

Gottfried Matthias Spaleck

Vom Zwerg zum Riesen
Aspekte einer erweiterten logotherapeutischen Noodynamik
Zweiter Teil

(veröffentlicht in: Existenz und Logos, Zeitschrift für sinnzentrierte Therapie, Beratung, Bildung, Heft 19/2011)

Zusammenfassung des ersten Teils

Im ersten Teil des Aufsatzes (Existenz und Logos, Heft 18/2010, S.34ff.) wurde – ausgehend vom logotherapeutischen Menschenbild - versucht, die Betrachtung der Dynamik der Geistigen Person auf das Verständnis der Entstehung psychogener Neurosen auszudehnen. Ähnlich wie in der Psychoanalyse wurde das Auftreten von psychogenen Neurosen mit dem Abgleiten unbewusster Kräfte während der Kindheit in Verbindung gebracht. An die Stelle sexueller Triebkräfte in der Beschreibung psychoanalytischer Psychodynamik treten aus der geistigen Person kommende selbstgestaltende Kräfte, die letztlich eine Sinnverwirklichung zum Ziel haben. Die Bedingungen dafür, dass sich bei Kindern selbstgestaltende Kräfte nicht ausreichend frei entfalten können, wurden in einer mangelnden Wahrnehmungsfähigkeit für die Geistige Person innerhalb unserer Kultur angenommen. Dies wurde in Verbindung gesetzt mit der seit Jahrtausenden wirksamen sozialen Haltung von Macht und Gewalt, die dem psychischen Bereich des Menschen entspringt. Die darauf beruhenden Sozialsysteme haben die Tendenz, Bestrebungen freiheitlicher, selbstverantworteter sozialer Gestaltung zu verhindern. Dies hat eine Pädagogik zur Folge, die bei Kindern frühzeitig den Kontakt zu ihrer Geistigen Person schwächt. Dadurch können Kinder zu lenkbaren, leicht zu beeinflussenden Erwachsenen werden, die diese Haltung an ihre Kinder weitergeben. Daneben hat es innerhalb der Menschheitsgeschichte immer Bestrebungen gegeben, soziale Gestaltung aus der Geistigen Person heraus vorzunehmen. Therapie und Pädagogik sind ineinander verwobene Bereiche. Beide können sich gegenseitig bereichern.

Noodynamische Aspekte der Angststörungen

Die Angst ist ein seelisches Phänomen, das wohl an allen psychischen Störungen grundlegend beteiligt ist.¹

Üblicherweise trennt die Psychologie das Phänomen „Angst“ in zwei Bereiche. Es wird zwischen einer Signalangst, die den Menschen vor realer Gefahr warnt, und einer dysfunktionalen, irrationalen Angst, die keinen realen Hintergrund hat, unterschieden. Die Praxis zeigt, dass nur ein verschwindend geringer Teil der erlebten Ängste und Sorgen Signalcharakter hat. Unsere alltäglichen Ängste (einschließlich der „neurotischen“) sind also fast ausschließlich irrationalen, also psychischen Ursprungs. Es wäre wahrscheinlich weiterführend, wenn für die Signalangst nicht mehr der Begriff „Angst“ angewendet würde. Sie fühlt sich anders an als die irrationale Angst; die Signalangst entspricht eher einer Intuition, der Ahnung einer nahen Gefahr. Diese Empfindung entstammt dem geistigen Bereich des Menschen und ist wahrscheinlich in der Nähe des intentionalen (geistigen) Fühlens anzusiedeln. Beide haben Erkenntnischarakter.

¹ vgl. Mentzos, Stavros: Lehrbuch der Psychodynamik. Die Funktion der Dysfunktionalität psychischer Störungen. Vandenhoeck u. Ruprecht, Göttingen 2009, S. 119

Im Bereich der Angststörungen wird allgemein zwischen „Phobie“ und „generalisierter Angststörung“ unterschieden. Phobien haben demnach konkrete Auslöser und Inhalte (Fahrstühle, Menschenmengen, große Höhen, Spinnen, Mäuse etc.), während die generalisierte Angststörung ein diffuses Angstgefühl ohne konkreten Bezugspunkt beinhaltet und meist auch mit körperlichen Symptomen wie Schwitzen, Herzklopfen etc. verbunden ist.

Die psychodynamischen Modelle der Angstentstehung gehen bis heute davon aus, dass die empfundene irrationale Angst die Verschiebung einer verdrängten, anders gearteten Angst ist. „Die Angstneurose entsteht durch die Verschiebung und/oder Somatisierung einer anderen, der eigentlichen, aber in der Symptombildung unsichtbar und unbewusst bleibenden Gefährdung und Angst.“²

Auch Viktor Frankl sieht in der „neurotischen“ Angst die verfremdete Darstellung eines unbewussten Konflikts. Im Gegensatz zur Psychoanalyse sieht er den Grundkonflikt im Geistigen, im Existenziellen beheimatet. „Die Kondensation der existenziellen Angst, der Angst vor dem Tod und zugleich vor dem Leben als Ganzem, tritt uns im neurotischen Geschehen immer wieder entgegen. Die ursprünglich totale Angst sucht anscheinend nach einem konkreten Inhalt, einem gegenständlichen Stellvertreter von „Tod“ oder „Leben“ ...“³

Erweitern wir den psychodynamischen Bezug auf den (im ersten Teil des Aufsatzes beschriebenen) Grundkonflikt des heranwachsenden Menschen, die Verbindung zu seiner Geistigen Person gegenüber den Forderungen seiner sozialen Umwelt bewahren zu können, so kann eine vertiefte Wahrnehmung der Entstehung von „Angst“ deutlich werden. Irrationale Angst ist ein psychisches Phänomen. Sie breitet sich dort aus, wo ein Mensch einen schwachen aktuellen Bezug zu seiner Geistigen Person hat. Kommt es zu einer manifesten Angststörung, so kann davon ausgegangen werden, dass bei dem betreffenden Menschen die Verbindung zu seiner Geistigen Person partiell brüchig geworden ist. Der zugrunde liegende Konflikt ist aus dieser Sicht nicht ein triebdynamischer, sondern ein existentieller: es geht um eine Entscheidung für oder gegen das Vertrauen in die Tragfähigkeit der eigenen Geistigen Person und, darüber hinaus, in die Vertrauenswürdigkeit der Universellen Geistigen Person. In diese Richtung denkt wohl auch Frankl, wenn er ausführt: „Soweit die Existenzanalyse eines Falles von Angstneurose die Neurose letztlich als einen Modus der Existenz begreift, als eine Weise des Daseins, menschlichen Stellungnehmens und geistiger Entscheidungen, ist damit auch schon der Ansatz für eine Logotherapie als adäquater, spezifischer Therapie gegeben.“⁴

Viktor Frankl spricht das Vertrauen in die Tragfähigkeit der eigenen Geistigen Person an, wenn er bei der Therapie von phobischen oder reaktiven Angststörungen die „Trotzmacht des Geistes“ aufruft und damit im Patienten das Vertrauen darauf wieder belebt, dass sein Geistiges stärker ist als sein Psychisches.

Hier wird die Notwendigkeit einer grundlegend veränderten pädagogischen Haltung deutlich: alle pädagogischen Einwirkungen auf Kinder sind daraufhin zu überprüfen, ob sie die Verbundenheit eines Kindes mit seiner Geistigen Person schwächen oder stärken.

Noodynamische Aspekte der Zwangsstörungen

„Als Zwangneurose wird die (...) Ausprägung eines Krankheitsbildes bezeichnet, bei welchen das zentrale Symptom in einem Gefühl subjektiven Zwanges besteht, bestimmte Vor-

² Mentzos 2009, S. 113

³ Frankl, V. E.: Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. Verlag Franz Deuticke, Wien 1982, S. 167

⁴ Frankl 1982, S. 168

stellungen haben, bestimmte Gedanken denken und bestimmte Handlungen tun zu müssen. Dieses Zwangsgefühl ist trotz voller Einsicht in seine Unsinnigkeit nicht unterdrückbar.“⁵

Die Psychodynamik der Zwangsstörungen geht davon aus, dass das Kind in der „anal Phase“ (um das dritte Lebensjahr) seine Triebimpulse aktiver und offensiver als in der vorangegangenen „oralen“ Phase auf seine Umwelt richtet. Diese Impulse treffen auf die Begrenzungen der jeweiligen sozialen Umwelt des Kindes. Erfolgen solche Eingrenzungen rigide, strafend und für das Kind verbunden mit Beziehungsverlust, so nehmen Kinder häufig ihre expansiven Impulse zurück und richten sie gegen sich selbst. Die Gebote und Erwartungen der sozialen Umwelt werden „internalisiert“ und bilden die Grundlage des Über-Ichs, das anstelle äußerer Autoritäten in rigider Form innere Gebote und Forderungen ausspricht.

