



Samstag, 04. Oktober 2025, 15:57 Uhr  
~18 Minuten Lesezeit

# Die ungehörten Schreie

Selbstmorde von Kindern nehmen vielerorts dramatisch zu – sie sind Opfer traumatisierender Weltereignisse, aber auch der verbreiteten Gleichgültigkeit der Erwachsenenwelt. Teil 7 von 8 der Reihe „Gestohlene Kindheit“.

von Alfred-Walter von Staufen  
Foto: Knot. P. Saengma/Shutterstock.com

*Manchmal schreit ein Mensch ohne einen Laut.*

Besonders Kinder, die Leid erfahren, das kein Kind je erleben sollte. Ihre Wunden bluten nicht, aber sie brennen. Sie tragen keine Gipsverbände, aber sie zerbrechen. Der Schmerz ist still, die Folgen sind oft tödlich. In einer Welt, in der Kriege, Flucht, Missbrauch und Ausbeutung allgegenwärtig sind, übersehen wir allzu oft das Unsichtbare: die seelischen Trümmer, die in kleinen Körpern weiterleben. Während internationale Kameras auf Explosionen und Zahlen gerichtet sind, bleibt der stille Suizid vieler Kinder und Jugendlichen unbemerkt oder wird verdrängt. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) sterben jährlich mehr als 700.000 Menschen durch Selbstmord, viele von ihnen jung. Die Dunkelziffer ist erschütternd, besonders in Regionen, in denen psychische Gesundheit als „Luxusproblem“ gilt. UNICEF und Ärzte ohne Grenzen warnen seit Jahren vor einer globalen Welle kindlicher Traumata. Aber auch in wohlhabenden Ländern wie Deutschland nehmen Suizidgedanken bei Jugendlichen besonders seit den Pandemie Jahren drastisch zu. Dieses Essay ist kein medizinischer Fachtext. Es ist ein Aufschrei. Eine Sammlung stiller Schreie, die von zerstörten Kinderseelen erzählen: von Flucht und Vergewaltigung, vom Trauma der Obdachlosigkeit, vom Überlebensschuldgefühl, von innerem Rückzug und äußerem Schweigen. Von Jugendlichen, die „nicht mehr wollten“, bevor sie überhaupt durften. Von seelischer Verwahrlosung in einer Welt, die alles misst, nur nicht das Unsichtbare. Dieses Essay möchte verdeutlichen, was viele lieber übersehen. Es ist ein Mahnmal aus Worten, ein Ruf nach globaler Verantwortung – und eine stille Verbeugung vor

*jenen, die ihre Tränen nie zeigen konnten.*

**Trigger-Warnung: Bitte lesen Sie diesen Text nur, wenn Sie sich psychisch stabil fühlen. Sollten Sie selbst betroffen sein oder Unterstützung benötigen, finden Sie am Ende des Essays eine Liste mit Hilfsangeboten und Anlaufstellen.**

Diese Trigger-Warnung dient:

- dem Schutz der Leser, die durch bestimmte Inhalte retraumatisiert oder psychisch belastet werden könnten,
- der bewussten Einordnung, dass es sich bei dem folgenden Text nicht um fiktive Inhalte oder Sensationsjournalismus handelt, sondern um reale, dokumentierte und schockierende Vorgänge,
- der Einhaltung journalistischer Ethikrichtlinien, insbesondere im Umgang mit potenziell traumatisierenden Themen (gemäß Pressekodex, Ziffer 11),
- dem Hinweis auf mögliche strafrechtlich relevante Begriffe, ohne selbst strafbare Inhalte zu verbreiten.

Dieser Text ist nicht geeignet für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren! Er ist ausschließlich zur politischen, journalistischen und gesellschaftlichen Aufklärung bestimmt!

