

„W-Forum“: „Leistungssport und Überforderung - Die Rolle des Sports in der Medien- und Leistungsgesellschaft“

Freitag, dem 11. Dezember 2009, 11:00 Uhr
Anhörungssaal - Raum 3.101
Marie-Elisabeth-Lüders-Haus

Vortrag: **Eberhard Gienger, MdB**

Sehr geehrte Damen und Herren,
Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Stellt man in diesen Tagen Überlegungen an über den Zusammenhang zwischen Leistungssport und Überforderung, so ist eine Assoziation fast unumgänglich. Der Freitod von Robert Enke hat uns alle tief getroffen, erschüttert und beschäftigt uns nach wie vor.

Doch egal wie intensiv das mediale Echo auf Robert Enkes Entscheidung, sich das Leben zu nehmen, ausfiel, so bleibt doch die wichtigste Frage im Kern unbeantwortet: Es ist die Frage nach dem Warum. Es fällt uns schwer zu begreifen, was einen Menschen derart belasten kann, dass ihm sein eigenes Leben als nicht mehr lebenswert erscheint.

Auch das Ausmaß der öffentlichen Spekulation über Beweggründe und Auslöser kann hierbei nur in bedingtem Maße hilfreich sein. Denn Fakt ist, dass die Psyche in ihrer enormen Komplexität immer noch einer der am schwersten fassbaren Bereiche der menschlichen Natur ist.

Jedoch stellt Robert Enkes Schicksal mitnichten einen Einzelfall dar. Im Bereich des Spitzensports gibt es auch andere prominente Beispiele dafür, dass eine unterdrückte psychische Erkrankung fatale Folgen haben kann. Der Gewinner der Tour de France und des Giro de Italia des Jahres 1998, Marco Pantani, starb 2004 an den Folgen einer Überdosis Kokain. In die Drogensucht hatte er sich auf Grund seiner gravierenden Depression geflüchtet. Der ehemals beste Tennisspieler der Welt, Andre Agassi, hat gerade selbst zugegeben, auf Grund seiner psychischen Leiden zeitweise keinerlei Perspektive mehr gesehen zu haben.

Der deutsche Skispringer Sven Hannawald wiederum entschied sich dafür, nach erfolgreicher Behandlung des Burnout-Syndroms seine Karriere zu beenden. Als Begründung für diesen Schritt führte er an, sich nicht mehr den Strapazen des Spitzensports aussetzen zu können. Auch der ehemalige Fußballnationalspieler Tobias Rau begründete seinen Rückzug aus dem Spitzensport damit, sich nicht mehr dem Druck der Öffentlichkeit sowie der internen Konkurrenzmentalität stellen zu müssen.

Auch ich musste im Laufe meiner Karriere im professionellen Sport einen schweren Rückschlag hinnehmen, als ich mir eine ernsthafte Verletzung zuzog und in meinem Training maßgeblich zurückgeworfen wurde. Jedoch konnte ich, auch dank der unermesslich wichtigen Hilfe und Unterstützung meines direkten Umfeldes, die notwendige Kraft aufbringen und schließlich mein vorheriges Niveau wieder erreichen.

Ist auf Grund der genannten Fälle jedoch davon auszugehen, dass es sich hierbei um ein Phänomen handelt, das als spezifisch für den Bereich des Spitzensports bezeichnet

werden kann? Dass dem beileibe nicht so ist, beweisen einige Fakten, die ich Ihnen an dieser Stelle kurz nennen möchte. Denn allein in der Bundesrepublik Deutschland sterben jeden Tag 4 Menschen, indem sie sich vor einen Zug werfen. Insgesamt werden in diesem Land jedes Jahr durchschnittlich 11.000 Selbsttötungen verzeichnet.

Der mit Abstand häufigste Grund hierfür sind die Folgen von Depressionen. Nicht umsonst wird in diesem Zusammenhang mittlerweile von einer Volkskrankheit gesprochen.

Die Weltgesundheitsorganisation geht sogar davon aus, dass Depressionen im Jahre 2020 die häufigste Krankheit weltweit sein werden.