In der psychoanalytischen Beschreibung werden die Impulse des Kindes in der analen Phase als vorwiegend „antisozial“ bezeichnet. Dies unterstellt, dass die forschenden, die eigene Wirksamkeit austestenden Aktionen des Kindes in dieser Phase grundsätzlich gegen die Gemeinschaft gerichtet sind. Gleichzeitig transportiert der Begriff das Bild, dass die eingrenzenden Reaktionen der erwachsenen Umwelt primär auf die Förderung eines gesunden Sozialen ausgerichtet sind. In der Praxis erweisen sich beide Annahmen als unrichtig. Fühlen sich Kinder beim Ausleben ihrer expansiven Impulse grundsätzlich angenommen, so verlieren sie selten den Bezug zum gemeinschaftlichen Ganzen. Umgekehrt empfinden Erwachsene die „eigenwilligen“ Aktionen von Kindern häufig als störend und reagieren aus Angst, die „Kontrolle“ über die Kinder zu verlieren. Diese „antisozialen“ Reaktionen von Erwachsenen sind oft der Ausgangspunkt für Kinder, in eine Haltung von „Bockigkeit“ und Verweigerung abzurutschen.

Die Entwicklung des Über-Ichs wird in der psychoanalytischen Theorie oft mit der Ausbildung des Gewissens gleichgesetzt. Ein Gewissensbegriff, der eine autonome Instanz enthält, die sich selbst transzendierend mit - unabhängig von der jeweiligen Kultur universell existierenden - Werten verbindet, existiert in der analytischen Sichtweise nicht. Deshalb wirft es Probleme auf, wenn Viktor Frankl dem Sinnorgan den Namen „Gewissen“ gibt; allzu groß ist die Gefahr der Gleichsetzung mit dem die gesellschaftlichen Normen repräsentierenden Über-Ich. Auch bei Frankls Beschreibungen selbst sind die Unterschiede der beiden Instanzen manchmal nicht mehr erkennbar, so etwa, wenn er bei der Charakterisierung der Zwangneurose von einer „Hyperakusis“ des Gewissens spricht: "Wenn sich das Gewissen nur räuspert, vernimmt der Patient ein Dröhnen."⁶ Was Frankl hier beschreibt, sind Phänomene des Über-Ichs, das bei der Zwangsstörung übermächtig geworden ist, nicht des autonomen Gewissens. Das autonome Gewissen ist Teil der freien Sphäre des Menschen; Es setzt nicht unter Druck, verlangt nicht, mahnt nicht und macht auch kein „schlechtes Gewissen“. Es erinnert, gibt zu bedenken, zeigt das Mögliche auf. Es lässt den betreffenden Menschen frei, seine individuelle Entscheidung zu treffen. Es lässt ihn sogar frei darin, sich gegen die eigene Wertesphäre zu entscheiden.

Diese Freiheit ist bei einem Menschen mit einer Zwangsstörung erheblich eingeschränkt. Es ist nun zu fragen: was sind die Bedingungen, durch die ein junger Mensch eine solche Einengung seines Freiheitsraumes, also des Bezugs zu seiner Geistigen Personen, erfährt? Wenn wir die Sichtweise der Psychoanalyse um die Dimension der Geistigen Person erweitern und den Konflikt des Kindes in der analen Phase vorwiegend als einen geistigen und nicht primär als einen psychischen auffassen, so kann das „Schicksal“ der Geistigen Person in dieser Lebensphase deutlicher werden.

„Die Geistige Person ist dynamisch“, so kennzeichnet Viktor Frankl in seinen „Thesen zur Person“ die Qualität der Geistigen Person. Damit beschreibt er die Gegebenheit, dass die

⁵ Hoffmann, S.O., Hochapfel, G.: Einführung in die Neurosenlehre und Psychosomatische Medizin. Schattauer, Stuttgart - New York 1992, S. 127

⁶ Frankl, V. E.: Theorie und Therapie der Neurosen. München - Basel 1993, S. 110

Geistige Person auf die Psyche einwirkt und diese im Sinne der Qualität des Geistigen wandeln will. Man könnte sagen: die Geistige Person will „heilend“ auf die Psyche einwirken. Nun vermag der Mensch über seine Geistige Person nicht nur auf seine Innenwelt einzuwirken, sondern auch auf die Außenwelt. Somit lässt sich sagen, dass die Geistige Person die Quelle jeder kreativen Gestaltung ist.

Diese Fähigkeit zur kreativen Einwirkung erfährt in der von der Psychoanalyse als „anal“ bezeichneten Lebensphase eine neue Ausprägung. Der junge Mensch um das dritte Lebensjahr geht direkter und mit konkreter geäußertem Willen auf seine Umwelt zu als in der Zeit davor. Er kann seine Gliedmaßen zielbewusst einsetzen und eine Sprache benutzen. Er kann und will direkt mitgestalten. Diese Intention ist nicht Ausdruck eines „Triebgeschehens“ oder „Überlebenstrainings“, sondern ein aus der Sphäre der Selbstgestaltung kommender Impuls der Geistigen Person.

Dieser Impuls des jungen Menschen trifft auf die soziale Realität seiner Umwelt. Und diese ist auch in der gegenwärtigen Kulturepoche in der Regel noch hierarchisch und autoritativ gestaltet. Die - auch wissenschaftlich - vorherrschende Haltung ist, dass Kinder „soziale Kompetenzen“ und Wertorientierung nicht in sich tragen, sondern erst lernen müssen, und zwar von den „reifen“ Erwachsenen. Das Hierarchische und Autoritative der modernen pädagogischen Haltung besteht darin, dass dem Kind wesentliche menschliche Kompetenzen abgesprochen und dem Erwachsenen vermittels eines - diffus und meist rein zeitlich definierten - Erwachsen-Seins zugesprochen werden. Auch bei einigen Logotherapeuten findet sich die Auffassung, dass man Kindern Wertorientierung erst „beibringen“ müsse.

Dieser „Pathologie des Zeitgeistes“ begegnen nun junge Menschen auf ihrem Entwicklungsweg. Sie erleben sich den Forderungen und Erwartungen der erwachsenen Umwelt gegenübergestellt, die aufgrund der Prägung während der eigenen Kindheit für die Sphäre der Geistigen Person bei sich selbst und somit auch beim betreffenden Kind in der Regel keine wirkliche Wahrnehmung hat. Kinder geraten in den Konflikt, sich entweder anzupassen an die Forderungen ihrer Umwelt, was dann einen „Verrat“ an ihrer Geistigen Person darstellt. Oder Kinder gehen in den offenen Konflikt mit Erwachsenen. Einen solchen Konflikt allerdings halten Kinder in der Regel nicht durch; zu stark ist die Macht der Erwachsenen (bis hin zur pharmakologischen Ruhigstellung „auffälliger“ Kinder).

Manche Kinder scheinen einen Mittelweg einzuschlagen. Sie passen sich äußerlich an die Forderungen ihrer Umwelt an, verschieben aber einen Großteil ihrer selbstgestaltenden Impulse in den psychischen Bereich. Dies ist wahrscheinlich die Grundlage jeder neurotischen Entwicklung. Im Falle der Zwangsneurose entsteht auf diese Weise ein extrem rigides Über-Ich. Dieses Über-Ich lebt nun Selbstgestaltung in der pervertierten Form einer inneren Diktatur aus. Somit lassen sich Zwangsimpulse als „Persiflage“ der freien Selbstgestaltung erleben. Es sind geistige Impulse, die ins Psychische abgerutscht sind und dort Freiheit und Entscheidungsmöglichkeit eingebüßt haben. Es wirkt manchmal so, als wolle ein Mensch im Modus des Zwangs sich selbst verzweifelt beweisen, dass er selbstgestaltend ist. Und dieser Versuch vernichtet dann tragischer Weise das, worum es diesem Menschen so verzweifelt zu gehen scheint - das Erleben, ein selbstgestaltender und frei verantwortender Mensch sein zu dürfen.