## **Der unsichtbare Krieg in den Köpfen**

Sie überlebte. Mehr nicht. Fatima war neun Jahre alt, als das Bombardement begann. Aleppo, ein Abend im August. Ihre Eltern waren im Haus. Sie war draußen, hatte ihre Puppe in eine Decke gewickelt, als der Himmel Feuer spuckte. Ihre Puppe überlebte. Ihre

Eltern nicht. Heute ist Fatima 17. Sie spricht wenig. Wenn man sie fragt, ob sie sich erinnern kann, sagt sie: „Ich erinnere mich jeden Tag.“

Das psychische Leid von Kindern in Kriegs- und Krisengebieten ist ein Schattenthema der humanitären Hilfe. Lebensmittel und Notunterkünfte werden organisiert, aber was ist mit den Seelen derer, die überleben mussten, was kein Kind überleben sollte?

UNICEF spricht von der „unsichtbaren Wunde des Krieges“. In Syrien, Afghanistan, im Jemen oder in der Ukraine: Millionen Kinder sind gezeichnet. Nicht nur von Verlust, sondern vom Gefühl, dass die Welt, die ihnen Schutz versprochen hatte, nicht mehr existiert. Angstzustände, Schlaflosigkeit, Bettnässen, Sprachverlust, Alpträume – viele von ihnen gelten als „Verhaltensauffällig“. In Wahrheit schreien sie, aber keiner hört hin.

Ärzte ohne Grenzen berichten, dass in ihren psychologischen Projekten in Krisenregionen die Nachfrage nach Traumatherapie bei Kindern exponentiell steigt. Doch die Ressourcen sind knapp, Therapeuten rar, und vielerorts ist das Thema psychische Gesundheit noch immer ein Tabu, besonders was Kinder angeht.

Fatima hat versucht, sich das Leben zu nehmen. Nicht, weil sie nicht leben wollte, sondern weil sie nicht wusste, wie. Weil niemand ihr gesagt hatte, dass es okay ist, zu schreien. Dass man auch weiterleben darf, wenn alle anderen gestorben sind.

## **Flüchtlingskinder – heimatlos, haltlos, hoffnungslos**

Sie sind zu viele, um sie alle zu sehen. Kinder, die an Zäunen stehen, in Lagern schlafen, auf Schlauchbooten sitzen, in überfüllten

Turnhallen lernen, ohne Eltern ankommen oder verschwinden. Die Zahlen sind bekannt: Über 36 Millionen Kinder auf der Flucht laut UNICEF. Doch was macht das mit einem Kinderkopf? Ein Flüchtlingskind hat nicht nur die Heimat verloren, sondern oft auch Sprache, Struktur, Sicherheit, soziale Bindung, also genau das, was Kinderseelen brauchen.

Ein 13-jähriger Junge aus Eritrea, der anonym bleiben möchte, erzählt in einem Interview mit der *Süddeutschen Zeitung*:

*„Ich weiß nicht, wo ich bin. Ich weiß nur, dass ich nicht mehr schlafen will. Weil ich im Traum alles noch mal sehe.“*

***Psychologen sprechen vom „dissoziativen Rückzug“ — Kinder kapseln sich innerlich ab. Sie schauen durch einen hindurch, lachen nicht mehr, spielen nicht mehr. Und irgendwann geben sie auf. Still.***

Was passiert, wenn ein Kind niemanden mehr hat, der ihm erklärt, was richtig und falsch ist? Wenn Bindungslosigkeit zur Normalität wird? Wenn Sprache fehlt, um den Schmerz zu benennen? In vielen Fällen bleibt nur die Sprache des Körpers: Selbstverletzungen, Suizidgedanken, psychosomatische Schmerzen, Depressionen. Ein Teil dieser Kinder landet in Psychiatrien, ein anderer in der Obdachlosigkeit, ein dritter verschwindet im System, wird Opfer von Missbrauch, Prostitution, Kriminalität oder stillem Suizid.

Und selbst in den Ländern, die „Willkommen“ rufen, wird psychologische Hilfe oft nur nach Dringlichkeit vergeben. Dabei braucht Trauma keine Aufenthaltsgenehmigung. Es bleibt, auch wenn man weiterzieht.

