,0
Gesamt	164	100,0

**Tabelle 2: Altersverteilung**

	Häufigkeit	Prozent	Kumulierte Prozente
Unter 15 Jahre	8	4,9	4,9
16-20 Jahre	88	53,7	58,5
21-25 Jahre	34	20,7	79,3
26-30 Jahre	15	9,1	88,4
31-35 Jahre	8	4,9	93,3
36-40 Jahre	5	3,0	96,3
41-45 Jahre	2	1,2	97,6
46-50 Jahre	1	,6	98,2
Älter als 50 Jahre	3	1,8	100,0
Gesamt	164	100,0	

**Tabelle 3: Hauptsächliche Tätigkeit**

	Häufigkeit	Prozent
Schüler/in	66	40,2
Student/in	31	18,9
Auszubildende/r	12	7,3
Angestellte/r	27	16,5
Selbständige/r	4	2,4
Hausfrau/-mann	2	1,2
Arbeitslos	12	7,3
Sonstiges	10	6,1
Gesamt	164	100,0

⇒ fast 60% sind Schüler oder Studierende.

**Tabelle 4: Familienstand**

	Häufigkeit	Prozent
ledig ohne feste Partnerschaft	125	76,2
verheiratet/ feste Partnerschaft	32	19,5
geschieden bzw. getrennt lebend	5	3,0
verwitwet	2	1,2
Gesamt	164	100,0

⇒ Gut 2/3 sind ledig.

### 3.2. Suizidalität der Stichprobe

**Tabelle 5: Beginn suizidaler Gedanken**

*Wann sind Ihre Selbstmordgedanken das erste mal aufgetreten?*

Meine Suizidgedanken traten das erste mal auf...	Häufigkeit	Prozent	Kumulierte Prozente
vor weniger als 1 Monat	5	3,0	3,0
vor 1-3 Monaten	3	1,8	4,9
vor 3-6 Monaten	8	4,9	9,8
Vor 6-12 Monaten	7	4,3	14,0
vor 1-2 Jahren	25	15,2	29,3
vor 2-3 Jahren	22	13,4	42,7
vor 3-4 Jahren	7	4,3	47,0
vor 4-5 Jahren	12	7,3	54,3
vor mehr als 5 Jahren	56	34,1	88,4
ich hatte noch nie Selbstmordgedanken	19	11,6	100,0
Gesamt	164	100,0	

Die weiteren Ergebnisse beziehen sich auf die Gruppe derer, die angaben, Suizidgedanken gehabt zu haben (N =145).

**Tabelle 6: Anzahl der Suizidversuche**

*Haben Sie schon einmal einen Suizidversuch unternommen?*

	Häufigkeit	Prozent	Kumulierte Prozente
Ja, 1 mal	39	26,9	26,9
Ja, 2 bis 3 mal	31	21,4	48,3
Ja, 4 bis 5 mal	5	3,4	51,7
Ja, mehr als 5 mal	4	2,8	54,5
Nein.	66	45,5	100,0
Gesamt	145	100,0	

**Tabelle 7: Veränderung suizidaler Gedanken**

*Bitte schätzen Sie das Ausmaß Ihrer Suizidgedanken vor Ihrem ersten Besuch des Selbstmordforum.de ein.*

*Bitte schätzen Sie das Ausmaß Ihrer Suizidgedanken im Moment ein.*

Ausmaß suizidaler Gedanken	... vor dem ersten Besuch des Suizidforums	... momentan
0 = gar keine / 6 = sehr starke Suizidgedanken		
0	2 (1,4 %)	13 (9,0%)
1	11 (7,6%)	24 (16,6%)
2	4 (2,8%)	21 (14,5%)
3	21 (14,5%)	31 (21,4%)
4	30 (20,7%)	13 (9,0%)
5	38 (26,2%)	23 (15,9%)
6	39 (26,9%)	20 (13,8%)
Mittelwert	<b>5,32</b>	<b>4,08</b>
(Standardabweichung)	(1,55)	(1,90)

Der T-Test für gepaarte Stichproben ergab eine signifikante Reduktion ( $T= 9,219$ ,  $n=145$ ,  $p=.000$ ) mit einer Effektstärke von  $d= 0.72$  für das Ausmaß der Suizidgedanken der Teilnehmer/innen vom Zeitpunkt „vor Ihrem ersten Besuch“ des Suizid-Forums bis zum Zeitpunkt der Erhebung „im Moment“.