Exkurs: noodynamische Aspekte der Machtorientierung

Die Betrachtung der beim Modus des Zwangs auftretenden Phänomene berührt eine weitere Erscheinung unseres Zeitgeist: die Orientierung an der Macht.

Der zwangsorientierte Mensch versucht krampfhaft, eine Kontrolle über Gedanken und Handlungen aufzubauen, versucht, diese zu beherrschen und ihnen seinen Willen aufzuzwingen. Sein Scheitern regt ihn zu verstärkten Anstrengungen an, seine Situation zu be-

herrschen, nicht dazu, die Macht abzugeben, sich hinzugeben und sich größeren Zusammenhängen zu überlassen. Es ist hierbei eine starke Einengung auf die Belange des eigenen Egos zu beobachten, das sich mit seiner Möglichkeit zu Macht und Kontrolle identifiziert. Die Möglichkeit der Selbsttranszendenz ist deutlich eingeschränkt.

Mit dem Thema „Macht“ berühren wir einen zentralen Bereich der Pathologie unseres gegenwärtigen Zeitgeistes. Dieses Phänomen reicht weit über die Grenzen einer individuellen Zwangsstörung hinaus.

Macht, also das Bestreben, den eigenen Willen anderen Menschen, der Natur oder Gegenständen aufzuzwingen, seinen eigenen Einfluss möglichst groß zu halten, ist zur beherrschenden Haltung unserer Zeit geworden. In Politik, Wissenschaft, Wirtschaft und den Konfessionen ist die Orientierung an der Macht ebenso zur selbstverständlichen, kaum mehr hinterfragten, scheinbar „natürlichen“ Haltung geworden wie im privaten Bereich, etwa in Partnerschaft, Familie und im Umgang mit dem eigenen Körper. Dasselbe gilt für das Verhältnis von Interessengruppen, sozialen Schichtungen oder Nationen untereinander.

Die in den vergangenen 30 Jahren sich durchsetzende Ideologie des Neoliberalismus hat diese Tendenz zu einem vorläufigen Höhepunkt geführt. Die Maxime „die Stärksten setzen sich durch“ hat einen globalen Macht- und Verteilungskampf erzeugt, der weltweit bereits die Vorschulkinder einem massiven Druck aussetzt. Ideologisch werden diese Tendenzen unterfüttert durch die Theorien des Darwinismus bzw. der klassischen Evolutionslehre, die von der - irrigen - Annahme ausgeht, die Entwicklungsbewegungen in der belebten Natur vollzogen sich primär nach dem Grundsatz des „survival of the fittest“.

Betrachtet man diese Phänomene vor dem Hintergrund der Dynamik zwischen Geistiger Person und Psyche, so ist erkennbar, dass die Machtorientierung eine Erscheinung der Psyche ist. Über andere und anderes „herrschen“ zu wollen ist keine Geste des Geistigen. Das Geistige hat verbindenden, freundlichen Charakter; es erkennt die Würde und grundsätzliche Gleichrangigkeit des anderen (auch der Natur). Es setzt auf die - aus der freien Entscheidung stammenden - Kooperation und vermeidet Gewalt in ihren offenen oder verdeckten Formen. Es ist die aus der Wahrnehmung des Ganzen gefallene Haltung des mit dem Psychischen identifizierten Egos - das wohl auf diese Weise seine aus der Isolation stammende Angst kompensieren will -, die zu Überhöhung der eigenen Position und zu Erniedrigung der Position anderer greift.

Wenn man nach einem Phänomen sucht, das der psychischen Erscheinung „Macht“ im Geistigen entspricht, so bietet sich der Begriff „Kraft“ an. Wie oben dargestellt verfügt der Mensch als Geistige Person über eine kreative Kraft. Der Satz von Joseph Beuys „Jeder Mensch ist ein Künstler“⁷ lässt sich erweitern in „Jeder Mensch ist ein Schöpfer“ und „Jeder Mensch ist potent, hat Potenzial“. Es ist entscheidend, wie ein Mensch mit dieser seiner Kraft, seinem Potenzial umgeht. Setzt er sie zur Absicherung und narzisstischen Befriedigung seines Egos ein, so befindet er sich im Bereich von Macht und damit in der Sphäre des Psychischen. Hier droht auf längere Sicht ein Mangel an Sinn. Wir begegnen hier wieder dem Phänomen, das eine ursprünglich dem Geistigen entstammende Potenzialität ins Psychische abrutscht und dort destruktiv wird. Bleibt diese Kraft hingegen im Geistigen, verbindet sie sich im Prozess der Selbsttranszendierung mit etwas Wertvollem, das umfassender ist als die eigene Sphäre, so bewegt sich dieser Mensch im Bereich der Sinnerfüllung. Somit stehe ich als Mensch grundsätzlich vor der Entscheidung zwischen Machtstreben und Sinnorientierung.

Noodynamische Aspekte der Depression

⁷ Beuys, Joseph, Rede am 20. November 1985 in den Münchner Kammerspielen

Die Erscheinungsformen der „depressiven Störung“ sind vielfältig. Sie reichen von dem Verlust an Antrieb, Interesse, Konzentrationsfähigkeit, und Selbstwertgefühl bis hin zu Unsicherheit, Selbstzweifel, gedrückter Stimmung, Unruhe und Angst. Es treten vegetative Erscheinungen auf wie z.B. Schlafstörungen, Essstörungen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Kopfdruck und Verlust des erotischen Interesses.

Nicht weniger vielfältig sind die psychodynamischen Modelle zur Entstehung einer Depression.⁸ Sie reichen von Freuds Vorstellung eines realen oder fantasierten Objektverlusts des Kindes über die Bedeutung der Aggressionshemmung, über Strukturmodelle mit dem diktatorischen Einfluss eines rigiden Über-Ichs, über eine mangelhafte Integration „guter“ und „böser“ Eigenschaften eines introjierten „Objekts“, über eine frühzeitige Erschütterung der „narzisstischen Homöostase“ bis hin zu bindungstheoretischen Konzepten mit einem frühzeitigen Erleben von Bindungsverlust mit bleibender Beeinträchtigung der Bindungsfähigkeit.⁹

Die meisten psychodynamischen Konzepte zur Depressionsentstehung messen den Phänomenen „Selbstwert“ und „Aggression“ eine zentrale Bedeutung bei. Diese Phänomene sollen im Folgenden unter psychodynamischem Blickwinkel betrachtet werden.

Depression und Selbstwertgefühl

Betrachten wir das „Selbstwertgefühl“ eines Menschen, so lässt sich feststellen, dass es im Geistigen ein Gefühl grundsätzlicher Werthaftigkeit der eigenen Person wie der Person anderer gibt. Diese Werthaftigkeit lässt sich nicht quantifizieren, nicht verkleinern, vergrößern oder sonst wie modifizieren. Sie „ist“. Dies ist wohl das, was Viktor Frankl als „Würde der Person“ bezeichnet.¹⁰ Was sich bei einem Menschen verkleinern und vergrößern kann ist sein emotionaler Zugang zu dieser Werthaftigkeit.

Daraus folgt, dass, wo immer einem Menschen der eigene Wert zur Frage wird, er sich nicht mehr im Bereich seiner Geistigen Person befindet, sondern im Bereich seiner Psyche. Und es folgt daraus, dass psychotherapeutische Konzepte, in denen der Bereich „Selbstwert“ unter dem Aspekt eines „viel“ oder „wenig“ behandelt wird, aus einer psychischen Betrachtungsweise blicken und somit das eigentliche Wesen des „Selbstwertes“ nicht erfassen.

Dennoch beschreiben solche Konzepte durchaus reale Gegebenheiten. Wer von uns hätte die Herabdämpfung seines „Selbstwertgefühls“ nicht schon erlebt!? Es gehört also zur realen Erfahrung der allermeisten Menschen, dass sie ihren „Wert“ in Frage gestellt fühlen und Zweifel an ihm haben. Fragen wir nach tieferen Zusammenhängen für die Relativierung des Selbstwertgefühls, so sind sozio-kulturelle Wurzeln unverkennbar.

