

*In ihrem eindringlichen Text beleuchtet **Cornelia Kost** die erhöhte Suizidalität bei trans Personen, zeigt Ursachen auf und betont die lebensrettende Bedeutung geschlechtsangleichender Maßnahmen.*

Suizidalität bei Transgeschlechtlichkeit

Hilfe bei Suizidgedanken

In akuten psychischen Krisen oder bei suizidalen Gedanken stehen Hilfsangebote zur Verfügung. Die Telefonseelsorge ist kostenlos, anonym und rund um die Uhr erreichbar unter: 0800 / 111 0 111 oder 0800 / 111 0 222

Es gibt auch Mail- und Chatberatung unter: telefonseelsorge.de

In Deutschland beendeten im Jahr 2023 10.300 Menschen ihr Leben durch einen Suizid (Statistisches Bundesamt, 2024). Das Verhältnis Männer zu Frauen betrug 2,7 zu 1 und ist seit Jahren etwa gleich. Erfolgreiche Suizide begehen in Deutschland 0,012% der Gesamtbevölkerung und sie machen 1% an den Todesursachen insgesamt aus (Statistisches Bundesamt, 2025). Die Lebenszeitprävalenz für Suizidversuche liegt bei 0,12% (DGS, 2025) und für Suizidgedanken wird sie auf über 10 % der Bevölkerung geschätzt (Bundestag, 2022).

Zu Suiziden bei geschlechtsdiversen Menschen liegen uns Zahlen aus den USA vor. Geschlechtsdiverse Menschen sind unverhältnismäßig hohem psychosozialen Stress ausgesetzt, dazu gehören Viktimisierung und andere gravierende Diskriminierungserfahrungen. Trans Menschen weisen deshalb im Vergleich zu cisgender Personen zahlreiche gesundheitliche Unterschiede auf. Die Lebenszeitprävalenz



Cornelia Kost, Jahrgang 1962, ist verheiratet und lebt mit einem Pflegekind in Hamburg. Die Psychologische Psychotherapeutin hat im Wahlfach Sexualwissenschaft studiert und ist, nach ihrem Diplom 1992, anerkannte Gutachterin im TSG-Verfahren. Seit 1994 arbeitet sie bei Therapiehilfe gGmbH in der Suchtkrankenhilfe.

Sie ist Geschäftsführerin des DRV anerkannten Ausbildungsinstitutes Thema gGmbH und dort Lehrtherapeutin tiefenpsychologisch fundiert. Sie ist Vorstandsmitglied der Hamburgischen Landesstelle für Suchtfragen und der Deutschen Gesellschaft für Trans- und Inter*geschlechtlichkeit e.V. Seit 2019 leitet sie mit 4be-TransSuchtHilfe bundesweit die erste Suchtberatungsstelle mit dem Schwerpunkt geschlechtsdiverse Menschen. Sie engagiert sich als trans Frau im VLSPP*.*

für Suizidgedanken liegt bei 81 % und ist um das 6,7 fache höher als bei cis Personen. 42% der befragten trans Menschen hatten im Laufe ihres Lebens einen Suizidversuch unternommen, nach dieser Studie um 4,4-fach höher als bei cis Personen (Kidd et al., 2023).

Trans Jugendliche sind einem höheren Suizidrisiko ausgesetzt als cisgender Jugendliche. 61% der trans Jugendlichen geben an, im Laufe ihres Lebens Suizidgedanken gehabt zu haben, und 30 bis 51% berichten von mindestens einem Suizidversuch im Leben (Thoma et al., 2019). Die Verabschiedung staatlicher Anti-Transgender-Gesetze erhöhte die Suizidversuche bei jungen trans Personen im Alter von 13 bis 17 Jahren um bis zu 72% (Lee et al., 2024).

Wenn wir den Anteil geschlechtsdiverser Menschen mit 0,6% niedrig ansetzen, begehen pro Jahr in Deutschland 2.640 trans Menschen einen Suizid-

versuch, bei einer 4,4-fach erhöhten Rate (OECD, 2023). Statistisch unternehmen somit jeden Tag 7 trans Menschen einen Suizidversuch und jede Woche würden sich 5 trans Menschen in Deutschland „erfolgreich“ suizidieren (s. Tabelle 1).