### 3.3. Nutzung des Suizidforums

**Tabelle 8: Teilnahmedauer**

*Wann waren Sie zum ersten Mal auf den Seiten von Selbstmordforum.de?*

	Häufigkeit	Prozent	Kumulierte Prozente
vor weniger als 1 Monat	34	23,4	23,4
vor 1-3 Monaten	19	13,1	36,6
vor 3-6 Monaten	15	10,3	46,9
vor 6-12 Monaten	24	16,6	63,4
vor 1-2 Jahren	36	24,8	88,3
vor mehr als 2 Jahren	17	11,7	100,0
Gesamt	145	100,0	

**Tabelle 9: Die Motive der User zur Teilnahme am Suizidforum**

*Was waren Ihre Gründe, das Selbstmordforum.de zu besuchen?*

Selbsteinschätzung der User zu den Motiven ihrer Teilnahme am Suizidforum auf einer 5-stufigen Ratingskala (1: trifft gar nicht zu, 5: trifft vollkommen zu) (Mittelwerte und Standardabweichungen)

Motive	Mittelwert (Standardabweichung)
um Menschen mit ähnlichen Problemen und Gedanken kennen zu lernen	3,51 (1,34)
um meine Probleme, die hinter meinen Selbstmordgedanken stehen mitteilen zu können	2,98 (1,24)
um in einer akuten suizidalen Krise AnsprechpartnerInnen zu finden	2,71 (1,46)
Neugier	2,67 (1,54)
um anderen zu helfen	2,66 (1,33)
um meine Selbstmordgedanken loszuwerden	2,43 (1,30)
um mit Menschen mit ähnlichen Problemen und Gedanken die Krise zu überwinden, weil es gemeinsam leichter geht	2,41 (1,24)
um Hinweise zu effektiven Selbstmordmethoden zu bekommen	2,26 (1,56)
um Informationen zu bekommen, wie ich professionelle Hilfe finde	1,80 (1,09)
um jemanden zu finden, der sich mit mir zusammen umbringt	1,60 (1,15)
um Informationen zu bekommen, wie mit Menschen mit Selbstmordgedanken am besten zu begegnen ist, da ich selbst zwar keine habe, aber jemanden, den ich kenne	1,54 (1,15)

Die weiteren Ergebnisse beziehen sich auf die Gruppe derer, die angaben, selbst Beiträge im Forum zu posten (N =108):

**Tabelle 10: Motive der User, eigene Beiträge im Forum zu schreiben**

*Aus welchen Gründen schreiben Sie Beiträge im Selbstmordforum.de?*

Selbsteinschätzung der User zu ihren Motiven, selbst Beiträge zu posten (vs. der passiven Teilnahme durch ledigliches Verfolgen der Beiträge) auf einer 5-stufigen Ratingskala (1: trifft gar nicht zu, 5: trifft vollkommen zu) (Mittelwerte und Standardabweichungen)

<b>Motive</b>	<b>Mittelwert (Standardabweichung)</b>
um meine Probleme mitzuteilen	3,37 (1,26)
um Menschen mit ähnlichen Problemen und Gedanken in Kontakt zu kommen	3,25 (1,28)
um anderen zu helfen	2,86 (1,36)
um in einer akuten suizidalen Krise AnsprechpartnerInnen zu finden	2,64 (1,28)
um mit Menschen mit ähnlichen Problemen und Gedanken die Krise zu überwinden, weil es gemeinsam leichter geht	2,57 (1,21)
um meine Selbstmordgedanken loszuwerden	2,45 (1,34)
um Hinweise zu effektiven Selbstmordmethoden zu bekommen	1,83 (1,32)
um Informationen zu bekommen, wie ich professionelle Hilfe finde	1,71 (1,06)
um jemanden zu finden, der sich mit mir zusammen umbringt	1,54 (1,13)
um Informationen zu bekommen, wie mit Menschen mit Selbstmordgedanken am besten zu begegnen ist, da ich selbst zwar keine habe, aber jemanden, den ich kenne	1,54 (1,14)