Das „Erscheinen“ eines neugeborenen Kindes ist für die anwesenden Erwachsenen oft ein kostbarer Augenblick, in dem die unhinterfragbare Werthaftigkeit eines Menschen aufleuchtet. An dieses Kind werden in diesem Augenblick in der Regel keine Erwartungen gerichtet; die Menschen sind froh, dass es „da“ ist. Hier wird etwas von einer „heilen“, einer „heiligen“ Atmosphäre spürbar.

⁸ Vgl. Mentzos 2009, S. 128

⁹ Viktor Frankl hat sich in seinen Schriften mit dem Thema der „neurotischen Depression“ - die in psychotherapeutischen Alltag wohl die am häufigsten gestellte Diagnose ist – nur randständig beschäftigt. In seinem Werk „Theorie und Therapie der Neurosen“ taucht der Begriff nicht auf. In der „Ärztlichen Seelsorge“ behandelt er das Thema Depression ausschließlich unter dem Aspekt der „endogenen“ – aus seiner Sicht „somatisch“ hervorgerufenen - Depressionsform, die er im Sinne der zeitgenössischen Psychiatrie auch als „Melancholie“ bezeichnet.

¹⁰ Frankl, V. E.: Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Piper-Verlag, München - Zürich 1991, S. 110

Diese heile, also dem Geistigen entstammende Wahrnehmung für das Kind verliert sich bei den beteiligten Erwachsenen in der Regel rasch. Das Kind steht bald den Erwartungen, Forderungen und Sehnsüchten seiner erwachsenen Umwelt gegenüber. Es erlebt im Laufe seines Heranwachsens zunehmend, dass ihm Anerkennung und Wertschätzung nicht mehr um seiner selbst willen entgegengebracht werden, sondern vom Grad seiner Anpassung an bestehende Forderungen und Erwartungen abhängen. Dies ist durchaus folgerichtig: Da die allermeisten Erwachsenen in ihrer Kindheit selbst den Prozess der Selbstwertinfragestellung durchlebt haben, ist es naheliegend, dass sie diesen psychischen Konflikt an ihre Kinder weitergeben, solange sie sich ihres eigenen Selbstwertkonflikts nicht bewusst sind und ihn entspannt haben.

Die durch die Generationen weitergereichte Selbstwertinfragestellung ist ein Vorgang, durch den in hierarchisch strukturierten Gesellschaften Kontinuität hergestellt wird. In hierarchisch geordneten Sozialstrukturen verfügt eine Minderheit der Menschen über Privilegien, die in der Regel durch die sozial weniger privilegierte Mehrheit ermöglicht bzw. erwirtschaftet werden. Um diese Ungleichheit aufrechtzuerhalten braucht es bei den Mitgliedern dieser Gesellschaft eine Ungleichheit des Selbstwertempfindens. Während die Mehrheit in solchen Gemeinschaften sich im Verhältnis zu den privilegierten Führern eher als „minderwertig“ erlebt, empfinden die Inhaber von Privilegien sich nicht selten als sozial höherwertig. Im aktuellen politischen Zeitgeschehen unseres Landes spiegelt sich dieses Phänomen in der Situation von Hartz-IV-Empfängern wieder, die sich häufig als ausgegrenzt und sozial wertlos empfinden. Ihnen gegenüber steht die Gruppe der sogenannten „Leistungsträger“, die ihre Einkommensprivilegien vor sich selbst meist mit ihrer „höheren sozialen Wertigkeit“ rechtfertigen, da sie ja vorgeblich mehr „leisten“, wobei Leistung in der Regel mit Geldumsatz gleichgesetzt wird.

Dabei wird deutlich, wie irrational unsere aktuelle soziale Wertigkeitsabstufung und daran gekoppelt die Einkommensverteilung ist. Es ist nicht nachvollziehbar, dass ein Busfahrer mit einem Stundenlohn von 8,50 € fünfhundertsechzigmal weniger leistet als ein Vorstandsmitglied der Deutschen Bank mit einem Jahreseinkommen von 10 Millionen €. Dies zeigt, worum es bei der Selbstwertinfragestellung in soziokultureller Hinsicht zentral geht: um die Aufrechterhaltung einer ungleichen Verteilung des gemeinschaftlich erwirtschafteten materiellen und immateriellen Vermögens.

Die Mechanismen zur Erzeugung eines labilen Selbstwertgefühls, durch das Menschen die „Schuld“ für eine geringe Beteiligungsmöglichkeit am gemeinsamen Reichtum eher bei sich selbst sehen als in einem durch offene oder verdeckte Gewalt aufrecht erhaltenen ungerechten Verteilungssystem, wirken früh auf Kinder ein. Etwa in der sogenannten „Frühförderung“ von Kindergartenkindern, die Kinder zu Höchstleistungen puscht und eine Selektion in „leistungsstark“ und „weniger bis gar nicht leistungsstark“ bewirkt. Oder in der sich in der Vorschulpädagogik ausbreitenden Methodik der „Beobachtung“ und anschließenden „Dokumentation“ des Verhaltens von Kindern, der üblicherweise ein Raster von zu erwartenden, „normalen“ Verhaltensweisen zugrunde liegt. Kinder die durch diese Raster fallen, bekommen ihre negative Bewertung - allen Beteuerungen zum Trotz, sie doch lediglich fördern zu wollen - zu spüren, nicht zuletzt durch die Sorge der Eltern um die späteren Berufschancen ihre Kinder.

Im familiären Rahmen ist es nicht selten der vereinnahmende Stolz oder der Wunsch der Eltern nach Identifikation, der Kinder in einen Zweifel am „eigenen Wert“ bringt. Etwa, wenn Eltern sagen, das Kind sei „ganz der Vater“ oder „ganz die Mutter“. Diese Sichtweise verkennet die Tatsache, dass Kinder als geistige Personen ein „absolutes Novum“¹¹ sind, wie Viktor Frankl es ausdrückt, dass sie also mit ihren Eltern im geistigen Bereich nicht „blutsverwandt“ sind, sondern freie, unabhängige Individuen. Sehr treffend hat dies der libanesischer Philosoph Khalil Gibran ausgedrückt, indem er seinen „Propheten“ zu den Eltern sagen

¹¹ Frankl 1991, S. 109

lässt: „Eure Kinder sind nicht eure Kinder. Sie sind die Söhne und Töchter der Sehnsucht des Lebens nach sich selber. Sie kommen durch euch, aber nicht von euch, und obwohl sie mit euch sind, gehören sie euch doch nicht. Ihr dürft ihnen eure Liebe geben, aber nicht eure Gedanken. Denn sie haben ihre eigenen Gedanken. Ihr dürft ihren Körpern ein Haus geben, aber nicht ihren Seelen ...“¹²

Selbstwert-labilisierende Wirkungen erzeugen auch religiös-konfessionelle Konzepte, die mit der Vorstellung eines zürnenden, strafenden Gottes und mit Begriffen wie „Sünde“ und „Schuld“ arbeiten. So ist es beispielsweise ein nicht seltenes Phänomen in der psychotherapeutischen Arbeit, dass sich Erwachsene an die Ratlosigkeit und die seelischen Not erinnern, die sie als Kinder erlebt hatten, als sie zum ersten Mal zum „Beichten“ gezwungen wurden.

Einen weiteren zentralen Eingriff in das Selbstwertempfinden von Kindern stellt unser herkömmliches Schulsystem dar. Im System der Notengebung wird die „Leistungsfähigkeit“ eines Schülers bewertet. Dies allerdings ist ein fiktiver Vorgang, der die „Verantwortung“ für die jeweilige Note allein dem Schüler zuweist. In der Realität gehen in die Note bzw. die „Leistungsfähigkeit“ eines Schülers zahlreiche weitere Wirkfaktoren ein. Wie ist die Beziehung, die zwischen dem Lehrer und dem benoteten Schüler herrscht? Wie steht es mit der Fähigkeit des Lehrers, seinen Unterricht lebendig und anziehend zu gestalten? Wie erlebt sich der Lehrer in seiner beruflichen Situation? Konnte er sich sein pädagogisches Engagement erhalten? Fühlt er sich von dem hierarchisch geordneten Schulsystem gegängelt und blockiert? Übt er seinen Beruf gerne aus oder sehnt er die Ferien bzw. den Tag seiner Pensionierung herbei? Wie ist die Atmosphäre im Schulkollegium dieser Schule? Wie ist die soziale Situation des Schülers im Klassenverband? Wie ist die soziale Atmosphäre in der betreffenden Klasse? Wie ist die soziale und familiäre Herkunft des Schülers? Gibt es aus seiner Familie für ihn Unterstützung und Ermutigung? Ist die Architektur der Schule nüchtern, funktional und kalt? Sind die Klassenräume freundlich und in Ausstattung, Farbgebung und Struktur menschlich entgegenkommend gestaltet? Ist die Schule von Natur umgeben oder von hektischem Straßenverkehr?