Es besteht also nicht unbedingt ein expliziter, exklusiver Zusammenhang zwischen den Anforderungen des Leistungssports und derartigen psychischen Erkrankungen. Treffen kann es nicht nur den Profisportler, sondern genauso den Kassierer, den Lehrer, den Büroangestellten oder den Politiker.

Dennoch steht der Spitzensport für einen Bereich in unserer Gesellschaft, der sich durch seine extreme physische und psychische Leistungsanforderung an die Sportlerinnen und Sportler charakterisiert ist. Um sich in diesem Spitzensegment halten und somit sein Auskommen sichern zu können, müssen ständig und dauerhaft Höchstleistungen abgerufen werden. Andernfalls läuft man etwa als Kaderathlet Gefahr, seinen Status und somit auch die notwendige finanzielle Unterstützung seitens der Verbände und der Sponsoren zu verlieren.

Die finanzielle Existenzgrundlage der Sportlerinnen und Sportler ist auf diese Weise in vielen Fällen eine äußerst labile. Ein geeignetes zur Vermeidung dieses Dilemmas ist die duale Karriere. Aktuellen und zukünftigen Spitzensportlern wird durch die duale Karriere ermöglicht, simultan zu ihrer sportlichen Laufbahn eine „normale“ Ausbildung zu verfolgen, um ihnen so zu mehr Sicherheit zu verhelfen. Die duale Karriere stellt in meinen Augen einen äußerst sinnvollen Ansatz dar, für den ich mich persönlich auch weiterhin stark machen werde.

Erlauben Sie mir zur Veranschaulichung der Situation vieler Sportinnen und Sportler folgende Analogie: Es ist, als ob ich als Mitglied des Bundestages alle drei Monate mein Mandat neu erringen müsste. Jeder, der einmal in seinem Leben in einem Bundestagswahlkampf mitgearbeitet hat, kann sich vorstellen, dass der Stress, der hierdurch entsteht, offensichtlich enorm ist und sehr leicht zu Überforderung führen kann.

Immer wieder – auch jüngst – werden Fälle von Athletinnen und Athleten bekannt, die zur physischen Leistungssteigerung auf verbotene Substanzen zurückgreifen. Hierfür darf es keine Entschuldigung geben und wir alle müssen uns entschlossen gegen diesen Affront gegen die Regeln des Fair-Plays und die Grundregeln des Sports positionieren und Entschlossenheit demonstrieren.

Dennoch müssen auch wir uns die Frage gefallen lassen, welche Faktoren zu dieser Art Grenzübertritt führen. Denn das Risiko, erwischt zu werden und erhebliche gesundheitliche Risiken auf sich zu nehmen, wird aus Sicht des Sportlers sicherlich auch damit aufgewogen, scheinbar nur auf diese Weise dem Leistungsdruck und der Angst vor dem Scheitern gerecht zu werden.

Wenn die Gefahr des persönlichen Scheiterns nicht zu 100% mit dem Sport gekoppelt, sondern auf mehrere Lebensbereiche verteilt wird, kann vermutlich auch die Versuchung, zu unsportlichen Praktiken zu greifen, reduziert werden.

An Brisanz gewinnt die Problematik des Dopings natürlich auch auf Grund dessen, dass vor nicht all zu langer Zeit noch ganze Sekunden den Unterschied zwischen Sieg und Niederlage ausmachten – mittlerweile sind es teilweise Tausendstel von Sekunden, was natürlich den Konkurrenzdruck noch weiter steigert.

Auch diese Thematik demonstriert, dass ein außerordentlich hoher Druck auf den Schultern der Sportlerinnen und Sportler lastet. Um ein Vielfaches potenziert wird dieser dadurch, dass in Teilen der Medien eine bestimmte Erwartungshaltung erzeugt und transportiert wird. Diese Erwartungshaltung ist oft dadurch charakterisiert, dass nur derjenige Anerkennung für seine Leistungen erfährt, der als strahlender Gewinner, als Medaillenträger und Held präsentiert werden kann.

Derjenige dagegen, der den zweiten Platz erringt, ist „der erste Verlierer“ – und das obwohl das Geleistete von genauso hohem Wert sein kann. Second Place is the first looser – diese Maxime aus dem anglosächsischen Raum findet man indes nicht nur im Bereich des Spitzensports. Sie stellt keine isolierte Erscheinung dar.