**Tabelle 11: Inhalte der eigenen Postings**

*Welchen Inhalt haben Ihre Postings?*

Selbstauskunft zu den Inhalten eigener Postings auf einer 5-stufigen Ratingskala (1: trifft gar nicht zu, 5: trifft vollkommen zu) (Mittelwerte und Standardabweichungen)

<b>Inhalte</b>	<b>Mittelwert (Standardabweichung)</b>
Ich beschreibe die Probleme, die zu meinen Selbstmordgedanken führten	3,19 (1,27)
Ich gehe auf die Selbstmordgedanken anderer ein	3,06 (1,21)
Ich äußere meine Selbstmordgedanken	2,70 (1,25)
Ich versuche, die Probleme der anderen zu lösen, die zu den Selbstmordgedanken führten	2,66 (1,31)
Ich versuche, andere von ihren Selbstmordgedanken abzubringen	2,63 (1,37)
Ich unterhalte mich einfach mit anderen Teilnehmer/innen, das Thema "Selbstmord" spielt dabei keine Rolle	2,42 (1,26)
Ich teile meine Erfahrungen mit, wie ich meine Suizidgedanken überwunden habe	2,17 (1,26)
Ich bitte um Hilfe	2,02 (1,15)

**Tabelle 12: Reaktionen anderer auf die Postings**

*Welche Reaktionen erhalten Sie auf Ihre Postings?  
Bitte geben Sie an wie häufig Sie die jeweilige Reaktion erhalten und wie sehr Sie Ihnen hilft.*

Selbsteinschätzung der Reaktionen anderer auf die eigenen Postings auf einer 5-stufigen Ratingskala (1: nie, 5: immer) sowie Beurteilung des Ausmaßes der Hilfe durch die verschiedenen Formen der Reaktionen („Das hilft mir...“ 1: gar nicht, 5: sehr) (Mittelwerte und Standardabweichungen).

Reaktionen	Häufigkeit der Reaktion	Hilfe durch Reaktion
	Mittelwert (Standardabweichung)	Mittelwert (Standardabweichung)
Ich bekomme Antworten, durch die ich mich verstanden fühle	3,21 (1,22)	3,41 (1,39)
Ich bekomme tröstende Antworten	3,16 (1,12)	3,12 (1,23)
Ich werde aufgeheitert/abgelenkt	2,87 (1,19)	3,06 (1,34)
Ich bekomme konkrete Ratschläge, wie ich meine Probleme überwinden kann	2,71 (1,16)	2,79 (1,22)
Ich bekomme Antworten, die mir gar nicht helfen	2,48 (0,98)	-----
Ich bekomme gar keine Antworten.	1,93 (0,97)	1,72 (1,22)
Ich werde in meinen Selbstmordwünschen bestärkt	1,69 (0,94)	2,44 (1,39)

**Tabelle 13: Einschätzung des Potenzials, Suizidgedanken durch die Teilnahme an einem solchen Forum zu überwinden**

*Glauben Sie, dass das Selbstmordforum.de zur Überwindung von Suizidgedanken hilfreich sein kann?*

	Häufigkeit	Prozent
Ja	56	34,1
Nein	18	11,0
Vielleicht	90	54,9
Gesamt	164	100,0

**Tabelle 14: Reale Erfahrungen mit der Suizidierung von Forumsteilnehmer/innen**

*Haben Sie in der Zeit Ihrer Nutzung von Suizidforen schon einmal mitbekommen, dass sich ein/e Teilnehmer/in suizidiert hat?*

	Nein	Ja
N = 164	118	46

#### **4. Schlussfolgerungen**

Die vorgestellten Daten sind erste ausgewählte Ergebnisse einer umfassenderen Studie zu Inhalten, Funktionen und Effekten von Suizid-Foren im Internet. Da nur ein Forum untersucht wurde, können sie nicht als repräsentativ für die gesamte „suizidale Szene“ betrachtet werden (zum Problem von Selbstselektionsprozessen bei WWW-Umfragen und damit einhergehenden Stichprobenverzerrungen, vgl. Bandilla, 1999). Dennoch sind sie geeignet, einige in der Öffentlichkeit und z.T. auch in Fachkreisen (z.B. Prass, 2002) dominierende Gefahrenzuschreibungen zu relativieren und zu entdramatisieren.