All diese (und noch weitere) Wirkfaktoren werden im herkömmlichen System ausgeblendet und die Verantwortung für die erzielte Note allein dem Schüler aufgebürdet. Dies ist ein gewaltsamer Vorgang, bei dem der Schüler aufgrund der ungleichen Machtverteilung in eine Ohnmachtsposition gerät.

Das Erleben, in permanenter Abfolge „gemessen“ und bewertet zu werden ist vom Standpunkt menschlicher Würde und Selbstbestimmung her demütigend und verunsichernd. Es fördert Selbstzweifel und macht abhängig von der bewertenden Instanz. Dieser Vorgang beginnt für Kinder in unserer Kultur in der Vorschulzeit und begleitet sie bis zum Greisenalter.¹³ Für den Bereich „Schule“ ist zu fragen: Mit welchem Recht greift man in diesem Geflecht ineinander verwobener Wirkmechanismen den Faktor „Schüler“ heraus und glaubt diesen Faktor „bewerten“ zu können? Mit gleichem Recht (bzw. Unrecht) kann man jeden anderen Faktor des Gewebes als maßgeblich für den Effekt „Leistung des Schülers“ herausgreifen. Solches geschieht im Internetzeitalter z. B. dadurch, dass Schüler in speziellen Portalen ihre Lehrer „bewerten“. Dies ist natürlich genauso unsinnig wie die Benotung von Schülern, da die Person des Lehrers ebenfalls im Brennpunkt verschiedener Wirkfaktoren steht, nicht zu-

¹² Gibran, Khalil: Der Prophet. Walter Verlag, Zürich und Düsseldorf 1998, S. 16f.

¹³ Welches Menschenbild einer solchen „bewertenden“ Sicht- und Handlungsweise letztlich zugrunde liegt, hat sich in dämonisch-grotesker Weise in den nationalsozialistischen Konzentrationslagern offenbart. Dort wurden die Häftlinge beinahe täglich „Selektionen“ unterworfen. Die nicht mehr für tauglich Befundenen wurden dann der „Endlösung“ zugeführt. Viktor Frankl hat diesen Vorgang, den er bei seiner Ankunft in Auschwitz zum ersten Mal erlebte, eindrucksvoll geschildert. Frankl, V. E.: ...trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 1982, S. 28ff.

letzt dem der Schüler. Eine solche „Lehrerbewertung“ ist die Fortführung des überkommenen, irrationalen Systems unter vertauschten Machtpositionen.

In unserer gegenwärtigen, unter dem Würgegriff neoliberalen Denkens leidenden Kultur steigert sich der „Bewertungswahn“ augenblicklich zu einem Crescendo, das sichtlich einem Kollaps entgegenläuft. Ratingagenturen, denen eine apokalyptische Macht zugesprochen wird, bestimmen heute über das ökonomische Schicksal von Firmen und ganzen Volkswirtschaften. Die Ereignisse während der letzten Finanzkrise zeigen deutlich, wie unreal die Bewertungsvorgänge solcher Agenturen, die in der Regel von den Firmen, die sie bewerten sollen, beauftragt werden, sein können. Die Ratingagentur Standard & Poor's beispielsweise hatte der Lehman Brothers Bank noch 3 Tage vor deren Zusammenbruch die höchste Bewertungsstufe zuerkannt.¹⁴ Die augenblickliche Krise des Euro wird maßgeblich von internationalen Ratingagenturen mitbestimmt, die über eine Herabstufung einzelner Volkswirtschaften wie etwa der griechischen diesen den Zugang zu dringend benötigtem Kapital erschweren und sie auf diese Weise erpressbar machen. Zusammenhänge zwischen diesen Agenturen und dem spekulierenden Kapital, das den Zusammenbruch des Euro bewusst ansteuert um daraus Gewinne zu erzielen, sind unverkennbar.¹⁵

Diese Beispiele aus den Bereichen Familie, Schule und Ökonomie mögen genügen um deutlich zu machen, dass es in unserer Kultur zahllose Systeme gibt, durch die im sozialen Bereich Rangfolgen, Abstufungen und Hierarchien hergestellt werden. Unsere sozialen Ordnungen sind nicht gemäß der Wirklichkeit des Geistigen aufgebaut, nach der wir als Geistige Personen alle in gleicher Weise in einer grundlegenden Werthaftigkeit stehen. Im gegenwärtigen System muss das Recht auf Existenz „erarbeitet“ werden durch Anpassung an die vorgegebenen Strukturen; die Anerkennung des individuellen Menschen als gleichberechtigtes, selbstbestimmtes soziales Wesen besteht trotz Menschenrechtsdeklaration und demokratischer Verfassung nicht grundlegend. Unsere sozialen und ökonomischen Strukturen sind noch weitgehend aus der Sphäre des Psychischen, nicht des Geistigen gebildet.

Wie bereits mehrfach dargestellt stehen Kinder aus noodynamischer Sicht zu Beginn ihres physischen Lebensweges offensichtlich wesentlich direkter und unverstellter in der Sphäre des Geistigen als in ihrem späteren Erwachsenenleben. Sie fallen aus dem Erleben einer natürlichen Werthaftigkeit heraus und erleiden somit einen Verlust. Darin liegt wahrscheinlich ein zentraler Entstehungsfaktor jeder neurotischen Entwicklung. Einen Verlust sieht auch Sigmund Freud als Ursprung der neurotischen Depression. Allerdings geht es in seinem Modell beim Kind um den fantasierten Verlust von Bezugspersonen, durch den ein Mensch später in eine „unechte Trauer“, die Depression, geraten kann.¹⁶ Viktor Frankl spricht ebenfalls von einem Schock, der am Anfang einer neurotischen Entwicklung steht, ohne die Kriterien dieses Schocks näher zu erläutern.¹⁷

Vor diesem Hintergrund lässt sich ein noodynamisches Konzept der Depressionsentstehung folgendermaßen umreißen: Kinder leben anfänglich überwiegend in der Sphäre der Geistigen Person. Im Kontakt mit ihrem sozialen Umfeld erleiden sie einen Verlust an Verbundenheit mit ihrer Geistigen Person. Damit erleben sie auch eine Minderung der Wahrnehmung ihrer eigenen Werthaftigkeit (und der Werthaftigkeit anderer). Abwertende Impulse von außen können dadurch in der eigenen Seele Platz greifen und als strenges, abwertendes Über-Ich internalisiert werden.

Den meisten Heranwachsenden gelingt eine Stabilisierung ihres labilen Selbstwertgefühls dadurch, dass sie sich an die Forderungen ihrer sozialen Umwelt anpassen und diese Forde-

¹⁴ www.finanznachrichten.info/banken/382-die-lehman-brothers-pleite-hat-ein-neues-juristisches-nachspiel/

¹⁵ z.B. www.openbroadcast.de/article/104055/deutsche-bank-profitiert-von-eurokrise.html

¹⁶ Mentzos, Stavros, 2009, S. 128

¹⁷ Frankl, V. E., 1982, S. 177ff.

rungen als „vernünftig“ oder „der Natur des Menschen entsprechend“ rationalisieren. Dass es friedlichere, gerechtere, selbstbestimmtere Formen des sozialen Zusammenlebens geben könnte erleben diese Menschen meist als „idealistische Schwärmerei“, als „welfremd“ oder „unrealistisch“. Arno Gruen bezeichnet diese Haltung als die der „Normalen“. Er zeigt auf, dass diese von der Mehrheit der Menschen vollzogene Anpassung an die „Realität“ mit einem hohen seelischen Preis bezahlt wird. Im Verborgenen sammeln sich die vielen verdrängten Demütigungserlebnisse, die Frustrationen des Selbstgestaltungswillens und die auch bei diesen Menschen vorhandene Selbstabwertungstendenz (oder auch Selbstüberhöhungstendenz) zu einem erheblichen Potenzial aggressiver Energie. Diese kann sich bei entsprechenden äußeren Umständen eruptiv entladen. Beispiele dafür sind etwa die Exzesse deutscher Wehrmachtsoldaten, die als „brave“, „normale“ Bürger unfassbare Grausamkeiten an wehrlosen Zivilisten verübt haben. Gruen nennt diese Haltung den „Wahnsinn der Normalität“ und diese Form des angepassten Realismus eine Krankheit.¹⁸

