

»Doch sie liebte die Klinge«

Musik, Selbstverletzung und Suizidalität bei Jugendlichen

Paul Plener

Abstract: Die Beziehung zwischen Suizidalität, Selbstverletzendem Verhalten und Musik kann als bidirektional beschrieben werden. In der Musik findet sich eine lange Beschäftigung mit dem Thema Suizidalität und in der jüngeren Zeit auch mit der Thematik von Selbstverletzendem Verhalten. Musik kann für sich genommen aber auch mit Selbstverletzendem Verhalten wechselwirken: Viele Jugendliche beschreiben das Hören von Musik als Skill, auf der anderen Seite wird davon berichtet, dass Musikstücke dazu führen können, dass sich die Gefühlslage verschlechtert. Der Beitrag beleuchtet diese Wechselwirkungen und gibt einen Überblick über die für das Jugendalter relevanten Phänomene Suizidalität und Selbstverletzung vor dem Hintergrund der emotionalen Wirkung von Musik.

Einleitung

Selbstverletzendes und suizidales Verhalten sind Phänomene, die häufig zum ersten Mal in der Adoleszenz auftreten und quantitativ einen ersten Höhepunkt erleben (Plener et al. 2015). Entsprechend lohnt es sich, diese Phänomene vor einem soziokulturellen Hintergrund zu betrachten und insbesondere die Musik einzuschließen, die gerade für viele Adoleszente ein hohes Identifikationspotenzial birgt. Nach einer Einführung in das Thema Selbstverletzendes Verhalten und Suizidalität soll in diesem Beitrag daher der Frage nachgegangen werden, wie Musik bzw. Jugendkultur mit Nicht-Suizidalem Selbstverletzenden Verhalten (NSSV) und Suizidalität zusammenhängen und was wir für die Therapie daraus lernen können.

Prinzipiell lassen sich selbstschädigende Gedanken und Handlungen (englisch: SITB = Self-Injurious Thoughts and Behaviors) unterteilen in jene, die suizidal intendiert sind und jene, die nicht-suizidal intendiert sind. Zu ersteren

gehören die Suizidgedanken, der Suizidplan (die Formulierung einer spezifischen Methode, mittels derer man aus dem Leben treten will) und der Suizidversuch; zu letzteren gehören Gedanken an selbstschädigendes Verhalten oder auch Selbstverletzendes Verhalten per se. Darüber hinaus zählt zu dieser Gruppe die Suiziddrohung oder Suizidgeste, d. h. Handlungen oder Ankündigungen von Taten, die wie ein Suizidversuch wirken sollen, ohne dass sie suizidal intendiert sind und mit dem Bewusstsein ausgeübt werden, dass sie nicht tödlich enden. Die Unterscheidung ist deshalb von besonderer Bedeutung, da die klinische Risikoabschätzung sich bezüglich der Akuität der Intention unterscheidet. Auch konnte gezeigt werden, dass suizidale Gesten häufig eine soziale Motivation aufweisen (Robinson et al. 2023).

NSSV – Epidemiologie

NSSV ist kein seltenes Phänomen: In einer Vergleichsstudie im deutschsprachigen Raum wurden über 1 300 Schüler:innen (Durchschnittsalter ca. 15 Jahre) befragt, ob sie sich in den letzten sechs Monaten absichtlich selbst verletzt haben (Plener et al. 2013a). In Österreich liegt die 6-Monats-Prävalenz für NSSV demnach bei 11 % (zum Vergleich: in Deutschland bei 14 %, in der Schweiz bei 8 %). Nach Ergebnissen der SEYLE-Studie¹, einer Vergleichsstudie von elf europäischen Ländern mit über 12 000 Teilnehmenden (Brunner et al. 2014), kann man davon ausgehen, dass die Lebenszeitprävalenz bei knapp 28 % liegt, d. h. mehr als jede:r vierte Jugendliche gab an, zumindest einmal versucht zu haben, sich selbst zu verletzen. Allerdings sind diejenigen, die sich einmal verletzen, selten im Fokus kinder- und jugendpsychiatrischer Interventionen, sondern eher diejenigen, die dies wiederholt tun. Im US-amerikanischen Klassifikationssystem DSM-5² wurde daher in den Forschungskriterien der Section 3 die sogenannte Nonsuicidal Self-Injury Disorder eingeführt, mit der versucht wurde, einen Schwellenwert zu definieren. Dieser Schwellenwert gilt als erreicht, wenn sich Menschen an fünf oder mehr Tagen des zurückliegenden Jahres selbst verletzt haben. Legt man dieses Kriterium in Österreich bei Schultstichproben an, ergeben Daten aus der MHAT-Studie³, dass dies auf ca. 1,5 % der Schüler:innen zutrifft (Wagner et al. 2017).

-
- 1 »SEYLE – Saving and Empowering Young Lives in Europe« war eine europaweite Studie zur Prävalenz von und zur Intervention bei NSSV und Suizidalität.
 - 2 Beim DSM-5 handelt es sich um die fünfte Auflage des *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, das von der American Psychiatric Association (APA) herausgegeben wird.
 - 3 MHAT = Mental Health in Austrian Teenagers.

Suizidalität – Epidemiologie

In der »Global Burden of Disease Study« (Naghavi et al. 2019) wurden Daten erhoben, die einen guten Überblick über die weltweite Situation von Suizidalität ermöglichen. Für einen Zeitraum von 25 Jahren (1990 bis 2016) lässt sich feststellen, dass die altersadjustierte Mortalitätsrate für Suizid um ein Drittel gesunken ist, vorangetrieben v. a. durch einen Rückgang in Indien und China. Diese Daten zeigen auch generell, dass der Verlauf weltweit – mit einer Ausnahme bei Frauen im südasiatischen Raum – dem sogenannten »ungarischen Muster« folgt. Darunter versteht man, dass vor allem Männer über 50 Jahren eine besonders hohe Mortalitätsrate aufweisen. Trotz Hinweisen auf eine Zunahme an depressiven und Angstsymptomen seit Beginn der COVID-19-Pandemie (Ahmed et al. 2023), die v. a. bei Jugendlichen stark ausgeprägt war (Madigan et al. 2023), zeigt sich vorerst keine Zunahme der Suizidraten (Pirkis et al. 2021).