**Wenn zu Hause kein sicherer Ort ist**

Nicht alle Kinder erleben Trauma durch Krieg oder Flucht. Manchmal beginnt es genau da, wo sie eigentlich geschützt sein sollten: im eigenen Zuhause. In Deutschland wurden 2023 über 63.000 Fälle von Kindeswohlgefährdung gemeldet. Und das sind nur die bekannten. Die Dunkelziffer ist erschreckend hoch. Misshandlung, Vernachlässigung, sexueller Missbrauch – viele Opfer sagen: „Niemand hat etwas gemerkt.“ Oder schlimmer: „Alle wussten es, aber keiner hat etwas getan.“

Ein Artikel aus dem *Spiegel* schildert den Fall eines zwölfjährigen Mädchens, das sich nach jahrelangem Missbrauch das Leben nahm. Ihre Abschiedsnotiz bestand aus einem Satz:

*„Ich wollte nur, dass es aufhört.“*

Kinder in solchen Situationen entwickeln häufig eine gestörte Selbstwahrnehmung. Viele glauben, sie seien schuld. Sie schämen sich. Sie verstummen. Ihre Not ist lautlos. Lehrer übersehen sie. Ämter sind überfordert. Die Täter? Häufig die engsten Vertrauten. Und so wachsen viele Kinder auf wie in einem Käfig ohne Gitter, scheinbar frei, aber innerlich gefangen.

***Psychische Gewalt wird noch immer unterschätzt: Demütigung, Ignoranz, Liebesentzug, ständiges Schreien – sie hinterlassen tiefe Narben. Manche Kinder flüchten sich in Fantasiewelten. Andere in Drogen. Wieder andere in den Tod.***

Ein Kinderpsychiater sagte einmal: „Der schlimmste Satz eines Kindes ist nicht: Ich habe Angst. Sondern: Es ist mir egal.“

**Die Gesellschaft hört nicht zu – sie misst und bewertet**

Was wiegt ein Trauma? Diese Frage wird in westlichen Gesellschaften oft mit Diagnosekatalogen, Testverfahren und Förderstufen beantwortet. Doch psychisches Leid lässt sich nicht messen wie Fieber. Es lässt sich auch nicht behandeln mit Pauschalrezepten. Und schon gar nicht ignorieren mit dem Hinweis: „Da musst du jetzt durch.“

Kinder und Jugendliche mit psychischen Erkrankungen erleben oft eine doppelte Verletzung: zuerst durch das ursprüngliche Trauma und dann durch eine Gesellschaft, die zu wenig zuhört.

***In Deutschland beträgt die durchschnittliche Wartezeit auf einen Therapieplatz für Kinder über 6 Monate. Für manche ist das zu lang. Die Zahl der Suizidversuche bei Jugendlichen unter 18 hat sich laut der Krankenkasse DAK in den letzten fünf Jahren fast verdoppelt.***

Die Pandemie hat diese Entwicklung beschleunigt. Isolation, Schulschließungen, Angst vor Ansteckung, Überforderung im Elternhaus, all das hat wie ein Katalysator gewirkt.

Statt offener Gespräche über Gefühle gibt es oft Medikamente. Statt geschützter Räume zum Reden gibt es Schulnoten. Statt Therapie gibt es Schubladen: „auffällig, schwer erziehbar, reizoffen“.

Und so stirbt jeden Tag ein Kind – innerlich oder ganz.

Und die Gesellschaft? Sie diskutiert über Klimapolitik, Gendergerechtigkeit, Börsenkurse, aber nicht darüber, dass immer mehr Kinder nicht mehr lachen, nicht mehr schlafen, nicht mehr leben wollen.

## **Die stille Epidemie – Suizid als letzter**

# Ausweg

Ein Suizid ist kein impulsiver Akt. Er ist oft das Ende einer langen Kette stiller Hilferufe. Die WHO warnt: Suizid ist weltweit die vierthäufigste Todesursache bei Jugendlichen zwischen 15 und 19 Jahren. Bei Mädchen in manchen Regionen sogar die zweithäufigste. Es ist eine stille Epidemie. Ohne Proteste. Ohne Mahnmale. Ohne Schweigeminuten. Besonders tragisch: Viele dieser Suizide wären vermeidbar gewesen. Doch zu oft fehlte der Zugang zu Hilfe, das Verständnis, das offene Ohr. Oder einfach nur jemand, der wirklich hinsieht.