Es gibt offensichtlich Menschen, denen diese geschilderte Anpassung an die „Realität“ nicht oder nur ungenügend gelingt. Bei ihrem Versuch einer Anpassung entsteht eine innere „Reibung“. Seelische Energien fließen - für den Betroffenen selbst und meist auch für die Umwelt erkennbar - in falsche Richtungen und behindern den „normalen“ Lebensfluss. Diese Menschen fallen als „Neurotiker“ auf. Im Gegensatz zu den angepassten „Normalen“ leiden diese Menschen an ihrer Situation. Ihre Symptomatik zeigt auf, dass es hier einen inneren Konflikt gibt. Sie sind weniger weit von sich selbst, von ihrer Geistigen Person entfernt als die symptomlosen „Normalen“. Vor diesem Hintergrund nennt Erich Fromm den neurotischen Menschen „gesünder“ als den angepassten symptomfreien „Normalen“.¹⁹

Im Falle der neurotischen Depression gelingt es dem Betroffenen wahrscheinlich nicht mehr ausreichend, die von der Kultur angebotenen Selbstwertstabilisierungskonzepte anzuwenden. Der Selbstwertverlust kommt massiv ins Bewusstsein, die Distanz zu den eigenen positiven Möglichkeiten wird als quälend und schuldhaft erlebt. Der betroffene Mensch irrt verschreckt in den Dunkelfeldern seiner Psyche umher und begegnet vielen zerstörerischen, lebensverneinenden psychischen Energien. Es scheint, als habe er noch eine leise Ahnung, dass es so etwas wie eine „Heimat“, eine positive Zugehörigkeit gibt, als habe er aber die Hoffnung verloren, dass er jemals dorthin gelangen könne. Es ist ein Gefühl des Abgeschnittenseins, des Isoliertseins von dem, was lebens- und liebenswert ist. Die Kraft des Sinns, der warmen menschlichen Bindung, der positiven Wertesphäre dringt nicht mehr ausreichend bis zu seinem Bewusstsein durch. Die positive Grundstimmung der Geistigen Person ist weitgehend verblasst.

Es stellt sich die Frage, warum manche Menschen eher zu einer depressiven Reaktion neigen als andere. Dabei mögen seelisch-konstitutionelle Faktoren eine Rolle spielen, wie sie etwa Fritz Riemann aufgezeigt hat.²⁰ Archetypische Einflüsse, wie sie in den Typen des Enneagramms beschrieben werden, sind ebenfalls wahrscheinlich.²¹ Familiäre Wirkungen, durch die es z.B. zu einer „Identifikation“ mit depressiv reagierenden Elternteilen kommt, sind gleichfalls denkbar, ebenso wie körperlich-konstitutionelle oder stoffwechselbedingte Faktoren. Auch das in der Psychoanalyse vertretene Konzept, bei dem der Entwicklungsabschnitt bedeutsam ist, in dem ein Kind eine seelische Traumatisierung erfährt – die Psychoanalyse sieht die Entstehung einer depressiven Störung hauptsächlich in der „oralen“ Phase innerhalb des ersten Lebensjahres -, mag mitunter von Bedeutung sein. Im konkreten Einzelfall

¹⁸ Gruen, Arno: Der Wahnsinn der Normalität. Realismus als Krankheit: eine Theorie der menschlichen Destruktivität.. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 2007

¹⁹ www.eyesaiditbefore.de/2011/02/23/erich-fromm-ueber-den-angepassten-menschen

²⁰ vgl. Riemann, Fritz: Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie. Ernst Reinhardt Verlag, München - Basel 1996

²¹ vgl. Böschmeyer, Uwe: Vom Typ zum Original. Die neun Gesichter der Seele und das eigene Gesicht. Ein Praxisbuch zum Enneagramm. Edition Lebenszeichen, Lahr 1994

kann die Frage nach der Entstehung einer depressiven Entwicklung jedoch nicht eindeutig beantwortet werden.

Depression und Aggression

Wenden wir uns nun dem zweiten Phänomen zu, das bei der Depressionsentstehung eine wesentliche Rolle spielt, der Aggression.²² Die psychoanalytischen Modelle gehen übereinstimmend davon aus, dass es beim Zustandekommen einer Depression zu einer „Wendung der Aggression gegen das Selbst“ kommt.²³ Die Aggression entsteht nach dieser Auffassung als Folge von Wut, die im Kleinkind aufgrund einer Frustration durch die Umwelt oder durch innere Konflikte entstehen. Aufgrund der Angst, bei einer aggressiven Wendung gegen die Umwelt seine Situation noch zu verschlechtern, biegt das Kind dieser Theorie zufolge seine aggressiven Impulse nach innen und richtet sie gegen sich selbst. Diese Autoaggression vermischt sich mit der Tendenz zur Selbstabwertung und führt in extremster Ausprägung zur Selbstvernichtung durch Selbstmord.

Psychodynamisch gesehen ist Aggression also die Folge der Frustration triebhafter Grundbedürfnisse. Diese Grundbedürfnisse beziehen sich auf die Aufrechterhaltung der vegetativen Existenz eines Menschen und umfassen im Wesentlichen Sexualität, Nahrung und soziales Eingebundensein.²⁴ Aus dieser Sicht dienen sie letztlich im evolutionären Zusammenhang der Arterhaltung.

Kehren wir noch einmal zu Arno Gruen zurück. In seiner „Theorie der menschlichen Destruktivität“ entsteht zerstörerische menschliche Aggression auf folgendem Weg: „Es ist ein Akt des Selbstverrats, wenn das Kind das Bewusstsein für sein eigenes Selbst zu verlieren beginnt. Dieser Prozess setzt damit ein, dass das Kind die Gefühle von Vater und Mutter nicht mehr unmittelbar wahrnimmt, sondern sich danach richtet, wie diese sich selbst sehen.“²⁵ Solch eine „Anpassung“ an die elterlichen Machtbedürfnisse führt zu einer Spaltung in der psychischen Struktur des Kindes. Es trennt seine Innenwelt von seinen Interaktionen mit der Umwelt. Damit gehen der Zusammenhang und die Wechselwirkungen zwischen Handlungen und Motivationen verloren. Um teilhaben zu können an der Macht, die das Kind unterwirft, ersetzen Gehorsam und Anpassung die Verantwortung für das eigene Handeln. Hat man den Bezug zum eigenen Inneren verloren, dann kann man sich nur auf ein verfälschtes Selbst beziehen: auf das Image, das sich an bestimmtem Verhalten und an Gefühlslagen orientiert, die der Umwelt gefallen. Das Bedürfnis und vielleicht auch der Zwang, ein solches Image aufrechtzuerhalten, bemächtigen sich all dessen, was die eigenen Wahrnehmungen und die eigenen Gefühle und Mitgefühl hätten sein können. Die Unfähigkeit in sich selbst zu wurzeln, ruft zerstörerisches und böses Verhalten hervor.“²⁶

In diesem Konzept verliert das Kind also – ganz überwiegend wohl aus einer seelischen Not-situation heraus, da es den Bezug zu seinem erwachsenen Umfeld nicht verlieren will - im Prozess der Anpassung den Bezug zu seinem ungespaltenen Inneren, seinem Selbst, und rutscht in ein „verfälschtes Selbst“ hinein, aus dem heraus dann zerstörerisch-aggressives

²² Wenn im Folgenden im Zusammenhang mit der Depression von „Aggression“ die Rede ist, so ist damit nicht die positive, lebenserhaltende Aggression gemeint, sondern die zerstörerische, lebensverneinende.

²³ Vgl. Hoffmann, S.O., Hochapfel, G.: Einführung in die Neurosenlehre und Psychosomatische Medizin. Schattauer, Stuttgart - New York 1992, S.120f.

²⁴ Vgl. Hoffmann, S.O., Hochapfel, G., S. 29

²⁵ Gruen verweist hier auf das Phänomen, dass viele Erwachsene ein unzutreffendes Bild von sich selbst haben. In diesem Bild sind die eigenen Widersprüche und Schattenseiten in der Regel zur Stabilisierung des Selbstwertempfindens teilweise oder ganz ausgeblendet. Eltern erwarten bzw. fordern dann meist von ihren Kindern, dass diese sie so sehen wie sie sich selbst. Passen sich Kinder an diese Erwartung an, geraten sie in einen Zwiespalt mit ihrer authentischen Empfindung. Dies bedeutet für das Kind Selbstzweifel und Selbstwertverlust.