Prinzipiell kann man den weltweiten Rückgang der Suizide auch in Österreich seit den 1980er-Jahren sehr gut nachvollziehen. Nach aktuellen Daten des österreichischen Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (2022) wird deutlich, dass Männer häufiger Suizid verüben als Frauen. Auch in Österreich findet sich das ungarische Muster in dem Sinne, dass es vor allem Männer ab einem Alter von 50 Jahren sind, die besonders hohe Suizidraten aufweisen. Auf Bundeslandebene weisen Kärnten und die Steiermark die höchsten Suizidraten auf; Wien hat im Vergleich zu den anderen Bundesländern keine ausgeprägt hohe Suizidrate. In Absolutzahlen gibt es in Österreich etwa 1 100 Suizide pro Jahr, davon fallen ca. 25–30 auf die Altersgruppe der unter 18-Jährigen. Generell ist auch die Suizidrate bei Jugendlichen im Sinken begriffen. Die Suizidrate entspricht dem europäischen Durchschnittswert – der EU-Mittelwert liegt bei etwa 4,5 Suiziden pro 100 000 Jugendlichen, in Österreich sind es 4,57 pro 100 000 (Laido et al. 2017). Der Häufigkeitsgipfel der Suizide im Jahresverlauf ist – bei Jugendlichen ebenso wie bei Erwachsenen – im Frühling/Frühsummer zu finden. Auch hier führt Kärnten, gefolgt von Salzburg und Oberösterreich, die Liste der Suizidhäufigkeit an.

Exkurs: »Werther-« vs. »Papageno-Effekt«

Der Begriff »Werther-Effekt« bezieht sich auf die suizidalen Nachahmungseffekte infolge der Lektüre des Romans *Die Leiden des jungen Werthers* von Johann Wolfgang von Goethe, die in anekdotenhaften Einzelfällen beschrieben wurden (Dreyer 2020). Bemerkenswerterweise hat Goethe folgende – präventive – Warnung in die zweite Auflage des Buchs (1775) eingefügt:

Du beweinst, du liebst ihn, liebe Seele,
 Rettest sein Gedächtnis von der Schmach;
 Sieh, dir winkt sein Geist aus seiner Höhle:
 Sei ein Mann und folge mir nicht nach. (Goethe 1996, 92)

*Werther-Effekt*⁴

Prinzipiell sollte laut Medienrichtlinien die Berichterstattung über Suizide mit möglichst wenig Bebilderung und nicht auf der Titelseite erfolgen, um Identifikationspotenzial zu vermeiden, was bei entsprechender Prominenz einer Person jedoch häufig vernachlässigt wird. Tatsächlich konnte eine Studie zum Suizid des berühmten deutschen Fußball-Nationalspielers Robert Enke zeigen, dass sich die Inzidenzrate für Eisenbahnsuizide verdoppelte, wenn man den Zeitraum 28 Tage vor und nach dem Suizid vergleicht (Ladwig et al. 2012). Ein weiteres Beispiel ist der Suizid des Schauspielers Robin Williams im August 2014. Von Fink et al. (2018) wurde anhand eines Time-series-Modells dargestellt, dass sich im Vergleich zu den Vorjahren und den sich daraus ergebenden Vorausberechnungen nach dem Tod Robin Williams' in den USA bis Dezember 2014 ein Anstieg der Suizidrate um knapp 10 % (1 841 Suizide) ergab. Dies stellt auch im Hinblick auf die saisonale Verteilung sowie auf die betroffene Altersgruppe (Männer zwischen 30 und 44 Jahren) einen Ausreißer dar.

In diesem Zusammenhang darf auch die Netflix-Serie *13 Reasons Why* (*Tote Mädchen lügen nicht*, USA 2017) nicht unerwähnt bleiben.⁵ Kurz nach Ausstrahlungsbeginn ließ sich beobachten, dass Internetsuchen zum Thema Suizid zunahmen (Ayers et al. 2017), was noch nicht zwingend für einen Nachahmungseffekt spricht, da entsprechende Suchen auch eine suizidpräventive Wirkung haben könnten. Unter Anwendung von Modellrechnungen, die eine Abweichung von erwartbaren Suizidraten nach Ausstrahlungsbeginn aufwiesen, konnte allerdings gezeigt werden, dass es seit Ausstrahlungsbeginn im April 2017 vor allem bei Jugendlichen zu einer Zunahme an Suiziden kam (Bridge et al. 2020; Niederkrotenthaler et al. 2019).

Was könnten Gründe für einen durch die Serie *Tote Mädchen lügen nicht* bedingten Werther-Effekt sein? Zum einen wurde der Suizid der jugendlichen Protagonistin (Hannah Baker) ursprünglich explizit gezeigt (die entsprechende

4 Zum »Werther-Effekt« siehe auch die Beiträge von Thomas Macho, Harm Willms, Benedikt Till und Thomas Niederkrotenthaler sowie Markus Storf et al. im vorliegenden Band.

5 Zu *Tote Mädchen lügen nicht* siehe auch den Beitrag von Markus Storf et al. im vorliegenden Band.

Szene wurde erst 2019 durch eine stark gekürzte Fassung ersetzt), zum anderen ist die Darstellung versagender Helfer:innensysteme eine denkbar schlechte Botschaft an Jugendliche, die mit sich hadern, ob sie Hilfe in Anspruch nehmen sollen. Zudem wird ein School Shooting angedeutet. Problematisch sind zudem Hannahs letzte Worte, die aus der Romanvorlage von Jay Asher (2007, 280) übernommen wurden: »A lot of you cared, just not enough. And that ... that is what I needed to find out. [...] And I did find out. [...] And I'm sorry.« Damit wird Hannahs Vorwürfllichkeit gegenüber ihren Mitmenschen in den Vordergrund gerückt, die sich nicht entsprechend um sie gekümmert hätten.