So funktionieren etwa viele Wirtschaftsberatungen nach dem Prinzip „up or out“. Dieses Prinzip besagt, dass Mitarbeiter nach einer gegebenen Zeitspanne entweder in der Hierarchie aufsteigen oder gekündigt werden.

Als Resultat entsteht – wenig verwunderlich – ein sehr hohes Niveau an Stress. Und Stress – so weiß man mittlerweile – ist einer der Hauptauslöser für Depressionen.

In der Tat scheint sich in vielen Bereichen der Gesellschaft der Erfolgsdruck derart erhöht zu haben, dass man von einem strukturellen Phänomen sprechen kann. Festmachen lässt sich dies nicht zuletzt an der momentanen Diskussion um die Reform des europäischen Hochschulsystems und die Umstellung der traditionellen Studiengänge auf das Bachelor- und Mastersystem.

Dieses fordert, grob gesagt, den Studenten mehr Leistung in kürzerer Zeit ab. Seit diesen im Rahmen des Bologna-Prozesses eingeführten Veränderungen berichten die psychologischen Beratungsstellen an den Universitäten und Hochschulen von erheblich erhöhtem Beratungsbedarf.

Grund hierfür ist die gestiegene Nachfrage nach psychischer Unterstützung, die viele der jungen Menschen als notwendig erachten, um den gestiegenen Stress bewältigen und die Herausforderungen meistern zu können.

Verstehen Sie mich jedoch bitte nicht falsch. Es soll hier nicht der Eindruck vermittelt werden, Leistung zu fordern und zu guten Leistungen anzuspornen sei per se etwas Schlechtes. Im Gegenteil: ein gewisses Maß an Druck kann sich durchaus positiv auswirken, indem es uns etwa hilft, unser Potenzial voll und ganz auszuschöpfen und die größtmöglichen Anstrengungen zu unternehmen, unsere Ziele zu erreichen – egal ob im Sport, im Beruf oder anderswo.

Um das Gesagte kurz zu rekapitulieren, lassen sich durchaus Gemeinsamkeiten zwischen dem Bereich des Spitzensports und anderen Segmenten unserer Gesellschaft festmachen.

Tatsächlich ist der Spitzensport in vielerlei Hinsicht zu einer Art Spiegel unserer modernen Leistungsgesellschaft geworden, wie sie sich unter den Vorzeichen der Globalisierung in den letzten beiden Jahrzehnten immer deutlicher herauskristallisiert hat. Der professionelle Sport mit dem hier vorherrschenden Druck reflektiert in vielfacher Weise die Belastungen, die auch in anderen Bereichen feststellbar sind.

Welche Schlüsse, meine Damen und Herren, müssen nun vor dem Hintergrund der momentanen Situation gezogen werden? Für mich besteht die Problematik nicht primär darin, dass Leistung gefordert wird. Denn Leistung, Anstrengung und auch Konkurrenz sind funktionale Elemente unserer Gesellschaftsform, die sich nicht einfach wegsabtrahieren lassen.

Es muss jedoch eine Debatte darüber geführt werden, wie wir als Gemeinschaft mit den Auswirkungen, die derartige gesellschaftliche Veränderungen auf den Menschen mit sich bringen können, umgehen. Denn Depressionen und vergleichbare psychische Leiden sind auch eine Krankheit unserer Gesellschaftsform.

Wie ich bereits herausgestellt habe, ist der Bereich des professionellen Leistungssports auch durch das enorme Medieninteresse charakterisiert. Der Sport, verstanden als Gegenstand des öffentlichen Lebens, hat eine Reichweite wie kaum ein anderer Bereich.

Regelmäßig rückt er in den Fokus von Millionen von Menschen – sei es über den Rundfunk, das Fernsehen, die Printmedien oder einen persönlichen Besuch von Wettkämpfen.

Aus dieser enormen öffentlichen Wahrnehmung und Präsenz erwächst zweifelsohne eine große gesellschaftliche Verantwortung.

Diese Verantwortung gilt sowohl für den einzelnen Sportler, für den Verbandsfunktionär, für den Politiker als auch für den Vertreter der Medien.

