

Leben und sterben lassen

Warum erschreckt uns das Thema des selbst gewählten Endes zu Tode? Selbstmordzahlen, pietätlos betrachtet.

25.07.2008 von **Birgit Schmid** , 4 Kommentare

Wenn das Bundesamt für Statistik mal wieder die neusten Zahlen zu den Todesursachen publiziert, erschreckt sich die Öffentlichkeit fürchterlich. Man wird zu sehr an die eigene Endlichkeit erinnert. Die Forderungen nach Präventionsmassnahmen, die Politiker und im autonomen Nachvollzug die Medien an die aufgelisteten Formen des Ablebens knüpfen, kann nur als Abwehr interpretiert werden, psychoanalytisch ausgedrückt. Sterben ist grausam. Lungenkrebs, Herzinfarkte, Verkehrsunfälle – gegen den Tod muss man etwas tun.

Ein besonderer Schrecken liegt im Thema Selbsttötungen. Besonders, wenn es Menschen trifft, die «in der Blüte des Lebens» stehen, junge Menschen. Die Statistik zu den «verlorenen Lebensjahren», welche die radikal vernichtete Zukunft ökonomisch berechnet, verstärkt den Schauer. Kompensatorisch wird die Todesangst auch hier abgeführt auf die politische Ebene. Der Staat soll präventiv aktiv werden und den Bürger vor sich selber schützen. Zur Spielsucht, Zigarettensucht, Medikamentensucht kommt die Sehnsucht nach dem Tod, die man per Gesundheitsgesetz bekämpfen will. Abgesehen davon, dass die Wirksamkeit von Präventionskampagnen umstritten ist: Die Dramatisierung mittels Selbstmordzahlen hält der Realität nicht Stand.

Wohl weil jeder einzelne Fall tragisch ist, halten sich viele Vorurteile rund um das selbst gewählte Ende. Das Suizidthema ist beispielhaft für die Wahrnehmung, dass «alles zunimmt», «immer mehr» und «immer schlimmer» wird. Im Anschluss an die Suizidstatistik fokussieren die einen auf die Alten («Suizid im Alter nimmt zu – für Prävention fehlt das Geld», «Tages-Anzeiger», 5. 7. 2008), die anderen auf die Jungen («Jeden dritten Tag tötet sich ein Jugendlicher», «NZZ am Sonntag», 13. 7. 2008). Was beide unterschlugen, obwohl es im Bericht des Bundes von Ende Juni über den Wandel der Todesursachen steht: Die Suizidrate hat seit den Achtzigerjahren kontinuierlich abgenommen, und zwar um fast 30 Prozent. Junge Erwachsene, generell Personen unter 50 -Jahren, töten sich weniger häufig. Wer tatsächlich lebensmüde wird, das sind die über 80-Jährigen. Körper und Geist verbrauchen sich. Eigentlich absurd: Mit steigender Lebenserwartung, die dem medizinischen Fortschritt zu verdanken ist und auf die Prävention abzielt, nimmt das Suizidrisiko zu.

Man sollte sich mal pietätlos an die Zahlen halten.

- Die Schweiz, so die gängige Meinung, nimmt bei der Suizidrate im europäischen Vergleich einen Spitzenplatz ein. Falsch: Mit fünfzehn bis zwanzig Selbsttötungen von 100 000 Personen pro Jahr liegt sie im oberen Mittelfeld.
- Noch nie haben sich so viele Menschen umgebracht wie heute. Falsch: Die höchsten Suizidraten der letzten 125 Jahre sind um 1900 anzutreffen.
- Am häufigsten legt man im Winter und Herbst Hand an sich. Falsch: Suizide häufen sich in den warmen Monaten.

«Zu den schillerndsten -Vorurteilen», schreibt der Sozialmediziner und Selbstmordforscher Vladeta Ajdacic-Gross von der Universität Zürich, «gehört die Idee, dass Suizid

etwas über den Gesundheits- oder Krankheitszustand der Gesellschaft verrät.» Der Glaube, dass uns Schweizern vor lauter Wohlstand der Sinn des Lebens abhanden komme, sagte er neulich in -einem Interview, sei «romantischer Nonsense». Den Eindruck schliesslich, dass sich unter jungen Menschen die meisten Sterbewilligen finden, vermittelt die Schlagzeile: «Bei den 18- bis 25-Jährigen ist Suizid die Todesursache Nummer 1.» Der Eindruck ist falsch, die Schlagzeile stimmt. Die Erklärung dafür, dass an Suizid in jungen Jahren am häufigsten gestorben wird, ist simpel und sollte nicht zum Kurzschluss führen, dass es immer mehr werden: In diesem Alter ist man im Normalfall putzgesund und leidet noch an keinen anderen Gebrechen. Lebensgefährlich sind höchstens Unfälle, Aids oder Drogen.