Niederkroenthaler et al. publizierten 2021 eine Metaanalyse zu Suiziden und Suizidversuchen in Unterhaltungsmedien und zeigten in einer Zusammenschau von sechs früheren Studien, dass es unter dem Einfluss von Unterhaltungsmedien zu einer Zunahme von Suiziden und Suizidversuchen kommen kann (wenngleich angemerkt wird, dass diese Studien sehr heterogen sind und sich auch Hinweise auf einen Publikationsbias finden lassen).⁶

Papageno-Effekt

Wenn man demnach mit medialer Berichterstattung über Suizide vorsichtig umgehen muss, stellt sich die Frage, ob man besser schweigen sollte oder welche Möglichkeiten es gibt, es besser bzw. richtig zu machen? Tatsächlich muss man explizit davor warnen, *nicht* über Suizide zu sprechen und somit das Tabu noch größer werden zu lassen. Es geht vielmehr darum zu reflektieren, *wie* eine Thematisierung von Suizidalität erfolgen kann. Von Niederkroenthaler und Kolleg:innen wurde für den suizidpräventiven Effekt, den eine gelungene Medienberichterstattung erzeugen kann, der Name »Papageno-Effekt«⁷ gewählt. Mit ihrer Analyse suizidbezogener Berichterstattung in verschiedenen österreichischen Medien konnten sie zeigen, dass sich nach Berichten über überwundene suizidale Krisen tatsächlich geringere Suizidraten beobachten ließen (Niederkroenthaler et al., 2010).

Bezogen auf diesen Papageno-Effekt wird in der Presseinformation »Das Thema Suizid in den Medien« des österreichischen Bundesministeriums für

6 Siehe hierzu auch den Beitrag von Benedikt Till und Thomas Niederkroenthaler im vorliegenden Band.

7 Zum »Papageno-Effekt« siehe auch die Beiträge von Claudius Stein, Benedikt Till und Thomas Niederkroenthaler sowie Markus Storf et al. im vorliegenden Band.

Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz⁸ festgehalten, dass der Imitationseffekt verringert wird,

wenn...

Individuelle Problematik beschrieben wird:

Das persönliche Leid auf einfühlsame Weise beschreiben, ohne vorschnell nach einer einzigen Erklärung allein zu suchen. Sorgfältiger Umgang mit Wertungen und sprachlichen Formulierungen.

Konkrete Alternativen/Lösungsansätze aufgezeigt werden:

Durch Darstellung von Beispielen konstruktiver Krisenbewältigung, z. B. Interviews mit ähnlich Betroffenen (oder deren Publikation). Betroffene im Bericht direkt ermutigen, Hilfe anzunehmen.

Professionelle Hilfsangebote genannt werden:

Informationen über spezielle Institutionen mit den aktuellen Telefonnummern und Adressen sowie deren Arbeitsweisen sollten veröffentlicht werden (eine Auflistung finden Sie unter www.kriseninformationszentrum.at).

Öffentliches Bewusstsein für die Suizidproblematik geschaffen wird:

- Vorbereitete Medienkampagnen in Kooperation mit spezifischen Institutionen.
- Aufklärungsarbeit hinsichtlich Fehleinschätzungen und Mythenbildungen.
- Dabei auch die Botschaft vermitteln, dass Suizidalität oft mit seelischen Krankheiten, vor allem Depressionen, einhergeht und diese behandelbar sind.

Kennzeichen von Suizidgefahr veröffentlicht werden:

Gezielte Informationen zur »Einschätzung von Suizidgefahr« (Warnsignale, Risikogruppen) veröffentlichen. Dies ermöglicht es auch Angehörigen, Signale der Suizidgefahr zu erkennen. (Bundesministerium für Gesundheit o. J.)

Jugendkultur und NSSV

Betrachtet man NSSV im jugendkulturellen Kontext, müssen auch selbstgewählte Körperveränderungen aus ästhetischen Gründen thematisiert werden. Im Bereich des Körperschmucks gibt es Varianten, die mit einer Verletzung der Körperoberfläche einhergehen, sei es in Form von Tätowierungen, Piercings oder dem Einbringen von Dermalankern oder anderen Formen der Body-

8 Siehe auch: <https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Nicht-uebertragbare-Krankheiten/Psychische-Gesundheit/Suizid-und-Suizidpr%C3%A4vention-SUPRA.html>. Zugriff am 15. April 2024.

Modification. Wichtig ist eine Unterscheidung dahingehend, dass NSSV laut DSM-5 als vorsätzliche Selbstschädigung von Körpergewebe ohne suizidale Absicht definiert wird und es dabei um sozial *nicht* akzeptierte Handlungen geht. Demgemäß zählen Body-Modifications wie Tattoos, Brandings und Skarifizierungen aus ästhetischen Gründen nicht zur Gruppe der NSSV.

Wie stellt sich aber der Zusammenhang zwischen NSSV und Tätowierungen dar? Hierzu gibt es bislang nur wenige Studien. In einer mexikanischen Studie (Solis-Bravo et al. 2019) hat sich gezeigt, dass Jugendliche mit Tätowierungen häufiger Selbstverletzendes Verhalten aufweisen als der Durchschnitt und dass bei Jugendlichen mit Selbstverletzendem Verhalten, die tätowiert sind, ebenfalls eine höhere Frequenz von NSSV sowie eine erhöhte Suizidalität zu beobachten ist. In einer eigenen, bislang unveröffentlichten Untersuchung an einer repräsentativen deutschen Stichprobe von 14- bis 44-Jährigen konnten wir zeigen, dass Tätowierungen mittlerweile ein gesellschaftlich häufig anzutreffendes Phänomen sind, das sich bei fast einem Drittel dieser Altersgruppe finden lässt. Dieser Häufigkeit entsprechend konnte auch keine Assoziation zwischen Tätowierungen und NSSV beschrieben werden.

