

Lieber Sterben als Hilfe suchen

Topmanager müssen beruflich und privat stets auf der Höhe sein. Bis es nicht mehr geht

«Hilfe suchen» bedeutet für Männer gleich viel wie «Schwäche zeigen» – erst recht für Topmanager. Dabei wäre genau das sinnvoll. Denn auch ein depressiver Manager kann ein guter Manager sein.

VON RAFFAEL SCHUPPISSER
UND CLAUDIA WEISS

Drei Männer, drei Schicksale, und doch verbindet einiges die drei Spitzenmanager Othmar Vock (70 †), Carsten Schloter (49 †) und Pierre Wauthier (53 †). Alle drei waren ganz oben, alle drei sahen keinen Ausweg mehr und alle drei setzten ihrem Leben im Abstand von wenigen Wochen ein Ende.

Ist das bloss Zufall? Oder handelt es sich hier um einen Fall von Nachahmung? In der Psychologie spricht man dann vom sogenannten Werther-Effekt – zurückgehend auf Johann Wolfgang von Goethes «Die Leiden des jungen Werthers» –, wenn Suizide von öffentlich bekannten Personen, Mitmenschen ebenfalls dazu verleiten, sich umzubringen.

«Auszuschliessen ist ein Werther-Effekt nicht, doch ohne die persönlichen Umstände der Verstorbenen genau zu kennen, lässt sich das nicht beurteilen», sagt Wolfram Kawohl, Leiter des Zentrums für Soziale Psychiatrie der Universitätsklinik Zürich. Als Erklärungsansatz alleine reicht der Werther-Effekt ohnehin nicht aus. «Es kommen immer verschiedene psychische und soziale Faktoren zusammen, die letztlich dazu führen, dass sich jemand suizidiert», erklärt der Psychiater und Psychotherapeut.

Sind Topmanager besonders suizidgefährdet? «Das würde ich nicht sagen», meint Urs Hepp, Leiter der Psychiatrischen Dienste Aargau. Zugute käme den Konzernchefs, dass sie sich besonders gewohnt sind, mit grossem Druck umzugehen. «Andererseits trauen sich Topmanager weniger, Schwächen einzugehen, was das Suizidrisiko wieder erhöht», erklärt der Psychiater.

GRUND FÜR EINEN SUIZID ist meistens eine tiefgreifende Lebenskrise, die oft mit einer Depression verbunden ist. Und diese wird gerade von Topmanagern allzu oft ignoriert. «Persönlichkeiten, die in der Öffentlichkeit stehen, haben eine grössere Hemmung, sich und ihren Mitmenschen einzugestehen, dass sie an einer psychischen Krankheit leiden.» Sie wollen sich keine Blöße geben. Stattdessen präsentieren sie sich so, wie das die Mitarbeiter und die Gesellschaft erwarten: Als dynamischer Chef mit einem harmonischen Familienleben,



Kein Ausweg mehr aus der Dunkelzone: Psychische Krankheiten werden in der ganzen Gesellschaft tabuisiert. CHROMORANGE

der sich auch noch Zeit nimmt, regelmässig Sport zu treiben. Schwächen wie Unsicherheit oder gar eine Erschöpfungsdpression passen nicht in dieses Bild.

Statt sich behandeln zu lassen, ignorieren sie die Anzeichen wie Schlaflosigkeit und arbeiten weiter. «Das führt in einen Teufelskreis», sagt Urs Hepp. «Man arbeitet langsamer, hadert mit Entscheidungen, was den Druck noch grösser macht und die Depression verstärkt.» Oft sehen dann die Betroffenen nur noch den Suizid als Ausweg – und lassen ihre Mitmenschen ratlos zurück.

ALLERDINGS WERDEN psychische Krankheiten nicht nur in den Führungsetagen, sondern noch immer in der ganzen Gesellschaft tabuisiert. Das zeigt eine neue repräsentative Studie im Auftrag der Werner-Alfred-Selo-Stiftung in Kooperation mit Pro Mente Sana. «Besonders Männer und ältere Menschen schweigen das Thema psychische Krankheiten häufiger ab, während Frauen und Jüngere besser informiert sind und möglicherweise dadurch offener darüber sprechen», so lautet ein Ergebnis der Studie mit 642 Befragten zwischen 15 und 74 Jahren. «Zugleich zeigen sich aber jüngere, leistungsorientierte Personen härter in ihren stigmatisierenden Urteilen.»

Das mag bei den drei Topmanagern eine Rolle gespielt haben. Aber nicht die einzige, ein anderer Faktor wiegt vielleicht noch schwerer: «Besonders stark ist das Tabu in der Arbeitswelt», lautet das Fazit der Umfrage. Nur jeder Zehnte würde unter Arbeitskollegen über psychische Probleme sprechen, während sich doch immerhin jeder Vierte gegenüber dem Vorgesetzten outen würde. Stattdessen, so zeigte die Befragung, werden 75 Prozent der Depressionskrankheiten am Arbeitsplatz entweder verschwiegen oder mit anderen Krankheitsbildern übermalt.

Dabei ist das genau der falsche Weg. Denn wer über seine Probleme spricht, findet eher einen Ausweg. Auch für Topmanager besteht dieser. «Es gibt bestimmt auch Wirtschaftsführer, die mit einer Depression richtig umgehen, sich behandeln lassen und ihren Job so weiter ausüben können», ist Urs Hepp überzeugt. Depressionen lassen sich behandeln, ohne dass der Betroffene dabei den Anschluss an die Arbeitswelt verliert.

Es mag etwas paradox klingen», sagt Wolfram Kawohl, «aber unsere Untersuchungen haben gezeigt, dass ausschliessliche Schonung nicht unbedingt förderlich ist, um eine Depression zu behandeln.» Stattdessen sollte man nach einer kurzen Auszeit durchaus wieder in die Arbeitswelt zurückkehren, wobei es wichtig sei, dass der Arbeitsplatz auch zu einem passenden. Das zumindest klingt nach einer guten Nachricht für arbeitseifrige Manager.