Jeder zweite bis dritte Jugendliche hat laut Umfragen schon an Suizid gedacht. Das ist nicht beruhigend, war aber schon 1960 oder 1985 so. Statt darin alarmiert ein Zeichen für eine hoffnungslose Jugend zu sehen, kann man sich zurückerinnern. Der Wunsch zu sterben gehört zu jener Zeit, da die Welt ein Vexierbild ist und die Psyche verzogen wie ein zu heiss gewaschener Wollpullover. Viel häufiger als vollbrachte Taten sind in diesen Jahren selbstverletzendes Verhalten und Suizidversuche. 2005 erfasst die Suizidstatistik zwei Personen zwischen 10 und 14 Jahren und 29 unter den 15- bis 19-Jährigen. Das Kokettieren mit Endgedanken ist meist vorübergehend, im Unterschied zu später, wo man die Absicht endgültig umsetzt oder sich, alt und krank, beim Abschied helfen lässt.

Trost im Dunkeln Suizidalität unterscheidet sich in den verschiedenen Lebensaltern. Ein betagter Mensch mag aus anderen Gründen nicht mehr als ein pubertierender. Suizidale Handlungen, hat ein Fachmann mal gesagt, gehörten bei Mädchen schon fast zur Sozialisation. Nach Motiven gefragt, sagen sie: Man will -jemandem eins auswaschen, wäre am liebsten dabei, wenn der Mutter die Todesnachricht überbracht wird, oder möchte den Schrecken des Lehrers sehen, wenn er vom Ableben seiner Schülerin erfährt. Bei Jugendlichen ist die selbstzerstörerische Absicht stärker. Wo alles im Fluss ist, geht das zum Glück meist vorüber. Ausgeprägter ist auch der Nachahmungseffekt, wie ihn «Werther» seinerzeit ausgelöst hat, das Jahr: 1774.

Wie tröstend die Fantasien von -einem möglichst dramatischen Ende sein können, weiss, wer je mit Sylvia Plath unter der «Glasglocke» steckte. Dieses Peer-Group-Gefühl versprechen heute Selbstmord-Foren im Internet. Man schaukelt sich gegenseitig hoch im Überdruß am Leben. Dass darin eine Gefahr liegt, man umso entschlossener oder sogar gemeinsam mit Leidensgenossen zur Tat schreitet, wie im Zusammenhang mit den neusten Suizidzahlen schon spekuliert wurde, ist nicht erwiesen. Entsprechende Fälle sind nicht bekannt. Und die Zahlen sprechen nach wie vor dagegen.

In allen Ländern Westeuropas haben gemäss Weltgesundheitsorganisation (WHO) die Selbstmordraten in jün-ge-ren Generationen abgenommen. Was sind die Gründe? Es kann kaum nur an den Präventionsprogrammen liegen, wo deren Fehlen gerade bemängelt wird, -etwa am schwereren Zugang zu Waffen und Medikamenten, Hotlines wie die Dargebotene Hand, besserer psychiatrischer Versorgung. Suizidforscher Vladeta Ajdacic-Gross erklärt sich die Abnahme um 30 Prozent damit, «dass die Menschen heute Namen haben für ihre negativen Gefühle und sich deutlich häufiger getrauen, Hilfe zu suchen». Für einmal hätte die Psychologisierung allen gesellschaftlichen Lebens einen positiven Effekt. Das ist nur eine mögliche Erklärung, die etwas gelassener stimmt, aber nicht die selbstmordfreie Gesellschaft prophezeit. Die Statistik kann schon nächstes Jahr wieder anders aussehen.

Was geht es den Staat an? «Es gibt nur ein wirklich ernstes philosophisches Problem: den Selbstmord», hat schon Albert Camus gesagt. Es ist schwierig, in den letzten Fragen Antworten zu -finden, auch wenn das Bedürfnis danach gross ist. Man wird den Tod, den sich ein Mensch als einziges Lebewesen aus freiem Willen selbst gibt, nie verstehen und verhindern können. Deshalb ist das Zauberwort «Prävention» hier besonders befremdlich. Es riecht zu sehr nach Bevormundung und Erziehung. Und einer Illusion, denn Leben birgt immer ein Suizidrisiko. Das Dasein kann einen nun mal in die tiefste Verzweiflung stürzen. Staatliche Interventionen stigmatisieren dieses Fühlen, eigentlich ein Menschenrecht, als fehlbar. Will man sich den Eingriff in die persönliche Freiheit gefallen lassen? Nein, sagt ein Leserbriefschreiber in der «Berner Zeitung» vom 9. -Juli und kommentiert die Forderung nach mehr Prävention: «Das ist Chabis. Was wir Alten wollen und brauchen, ist: zum Doc (Hausarzt) gehen, eine Pille holen, und wenn man nicht mehr kann, einnehmen, einschlafen und tschüss! So -eine Pille zu Hause beruhigt so sehr, dass man sie eventuell gar nicht mehr braucht. Wer weiss?»