In Bezug auf das breitere Feld der Jugendkultur und NSSV konnten Young et al. (2006) anhand einer großen Kohortenstudie von jungen Erwachsenen in Schottland (N = 1 258) zeigen, dass die Gothic-Jugendkultur die einzige von vielen in der Erhebung berücksichtigten Jugendkulturen war, für die sich nach Kontrolle für andere Faktoren ein Zusammenhang zu Selbstschädigungen darstellen ließ. Es zeigte sich, dass bei einer starken Identifikation mit einer Gothic-Subkultur das Risiko (»Odds Ratio«) für »self harm« 14-fach erhöht war. Interessanterweise ließ sich diesbezüglich eine »Dosis-Wirkungs-Beziehung« beobachten, d. h. das Risiko für Selbstschädigung stieg mit der zunehmenden Identifikation an. Wir haben uns mit diesem Phänomen in Deutschland in einer separaten Studie befasst und eine Schulpopulation untersucht (Young et al. 2014). Dabei wurden die Teilnehmenden aufgefordert, verschiedene Jugendkulturen zu beschreiben bzw. wurde basierend auf dem Konzept der Kolleg:innen in Schottland aktiv danach gefragt. Daraus ergab sich, dass Jugendliche, die sich einer Emo- oder Gothic-Kultur zugehörig fühlten, häufiger Selbstverletzendes Verhalten zeigten, eine höhere Frequenz an Selbstverletzungen aufwiesen, häufiger Suizidgedanken hatten und Suizidversuche unternahmen. Interessant ist im Hinblick auf die verschiedenen Jugendkulturen, dass sich vor allem jene Jugendliche, die sich selbst als Sportler:in/Athlet:in identifizierten, im Vergleich zur Gesamtstichprobe weniger häufig selbst verletzten. Dabei handelt es sich jedoch um reine Korrelationen, die keine Aussage über eine mögliche Kausalität erlauben. Bowes et al. (2015) konnten basierend auf longitudinalen

Daten aus der ALSPAC-Studie⁹ zeigen, dass dieser Zusammenhang auch prospektiv nachzuweisen ist.

Um diese Ergebnisse besser einordnen zu können, ist es wichtig, sich mit weiteren Forschungsergebnissen zur Gothic-Jugendkultur zu beschäftigen. So lassen sich hier etwa höhere Werte an depressiven Symptomen bei Beteiligten, ebenso höhere Prävalenzen von Misshandlung oder Missbrauch in der Vergangenheit und ein geringeres Vertrauen in die Gesellschaft finden (Rutledge et al. 2008). Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass es sich um eine Jugendkultur handelt, in der Selbstverletzendes Verhalten vielleicht nicht per se über die Zugehörigkeit zum Risiko wird, aber in der vermutlich Menschen mit assoziierten Risikofaktoren wie Missbrauch/Misshandlung in der Kindheit oder mit dem Gefühl, nicht zur Gesellschaft zu gehören, zusammenkommen.

Soziale Medien – #socialcontagion

Da Jugendliche heute viel über soziale Medien kommunizieren, ist es wichtig, auch diesen Bereich in den Blick zu nehmen. Von unserer Forschungsgruppe wurde NSSV daher in Bezug auf die Bedeutung sozialer Medien untersucht und eine Analyse von Instagram-Accounts durchgeführt (Brown et al. 2017). Während vier Wochen im April 2016 wurde analysiert, was unter für NSSV relevanten Hashtags gepostet wurde. Da Instagram ein Bildmedium ist, wurden die geposteten Bilder durch drei Beurteiler:innen (*rater*) hinsichtlich des »Wundgrads« (also der Schwere/Tiefe der Gewebsverletzung) eingeschätzt. Diese Einschätzungen wurden anschließend in einen Zusammenhang mit den Reaktionen durch andere User gebracht. Dabei zeigte sich, dass die Anzahl der Kommentare mit einem größeren Wundgrad korreliert; es stellt sich also ein sozialer Verstärkereffekt ein, der in diesen sozialen Medien sehr hoch repräsentiert ist. Außerdem ließen sich größtenteils sehr empathische Kommentare und viele Hilfsangebote finden.

In einer rein qualitativ angelegten Nachfolgestudie konnten wir viele der Poster noch einmal per Chatinterview kontaktieren. Im Chat mit den jungen Menschen gewannen wir den Eindruck, dass das Posten der Bilder für viele ein durchweg positives Erlebnis ist, da sie im Schutz der Anonymität sehr viele Hilfsangebote und sehr viel Empathie erfahren (Brown et al. 2020). Einige Teilnehmer:innen der Studie äußerten, dass sie sich schon jahrelang selbst verletzen, ohne dass im realen Leben jemand über diese Tatsache Bescheid weiß oder sie mit jemandem darüber sprechen. Die sozialen Medien – wie immer ist die-

9 ALSPAC – Avon Longitudinal Study of Parents and Children. <https://www.bristol.ac.uk/alspac/about/>. Zugriff am 15. April 2024.

ses Thema ein zweischneidiges Schwert – werden von vielen durchaus als Hilfe benutzt, um sich von Selbstverletzendem Verhalten distanzieren zu können.

NSSV und Musik

Musik und NSSV können unterschiedlich miteinander interagieren. Musikstücke können bestehende negative Stimmungen verstärken oder zum ›Soundtrack‹ von NSSV werden. Es gibt aber auch die Möglichkeit, sie als Skill einzusetzen, um Emotionen zu regulieren. In einer Fragebogenuntersuchung in der stationären Kinder- und Jugendpsychiatrie konnten Stegemann et al. (2010) zeigen, dass das Musikhören bei fast 60 % der befragten Patient:innen zum Selbstverletzungsszenario gehörte. Immerhin 50 % der Jugendlichen gaben außerdem an, dass sie Musik schon einmal bewusst eingesetzt hätten, um sich nicht selbst zu verletzen. In der Pilotstudie (N = 30) wurde auch konkret nach den Musikstücken bzw. nach den Musikrichtungen gefragt, die gehört werden, um NSSV zu vermeiden. Zu den Titeln, die genannt wurden – wohlgemerkt Ende der 2000er-Jahre –, gehörten Musikstücke aus den Genres Elektro/Dance/Techno/House, Hip-Hop (z. B. Peter Dinklage), Pop (z. B. Jennifer Lopez), aber auch klassische Musik. Ein interessantes Nebenergebnis der qualitativen Untersuchung der Musikstücke war, dass alle Titel, die gehört wurden, um sich nicht selbst zu verletzen, in Dur-Tonarten stehen, während in der Liste der Musiktitel, die während selbstschädigender Handlungen gehört wurden, sowohl Dur- als auch Moll-Tonarten vorkommen (z. B. *Tanz der Vampire*, Sabrina Setlur, *Evanescence* und Ludwig van Beethoven). Unter den Songs, die von Jugendlichen im Zusammenhang mit Selbstverletzendem Verhalten gehört wurden, finden sich auch solche, die in ihren Texten direkt auf NSSV Bezug nehmen. Im Folgenden sollen drei Beispiele besprochen werden.