Ein 16-jähriges Mädchen aus einem Heim in Norddeutschland schrieb in ihrem Abschiedsbrief:

*„Ich war nie wichtig. Ich wollte es nur einmal sein.“*

***Psychotrauma tötet nicht nur den Körper – es tötet die Hoffnung. Und das oft schon lange, bevor das Herz aufhört zu schlagen.***

Kinder, die keinen Ausweg mehr sehen, sind keine „Psycho-Fälle“. Sie sind Mahnmale einer Gesellschaft, die zwar ständig über Wohlstand spricht, aber nicht darüber, wie es ihren Kindern geht.

Das Recht auf seelische Unversehrtheit ist in vielen Verfassungen verankert. Doch die Wirklichkeit kennt dieses Recht nicht. Zumindest nicht für die Schwächsten.

## Verlorene Kindheit in Heimen, Lagern und Systemen

Nicht jedes Kind lebt auf der Straße. Aber viele leben zwischen den

Paragrafen. In Heimen, in Pflegefamilien, in „Einrichtungen“, die oft mehr Verwaltung sind als Zuhause. Auch dort entsteht Trauma, nicht nur durch das, was geschieht, sondern auch durch das, was fehlt.

Ein Jugendlicher namens Felix, heute 18, verbrachte zehn Jahre in verschiedenen Einrichtungen. Er sagt in einem Interview mit dem *Guardian*:

*„Niemand hat je gefragt, wie es mir wirklich geht. Es ging nur darum, ob ich den Therapieplan einhalte oder sauber bin.“*

Das System meint es gut. Aber es vergisst oft, dass Heilung nicht aus Checklisten entsteht, sondern aus Begegnung. Ein Kind, das immer nur „betreut“ wird, aber nie gesehen, lernt irgendwann: Ich bin eine Akte. Ich bin ein Fall. Ich bin ein Problem.

Save the Children berichtet von Kindern in mehreren Regionen Europas und Asiens, die in Flüchtlingslagern oder Heimen aufwachsen, ohne Perspektive, ohne Schulbildung, ohne Privatsphäre. Viele von ihnen zeigen Verhaltensauffälligkeiten, die schlicht Ausdruck tiefer Verzweiflung sind. Andere werden ruhig. Zu ruhig. Ein Psychologe aus dem Kosovo schildert es so: „Das Schweigen dieser Kinder ist lauter als jede Bombe.“

Es ist ein strukturelles Trauma. Kein Einzelereignis, sondern ein Dauerzustand. Besonders betroffen: Kinder mit Migrationshintergrund, Kinder mit Behinderung, Kinder aus prekären Verhältnissen. Viele von ihnen fallen durch jedes Raster. Und wenn sie fallen, fragt keiner mehr, warum. Trauma durch Vernachlässigung ist wie langsames Ertrinken. Es passiert nicht plötzlich. Es passiert jeden Tag ein bisschen mehr.

# Die Sprache der Symptome – Wenn die Seele flüstert und keinerinhört

Die meisten Kinder, die psychisch leiden, sagen es nicht in Worten. Sie sagen es mit ihrem Körper, mit ihrem Verhalten. Mit Schweigen. Mit Wut. Mit Rückzug. Ein Beispiel: Sarah, 14, ritzte sich täglich, trug lange Pullover auch im Hochsommer. Ihre Lehrer sagten, sie sei „rebellisch“. Ihre Eltern dachten, es sei Pubertät. Erst als sie mit einer Überdosis Tabletten im Krankenhaus landete, begriffen alle: Das war ein einziger großer Hilferuf.

**Die WHO nennt psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen eine „globale Epidemie“. Doch äußert sie sich selten so, wie Erwachsene es erwarten.**

Statt „Ich bin depressiv“ sagen Kinder oft:

- Ich habe Bauchschmerzen.
- Ich will nicht zur Schule.
- Ich kann nicht schlafen.
- Ich hasse mich.

Die Symptome sind Chamäleons: Essstörungen, Tics, Aggressivität, extreme Anhänglichkeit, Hyperaktivität – all das kann Ausdruck eines tieferliegenden Traumas sein.