Die geschlechtsangleichende Hormontherapie (GAHT) ist für viele trans Menschen ein wesentlicher Bestandteil der Behandlung. Randomisierte kontrollierte Studien an trans Menschen sind unethisch. Deshalb ist die „Evidenz“ für den Einfluss der GAHT auf Geschlechtsdysphorie, Lebensqualität und psychisches Wohlbefinden ethisch begrenzt. Einige Kliniker und politische Entscheidungsträger nutzen den Mangel an Evidenz, um gegen die Bereitstellung geschlechtsangleichender Behandlungen zu argumentieren. Trotzdem belegen zahlreiche wissenschaftliche Studien die Wirksamkeit geschlechtsangleichender Maßnahmen.

Eine aktuelle Untersuchung von 38 Studien zeigt auf, dass GAHT Geschlechtsdysphorie und Körperunzufriedenheit verringert und in der Folge das psychische Wohlbefinden und die Lebensqualität bei trans Menschen verbessert (van Leerdam et al., 2023).

Eine aktuelle Studie zu den Effekten der geschlechtsangleichenden Hormontherapie (GAHT) bei trans Jugendlichen belegt den gleichen Effekt. Unter GAHT zeigten die Jugendlichen signifikante Verbesserungen in Bezug auf emotionale Leistungsfähigkeit, psychisches Wohlbefinden, soziale Zufriedenheit und Selbstwirksamkeit sowie eine signifikante Verringerung negativer Affekte und negativer sozialer Wahrnehmung (Olson-Kennedy et al., 2025).

Geschlechtsangleichende Maßnahmen bei Jugendlichen und Erwachsenen trans Menschen zu verhindern, wie es in UK und den USA in diesem Jahr passiert, nimmt Tote in Kauf.

PS: Die skandinavischen Studien

Eine Studie aus Schweden aus dem Jahr 2011 und eine aus Finnland von 2024 werden oft herangezogen, um zu „beweisen“, dass die Behandlung von Transgeschlechtlichkeit die Suizidalität fördern würde (Dhejne et al., 2011; Ruuska et al., 2024). Beiden Studien liegen nationale Daten der Gesundheitsbehörden zugrunde. Beiden fehlen die Kontrollgruppen, also transgeschlechtliche Menschen, die nicht behandelt wurden. Stattdessen wurden cis Menschen als „Kontrollgruppe“ ausgewählt, die wenig belastet waren. Es werden mit diesen Studien keine validen Ergebnisse produziert, da trans Personen zwangsläufig mehr Belastungen aufweisen. Der schwedischen Autorin ist das bewusst und einer der finnischen Autoren ist die transfeindliche SEGM-Aktivistin Riittakerttu Kaltiala, die am CASS-Review beteiligt war (Rob, 2024; Williams, 2015).

	Zahlen	Faktoren
Bevölkerung	83.600.000,00	
Suizidversuche	100.000,00	0,120
Suizide	10.300,00	0,012
Prozent erfolgreich	10,3	
Trans Personen	501.600,00	0,6
Suizide Trans ohne Faktor	61,80	
Suizidversuche Trans o. F.	600,00	
Suizidvers. mit F. erhöht	2.640,00	4,4
Versuche pro Tag	7,23	365
Suizide trans	271,92	10,3
Suizide trans Woche	5,23	52

Tabelle 1

Literatur:

- Bundestag. (2022, November 25). *Stellungnahme des Nationalen Suizidpräventionsprogramms für Deutschland zum Antrag „Suizidprävention stärken und selbstbestimmtes Leben ermöglichen“ (BT-Drucksache 20/1121)*. https://www.suizidpraevention.de/fileadmin/user_upload/Stellungnahme_SuizidpraeventionNov22.pdf
- DGS. (2025, Mai 24). *Deutsche Gesellschaft für*

Suizidprävention e.V. <https://www.suizidprophylaxe.de/suizidalitaet1/allgemeine-informationen/>