»Rasierklingenliebe« von Casper (2006)

Spritze neben dem Herd, Fixer-Leben nichts wert
Nur Liebe für die Klinge, Ritzen gegen den Schmerz
Nichts bewegendes Herz, vermagert und nackt
Ihr Bett kennt Namen, Samen der Versager der Stadt
Sie liegt inmitten erbauter Lügen und Dreck [...]

Doch sie liebte die Klinge, liegt in der Klinge
Keiner würde sie je versteh'n, ihre Liebe zur Klinge
Sie ging ein' Schritt weiter
Ein Schnitt weiter
Der beste Freund liegt ein Griff weiter

Doch sie liebte die Klinge, liegt in der Klinge
 Keiner würde sie je versteh'n, ihre Liebe zur Klinge
 Sie ging ein' Schritt weiter
 Ein Schnitt weiter
 Der beste Freund liegt ein Griff weiter¹⁰

Zu Beginn der ersten Strophe und im Refrain thematisiert der Song »Rasierklingenliebe« verschiedene psychopathologische Auffälligkeiten. Zunächst geht er auf Substanzkonsum ein, um im Refrain mit dem Satz »Doch sie liebte die Klinge...« zu enden. Es ist ein Text, der, obwohl bereits 2006 veröffentlicht, noch immer gehört wird – inzwischen von Jugendlichen, die erst geboren wurden, als der Song bereits geschrieben war. Er hat sich also in der Community gehalten, was dafür spricht, dass er einen Nerv von vielen Jugendlichen mit Selbstverletzendem Verhalten trifft.

»Bleed like Me« von Garbage (2005)

Avalanche is sullen and too thin
 She starves herself to rid herself of sin
 And the kick is so divine when she sees bones beneath her skin
 And she says:

Hey baby, can you bleed like me?
 C'mon baby, can you bleed like me?

Chris is all dressed up and acting coy
 Painted like a brand new Christmas toy
 He's trying to figure out if he's a girl or he's a boy
 And he says:

Hey baby can you bleed like me?
 Oh, c'mon baby can you bleed like me?¹¹

In »Bleed like Me« von Garbage werden in Bezug auf Selbstverletzendes Verhalten Essstörungen und die Transgender-Thematik angesprochen. Dies ist insofern bemerkenswert, als der Song auf dem gleichnamigen Album bereits 2005 erschien, während der Zusammenhang zwischen Genderdysphorie¹² und NSSV

10 <https://genius.com/Casper-rasierklingenliebe-lyrics>. Zugriff am 27. September 2023.

11 <https://genius.com/Garbage-bleed-like-me-lyrics>. Zugriff am 27. September 2023.

12 Genderdysphorie: »Inkongruenz zwischen dem biologischen Geschlecht eines Menschen und dem von ihm psychisch gefühlten«. <https://www.usz.ch/krankheit/transidentitaet/>. Zugriff am 27. September 2023.

(der sich wiederholt in Studien zeigen ließ) erst in den letzten Jahren zum Gegenstand empirischer Forschung wurde (Surace et al. 2020).

»Tell Tale Signs« von Frank Turner (2013)

You kind of remind me of scars on my arms
That I made, when I was a kid
With a disassembled disposable razor
I stole from my dad
When I thought that suffering was something profound
That weighed down on wise heads
Not just something to be avoided
Something normal people dread¹³

Frank Turner erzählt in seinem Song »Tell Tale Signs«, der auf dem 2013 veröffentlichten Album *Tape Deck Heart* erschien, über seine eigene Geschichte von Selbstverletzung. In mehreren Interviews sagte er, dass er seine Narben mit Tattoos überdeckt habe und sie nur noch in einem bestimmten Licht durchschimmern würden. In dem Song – eine Art Liebeslied – beschreibt er, dass die Person, über die er singt, Amy, ihn an die Narben auf seinem Arm erinnert, die er sich mit einem Rasierer zugefügt hat, als er ein Teenager war. Frank Turner thematisiert in seinen Songs häufig psychische Erkrankungen und setzt sich auch öffentlich für die Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen ein.

NSSV ist für sich genommen damit auch ein Symptom, das seinen Niederschlag in Songtexten gefunden hat. Offen bleibt, wie betroffene Jugendliche diese Musikstücke bewerten, da es hierzu keine Forschungsberichte gibt.

NSSV und Musiktherapie

In dem am Universitätsklinikum Ulm durchgeführten Projekt »Rocken statt Ritzen« (Plener et al. 2010) wurde eine an der Dialektisch-Behavioralen Therapie für Adoleszente (DBT-A) orientierte Einzeltherapie mit 12 Einheiten rezeptiver und aktiver Musiktherapie im Gruppensetting kombiniert. Zu den Zielen in der Musiktherapie gehörte die Arbeit an sozialen Fertigkeiten, an interpersonellen Problemlösefertigkeiten und an der Emotionsregulation. In der individuellen Therapie ging es zunächst um Psychoedukation und es wurden gezielt Emotionsregulationsfertigkeiten trainiert sowie individuelle Problemlösestrategien erarbeitet. Zusätzlich wurden drei Elternabende mit psychoedukativen Inhalten

13 <https://genius.com/Frank-turner-tell-tale-signs-lyrics>. Zugriff am 27. September 2023.

angeboten, die auch Problemlösestrategien hinsichtlich der Frage zum Gegenstand hatten, wie in der Familie mit Selbstverletzendem Verhalten umgegangen wird.

Tabelle 1 gibt eine Übersicht über die Elemente, die in den 12 Einheiten zur Anwendung kamen.