UNICEF warnt: In Krisenregionen sind besonders viele Kinder traumatisiert, ohne dass es erkannt wird. Aber auch in Europa wächst die Zahl der psychischen Diagnosen bei unter 18-Jährigen jedes Jahr. Und mit ihr: die Zahl der Fehlbehandlungen, der falschen Medikationen, der Stigmatisierungen. Denn wer krank ist, wird kategorisiert. Aber nicht immer verstanden. Die Frage ist nicht: Was hast du? Die Frage müsste sein: Was ist dir passiert? Aber genau

diese Frage wird viel zu selten gestellt.

## **Der Preis der Stille – Wenn Hilfe zu spät kommt**

Die Tragödie ist nicht nur, dass Kinder leiden, sondern dass sie oft jahrelang leiden, ohne dass jemand hilft. Ein Kind, das schweigt, ist nicht „unauffällig“. Es könnte einfach niemandem trauen. Ein Jugendlicher, der wütend ist, ist nicht „schwierig“. Vielleicht ist er verletzt. Ein Mädchen, das alles perfekt macht, hat nicht zwangsläufig ein gutes Leben. Vielleicht kämpft sie verzweifelt um Kontrolle.

***Viele Suizidopfer hatten vorher Signale gesendet. Sie wurden nur nicht gelesen. Die Warnzeichen waren da – aber nicht laut genug für eine laute Welt.***

Ein ehemaliger Schulpsychologe sagte in einem Interview mit der Zeit: „Wir leben in einer Gesellschaft, die Kinder auf Leistung trimmt, aber seelische Not nicht aushält. Kinder, die funktionieren, sind willkommen. Die anderen passen nicht ins System.“

Therapieplätze sind Mangelware. Schulsozialarbeiter überlastet. Jugendämter chronisch unterfinanziert. Und viele Erwachsene haben selbst nie gelernt, über Gefühle zu sprechen. Wie also soll ein Kind, das täglich innerlich stirbt, Hilfe bekommen, wenn niemand weiß, wie man zuhört? Der stille Suizid beginnt nicht am Bahngleis. Er beginnt viel früher: im Unverständnis. In der Sprachlosigkeit. In der Einsamkeit. Und wenn es dann geschieht, fragen alle: „Warum hat niemand etwas gemerkt?“ Vielleicht, weil wir verlernt haben, hinzusehen.

# Die tödliche Lücke – Wenn Hilfe Luxus ist

Was passiert, wenn Kinder zwar schreien, aber niemand mehr da ist, um sie zu hören? Wenn Therapieplätze wie Lottogewinne verteilt werden und der erste Schritt zur Hilfe eine E-Mail ist, die Wochen unbeantwortet bleibt? Ein Trauma hat keinen Kalender. Es wartet nicht auf einen Therapieplatz. Es frisst sich sofort in Körper, Geist, Seele.

Allein in Deutschland warten laut dem Berufsverband für Kinder- und Jugendpsychiatrie über 40.000 Kinder auf einen Therapieplatz. Manche davon seit über einem Jahr. Während dieser Zeit wachsen die Symptome. Wächst das Gefühl der Wertlosigkeit. Wächst die Ohnmacht und irgendwann der Wunsch, dass es endlich aufhört. Eine Betroffene, 15 Jahre alt, schreibt in ihrem Abschiedsbrief:

*„Ich wollte Hilfe. Ich habe sogar darum gebeten. Aber alle sagten: Es dauert. Ich konnte nicht mehr warten.“*

***Das Gesundheitssystem behandelt psychische Gesundheit noch immer wie ein Randthema. Als ob man für ein gebrochenes Bein sofort operiert werden, über ein gebrochenes Herz aber erst nach sechs Monaten reden darf.***

Das Kinderhilfswerk UNICEF beschreibt in seinem Bericht „Mental Health of Children in Crisis“, wie psychische Versorgung systematisch vernachlässigt wird, nicht nur in Entwicklungsländern, sondern auch in Industrienationen. Besonders betroffen: Kinder in Armut, Kinder mit Behinderungen, Kinder mit Fluchterfahrung. Was ihnen fehlt, ist nicht nur medizinische Hilfe. Es ist Anerkennung. Verständnis. Würde. Aber wenn Würde an Bürokratie scheitert, stirbt sie zuerst im Kopf. Und dann im Herzen. Suizid ist keine

Entscheidung. Es ist oft das Ergebnis unterlassener Hilfeleistung.