Bislang ungeprüfte Annahmen beziehen sich dabei etwa auf die folgenden Bereiche:

##### **Inhalte von Suizidforen**

*„Diskussionen über effektive Suizidmethoden und der Handel mit tödlichen Medikamenten oder Waffen dominieren die Kommunikation“.*

*„Gegenseitige Hilfe heißt sich zum Mitsterben zu animieren“.*

Auch wenn keine Inhaltsanalyse der Postings im untersuchten Suizidforum durchgeführt wurde, sondern die Angaben über die Gesprächsinhalte auf Selbstaussagen der Befragungsteilnehmer/innen beruhen, so kann doch gezeigt werden, dass die Forumsdiskussion hauptsächlich aus der Beschreibung der eigenen Hintergründe/Anlässe für die suizidalen Gedanken sowie dem Eingehen auf andere und deren Probleme, die zu den Suizidfantasien geführt haben, besteht. Die Reaktionen der Community werden als insgesamt unterstützend und konstruktiv geschildert. Entsprechend wurden verständige und tröstende Antworten, aber auch Ablenkung und Aufheiterung, als besonders hilfreich empfunden. Destruktive Antworten, die Suizidwünsche bestärken und forcieren und somit zum „Sterben animieren“, wurden so gut wie niemals berichtet.

##### **Motivation zur Teilnahme an Suizidforen**

*„Die hauptsächlichsten Motive, Suizidforen aufzusuchen, bestehen darin, Hinweise zu Suizidmethoden zu erhalten und Verabredungen zu gemeinschaftlichem Suizid zu treffen“.*

Die Annahme, dass die stärksten Motive zum Aufsuchen von Suizidforen in dem Wunsch bestehen, Hilfe und Unterstützung bei der Umsetzung des Suizides zu bekommen, kann aufgrund der Befragung zurückgewiesen werden. Konstruktive Motive überwiegen deutlich und können zusammenfassend als Suchen nach produktiven Hilfsmöglichkeiten in einer als ausweglos empfundenen Situation beschrieben werden. Es wird Problemaustausch und

Kommunikation mit Menschen gesucht, die ähnliche Gedanken und Gefühle haben. Die Nutzer/innen können damit in einer Krisensituation auf eine Anlaufstelle zurückgreifen, in der sie auf Menschen treffen, von denen sie sich verstanden fühlen.

Diese Motivationslage zeigt sich ebenso in den Gründen, selbst aktiv eigene Beiträge im Forum zu schreiben. Aktiv die Kommunikation mit anderen Forumsteilnehmer/innen zu suchen, ist motiviert durch den Wunsch, die eigenen Probleme (mit-)teilen und anderen helfen zu können; Auffinden eines „Suizidpartners“ ist als Motiv unbedeutend.

### **Ansteckungseffekt von Suizidforen**

*„Vormals nicht suizidale Personen, insbesondere Jugendliche und junge Erwachsene, werden durch die Teilnahme an Suizidforen durch Gruppeneffekte und Identifikationsprozesse „suizidal gemacht“.“*

In der (überwiegend adoleszenten) Stichprobe (rund 54% sind zwischen 16 und 20 Jahre, knapp 84% zwischen 16 und 30 Jahre alt) der vorliegenden Studie sprechen zwei Hinweise gegen diese Annahme.

Zum einen ist die Untergruppe ohne „suizidale Vorgeschichte“ verschwindend gering. Lediglich gut 11% gaben an, niemals suizidale Gedanken gehabt zu haben; über die Hälfte der Forumsteilnehmer/innen hatten mindestens einen Suizidversuch in ihrer Vorgeschichte; bei über einem Drittel bestehen die Suizidgedanken schon länger als 5 Jahre.

Zum anderen zeigte sich eine signifikante Reduktion ( $T=9,219$ ,  $n=145$ ,  $p=.000$ ; Effektstärke:  $d=.72$ ) von Suizidgedanken zwischen dem Zeitpunkt „vor der Nutzung“ des Suizid-Forums, im Vergleich zum Befragungszeitpunkt, was eindeutig gegen eine Verstärkung von „Werther-Effekten“ durch das Forum spricht.