Tabelle 1: Musiktherapeutische Elemente des Programms »Rocken statt Ritzen«

Elemente	Inhalte/Ziele
»Mein Lied«	Rezeptive Musiktherapie
	Selbstreflexion
	Sich selbst anderen zeigen
	Emotionsdifferenzierung/Emotionsregulation
Entspannungstechnik	Progressive Muskelrelaxation
Bandarbeit mit Coaching	Coaches vor allem im Bereich Gesang
	Bandarbeit als Form der Gruppenmusiktherapie
	Emotionsregulation
	Sich selbst Dinge zutrauen
CD-Aufnahme	Arbeit an einem Ziel/Belohnung

Die Gruppenarbeit wurde mit dem Element »Mein Lied« begonnen, d. h. die Jugendlichen spielten den anderen ihre Lieblingssongs vor. Hierbei ging es sowohl darum, sich der Gruppe vorzustellen, als auch um Selbstreflexion: Was sagt dieses Lied über mich aus? Konkret konnten die Lieder auch genutzt werden, um darüber ins Gespräch zu kommen, wie Musik zur Emotionsdifferenzierung und zur Emotionsregulation eingesetzt werden kann. Ein weiteres wichtiges Element war die Einübung von Entspannungstechniken durch die Progressive Muskelrelaxation. Im Fokus der aktiven Musiktherapie stand die Bandarbeit mit Songs, die von den Teilnehmenden in einem interaktiven Prozess ausgewählt und gemeinsam erarbeitet wurden. Ergänzt wurde die Bandarbeit – insbesondere im Hinblick auf Gesang und selbstbewusstes Auftreten – immer wieder durch externe Coaches (bekannte lokale Musiker:innen). Dadurch haben die Jugendlichen eine sehr große Aufwertung erfahren und die Motivation konnte hochgehalten werden. Als Abschluss wurde eine professionelle CD-Aufnahme produziert.

In den an der DBT-A orientierten individuellen Therapieeinheiten, die parallel zu den Gruppenangeboten stattfanden, wurde an folgenden Themen gearbeitet:

- Psychoedukation
- Verbindung zwischen Emotionen und deren Einfluss auf Gedanken und Handeln
- Erfassen von NSSV in Form eines Tagebuches (Häufigkeit, Auslöser, Gedanken und Gefühle)
- Einfluss von Gedanken, Gefühlen und Handlungen auf NSSV
- Situationen erfassen, die NSSV begünstigen
- Erarbeiten von Skills zur Emotionsregulation
- Kommunikationsstruktur innerhalb der Familie und Erarbeitung von Konfliktlösestrategien
- Etablieren und Stärken alternativer Strategien zu NSSV und Bestätigung des bisher Erreichten

Große Bedeutung kam den begleitenden Elterngruppen zu: Viele Eltern haben uns vermittelt, dass es für sie sehr wichtig war zu sehen, dass sie nicht allein mit dem Thema NSSV in der Familie sind. Wir haben die Treffen auch genutzt, um Eltern in die Selbstreflexion zu bringen, zu überlegen, was anamnestisch passiert ist und letztendlich die Selbstverletzungen mitbegründet hat. Zudem haben wir den Eltern Skills vermittelt, um ihre jugendlichen Kinder bei der Umsetzung von Skills besser zu unterstützen. Obwohl es sich um ein klinisches Sample mit deutlich ausgeprägter NSSV-Symptomatik handelte, kam es bei nahezu allen Patient:innen zu einer Abnahme oder zum vollkommenen Sistieren des Selbstverletzenden Verhaltens.

In einer Folgestudie (Plener et al. 2013b) nahmen 15 Jugendliche am Programm teil, darunter auch Patient:innen, deren Symptomatik und Verletzungsmuster die DSM-5-Forschungskriterien für NSSV erfüllten. Die meisten hatten die Diagnose einer depressiven Episode, aber auch Personen mit PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung), Anpassungsstörung oder Borderline-Persönlichkeitsstörung wurden in die Studie eingeschlossen. Auch in dieser Folgestudie konnte gezeigt werden, dass sich die Häufigkeit Selbstverletzenden Verhaltens stabilisierte und verringerte, wenngleich statistisch nicht signifikant. Eine statistisch signifikante Reduktion der Depressionswerte (BDI-II)¹⁴ im Prä-Post-Vergleich konnte gezeigt werden.

14 BDI-II: Revidierte Fassung des Beck-Depressions-Inventars, mit dem die Schwere einer Depression ermittelt werden kann.

Zur Evaluation wurden zusätzlich Feedback-Bögen mit einem Benotungssystem eingesetzt. Insgesamt wurde das Projekt mit 3,9 bewertet (auf einer fünfstufigen Skala; 5 war die beste Note). Am besten wurde die Bandarbeit mit 4,9 bewertet, gefolgt vom Gesangscoaching mit 4,1; auch das Element »Mein Lied« hat bei der Evaluation mit 3,44 relativ gut abgeschnitten. Bei den Einzelgesprächen ergab sich ein Mittelwert von 3,11, jedoch mit einer großen Streuung der Bewertungen, d. h. es gab Jugendliche, die dieses Angebot als »sehr hilfreich« erlebt hatten und Personen, die es als »gar nicht hilfreich« einstufen. Das Entspannungstraining wurde von den Jugendlichen verhältnismäßig schlecht bewertet, was sich bereits in der Durchführung angedeutet hatte. Daher wundert es nicht, dass bei den »offenen Fragestellungen« 67 % die Entspannungsverfahren als ungeeignet bezeichneten. Interessante Rückmeldungen waren u. a., dass noch mehr konkrete Ratschläge im Umgang mit Selbstverletzung gewünscht wurden und mehr Zeit für Gespräche oder die Bandarbeit eingeräumt werden sollte. Auf die Frage, was besonders positiv erlebt wurde, wurden insbesondere das Musizieren, daneben die Einzelgespräche, das Kennenlernen neuer Leute, das Coaching und die CD-Aufnahme genannt, was das positive Erleben der musiktherapeutischen Inhalte noch einmal unterstreicht.

Konklusion

Wie anhand verschiedener Studien gezeigt werden konnte, hängen Musik, Jugendkultur, NSSV und Suizidalität miteinander zusammen. Das Jugendalter als Entwicklungsphase, in der Suizidalität wie auch NSSV an Häufigkeit zunehmen, ist durch den Prozess der Identitätsfindung geprägt, der für viele Jugendliche auch eine starke Beschäftigung mit Musik und ihren Interpret:innen beinhaltet. Der Einfluss sozialer Medien auf das Alltagsleben dieser Altersgruppe ist – aufgrund der durchschnittlichen Nutzungszeit von mehreren Stunden täglich – immens und beeinflusst den Themenkomplex Suizidalität und NSSV auf eine Weise, über die wir aufgrund der relativen Neuheit dieser Phänomene erst langsam mehr erfahren. Dabei zeichnet sich ab, dass soziale Medien ebenso wie Musik einerseits Risiken bergen und die Symptomatik verschlechtern können, allerdings auch ein großes Potenzial im Rahmen präventiver und/oder therapeutischer Interventionen haben können.

