

Die Unsichtbaren gab es schon immer

Epilog zur Suizidprävention im und jenseits von Alter

50

angewandte
Forschung

Dr. Martine Hoffmann

Cellule de Recherche

Suizidalität ist ein trauriges Stück Lebenswirklichkeit vieler alter Menschen. Eine Lebenswirklichkeit, die bis heute wenig Beachtung im öffentlichen Bewusstsein gefunden hat. Obschon die Statistiken eine eindeutige Sprache sprechen und Suizide bei älteren Menschen, die der unter 25-Jährigen um das drei- bis vierfache übersteigen, scheint das seelische Leiden der Schwachen und Gebrechlichen doch eher am Rande der gesellschaftlichen Dringlichkeit verortet. Entsprechend wenig Aufmerksamkeit wird den psychischen Nöten alter Menschen auch in der einschlägigen Forschungs- und Psychotherapielandschaft geschenkt. Dass im praktischen Lebensalltag viele der mehr oder weniger offensichtlichen Warnsignale und Risikohinweise für Suizidalität bei alten Menschen schlichtweg nicht erkannt, übersehen oder unterschätzt werden, mag vor diesem Hintergrund wenig verwundern. Dafür sollte es uns umso mehr erschrecken.

Es drängen sich unweigerlich Fragen auf: Einerseits Fragen, wie alte Menschen wahrgenommen werden und welche (impliziten) Bilder die Wahrnehmung (ver)leiten. Und wie „wahr“ diese Wahrnehmung sein kann oder wie fehlerhaft, wie verkürzt, wie gewohnt, wie unhinterfragt? Fragen auch, ob der schon fast dystopisch anmutende Einblick in das Seelenleben vieler alter Menschen die Euphorie einer Gesellschaft, die die Langlebigkeit als Krönung ihrer kulturellen Errungenschaft undifferenziert und unreflektiert zelebriert, zu sehr trüben würde? Zu sehr stören? Zu sehr verstören? Andererseits stellt sich die Frage nach der Würde und der Mensch-

lichkeit einer Gesellschaft, die – um es mit den Worten Theodor W. Adornos zu sagen – „nur so gut ist wie ihr Umgang mit den Schwächsten ihrer Mitglieder“. Wir müssen uns fragen, in welchem Ausmaß wir als Gesellschaft, als Profis und als Mitmenschen auch bereit sein wollen „richtig“ hinzusehen? In welchem Ausmaß wir es wagen wollen, aus unserer Komfortzone herauszutreten, unser (partielles) Scheitern zu akzeptieren und unsere Haltung und Verhalten tatsächlich zu ändern? Schließlich würde dies bedeuten, sich der Psyche des alten Menschen „wahrhaftig“ anzunehmen, die Psyche als gleich wichtig, gleichgewichtig und gleichwertig zum Körperlichen anzuerkennen, sie zu erforschen, sie zu behandeln.

Fakt ist: Probleme existieren unabhängig von ihrer Benennung. Aber es bedarf eines Problem-bewusstseins, um sie zu lösen. Letztlich sind Alterssuizide der immer größer werdende „Elefant im Raum“, der uns als Gesellschaft, als professionelle BehandlerInnen und TherapeutInnen, als Familie und Angehörige zum Hinsehen, zum Nachdenken anregt und zum Handeln bewegt. Dazu soll besonders auch die im Herbst vergangenen Jahres erschienene Broschüre „Ja zum Leben, aber nicht mehr so – Suizidprävention im Alter“ ihren Beitrag leisten. Zielsetzung dieser Publikation, die im Rahmen des nationalen Suizidpräventionsplans in Zusammenarbeit mit dem Center für Altersfragen, der Ligue und der Arbeitsgruppe zur Suizidprävention im Alter entstanden ist, ist die Sensibilisierung für die Bedeutsamkeit der Suizidalität im Alter. Neben wichtigen Hinweisen zur Risikofrüherkennung werden dar-

in u.a. auch verhaltensrelevante Strategien zur Vorbeugung aufgezeigt sowie auf professionelle Hilfs- und Unterstützungsangebote für Betroffene, Angehörige und Professionelle aufmerksam gemacht. Die Broschüre kann kostenlos unter www.prevention-suicide.lu auf Deutsch oder Französisch heruntergeladen werden und ist auf Anfrage auch in Papierdruck erhältlich.

Wenn schon der „Elefant im Raum“ steht, um auf die besonders suizidgefährdete Population alter Menschen hinzuweisen, dann steht diese Metapher gleichsam auch für andere unsichtbare, marginalisierte, diskriminierte, ausgegrenzte Risikogruppen. Es sind dies all jene Menschen, die – unabhängig vom Lebensalter – nicht in die gesellschaftliche Norm passen, die vielleicht anecken, weil sie anders aussehen, anders leben, anders glauben, anders fühlen. Es sind auch diejenigen, die aufgrund ihres „Soseins“ massive Ausgrenzung, Mobbing, Demütigungen oder Gewalt erlebt haben. Es sind auch diejenigen, die um ihre Existenz fürchten müssen und die von Armut betroffen sind. Und es sind diejenigen, die mit psychischen Erkrankungen (u.a. Depressionen, Suchterkrankungen) und diejenigen, die mit chronischen körperlichen Schmerzen leben müssen. Es sind die schwächsten und die fragilsten Mitglieder unserer Gesellschaft, die Hilf- und Wehrlosesten, die spezifischer und indizierter Präventionsmaßnahmen bedürfen. Diese Unsichtbaren gab es schon immer. Für sie ist ebenfalls der nötige (Wahrnehmungs-)Raum zu fordern, das nötige Problembewusstsein zu schaffen und sind spezifische bzw. indizierte Präventionsansätze zu fördern.

Um ein gesellschaftliches Tabu zu lüften, muss es „an die Luft“.

Es muss in den öffentlichen, politischen, fachlichen und privaten Raum eindringen.

Und es muss anregen, aufregen und – im günstigen Fall – ein Reflex zur kritischen (Selbst-)Reflexion über Strukturen, Praxis und innere Haltung initiieren.

“

Letztlich sind Alterssuizide der immer größer werdende „Elefant im Raum“, der uns als Gesellschaft, als professionelle BehandlerInnen und TherapeutInnen, als Familie und Angehörige zum Hinsehen, zum Nachdenken anregt und zum Handeln bewegt.