## 5. Zusammenfassung

In ihrer Gesamtheit widersprechen die vorliegenden Ergebnisse deutlich der Annahme, Suizid-Foren im Internet stellen pauschal ein Gefährdungspotenzial dar, mit dem sich „das Risiko der Bildung von Keimzellen für Verbreitung und Förderung von suizidalem Verhalten“ (Bronisch, 2002, S. 107) verbinde. Dabei ist zwar zu berücksichtigen, dass sich die bestehenden Suizid-Foren hinsichtlich ihrer Ausrichtung (vgl. Eichenberg, 2002) unterscheiden. Die Einschätzung vom Vorherrschen „ausgesprochen pathologischer Kommunikation“ (Bronisch, 2002, S. 108) in ihrer Verallgemeinerung kann jedoch aufgrund der vorliegenden Ergebnisse klar zurückgewiesen werden.

Globale Negativeinschätzungen der genannten Art verstellen zudem einen differenzierenden Blick auf das tatsächliche, unter Umständen forumsspezifische Geschehen, das im Einzelfall möglicherweise durchaus eine pathologische Dynamik aufweisen kann. Sie können zu einem Ruf nach staatlichen Maßnahmen führen, der bei der gegenwärtigen Forschungslage unbegründet ist. Derzeit gibt es auf der Grundlage epidemiologischer Daten keine Anhaltspunkte dafür, dass in Deutschland durch die Verbreitung des Internet ein Anstieg der Suizidrate zu verzeichnen wäre (Fiedler & Lindner, 2002, S. 155).

Ein staatlich gelenktes Verbot von Selbsthilfeforen für Suizidgefährdete würde mit den befürchteten destruktiven zugleich auch die konstruktiven oder gar suizidpräventiven Funktionen ausschalten, die sich in der vorliegenden Untersuchung folgendermaßen andeuten: Als Möglichkeit, gesellschaftlich tabuisierte Gedanken und Gefühlszustände anonym mitzuteilen und stützendes Verständnis zu finden.

Im untersuchten Forum konnten weder Inhalte noch Motive der Teilnehmer/innen und die resultierenden Effekte als destruktiv eingestuft werden. Von einer per se missbräuchlichen und destruktiven Nutzung solcher Foren kann also nicht die Rede sein.

Nutzungsweisen und Auswirkungen differenzierter zu erfassen und eine auf empirischer Basis geführte Auseinandersetzung mit dem Phänomen „Suizid-Foren im Internet“ zu ermöglichen, ist Ziel der Studie, über deren vollständige Ergebnisse in der Zeitschrift für Psychotraumatologie & Psychologische Medizin (ZPPM; [www.asanger.de](http://www.asanger.de)) möglichst zeitnah berichtet werden wird.

## 6. Literatur

Bandilla, W. (1999). WWW-Umfragen – Eine alternative Datenerhebungstechnik für die empirische Sozialforschung? In B. Batinic, A. Werner, L. Gräf & W. Bandilla, *Online Research. Methoden, Anwendungen und Ergebnisse* (S. 9-19). Göttingen. Hogrefe.

Bronisch, T. (2002). Suizidforen im Internet. Eine Stellungnahme zu Georg Fiedler und Reinhard Lindner. *Suizidprophylaxe*, 29, 3, 107-111.

Eichenberg, C. (2002). Suizidalität im Internet. *TELEPOLIS*, 03.11.2002. [On-line].  
Available:  
<http://www.heise.de/tp/deutsch/inhalt/te/13541/1.html>

Fiedler, G. & Lindner, R. (2002). Leserbrief. Eine Stellungnahme zu dem Beitrag von Thomas Bronisch: „Suizid-Foren im Internet – Eine Stellungnahme zu Georg Fiedler & Reinhard Lindner“. *Suizidprophylaxe*, 29, 4, 155-156.

Prass, S. (2002). *Suizid-Foren im World Wide Web. Eine neue Kulturgefahr*. Jena: IKS Garamond.

### **Kontaktadresse:**

Dipl.-Psych. Christiane Eichenberg  
Institut für Klinische Psychologie & Psychotherapie  
Universität zu Köln  
Höninger Weg 115  
50969 Köln  
E-mail: [eichenberg@uni-koeln.de](mailto:eichenberg@uni-koeln.de)