Literaturverzeichnis

- Ahmed, Nafiso, Phoebe Barnett, Anna Greenburgh, Tamara Pemovska, Theodora Stefanidou, Natasha Lyons [...] Sonia Johnson. 2023. »Mental Health in Europe during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review«. *Lancet Psychiatry* 10, Nr. 7: 537–56. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(23\)00113-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(23)00113-X).
- Asher, Jay. 2007. *Thirteen Reasons Why*. London: Razorbill Penguin Books.
- Ayers, John W., Benjamin M. Althouse, Eric C. Leas, Mark Dredze und Jon-Patrick Allem. 2017. »Internet Searches for Suicide Following the Release of 13 Reasons Why«. *JAMA Intern Med* 177, Nr. 10: 1527–29. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2017.3333>.
- Bowes, Lucy, Rebecca Carnegie, Rebecca Pearson, Becky Mars, Lucy Biddle, Barbara Maughan, Glyn Lewis, Charles Fernyhough und Jon Heron. 2015. »Risk of Depression and Self-Harm in Teenagers Identifying with Goth Subculture: A Longitudinal Cohort Study«. *Lancet Psychiatry* 2, Nr. 9: 793–800. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00164-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00164-9).
- Bridge, Jeffrey A., Joel B. Greenhouse, Donna Ruch, Jack Stevens, John Ackerman, Arielle H. Sheftall [...] John V. Campo. 2020. »Association Between the Release of Netflix's 13 Reasons Why and Suicide Rates in the United States: An Interrupted Time Series Analysis«. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* 59, Nr. 2: 236–43. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2019.04.020>.
- Brown, Rebecca C., Tin Fischer, A. David Goldwich, Ferdinand Keller, Robert Young und Paul L. Plener. 2017. »#cutting: Non-Suicidal Self-Injury (NSSI) on Instagram«. *Psychological Medicine* 48, Nr. 2: 337–46. <https://doi.org/10.1017/S0033291717001751>.
- Brown, Rebecca C., Tin Fischer, David A. Goldwich und Paul L. Plener. 2020. »I just finally wanted to belong somewhere« – Qualitative Analysis of Experiences with Posting Pictures of Self-Injury on Instagram«. *Front Psychiatry* 11: 274. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00274>.
- Brunner, Romuald, Michael Kaess, Peter Parzer, Gloria Fischer, Vladimir Carli, Christina W. Hoven [...] Danuta Wasserman. 2014. »Life-Time Prevalence and Psychosocial Correlates of Adolescent Direct Self-Injurious Behavior: A Comparative Study of Findings in 11 European Countries«. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 55, Nr. 4: 337–48. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12166>.
- Bundesministerium für Gesundheit. o. J. *Presseinformation: Das Thema Suizid in den Medien*. Zugriff am 15. April 2024. <https://www.sozialministerium.de>.

- at/dam/jcr:7f513c9b-0e5b-461b-ab22-445d4f151c82/Pressehinweis%20Umgang%20mit%20Suizid%20in%20Medienberichten.pdf.
- Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK). 2022. *Suizid und Suizidprävention in Österreich*. Zugriff am 23. September 2023. <https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Nicht-uebertragbare-Krankheiten/Psychische-Gesundheit/Suizid-und-Suizidpr%C3%A4vention-SUPRA.html>.
- Dreyer, Jürgen. 2020. »Werther – Romanheld und Selbstmörder«. In *Planet Wissen*, ARD. Erstveröffentlichung 2003. Letzte Aktualisierung 13. Januar 2020. Zugriff am 23. September 2023. https://www.planet-wissen.de/geellschaft/tod_und_trauer/selbsttoetung/pwiewertherromanheldunds elbstmoerder100.html.
- Fink, David S., Julian Santaella-Tenorio und Katherine M. Keyes. 2018. »Increase in Suicides the Months after the Death of Robin Williams in the US«. *PLoS One* 13, Nr. 2: e0191405. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191405>.
- Goethe, Johann Wolfgang von. 1996. *Werke, Kommentare und Register: Hamburger Ausgabe in 14 Bänden*. 16. Aufl., Bd. 1: *Gedichte und Epen I*, hg. von Erich Trunz. München: C.H. Beck.
- Ladwig, Karl-Heinz, Sabine Kunrath, Karoline Lukaschek und Jens Baumert. 2012. »The Railway Suicide Death of a Famous German Football Player: Impact on the Subsequent Frequency of Railway Suicide Acts in Germany«. *Journal of Affective Disorders* 136, Nr. 1–2: 194–98. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.09.044>.
- Laido, Zrinka, Martin Voracek, Benedikt Till, Jakob Pietschnig, Brigitte Eisenwort, Kanita Dervic, Gernot Sonneck und Thomas Niederkrotenthaler. 2017. »Epidemiology of Suicide among Children and Adolescents in Austria, 2001–2014«. *Wiener Klinische Wochenschrift* 129, Nr. 3–4: 121–28. <http://doi.org/10.1007/s00508-016-1092-8>.
- Madigan, Sheri, Nicole Racine, Tracy Vaillancourt, Daphne J. Korczak, Jackson M. A. Hewitt, Paolo Pador [...] Ross D. Neville. 2023. »Changes in Depression and Anxiety Among Children and Adolescents from Before to During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis«. *JAMA Pediatrics* 177, Nr. 6: 567–81. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2023.0846>.
- Naghavi, Mohsen. 2019. »Global, Regional, and National Burden of Suicide Mortality 1990 to 2016: Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2016«. *BMJ* 364: 194. <https://doi.org/10.1136/bmj.194>.
- Niederkrotenthaler, Thomas, Stefanie Kirchner, Benedikt Till, Mark Sinyor, Ulrich S. Tran, Jane Pirkis und Matthew J. Spittal. 2021. »Systematic Review and Meta-Analyses of Suicidal Outcomes Following Fictional Portrayals of