## **Hoffnung auf leisen Sohlen – Was heilt, wenn nichts mehr heilt**

Was also hilft wirklich? Was gibt einem traumatisierten Kind die Kraft, weiterzumachen? Was zieht es zurück ins Leben? Manche sagen: Medikamente. Andere: Therapie. Oder: Zeit. Aber vielleicht ist es „jemand“, nur ein Mensch, der bleibt.

Die Psychologie kennt das Konzept der „sicheren Bindungsperson“; eine einzige verlässliche Figur kann der Schlüssel zur Heilung sein. Es kann ein Lehrer sein. Ein Pflegevater. Eine Sozialarbeiterin. Oder ein Hund. Ja, selbst ein Tier kann das sein. Hauptsache: da.

Ein Projekt in Uganda, dokumentiert von Save the Children, zeigt eindrucksvoll: Kinder, die in Gruppentherapie mit Musik, Tanz und Spiel arbeiten durften, hatten signifikant niedrigere Depressions- und Suizidwerte. Nicht, weil sie „vergessen“ hatten, was ihnen passiert war, sondern weil sie einen Rahmen gefunden hatten, um das Unerträgliche zu tragen.

In Südamerika unterstützt Ärzte ohne Grenzen ein Projekt, bei dem traumatisierte Kinder mit Zeichnungen ihre Geschichten erzählen – oft das erste Mal, dass jemand zuhört. Die Zeichnungen zeigen zerbombte Häuser, tote Eltern, schwarze Sonnen. Aber auch Blumen. Hoffnung. Ein Wiedersehen im Traum.

Auch in Europa gibt es Initiativen, die von Mentorenprogrammen, Tiertherapie, Musikprojekten bis zu Schulpsychologen reichen, welche mehr leisten, als man ihnen je zugesteht. Doch all das sind Tropfen auf glühende Steine. Die Wahrheit ist unbequem:

Wir müssten als Gesellschaft bereit sein, Schmerz auszuhalten, ohne ihn sofort zu korrigieren. Wir müssten zuhören, ohne sofort zu bewerten. Wir müssten Kinder ernst nehmen, ohne sie zu pathologisieren.

Denn Heilung geschieht nicht durch Handbücher, sie geschieht durch Menschlichkeit.

## **Die doppelte Dunkelheit – Suizid und das Schweigen der Überlebenden**

Wenn ein Kind sich das Leben nimmt, sterben oft noch viele weitere Leben unsichtbar mit. Es sterben die Lebensentwürfe der Eltern, die nie wieder dieselben sein werden. Es stirbt das Vertrauen der Geschwister in eine sichere Welt. Es stirbt oft auch das soziale Umfeld in Schuld, Scham, Sprachlosigkeit. Doch über all das spricht kaum jemand. Denn über Suizid zu reden, ist unbequem. Über Suizid von Kindern? Fast schon tabu.

In vielen Kulturen gilt Selbstmord noch immer als „Sünde“, als „Schwäche“, als „familienbezogene Schande“. Und selbst in offenen Gesellschaften wie Deutschland ist die Sprache über das Thema auffallend defensiv: Es war ein „tragischer Zwischenfall“. Ein „plötzlicher Verlust“. Ein „unausweichlicher Akt“. Doch das ist es nicht. Es ist das Ende einer Geschichte, die nie hätte so enden dürfen. Eine stille Geschichte, die in Kindheitstagen beginnt. Mit einem verlorenen Lächeln. Einer geplatzten Hoffnung. Einer Angst, die nicht benannt werden durfte.

Die WHO berichtet, dass mehr als 77 Prozent aller Suizide in Ländern mit niedrigem und mittlerem Einkommen stattfinden, dort, wo psychische Gesundheit oft nicht einmal als Krankheit gilt. Doch auch in Hochlohnländern wie Deutschland, Österreich, Japan oder

Schweden steigen die Suizidzahlen unter Jugendlichen kontinuierlich an.