²⁶ Gruen, 2007, S.9

Verhalten entstehen kann. In Gruens Modell ist eine Nähe zu Victor Frankls Konzept der Geistigen Person und der Psyche erlebbar. Die Geistige Person ist der Ort des ungespaltenen Heilen („die Geistige Person schafft Einheit und Ganzheit“²⁷), während die Psyche die Möglichkeit der Krankheit und Abspaltung in sich trägt. Das Kind hat aus seiner Freiheit heraus die Möglichkeit des „Selbstverrats“, bei dem es sich in Distanz begibt zu seinem Selbst bzw. seiner Geistigen Person und sich als Konsequenz zunehmend mit seiner Psyche identifiziert.

Auch Erich Fromm beschreibt in seinem Konzept der Aggressionsentstehung das Vorhandensein zweier unterschiedlicher Energiefelder in der menschlichen Seele. Da ist zum einen das Feld der „Nekrophilie“, der „Liebe zum Toten“. Dies umfasst u.a. Regungen wie den Hang, Dinge aus ihrem lebendigen Zusammenhang herauszureißen und zu zerstückeln, Macht über das Lebendige zu erlangen, Gewalt anzuwenden, sich über Eigentum und Besitz abzusichern und diesen den Vorrang vor dem „Sein“ zu geben, Unterschiede und Hierarchien zu betonen anstelle des Verbindenden und Gleichrangigen sowie von technischen Dingen mehr angezogen zu sein als von lebendigen, natürlichen.²⁸ Dieser Nekrophilie gegenüber steht die Biophilie, die Fromm so umreißt: „Die Biophilie ist die leidenschaftliche Liebe zum Leben und allem Lebendigen; sie ist der Wunsch, das Wachstum zu fördern, ob es sich nun um einen Menschen, eine Pflanze, eine Idee oder eine soziale Gruppe handelt. Der biophile Mensch baut lieber etwas Neues auf, als dass er das Alte bewahrt. Er will mehr *sein*, statt mehr zu *haben*. Er besitzt die Fähigkeit, sich zu wundern und er erlebt lieber etwas Neues, als dass er das Alte bestätigt findet. Das Abenteuer zu leben ist ihm lieber als Sicherheit. Er hat mehr das Ganze im Auge als nur die Teile, mehr Strukturen als Summierungen. Er möchte formen und durch Liebe, Vernunft und Beispiel seinen Einfluss geltend machen - nicht durch Gewalt und dadurch, dass er die Dinge auseinander reißt, nicht dadurch, dass er auf bürokratische Weise die Menschen behandelt, als ob es sich um tote Gegenstände handelte. Da er Freude am Leben und allen seinen Manifestationen hat, ist er kein leidenschaftlicher Konsument von frischverpackten „Sensationen“. Die biophile Ethik besitzt ihr eigenes Prinzip des Guten und Bösen. Gut ist alles, was dem Leben dient; böse ist alles was dem Tod dient. Gut ist die Ehrfurcht vor dem Leben, alles was dem Leben, dem Wachstum, der Entfaltung förderlich ist. Böse ist alles, was das Leben erstickt, einengt und alles, was es zerstückelt.“²⁹

Auch Fromms Konzepts der Nekrophilie und Biophilie lässt unschwer eine Nähe zu Victor Frankls Menschenbild erkennen. Frankls Beschreibungen der Geistigen Person tragen eindeutig „biophilen“ Charakter. Die Geistige Person ist integrierend, verbindend und auf universelle Werte ausgerichtet. Sie trägt Achtung und Respekt in sich vor dem anderen Menschen und dem, was den Menschen umgibt. Sie ist „heilend“, nicht zerstörend.³⁰ Im geistigen Prozess der Selbsttranszendenz verlässt der Mensch die Sphäre des abgetrennten, zur nekrophilen Absicherung neigenden Egos. Die Sphäre der Werte ist mit der Sphäre des Lebendigen gleich zu setzen; ein Mensch, der sich mit seinen Werten verbindet, erlebt sich als lebendig und vom Leben getragen. Wertorientierung bzw. Sinnverwirklichung ist Orientierung am Leben, ist Biophilie. Die Möglichkeit des Nekrophilen, Zerstörerischen, Krankmachenden befindet sich im Feld der Psyche.

Vollends deutlich wird die Nähe beider Konzepte, wenn Fromm über das Verhältnis von Nekrophilie und Biophilie in der menschlichen Seele sagt: „Die Destruktivität ist der Biophilie nicht parallel, sondern sie ist ihre Alternative. Die Liebe zum Leben oder die Liebe zum Toten ist die fundamentale Alternative, mit der jedes menschliche Wesen konfrontiert ist. Die Nekrophilie wächst in dem Maße, wie die Entwicklung der Biophilie am Wachstum gehindert

²⁷ Frankl, 1991, S. 115

²⁸ vgl. Fromm, Erich: Anatomie der menschlichen Destruktivität. Rowohlt-Verlag, Reinbeck bei Hamburg 1977, S. 366ff.

²⁹ Fromm, 1977, S.411

³⁰ vgl. Frankl, 1993, S. 147

wird. Der Mensch ist biologisch³¹ mit der Fähigkeit zur Biophilie ausgestattet, psychologisch aber hat er als Alternativlösung das Potenzial zur Nekrophilie. Dass sich notwendigerweise die Nekrophilie als Folge der Verkrüppelung entwickelt, ist aus der existenziellen Situation des Menschen ... zu verstehen.³²

Biophilie und Nekrophilie stehen also nicht gleichrangig nebeneinander, es sind keine naturgegebenen Gegensätze, die zur Grundausstattung des Menschen gehören. Das Eigentliche, den Menschen als Menschen Konstituierende ist die Biophilie. Sie ist die „Ursubstanz“, aus der der Mensch von seinem Ursprung her geformt ist. Das Nekrophile entsteht sekundär aus der Freiheit des Menschen, seinen Urgrund, seine Abstammung „verneinen“ zu können. Der Mensch steht also vor der Möglichkeit, vor der Entscheidung, sich dem Biophilen oder dem Nekrophilen zuzuwenden.

Dies entspricht Viktor Frankls Auffassung, dass die Geistige Person die schöpferische Wirkkraft ist, die die menschliche Seele „konstituiert“. Die Geistige Person steht der Psyche nicht gegenüber, sondern umschließt sie. Das Geistige im Menschen stellt eine „höhere“ Dimension dar, die die „niedrigere“ Dimension des Psychischen einschließt.³³ Der „Urstoff“ der menschlichen Seele ist das Geistige, nicht das Psychische. Gleichwohl steht der Mensch in Frankls Konzept vor der Entscheidung, sich seinem Geistigen zuzuwenden oder nicht. Obwohl Frankl dies nicht eindeutig ausspricht liegt der Schluss nahe, dass das Psychische sich erst aus der Abkehr des Menschen von seinem Geistigen heraus bildet. Das Psychische ist als Möglichkeit vorhanden, nicht als „Grundsubstanz“ der Seele. Der Mensch entscheidet anscheinend erst, wie viel „Psychisches“ (mit der Möglichkeit zur Lebensverneinung) in ihm entsteht, während sein Geistiges in Zeitlosigkeit „ist“. Das Psychische ist also das „verhindernde“ Geistige. In diesem Sinne kann sich der Mensch in der Wirklichkeit nie von seinem Geistigen entfernen. Er „ist“ sein Geistiges. Vom Geistigen entfernen kann sich sein Bewusstsein, wenn sich seine Fähigkeit zur Wahrnehmung des Geistigen verschattet. Diese Verschattungen stehen im Zusammenhang mit seinen Entscheidungen, die er aus seiner Freiheit heraus trifft.