- Suicide and Suicide Attempt in Entertainment Media«. *EClinicalMedicine* 4, Nr. 36: 100922. <https://doi.org/10.1016/j.eclim.2021.100922>.
- Niederkroenthaler, Thomas, Steven Stack, Benedikt Till, Mark Sinyor, Jane Pirkis, David Garcia, Ian R. H. Rockett und Ulrich S. Tran. 2019. »Association of Increased Youth Suicides in the United States with the Release of 13 Reasons Why«. *JAMA Psychiatry* 76, Nr. 9: 933–40. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2019.0922>.
- Niederkroenthaler, Thomas, Martin Voracek, Arno Herberth, Benedikt Till, Markus Strauss, Elmar Etzersdorfer, Brigitte Eisenwort und Gernot Sonneck. 2010. »Media and Suicide: Papageno v Werther Effect«. *BMJ* 341: c5841. <https://doi.org/10.1136/bmj.c5841>.
- Pirkis, Jane, Ann John, Sangsoo Shin, Marcos DelPozo-Banos, Vikas Arya, Pablo Analuisa-Aguilar [...] David Gunnell und Matthew J. Spittal. 2021. »Suicide Trends in the Early Months of the COVID-19 Pandemic: An Interrupted Time-Series Analysis of Preliminary Data from 21 Countries«. *Lancet Psychiatry* 8, Nr. 7: 579–88. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00091-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00091-2). Erratum in *Lancet Psychiatry* 8, Nr. 8: e18. Erratum in *Lancet Psychiatry* 8, Nr. 11: e21.
- Plener, Paul L., Constanze J. Fischer, Tina In-Albon, Brigitte Rollett, Mary K. Nixon, Rebecca C. Groschwitz und Marc Schmid. 2013a. »Adolescent Non-suicidal Self-Injury (NSSI) in German-Speaking Countries: Comparing Prevalence Rates from Three Community Samples«. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 48, Nr. 9: 1439–45. <https://doi.org/10.1007/s00127-012-0645-z>.
- Plener, Paul L., Teresa S. Schumacher, Lara M. Munz und Rebecca C. Groschwitz. 2015. »The Longitudinal Course of Non-suicidal Self-Injury and Deliberate Self-Harm: A Systematic Review of the Literature«. *Borderline Personality Disorder and Emotional Dysregulation* 2 (30. Januar). <https://doi.org/10.1186/s40479-014-0024-3>.
- Plener, Paul L., Thorsten Sukale, Rebecca C. Groschwitz, Emanuel Pavlic und Jörg M. Fegert. 2013b. »Rocken statt Ritzen«. *Psychotherapeut* 59: 24–30. <https://doi.org/10.1007/s00278-013-1023-3>.
- Plener, Paul L., Thorsten Sukale, Andrea G. Ludolph und Thomas Stegemann. 2010. »»Stop Cutting – Rock!«: A Pilot Study of a Music Therapeutic Program for Self-Injuring Adolescents«. *Music and Medicine* 2, Nr. 1: 59–65. Zugriff am 15. April 2024. <https://mmd.iammonline.com/index.php/musmed/article/view/MMD-2010-2-1-8>.
- Robinson, Kealagh, Christian Scharinger, Rebecca C. Brown und Paul L. Plener. 2023. »Communicating Distress: Suicide Threats/Gestures among Clinical

- and Community Youth«. *European Child & Adolescent Psychiatry* 32, Nr. 8: 1497–506. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01960-5>.
- Rutledge, Carolyn M., Don Rimer und Micah Scott. 2008. »Vulnerable Goth Teens: The Role of Schools in This Psychosocial High-Risk Culture«. *Journal of School Health* 78, Nr. 9: 459–64. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2008.00331.x>.
- Solis-Bravo, Marco Antonio, Yassel Flores-Rodríguez, Liliana Guadalupe Tapia-Guillen, Aymara Gatica-Hernández, Miriam Guzmán-Reséndiz [...] Lilia Albores-Gallo. 2019. »Are Tattoos an Indicator of Severity of Non-Suicidal Self-Injury Behavior in Adolescents?«. *Psychiatry Investigation* 16, Nr. 7: 504–12. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.03.06>.
- Stegemann, Thomas, Annika Brüggemann-Etchart, Anna Badorrek-Hinkelmann und Georg Romer. 2010. »Die Funktion von Musik im Zusammenhang mit selbstverletzendem Verhalten und Suizidalität bei Jugendlichen«. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie* 59, Nr. 10: 810–30. <https://doi.org/10.13109/prkk.2010.59.10.810>.
- Surace, Teresa, Laura Fusar-Poli, Lucia Vozza, Vito Cavone, Chiara Arcidiacono, Rossella Mammano, Lucia Basile, Alessandro Rodolico, Pablo Bisicchia, Pasquale Caponnetto, Maria Salvina Signorelli und Eugenio Aguglia. 2020. »Lifetime Prevalence of Suicidal Ideation and Suicidal Behaviors in Gender Non-conforming Youths: A Meta-Analysis«. *European Child & Adolescent Psychiatry* 30, Nr. 8: 1147–61. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01508-5>.
- Wagner, Gudrun, Michael Zeiler, Karin Waldherr, Julia Philipp, Stefanie Truttmann, Wolfgang Dür, Janet L. Treasure und Andreas F. K. Karwautz. 2017. »Mental Health Problems in Austrian Adolescents: A Nationwide, Two-Stage Epidemiological Study Applying DSM-5 Criteria«. *European Child & Adolescent Psychiatry* 26, Nr. 12: 1483–99. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0999-6>.
- Young, Robert, Helen Sweeting und Patrick West. 2006. »Prevalence of Deliberate Self Harm and Attempted Suicide within Contemporary Goth Youth Subculture: Longitudinal Cohort Study«. *BMJ* 332: 1058–61. <https://doi.org/10.1136/bmj.38790.495544.7C>.
- Young, Robert, Nina Sproeber, Rebecca C. Groschwitz, Marthe Preiss und Paul L. Plener. 2014. »Why Alternative Teenagers Self-Harm: Exploring the Link between Non-suicidal Self-Injury, Attempted Suicide and Adolescent Identity«. *BMC Psychiatry* 14: 137. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-137>.
- Zinoviev, Dmitry, Dan Stefanescu, Gary Fireman und Lance Swenson. 2016. »Semantic Networks of Interests in Online Non-suicidal Self-Injury Commu-

nities«. *Digital Health* 2: 2055207616642118. <https://doi.org/10.1177/2055207616642118>.