Besonders gefährdet:

- \* Kinder mit chronischen Krankheiten
- LGBTQIA+-Jugendliche ohne familiäre Akzeptanz
- Opfer von Mobbing und digitaler Ausgrenzung
- Kinder, die sexualisierte Gewalt erlebt haben
- Pflegekinder ohne stabile Bezugsperson
- Geflüchtete Kinder, die entwurzelt sind

Sie alle tragen ein unsichtbares Paket. Es ist schwerer als jeder Schulranzen.

## **Und was tut die Gesellschaft?**

Sie bietet Apps zur „Stimmungsüberwachung“. Sie installiert Chatbots gegen Einsamkeit. Sie startet Aktionswochen mit Hashtags wie #redenhilft. Aber was sie selten tut: Raum schaffen für echtes Zuhören.

Eine Studie der Bertelsmann-Stiftung zeigt: In über 60 Prozent der Fälle, in denen Jugendliche Suizidgedanken äußerten, fühlten sie sich von den angesprochenen Personen nicht ernst genommen. Die Gründe?

- Bagatellisierung („Das geht vorbei.“)
- Überforderung („Was soll ich jetzt tun?“)
- Ignoranz („Das ist doch nur Aufmerksamkeitssuche.“)
- Schuldzuweisung („Du bist undankbar. Andere haben es viel schlimmer.“)

Es ist ein toxischer Kreislauf: Kinder spüren, dass ihr Schmerz nicht willkommen ist, also verstecken sie ihn. Bis es zu spät ist.

## Was Überlebende erzählen

Es gibt Kinder, die einen Selbstmordversuch überleben. Sie erzählen von Momenten, in denen alles still war – auch innen. Von einem Gefühl der Leere, das tiefer war als jedes Loch. Von dem Wunsch, nicht mehr zu existieren, nicht weil sie sterben wollten, sondern weil sie nicht mehr fühlen konnten.

Eine 17-jährige Schülerin, die einen Sprung von einer Brücke überlebt hat, sagte in einem Interview mit der FAZ:

„Ich wollte nicht tot sein. Ich wollte, dass mein Leben aufhört, weh zu tun.“

**Viele dieser Kinder kommen nach dem Versuch in geschlossene Einrichtungen. Dort beginnt oft eine neue Form von Isolation. Therapie unter Zeitdruck. Medikamente nach Schema. Gespräche mit fremden Gesichtern, die Notizen machen.**

Was ihnen fehlt?

- Zugewandtheit.
- Geduld.
- Begegnung.
- Ein echtes Gegenüber.

Ein Kind mit Suizidgedanken braucht kein Programm, es braucht Menschen. Menschen, die aushalten können, ohne gleich zu lösen. Die Fragen stellen, statt Diagnosen. Die sagen: „Ich sehe dich. Und ich bleibe da.“

## **Was am Ende zählt**

Das Gegenteil von Suizid ist nicht Glück, es ist Verbundenheit. Wenn Kinder wieder lernen, dass sie dazugehören, dass sie wertvoll sind, auch ohne Leistung, auch mit Tränen, auch mit Chaos im Kopf, dann kehrt Hoffnung zurück. Nicht über Nacht. Aber langsam. In Gesten. In Blicken. In Momenten. Ein kleiner Junge, der vier Jahre lang nicht sprach, sagte eines Tages zu seiner Therapeutin nur drei Worte:

*„Du bleibst, oder?“*

Sie nickte. Und er lächelte. Das war kein Happy End. Aber ein Anfang.

## **Moral**

Die seelischen Wunden von Kindern sind oft unsichtbar, aber sie bluten. Nicht auf dem Boden, sondern in ihren Träumen. Nicht in Bildern, sondern in Blicken. Nicht in Schreien, sondern in Schweigen.

Dieses Essay war kein medizinischer Bericht. Es war ein stiller Hilferuf für all jene, deren Stimme nie gehört wurde. Für die Millionen Kinder, die tagtäglich mit dem Gewicht ihrer Erfahrungen ringen, während die Welt zur Tagesordnung übergeht. Es war ein Versuch, sichtbar zu machen, was nicht gesehen wird. Und zu benennen, was sonst nur als Statistik endet.

