

Tabuthema Suizid

Bildungsdirektion Wien , 14. März 2023

Im Rahmen der Wiener Bildungsgespräche, moderiert von **Mag. Michaela Ehgartner-Smolka**, referiert der Journalist **Golli Marboe** als betroffener Vater zum Thema Selbstmord. Sein Sohn Tobias nahm sich am 26. Dezember 2018 das Leben.

Marboe spricht mit sehr persönlichen Worten auch eine grundsätzliche Problematik an. Obwohl durch Suizid drei Mal mehr Menschen als im Straßenverkehr sterben, wolle man über Selbstmord in der Gesellschaft nicht sprechen. Auch die Medien halten sich zurück um Nachahmungseffekte zu vermeiden. Er verweist auf Goethes Roman Werther, der die Selbstmordrate in die Höhe schnellen ließ. Diesem „Werther Effekt“ möchte er aber den „Papageno Effekt“¹ gegenüberstellen. Es brauche Hilfe von außen durch Selbstermächtigung. Die Gesellschaft müsse dafür sensibilisiert werden, dass Suizid nicht nur Privatsache sondern auch ein Thema des gesellschaftlichen Klimas sei.

„Ein Selbstmörder möchte nicht sterben sondern nicht so weiterleben wie bisher“.

Das gesellschaftliche Umfeld sei überfordert, die Problematik zu erkennen. Man spüre nicht, ob die Situation gefährlich sei oder es sich nur um schlechte Laune handle. Eltern glauben zu lange, dass sie helfen könnten und sie wissen auch nicht, was sie tun sollen. Eltern müssen sich nicht schuldig fühlen, Mitverantwortung tragen sie aber.

Marboe appelliert professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen und Psychiater:innen aufzusuchen. Es müssten viel mehr Therapieplätze geschaffen werden, die von der Krankenkasse bezahlt werden. Über andere Krankheiten spreche man, bei Depression habe man Hemmungen. Ein offenes Gespräch sei aber eine wirksame Präventionsmaßnahme. Es stimme auch nicht, dass Antidepressiva oder Psychopharmaka abhängig machen. Niemand finde etwas daran Entzündungen mit Antibiotika oder die Zuckerkrankheit mit Insulin zu behandeln. Genau so „normal“ müsste eine Behandlung für Krankheiten der Seele gesehen werden.

Wichtiger als die Früherkennung sei es aber zu verhindern, dass diese Krankheiten überhaupt stehen. In diesem Zusammenhang kritisiert **Marboe** das Bildungssystem, das er für viele Probleme junger Menschen verantwortlich macht. Die Talente zählten zu wenig, anstatt eigene Stärken entwickeln und ihren Begabungen folgen zu können, müssten die Kinder sich vor allem mit jenen Fächern befassen, in denen sie nicht gut sind um zu schlechte Noten zu vermeiden. Viele Jugendliche hätten großen Stress bei Schularbeiten, Tests und Abschlussprüfungen. Er plädiert dafür eher Sozialarbeiter:innen als Schulpsycholog:innen in die Schulen zu schicken, da diese seiner Meinung nach effizienter helfen könnten.

Später hätten Jugendliche Angst sich das Leben nicht mehr leisten zu können, die Verteilungsgerechtigkeit sei in unserer Gesellschaft nicht gegeben. Den Alkohol bezeichnet er als gefährlichste Droge unserer Zeit.

Suizid müsste in Qualitätsmedien und in der Öffentlichkeit ein wichtigeres Thema werden. Viele Probleme seien auf einen Mangel an Medienkompetenz zurückzuführen. Für den Medienkonsum müssten Regeln aufgestellt werden. Es sollte keine Unterscheidungen zwischen einer Begegnung im realen und im virtuellen Raum geben.

Marboe erinnert sich an einen Satz seines Sohnes „Die Hoffnung stirbt nicht zuletzt, weil die Hoffnung gar nicht sterben kann“. Diese Hoffnung gibt ihm Kraft da er überzeugt ist, dass es irgendwann ein Wiedersehen mit seinem Sohn geben werde.

¹ <https://www.meduniwien.ac.at/web/ueber-uns/news/detailseite/2018/news-im-november-2018/papageno-effekt-aufklaerung-durch-andere-menschen-mit-eigenen-suizidalen-erfahrungen-kann-suizidgedanken-verringern/>

Zuletzt stellt **Marboe** dann den von ihm gegründeten „Verein zur Förderung eines selbstbestimmten Umgangs mit Medien“ vor. Er verweist auf eine Studie, die die Wechselwirkung von Medienkonsum und psychischer Gesundheit untersuchte.

Marboe initiierte auch die Tage der psychischen Gesundheit (Mental Health Days), die Schulen, ohne dass ihnen Kosten erwachsen, buchen können. Diese Tage sollen einen Beitrag dazu leisten, dass nicht mehr zwischen physischer und psychischer Gesundheit unterschieden wird. Im Schottengymnasium² und in der Berufsschule für Verwaltungsberufe haben sie 2022 stattgefunden. Es werden dabei für jede Schulstufe, abgestimmt auf das Alter der Teilnehmenden, psychische Gesundheitsthemen besprochen. Auch für Eltern gibt es ein Modul.

Als Themen werden z. B. Mobbing, Internetabhängigkeit, Depression, Suizidgefährdung und Existenzängste behandelt.

Geplant ist an 100 Schulen in ganz Österreich jährlich einen "mental health day" zu veranstalten.

² <https://www.mentalhealthdays.eu/pilot/schottengymnasium>