- Dhejne, C., Lichtenstein, P., Boman, M., Johansson, A. L. V., Långström, N., & Landén, M. (2011). Long-Term Follow-Up of Transsexual Persons Undergoing Sex Reassignment Surgery: Cohort Study in Sweden. *PLoS ONE*, 6(2), e16885. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0016885>
- Jadva, V., Guasp, A., Bradlow, J. H., Bower-Brown, S., & Foley, S. (2023). Predictors of self-harm and suicide in LGBT youth: The role of gender, socio-economic status, bullying and school experience. *Journal of Public Health*, 45(1), 102–108. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdab383>
- Kidd, J. D., Tettamanti, N. A., Kaczmarkiewicz, R., Corbeil, T. E., Dworkin, J. D., Jackman, K. B., Hughes, T. L., Bockting, W. O., & Meyer, I. H. (2023). Prevalence of substance use and mental health problems among transgender and cisgender U.S. adults: Results from a national probability sample. *Psychiatry Research*, 326, 115339. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115339>
- Lee, W. Y., Hobbs, J. N., Hobaica, S., DeChants, J. P., Price, M. N., & Nath, R. (2024). State-level anti-transgender laws increase past-year suicide attempts among transgender and non-binary young people in the USA. *Nature Human Behaviour*, 8, 2096–2106. <https://doi.org/10.1038/s41562-024-01979-5>
- Olson-Kennedy, J., Wang, L., Wong, C. F., Chen, D., Ehrensaft, D., Hidalgo, M. A., Tishelman, A. C., Chan, Y.-M., Garofalo, R., Radix, A. E., & Rosenthal, S. M. (2025). Emotional Health of Transgender Youth 24 Months After Initiating Gender-Affirming Hormone Therapy. *Journal of Adolescent Health*, S1054139X24005664. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.11.014>
- Reed, E. (2024, Juli 25). *Debunked: „The Swedish Study“ Doesn't Say What Anti-Trans Activists Claim It Says*. <https://www.erininthemorning.com/p/debunked-the-swedish-study-doesnt>
- Rob. (2024, März 15). *Gender dysphoria is not like sunshine: Finnish analysis of suicide risk is seriously flawed—TransLucent*. <https://translucent.org.uk/gender-dysphoria-is-not-like-sunshine-finnish-analysis-of-suicide-risk-is-seriously-flawed>
- Ruuska, S.-M., Tuisku, K., Holttinen, T., & Kaltiala, R. (2024). All-cause and suicide mortalities among adolescents and young adults who contacted specialised gender identity services in Finland in 1996–2019: A register study. *BMJ Mental Health*, 27(1). <https://doi.org/10.1136/bmjment-2023-300940>
- Schneider, B., & Fiedler, G. (2021). Suizid – Prävalenz, Bedeutung und Implikationen für die Prävention und Gesundheitsförderung. In M. Tiemann & M. Mohokum (Hrsg.), *Prävention und Gesundheitsförderung* (S. 955–966). Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-662-62426-5_62
- Statistisches Bundesamt. (2024, August 7). Todesursachen Suizide. *Statistisches Bundesamt (Destatis) | 2024*. <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Gesundheit/Todesursachen/Tabellen/suizide.html>
- Statistisches Bundesamt. (2025, Mai 24). *Bevölkerungsstand*. Statistisches Bundesamt. <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Bevoelkerung/Bevoelkerungsstand/inhalt.html>
- Thoma, B. C., Salk, R. H., Choukas-Bradley, S., Goldstein, T. R., Levine, M. D., & Marshal, M. P. (2019). Suicidal Disparities Between Transgender and Cisgender Adolescents. *Pediatrics*, 144(5), e20191183. <https://doi.org/10.1542/peds.2019-1183>
- Turban, J. L. (2021). Statement of Correction: Pubertal Suppression for Transgender Youth and Risk of Suicidal Ideation. *Pediatrics*, 154(1), e2024067026. <https://doi.org/10.1542/peds.2024-067026>
- van Leerdam, T. R., Zajac, J. D., & Cheung, A. S. (2023). The Effect of Gender-Affirming Hormones on Gender Dysphoria, Quality of Life, and Psychological Functioning in Transgender Individuals: A Systematic Review. *Transgender Health*, 8(1), 6–21. <https://doi.org/10.1089/trgh.2020.0094>
- Williams, C. (2015, November 2). Fact check: Study shows transition makes trans people suicidal. *TransAdvocate*. https://www.transadvocate.com/fact-check-study-shows-transition-makes-trans-people-suicidal_n_15483.htm
- Wilson, A., Ronnekleiv-Kelly, S. M., & Pawlik, T. M. (2017). Regret in Surgical Decision Making: A Systematic Review of Patient and Physician Perspectives. *World Journal of Surgery*, 41(6), 1454–1465. <https://doi.org/10.1007/s00268-017-3895-9>
- Xu, L., Chang, R., Chen, Y., Xia, D., Xu, C., Yu, X., Chen, H., Wang, R., Liu, Y., Liu, S., Ge, X., Ma, T., Zhou, Y., Wang, Y., Ma, S., & Cai, Y. (2022). The prevalence of childhood sexual experiences and intimate partner violence among transgender women in China: Risk factors for lifetime suicidal ideation. *Frontiers in Public Health*, 10, 1037622. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1037622>