***Psychotrauma ist kein Einzelfall. Es ist ein globales Phänomen, verstärkt durch Krieg, Armut, Flucht, Missbrauch und Vernachlässigung. Und es endet zu oft in einer letzten, stillen Entscheidung: dem Suizid.***

Wenn Kinder nicht mehr leben wollen, bevor sie je richtig leben durften, dann ist das kein individuelles Scheitern, sondern ein kollektives Versagen.

Wir müssen lernen, zuzuhören. Wirklich zuzuhören. Nicht erst, wenn ein Kind sich ritzt. Nicht erst, wenn es schweigt. Sondern schon dann, wenn es beginnt, anders zu atmen. Weniger zu lachen. Nicht mehr zu spielen. Und wir müssen Systeme schaffen, in denen Hilfe keine Warteliste ist. In denen psychische Gesundheit nicht von Einkommen, Herkunft oder Aufenthaltsstatus abhängt. Wenn wir den stillen Suizid der Opfer verhindern wollen, müssen wir hinschauen, wo es weh tut. Und handeln, bevor es zu spät ist. Denn jedes Kind, das sich das Leben nimmt, ist eines zu viel. Und jedes Kind, das weiterleben will, braucht jemanden, der bleibt.

**Sehr geehrte Leserinnen, sehr geehrte Leser,**

danke, dass Sie auch das gelesen haben, was viele nicht sehen wollen: die stillen Folgen, die nach dem Leid bleiben. Sie haben sich Zeit genommen für ein Thema, das keine Bühne kennt und doch

millionenfach geschieht.

Vielleicht kennen Sie ein Kind, das leiser geworden ist. Oder einen Jugendlichen, der sich zurückzieht. Vielleicht reicht ein Satz. Ein Blick. Ein Angebot. Manchmal kann ein einfaches „Ich bin da“ Leben retten.

Bleiben Sie aufsam, denn viele Kinder tragen Narben, die man nicht sieht. Helfen Sie mit, dass Gesundheit endlich auch seelisch gedacht wird. Für alle. Besonders für die Kleinsten.

Und vor allem: Bleiben Sie ein Mensch, der anderen Menschen Hoffnung gibt.

*Kinder sind unsere Zukunft, heißt es so oft. Doch was, wenn diese Zukunft systematisch zerstört wird – durch Ausbeutung, Gewalt, Krieg, Flucht, Hunger oder Ignoranz? Unsere Beitragsreihe „Gestohlene Kindheit – Die Schattenseiten unserer Welt“ richtet den Blick auf jene Lebensrealitäten, die meist nur als Randnotiz erscheinen, wenn überhaupt. Diese Reihe ist ein literarisch-journalistisches Projekt zwischen Recherche, Essayistik und moralischer Anklage. Sie behandelt Themen, die nicht bequem sind, nicht populär und oft nicht medienwirksam genug, um Schlagzeilen zu machen. Dabei berühren sie das Fundament jeder Gesellschaft: den Umgang mit ihren jüngsten, schwächsten Mitgliedern. Weltweit leiden über eine Milliarde Kinder unter den direkten oder indirekten Folgen von Armut, Gewalt und struktureller Ungerechtigkeit. Millionen Kinder arbeiten, hungern, flüchten oder sterben – ohne dass ihr Name je genannt wird. Die Gründe dafür sind vielfältig, aber sie lassen sich auf einen gemeinsamen Nenner bringen: ein System, das Profit über Menschlichkeit stellt. Unsere Texte wollen nicht nur informieren, sondern aufrütteln. Nicht nur beschreiben, sondern spürbar machen. Jedes Essay ist einem konkreten Aspekt dieser globalen Kindheitskatastrophe gewidmet – immer faktenbasiert, mit echten Zahlen und realen Fällen. Und doch bleibt jedes Essay auch ein*

*Appell an unsere Empathie und unsere Verantwortung als Gesellschaft.*

---



**Alfred-Walter von Staufen** ist das Pseudonym eines freien Autors, Essayisten und sprachkritischen Beobachters politischer und akademischer Machtverhältnisse. Mit spitzer Feder, schwarzem Humor und dem analytischen Blick eines ehemaligen Universitätsdozenten zerlegt er jene Begriffe, die heute mehr verschleiern als erklären: Demokratieförderung, Wissenschaftsfeindlichkeit, Populismus, Desinformation.