Nach Robert Enkes Tod befinden wir uns in einer außergewöhnlichen Situation. Außergewöhnlich ist sie zum einen deswegen, weil sich in der jüngsten deutschen Geschichte nur wenige Momente aufzählen lassen, in denen das Schicksal eines Einzelnen eine derartig massenhafte und doch authentische, ernst gemeinte Anteilnahme ausgelöst hat.

Außergewöhnlich ist sie zum anderen, weil das wirklich Wesentliche in den Vordergrund gerückt wurde – wenn auch möglicherweise nur temporär. Der Präsident des Deutschen Fußballbundes Theo Zwanziger hat dies, wie ich finde, mit den Worten „Fußball ist nicht alles“ äußerst treffend auf den Punkt gebracht. Der Sport wirkt auf

einmal geradezu nichtig und unbedeutend, etwas zutiefst Menschliches gewinnt die mediale Oberhand.

Diese Situation bietet uns nun, ohne die Erinnerung an die Tragik und Traurigkeit der Vorkommnisse verdrängen oder beiseite räumen zu wollen, eine große Chance.

Diese Chance besteht darin, die Position des Leistungssports dahingehend zu nutzen, eine Vorbildfunktion auszufüllen und zu leben, die eine positive Ausstrahlung weit über die Grenzen des eigenen Bereichs, tief in die Gesellschaft hinein, entwickeln kann. Alle Beteiligten, die ich eben genannt habe, haben nun die Möglichkeit, sich konkret einzusetzen für die Maxime eines humanen, solidarischen und sensiblen Umgangs miteinander.

Es geht hierbei mit anderen Worten um nicht weniger als um eine bestimmte Vorstellung von Gesellschaft und menschlichem Miteinander, die wir transportieren und kommunizieren können – besonders, und ich wiederhole mich hier gerne, auf Grund des Stellenwertes, den wir in der öffentlichen Wahrnehmung genießen. Die Tür ist gerade jetzt weit geöffnet dafür, einen Beitrag zu leisten für die Verbesserung der Lebensverhältnisse einer Vielzahl von Menschen.

Nicht weniger als 5 Millionen Deutsche leiden Schätzungen zu Folge an Depressionen. Trotz dieser hohen Zahl trauen sich etwa 60 Prozent der Betroffenen nicht, sich in Behandlung zu begeben.

Der Grund hierfür ist meist die Furcht davor, eine Stigmatisierung seitens der Gesellschaft zu erfahren. Denn nach wie vor gilt die Depression in weiten Teilen der Bevölkerung als die Krankheit der Schwachen, der Unfähigen und der Charakterschwachen – derjenigen also, die dem Klischee nach in unserer modernen Leistungsgesellschaft nicht richtig zu funktionieren imstande sind.

Auch Robert Enke versuchte, seine Krankheit zu verstecken – selbst vor seinem engsten Umfeld. Er hatte Angst, andernfalls seine Karriere und das Sorgerecht für seine Adoptivtochter aufs Spiel zu setzen.

Wie wenig das Stereotyp des vermeintlichen „Verlierers“ jedoch mit der Realität gemein hat, beweist nicht zuletzt der aktuelle Stand der Forschung im Feld der psychischen Erkrankungen.

Längst weiß man, dass die Depression – genau wie beispielsweise Herzleiden oder Diabetes – grundsätzlich eine organische Erkrankung ist, die durchaus mit Hilfe der passenden Medikamente und der richtigen therapeutischen Unterstützung behandelt werden kann.

Bleibt eine Behandlung jedoch aus oder wird sie erst zu spät unternommen, führen Depressionen in etlichen Fällen zum Tode. Bei unter 45-Jährigen ist sie mittlerweile sogar die häufigste Todesursache.

Meine Damen und Herren, wir müssen uns im Klaren darüber sein, dass in Deutschland in der Tat Missstände im Umgang mit dieser gravierenden Krankheit bestehen. Vor diesem Hintergrund müssen wir uns ernsthaft und gewissenhaft die Frage stellen: Was kann getan werden? Was muss getan werden?

