

Gute Frage!

Wie beeinflussen Medienberichte über Selbsttötungen die Suizidrate?

Haben Sie eine Frage an unsere Experten?

Dann schreiben Sie mit dem Betreff »Gute Frage!« an:

gehirn-und-geist@spektrum.de

In Goethes Roman »Die Leiden des jungen Werthers« nimmt sich der Titelheld aus Gram über die unerwiderte Liebe zur schönen Charlotte das Leben. Das Buch sorgte Ende des 18. Jahrhunderts in ganz Europa für Begeisterung, führte aber auch zu einer Reihe von Nachahmungs-Suiziden – der »Werther-Effekt« war geboren. Bis heute finden sich zahlreiche Belege für dieses Phänomen. Berichten Medien ausführlich über Selbsttötungen von Prominenten, steigt die Suizidrate in der Bevölkerung daraufhin meist merklich an.

So auch im Fall des Nationaltorhüters Robert Enke, der sich im Jahr 2009 an einem Bahnübergang vor einen Zug warf. In den Tagen danach kam es zu einer deutlichen Zunahme der so genannten Schienensuizide. In einer eigenen Untersuchung konnten wir aber auch einen bedenklichen Langzeiteffekt nachweisen: Diese Todesart trat in den zwei Jahren nach Enkes Tod knapp 19 Prozent häufiger auf als in den zwei Jahren zuvor. Die Nachahmer waren oft ähnlich alt und meist ebenfalls männlich.

Doch wie kommt es zu diesem Effekt? Wir gehen davon aus, dass die Berichterstattung die »kognitive Verfügbarkeit« dieser Handlungs-

option erhöht. Das bedeutet: Wer zuvor schon verzweifelt war, bekommt möglicherweise einen Weg aufgezeigt, den er sonst – ohne »Vorbild« – nicht gegangen wäre.

Viele sehen den Suizid vorrangig als einen »Freitod«, als bewusste Entscheidung eines Men-

schen, aus dem Leben zu scheiden. Diese Vorstellung heroisiert suizidale Handlungen aber unnötig: Hintergrund ist in über 90 Prozent der Fälle eine

nicht optimal behandelte psychiatrische Erkrankung. Die Mehrzahl der Suizide steht in Verbindung mit einer Depression oder einer schizophrenen Psychose, häufig sind auch Alkohol- oder Drogenprobleme im Spiel.

Der kritische Moment, der zur Selbsttötung führt, ist oft nur kurz. Häufig ist es eine akute Krise, die zu dem Gedanken führt, sich selbst etwas antun zu wollen. Wird diese überstanden, sieht die Welt bald wieder hoffnungsvoller aus. Nach meiner Erfahrung sind die meisten Menschen nach einem »gescheiterten« Suizidversuch sehr dankbar, weiterhin am Leben zu sein, auch wenn es oft bittere Seiten hat.

Die Selbsttötung wird häufig als eine nachvollziehbare Reaktion auf schwierige Lebensumstände angesehen. Meist muss nicht lange ge-

Nach dem Freitod des Nationaltorhüters Robert Enke stieg die Zahl der Schienensuizide deutlich

sucht werden, um auf vermeintliche Ursachen zu stoßen: Bei jungen Leuten ist es womöglich Liebeskummer, bei Berufstätigen der Stress im Job, bei älteren Menschen die Angst vorm Seniorenheim oder eine schwere körperliche Krankheit. Diese äußeren Faktoren werden in ihrer Bedeutung oft überschätzt. Auch schlimmste Belastungen bieten für sich genommen noch keinen Grund für einen Suizid. Das zeigt etwa eine Studie aus Großbritannien, in der die Krankenakten von Millionen hausärztlichen Patienten ausgewertet wurden, darunter auch solchen, die sich das Leben genommen hatten.

Bei 3,4 Prozent der Suizidopfer war zuvor Krebs diagnostiziert worden. In einer Kontrollgruppe, die hinsichtlich Alter und Geschlecht vergleichbar war, lag der Anteil derer mit einer Krebsdiagnose bei 3,2 Prozent, also nur unwesentlich niedriger. Bei anderen schweren Erkrankungen stießen die Forscher auf ähnliche Ergebnisse. Zum Suizid führte also nicht die Krankheit, sondern vermutlich eine nicht erkannte oder nur unzureichend behandelte Depression.

Bei der Berichterstattung über Selbsttötungen stehen die Medien vor einem Dilemma: Einerseits bedeutet gute journalistische Arbeit, an-

schaulich und detailliert über Geschehnisse von öffentlichem Interesse zu informieren. Andererseits haben gerade diese emotionalen Beschreibungen oft fatale Konsequenzen.

Wir von der Stiftung Deutsche Depressionshilfe haben deswegen Richtlinien für die Berichterstattung über Suizide entwickelt. In unserem Leitfaden raten wir beispielsweise davon ab, detailliert auf Ort und Methode der Selbsttötung einzugehen. Auch ergreifende, dramatisch zugespitzte Schilderungen der scheinbaren Beweggründe erhöhen die Gefahr eines »Werther-Effekts«.

Meistens gehen solche Handlungen schlicht auf eine nicht behandelte psychiatrische Erkrankung zurück – und

sollten auch so dargestellt werden. Oft bietet es sich an, im Artikel auf Krisentelefone und Kontaktadressen für gefährdete Menschen hinzuweisen. Medien tragen hier eine große Verantwortung: Suizide sind schreckliche, vermeidbare Ereignisse, die zudem noch traumatisierte Angehörige zurücklassen.

Ulrich Hegerl ist Professor für Psychiatrie am Universitätsklinikum Leipzig. Seit 2008 leitet er die Stiftung Deutsche Depressionshilfe.

Wird ein Suizid in den Medien zur Heldentat stilisiert, steigt die Gefahr eines »Werther-Effekts«

Webtipp

Hegerl, U. et al.: Empfehlungen zur Berichterstattung über Suizid: Wie Journalisten Nachahmungstaten verhindern können

www.deutsche-depressionshilfe.de/stiftung/bilder/Medienguide_2014.pdf

Quellen

Hegerl, U. et al.: One Followed by Many? – Long-Term Effects of a Celebrity Suicide on the Number of Suicidal Acts on the German Railway Net. In: Journal of Affective Disorders 146, S. 39–44, 2013

Webb, R.T. et al.: Suicide Risk in Primary Care Patients with Major Physical Diseases: A Case-Control Study. In: Archives of General Psychiatry 69, S. 256–264, 2012

Ziegler, W., Hegerl, U.: Der Werther-Effekt. Bedeutung, Mechanismen, Konsequenzen. In: Der Nervenarzt 73, S. 41–49, 2002