So gesehen, wird allein der Gedanke an das Hintertürchen zur lebensverlängernden Massnahme. Wie hat schon der rumänische Philosoph E. M. Cioran gesagt: «Wenn es die Möglichkeit des Selbstmordes nicht gäbe, hätte ich mich schon längst umgebracht.»

4 Reaktionen:

Ralph Kocher

Eigentlich ist so ein “Ausloggen” nur der folgende Schritt an ein Burnout. Weil: Die Ruhe (als Einziges) will man mehr. Diese Sehnsucht ist bedeutender als der Alltagsstress. Nun denn, die Psychologie muss es also richten. Die Klientel dementsprechend also noch marktkonformer bezirzen?

Freitod demzufolge geht bilanzmässig wohl schlecht aus.

Deswegen ist ja auch der Hanf verboten. Weil Selbstheilung wäre quasi ebenfalls contra marktwirtschaftliche Allüren.

Wir dürfen zwar ausspannen. Wobei hier der Markt ein eigenes Segment hat.

Psychohygiene und Seelennahrung pur?

Primär “Opfer” bleiben diejenigen doch, welche eine Therapie aufgedrängt kriegen. Man kann an Erlebtem schliesslich auch (selber) wachsen. Nur “tempomässig” sollte man es sich einigermaßen einrichten können.

WEIL DIE ZEIT DRÄNGT.

Damit Du wieder voll fit für die Front bist...!

Karel Gelnar

Der Slogan des Philosophen E.M.Cioran ist genialisch. Es gibt aber Situationen, wo der Tod die Erlösung wäre... und die nicht kommt. Ich denke an die Tragödie eines tschechischen Paradesanten aus England, der in die Hände der Gestapo in Prag gefallen ist und zweimal probierte sich umzubringen - vergebens.

Wil Vonier

Unabhängig davon, auf welchem (Spitzen.)-Platz wir europäisch bezüglich Suizidrate stehen, unabhängig welcher Kultur-Ethik wir angehören, ist Suizid oder besser selbstbestimmter Tod für den Wechsel vom Leben zum Tod in - hoffnungslosen, nicht heilbaren Fällen - verständlich und i.O.

Obwohl ich noch in bester körperlicher und- auch geistiger Verfassung bin, sehe ich nicht ein- weshalb ich mir, meiner Frau/Familie/Umgebung und- dem Staat! als irgendwann mal hoffnungsloser Fall zur Last fallen soll. Allerdings ist es dann nicht Suizid, sondern sinnvolle, dem Leben resp. Sterben angepasste kultivierte Erlösung.

was für viele Menschen so nicht verständlich ist/sein wird.

(was ich auch verstehe!)

Andrea Hadorn-Stuker

Das Wichtigste vorweg: Wir sollten nichts gegen die Freiheit unternehmen, sich das Leben nehmen zu können. Diese Freiheit und ihre Wirkung ist schön beschrieben. Beim Thema Suizidprävention hat die Autorin aber übertrieben. Prävention "riecht nach Bevormundung", ist ein "Eingriff in die persönliche Freiheit" und "staatliche Intervention". Was sind denn die Mittel der Prävention, wie wir sie von Kampagnen des Bundes her kennen? - Aufklärung, Hinweise, extremsten- uns seltenstenfalls (moralische) Appelle. Und zwar auf Plakaten, in Inseraten, auf Werbepostkarten, in Broschüren. Das sind doch Methoden und Medien, welche die Presse schon lange in Gebrauch hat. Sollte das schon Bevormundung und Interventionen sein? Einen anderen Blickwinkel haben Betroffene eines Suizids in einer Familie. Sie sind interessiert zu erfahren, ob sie diese tödliche Bewältigungsstrategie hätten wahrnehmen und ansprechen können. Diese Gedanken werden Sie bei niemandem abstellen können, der sie hegt. Aus dieser Perspektive ist mehr Aufklärung über Suizid, wie der Artikel sie teilweise leistet, nötig. Ob die Übertreibungen zur Suizidprävention hilfreich sind, soll Ihre Leserschaft selber beurteilen.