Notwendig sind meines Erachtens verschiedene Schritte, die ich Ihnen im Folgenden kurz erläutern werde. Zuvor möchte ich jedoch bereits an dieser Stelle die Chance

nutzen, an Sie alle zu appellieren, Ihr Möglichstes zum Gelingen dieser Anstrengungen beizutragen.

Ein aktueller Vorgang hat uns bewegt das Phänomen von Depressionen zum Mittelpunkt unserer Überlegungen zu machen, es muss uns allerdings darum gehen jeglichen Fehlentwicklungen - nicht nur psychischen -prophylaktisch vorzubeugen.

Dies muss in der Nachwuchsschulung beginnen in der weiterhin traditionellen Mustern folgend, schwere Fehler begangen werden.

Eine wiederkehrende und trotzdem noch aktuelle Forderung ist die Vermeidung von Frühspezialisierung auf eine Sportart oder eine Sportrichtung, dies engt nicht nur die Erfahrung motorischer Vielfalt sondern auch der mentalen Variabilität und damit der psychischen Stabilität ein. Dies ist keine Aufforderung das vorpubertäre Alter Leistungs- und Forderungsfrei verstreichen zu lassen, sondern es inhaltlich durch Vielfalt in der Betätigung und Flexibilität in der Zielstellung zu füllen.

Trotzdem werden psychische Störungen bei Leistungssportlern auch weiterhin zu beobachten sein.

Allgemein betrachtet ist es zu einem erheblichen Teil auf die vorherrschende soziale Stigmatisierung derjenigen, die unter Depressionen leiden, zurückzuführen, dass über der Krankheit ein Schleier des Schweigens liegt. Diesen gilt es zu durchbrechen. Gerade hierbei kommt der Vorbildfunktion, die Sportlerinnen und Sportler in der Öffentlichkeit einnehmen, eine zentrale Stellung zu.

Wenn wir es schaffen, im Bereich des Spitzensports einen offenen Umgang mit derartigen psychischen Erkrankungen vorzuleben, können wir damit ein Exempel setzen für den Rest der Gesellschaft.

Doch gerade im Spitzensport herrscht oftmals das Bild des Sportlers vor, der keine Anzeichen von Schwäche zeigen darf. Von diesem Irrbild müssen wir, davon bin ich fest überzeugt, abrücken. Schwäche und auch Zweifel sind Teile der menschlichen Natur, die sich nicht einfach tilgen lassen.

Wir brauchen einen Umgang miteinander, der sich durch Solidarität, Sensibilität und gegenseitiges Verständnis auszeichnet. Denn durch unser Handeln können wir demonstrieren, dass menschliche Schwächen und Nöte nichts sind, wofür man sich schämen müsste.

Wird es für einen Athleten, der sich in der öffentlichen Wahrnehmung doch primär durch seine Leistungsfähigkeit und Stärke auszeichnet, akzeptabel und normal, sich seiner Erkrankung zu stellen, so werden ihm viele andere Menschen in seinem guten Beispiel folgen und hoffentlich die Hilfe in Anspruch nehmen, die sie so dringend benötigen.

Ich bin sicher, dass wir auf diese Weise einen äußerst positiven Beitrag zur Enttabuisierung depressiver Erkrankungen leisten können.

Das Gesagte gilt selbstverständlich auch für den Amateurbereich des Sports. In Deutschland sind weit mehr als 20 Millionen Menschen in Sportvereinen organisiert – das entspricht mehr als einem Viertel der Bevölkerung der Bundesrepublik. Es handelt sich hierbei um eine einzigartige soziale und humane Infrastruktur. Eine herausragende Stellung nehmen die Vereine jedoch nicht nur auf Grund ihrer schieren Zahl ein. Sie tun

es auch, weil sie Gemeinschaften bilden, in denen Grundregeln sozialen Verhaltens täglich gelebt, aufrechterhalten und weitersozialisiert werden.

Diese Werte des gemeinschaftlichen Zusammenlebens, die in diesen Strukturen weitergegeben werden, bilden einen unerlässlichen Stützpfeiler unserer Gesellschaft. Und eben diese Strukturen können und sollten dafür genutzt werden, eine Vielzahl von Menschen auch für das hier im Fokus stehende Thema zu sensibilisieren.

