

«Selbstmord ist oft die Abwesenheit der anderen»

Am kommenden Donnerstag, 10. September, ist weltweiter Suizid-Präventionstag. Im Bildungs- und Seminarhaus Gutenberg in Balzers referiert der bekannte Psychiater, Psychotherapeut, Neurologe und Bestsellerautor Reinhard Haller zum Thema. Mit der «Liewo» sprach er über Signale, welche die Mitmenschen von suizidalen Personen nicht ignorieren dürfen.

von Michael Winkler

Herr Haller, wie «normal» ist der Suizid in unserer Gesellschaft?

Reinhard Haller: Suizid als die nur dem Menschen vorbehaltene wilentliche Vernichtung des eigenen Lebens hat es immer schon gegeben. Man muss unterscheiden zwischen Bilanzsuiziden, also klar geplanten Selbsttötungen, und suizidalen Handlungen von psychisch kranken Menschen. Etwa 30 Prozent aller Suizidhandlungen stehen im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen, hauptsächlich mit Depressionen.

Wo ist Ihrer Ansicht nach bei den Betroffenen die Grenze zwischen «Es geht noch» und «Es geht nicht mehr!»?

Wenn sich der Betroffene in einer aussichtslosen, verzweifelten Lage fühlt und nur noch in der grossen Ruhe des Todes eine Lösung sieht, ist hohe Suizidgefahr gegeben. Da sich suizidale Menschen immer verlassen und vereinsamt fühlen, ist es wichtig, mit ihnen zu sprechen und sie aus ihrer Isolation zu befreien.

PERSÖNLICH

→ Der Bregenzerwälder **Prof. Dr. Reinhard Haller**, Jahrgang 1951, ist ein gefragter Psychiater, Psychotherapeut, Neurologe und Bestsellerautor. Besondere Beachtung erlangte Haller durch prominente Gerichtsgutachten – z. B. zum sexuellen Serienmörder Jack Unterwiesing oder zum Bombenattentäter Franz Fuchs. Haller ist seit mehr als 30 Jahren ärztlicher Leiter der Stiftung Maria Ebene in Frastanz. Diese ist das Vorarlberger Zentrum für alle Fragen der Vorbeugung, Beratung und Behandlung von Suchtgefährdung und Suchtkrankheiten.

Am kommenden Donnerstag, 10. September, referiert Reinhard Haller am Bildungs- und Seminarhaus Gutenberg in Balzers zum Thema «Suizid – Scheitern am Leben».

Weitere Infos:
www.haus-gutenberg.li



«Suizid – Scheitern am Leben»: Reinhard Haller referiert in Balzers unter anderem über Hilfe- und Präventionsmöglichkeiten.

FOTO: ARCHIV/DANIEL SCHWENEDER

Gibt es auffällige Gemeinsamkeiten im Charakter von Menschen, die sich das Leben nehmen?

Besonders gefährdet sind depressive und süchtige Menschen. Auch mit unheilbaren körperlichen Erkrankungen ist ein hohes Suizidrisiko verbunden, besonders im Moment der Diagnosestellung. Alte Menschen vollenden Selbsttötungen viel eher als junge, welche es viel häufiger beim Suizidversuch bewenden lassen. Auf jeden Suizid fallen 20 bis 50 Suizidversuche.

Gibt es verlässliche Zeichen für Angehörige und Freunde, dass ein Mensch eine Gefahr für sich selbst darstellt? Wie kann man gegen diese Kräfte wirken, die einen Menschen in den Suizid treiben?

Die wichtigsten Kennzeichen sind Rückzug und Kontaktabbruch, ferner auch Todeswünsche und aggressive Symbolhandlungen. Mehr als 70 Prozent der Betroffenen kündigen ihren Suizid vorher an. Die Meinung, dass der, welcher davon spricht, es ganz sicher nicht

tut, ist grundlegend falsch und hat schon vielen Menschen das Leben gekostet.

Besonders spektakulär werden in der Medienlandschaft Amokläufe – wie jüngst in Arizona – abgehandelt. Welche Rolle spielen die Medien in dieser Thematik? Senkt die gehäufte Berichterstattung die Hemmschwelle zum Suizid und zum erweiterten Suizid?

Amokläufe und Selbstmordanschläge sind keine erweiterten Suizide, wie es sie bei depressiven Müttern gibt, sondern erweiterte Morde. Bei Suizidhandlungen ist immer grosse Nachahmungsgefahr gegeben, welche man als «Werther-Effekt» (benannt nach der gleichnamigen Novelle von J. W. v. Goethe; Anm.) bezeichnet. Die mediale Berichterstattung sollte deshalb behutsam und nicht schreierisch sein.

Kann die Gesellschaft irgendwie gegen die Häufung von Suizidfällen vorgehen? Gibt es

überhaupt ein Mittel oder bleibt Angehörigen und Freunden nur noch die Trauerarbeit, weil man hilflos ist?

Gesellschaftlich ist es wichtig, keine suizidale Stimmung zu erzeugen, wie es sie im Lauf der Geschichte immer wieder gegeben hat. Heute ist die Gefahr durch die sogenannte assistierte Sterbehilfe besonders gross. Generell ist es aber wichtig, in seinem Umfeld auf psychische Not, Depressivität und Vereinsamung zu achten. Bietet man einem suizidalen Menschen Kontakt an, ist schon viel gewonnen. Wie sagte doch Paul Valéry: «Selbstmord ist oft die Abwesenheit der anderen».

Am 10. September referieren Sie im Haus Gutenberg in Balzers zum Thema «Suizid – Scheitern am Leben». Was erwartet die Gäste des Vortrags?

Eine medizinische, psychologische und soziale Analyse des Suizidproblems mit konkreten Hinweisen auf Erkennungs-, Hilfe- und Präventionsmöglichkeiten.