Grundlegend wichtig ist – im Breitensport wie im Spitzensport – dass die Freude am Sport nicht verloren geht. Denn ursprünglich kann Sport ein guter Weg zu einem gesunden Körper und einem gesunden Geist sein – und demnach auch ein gutes und natürliches Gegenmittel gegen psychische Erkrankungen. Geht jedoch der Spaß am Sport verloren und wird er vom Druck verdrängt, so verkehrt sich diese positive Eigenschaft ins Negative. Diese paradoxe Konstellation gilt es aufzulösen.

Ich bin sehr glücklich darüber, dass in jüngster Zeit bereits einige betroffene Sportler den Gang in die Öffentlichkeit gewagt haben. Mit Sebastian Deisler, der sich intensiv der Aufarbeitung seiner Krankheit widmet, und Andreas Biermann vom FC St. Pauli seien hier nur zwei Beispiele genannt. Ich hoffe, dass ihnen bald weitere folgen werden. Denn mit jedem weiteren Mutigen wird ein Beitrag von unschätzbarem Wert geleistet, alleine schon aus dem Grund, da die Hemmschwelle für einen solchen Schritt immer weiter gesenkt wird.

Besonders eindringlich möchte ich in diesem Zusammenhang auch an die Vertreter der Medien appellieren, sich im Umgang mit dem Thema ihrer Verantwortung bewusst zu sein. Dies gilt zum einen für die Achtung der Privatsphäre, die im Einzelfall für eine Genesung unerlässlich sein kann. Zum anderen ist es von entscheidender Bedeutung, dass betroffene Menschen in Zeitungen, Fernsehsendungen und Rundfunkbeiträgen fern ab von Sensationslust und Quotenjagd sachlich und respektvoll behandelt werden.

Denn ob die breite Öffentlichkeit das notwendige Verständnis und die unabdingbare Sensibilität entwickelt, hängt zu einem nicht zu unterschätzenden Teil von der Art und Weise der medialen Aufarbeitung ab.

Als essenziellen Teil eines offenen und menschlichen Umgangs mit Depressionen erachte ich außerdem, dass die entsprechenden Bemühungen in den Vereinen intensiviert werden.

Besonders der Ausbau und die Professionalisierung des Beratungs- und Unterstützungsangebotes, auf das die Sportler zusätzlich zu externen Angeboten zurückgreifen können, sollte vorangetrieben werden.

Mit Hilfe einer gut funktionierenden sportpsychologischen Betreuung können Überforderungserscheinungen früher erkannt und somit wesentlich effektiver behandelt werden. Positive Auswirkungen hat dies nicht zuletzt auf die Leistungsfähigkeit der Behandelten – und somit auch auf den sportlichen Erfolg der Vereine.

Auch die Jugendarbeit nimmt in diesem Zusammenhang eine zentrale Stellung ein. Zweifelsohne wird hier wertvolle Arbeit geleistet. Jedoch liegt in den nachwuchsorientierten Ausbildungsprogrammen der Fachverbände und Vereine der Fokus oft fast ausschließlich auf dem physisch-motorischen Bereich. Natürlich ist diese Form der Ausbildung unerlässlich.

Jedoch sollte man diese Ausbildungsbereiche – auch vor dem Hintergrund der jüngsten Entwicklungen – stärker durch solche Komponenten ergänzen, die sich dem Psychisch-

Mentalen zuordnen lassen. Denn diese mentalen Eigenschaften sind nicht nur für die Einstellung zum Training und zum Wettkampf sondern zum gesamten Leben zentral.

Doch natürlich müssen wir auch in anderen Bereichen der Gesellschaft erhebliche Anstrengungen unternehmen.

Denn das Resultat des Schweigens über psychische Erkrankungen ist nicht zuletzt ein krasses Missverhältnis zwischen dem realen Ausmaß der Krankheit und dem, was die Allgemeinheit faktisch über sie weiß. Noch immer ist die Depression unter den häufig auftretenden Krankheiten die große Unbekannte.

Zugegebenermaßen ist dies wohl auch dadurch begründet, dass es kaum eine Krankheit gibt, die in ihrer Diagnose derartig kompliziert ist. Sie ist schwer zu erkennen, zu fassen und zu messen.

Von zeitlich stark begrenzten Phasen bis hin zu jahrelangen depressiven Zuständen tritt sie in einer Vielzahl von Erscheinungsformen auf, die sich von Individuum zu Individuum teils erheblich unterscheiden. Doch gerade auf Grund dieser Komplexität müssen wir unsere Anstrengungen um so mehr intensivieren.

Gefragt ist meiner Meinung nach eine intensive Aufklärungsarbeit – beispielsweise in Schulen von Seiten der Lehrer und der Schulpsychologen.

Denn mehr Offenheit bedeutet im Endeffekt auch, dass sich mehr Menschen ihren Ängsten stellen werden und die Wissenschaft auf mehr fallspezifische Informationen zurückgreifen kann, was dem wissenschaftlichen Fortschritt dient. Wissenschaftlicher Fortschritt wiederum kann zu neuen Behandlungsmöglichkeiten führen, die dann vor allem denen zu gute kommen, die es am Dringendsten benötigen: den Betroffenen.

Handlungsbedarf sehe ich auch im Bereich der Früherkennung. Besonders wichtig ist dies, da sich die Heilungschancen mit zunehmender Krankheitsdauer im Allgemeinen immer weiter verschlechtern. Gerade hierbei nimmt die hausärztliche Versorgung eine wichtige Position ein. Es sind die Hausärzte, die im Bereich der medizinischen Prävention den direktesten Kontakt zu den Menschen haben. Und trotzdem bleiben Depressionen gerade im Anfangsstadium zu oft unentdeckt.

Aus diesem Grund halte ich es für sinnvoll, die hausärztliche Wahrnehmung einschlägiger Symptome zu schärfen. Fruchtbar kann dieser Schritt dennoch nur sein, wenn gleichzeitig den Patientengesprächen wieder mehr Bedeutung beigemessen wird – denn psychische Erkrankungen lassen sich in erster Linie und fast ausschließlich durch das Gespräch erkennen. Explizit gilt dies auch bezüglich des Abrechnungssystems für Hausärzte, das nicht in ausreichendem Maße das persönliche Gespräch honoriert.

Es soll jedoch nicht der Eindruck entstehen, als könne jeder Hausarzt nunmehr in kürzester zum Experten für psychische Erkrankungen werden. Auch und gerade deshalb sollten wir Überlegungen darüber anstellen, wie man den hausärztlichen Umgang mit Depressionen oder vermeintlichen Depressionen gestalten kann, damit ein gewisses

Mindestmaß an Sicherheit im Umgang hiermit sichergestellt wird. Klar sollte also immer sein, an welchem Punkt der Rat eines Experten eingeholt werden muss.

Meine Damen und Herren, Leistung und Überforderung stellen in unserer heutigen Gesellschaft zentrale Probleme dar– sowohl innerhalb des Bereichs des Sports als auch außerhalb. In gewisser Weise befinden wir uns in einer Art menschlichen Krise, die zwar schon vorher existiert hat, jedoch lediglich nicht sichtbar war.

Jedoch darf uns der Begriff der Krise nicht in die Resignation führen. Richard von Weizsäcker sagte es einmal so: "Wir sollten von den Chinesen lernen - die haben das gleiche Schriftzeichen für Krise und Chance."

Tatsächlich ist es so, daß in den beiden chinesischen Worten für Krise und Chance jeweils das gleiche (identische) Schriftzeichen verwendet wird. Dies kommt nicht von ungefähr, bietet doch eine Krise - nach buddhistischem, vor allem chinesischem Verständnis - immer auch die Chance zu einem Neubeginn, einem neuen Anfang.

Krise: 危机 (weiji)

Chance: 机会 (jihui)

Wenn es also gelingt, im Freitag von Robert Enke einen Sinn zu erkennen, dann eröffnet sich die Perspektive der Chance für uns vielleicht auch im Sinne eines in Frage stellens des bisherigen Umgangs mit uns selbst und mit anderen Menschen.

Ich bedanke mich für Ihre Aufmerksamkeit und stehe Ihnen jetzt gerne noch für Fragen zur Verfügung.