Vor diesem Hintergrund lässt sich nun ein noodynamisches Modell zur Entstehung destruktiver Aggression entwerfen. Der Mensch ist von seinem Wesen her Geistige Person. In seiner frühen Kindheit lebt er seelisch weitgehend unverstellt in seiner geistigen Sphäre. Im Prozess der Anpassung an die seelischen Strukturen seiner Umgebung, die überwiegend aus dem Psychischen geprägt sind, verliert er zunehmend die bewusste Verbindung zu seiner Geistigen Person. Ein Teil seiner aktiven, schöpferischen Energien, die seiner Geistigen Person entstammen, nehmen „psychische“ Färbung an und können in diesem Prozess zerstörerisch-aggressive Qualität entwickeln. Diese zerstörerische Aggression kann sich gegen die eigene Person und/oder andere richten. In der Depression sind diese destruktiven Energien überwiegend gegen das eigene Selbst gerichtet. Es sind ursprünglich schöpferische Energien, die ihren Weg nicht in Richtung des „unverfälschten Selbst“ (Gruen), der Biophilie (Fromm) oder der Wertorientierung (Frankl) nehmen, sondern Destruktivität (Gruen), Nekrophilie (Fromm) oder das „kranke“ Psychische (Frankl) hervorrufen.

Zusammenfassung

Angst, Zwang und Depression haben mit ihren vielfältigen Schattierungen und Verflechtungen eine zentrale Stellung innerhalb der psychischen Störungsbilder. Psychoanalyse und Verhaltenstherapie gehen in ihren Modellvorstellungen zur Entstehung dieser Phänomene von unbewussten Vorgängen aus, sei es, dass sich in diesen Symptomen ein nicht mehr

³¹ Aus dem Kontext wird deutlich, dass Fromm an dieser Stelle „biologisch“ im Sinne von „von der Urkraft des Lebens selbst abstammend“ verwendet.

³² Fromm, 1977, S.412

³³ Vgl. Frankls Dimensionalontologie, z.B. Frankl, V. E.: Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. Mit einem Vorwort von Giselher Guttman. Berlin - München 1994, S. 65 ff

bewusster Trieb- oder Bedürfniskonflikt widerspiegelt, wie es die Psychoanalyse erlebt, oder dass sie wie in der Verhaltenstherapie als Ausdruck eines eingefahrenen, destruktiv gewordenen Verhaltensmusters verstanden wird, das dem Betroffenen als solches ebenfalls nicht mehr bewusst ist. Beide therapeutischen Richtungen siedeln den Ursprung der Störungen zeitlich maßgeblich in der Kindheit an.

Auch das hier umrissene, noodynamische Modell neurotischer Störungen geht von unbewusst gewordenen Vorgängen in der menschlichen Seele aus, deren Entstehung ebenfalls überwiegend in der Zeit der Kindheit erlebt wird. Dem zugrunde liegenden, logotherapeutischen Menschenbild folgend geht es davon aus, dass seelische Prozesse immer unter der Mitbeteiligung der - die ganze Seele eines Menschen umfassenden und entscheidenden - Sphäre des Menschen, der Geistigen Person, vonstatten gehen. Somit sind die ursächlichen Zusammenhänge neurotischer Symptome letztlich nicht in der nachgeordneten, psychischen Sphäre zu finden, sondern in der Wesensschicht, die den Menschen als Menschen konstituiert.

In der Angstsymptomatik wird deutlich, dass ein Mensch aktuell in einer nicht ausreichend tragfähigen Verbindung zu seiner Geistigen Person steht. In den Symptomen von Zwang und Depression lässt sich erkennen, dass aus der Geistigen Person stammende, letztlich auf Sinnverwirklichung ausgerichtete schöpferische Impulse eines Menschen den Weg zu ihrer Gestaltung im Geistigen nicht finden, sondern ins Psychische abgleiten und dort destruktive Züge annehmen.

Ausblick

Die obige Darstellung kann die Frage der Noodynamik neurotischer Störungen selbstredend nur marginal beschreiben; Viktor Frankl und wir heutigen Logotherapeuten haben bisher wohl nur erste Schritte in das in seinen Grenzen nicht auslotbare Feld der geistigen Zusammenhänge menschlicher psychischer Störungen tun können. Die uns nachfolgenden Generationen therapeutisch engagierter Menschen werden die Zusammenhänge wohl auf ihre Art weiterbewegen.

Mit der o.a. Beschreibung eröffnen sich zahlreiche neue Fragen. In Bezug auf das logotherapeutische Menschenbild wäre z.B. zu erörtern: Welchen „Sinn“ hat die Psyche? Wie ist das Verhältnis zwischen Psyche und Freiheit? Wie unterscheide ich, ob ich mich gerade in meinem psychischen oder meinem geistigen Feld befinde? Daneben warten zahlreiche weitere Felder der klassischen Psychopathologie auf eine differenzierte Betrachtung noodynamischer Zusammenhänge. Gibt es eine Noodynamik der Schizophrenie? Welcher Art sind die Impulse, die sich in einer Psychose äußern? Sind auch hier möglicherweise geistige Zusammenhänge erkennbar? Wie steht es mit der Noodynamik der Sucht, einschließlich der sogenannten Magersucht? Was sagt uns das Burnout-Syndrom unter noodynamischen Aspekten? Lässt sich das ADHS-Syndrom von Kindern und Jugendlichen noodynamisch verstehen? Gibt es eine Noodynamik der sogenannten „Persönlichkeitsstörungen“? Diese und zahlreiche weitere Fragen warten auf uns heutige logotherapeutisch Interessierte, die wir den Ansatz Viktor Frankls aufgreifen und weiterführen wollen. In diesem Sinne ist der obige Aufsatz als Anregung und als Einladung zu weiterem Austausch gedacht.

Wie jede psychotherapeutische Richtung steht auch die Logotherapie vor der Herausforderung, ob sie psychische Krankheitsphänomene ausschließlich auf der Ebene des persönlichen, individuellen Schicksals eines Menschen begreift, oder ob sie bei der Entstehung solcher Phänomene soziale Wechselwirkungen erkennt. Aus einer Sicht, die sozial-systemische Faktoren bei der Entstehung psychischer Störungen einbezieht, wirken therapeutische Richtungen, die die „Ursache“ seelischer Störungen ausschließlich oder maßgeblich im Individuum sehen, systemstabilisierend. Sie verstärken letztlich die Wirkung „kränkender“ sozialer

Faktoren auf den betroffenen Patienten, indem sie wesentliche Wirkzusammenhänge ausblenden und dem Betroffenen die gesamte Verantwortung für seine Erkrankung auflasten.

Wie erkennbar ist, bezieht das hier dargestellte noodynamische Modell gesellschaftliche Phänomene als wesentliche Wirkkomponenten bei der Entstehung psychischer Erkrankungen mit ein. Auch wenn die noodynamische Sicht die Entstehung seelischer Pathologie in den - unbewusst gewordenen - Gestaltungen bzw. Entscheidungen eines jungen Menschen erlebt, erkennt sie doch die kränkende Dynamik und die Mitverantwortung sozialer Konstruktionen.

Für den Prozess der Heilung „neurotischer“ Störungen sieht das vorliegende Konzept die Wirkmöglichkeit und die Verantwortlichkeit vorrangig beim betroffenen Menschen selbst. Es geht darum, dass er sein verlorenes bzw. eingeschränktes Potenzial zur Selbstgestaltung wieder entdeckt und dann konkret nach innen und außen im Zuge einer Werteverwirklichung anwendet. Ihn auf diesem Wege zu begleiten ist wohl die Essenz von „Logotherapie“.

Victor Frankl hat mit seinem Bild der Geistigen Person etwas in den Bereich der Psychotherapie eingebracht, was bis dahin nach meiner Wahrnehmung in keiner anderen psychotherapeutischen „Schule“ dargestellt war: die Beschreibung der Geistigen Person als der Quelle, aus der „Gesundes“, „Gesundheit“ und „Heilung“ letztlich kommen. Liegt es nicht nahe, diese Erkenntnis des „Gesunden“ auch auf andere Gebiete des menschlichen Lebens zu übertragen?

Wenn es so ist, dass unsere Verbindung zur eigenen Geistigen Person in unserer Kindheit stark und anfänglich weitestgehend unverstellt ist, dass diese Verbindung aber sensibel und störfähig ist – ruft uns diese Erkenntnis nicht dazu auf, dass wir für Kinder soziale Umfelder gestalten, die diese dichte Verbindung des Kindes mit seiner Geistigen Person nicht nur nicht behindern, sondern den Raum dafür schaffen, dass diese Verbindung sich entsprechend den sich verändernden Bewusstseinsqualitäten im Kind vertiefen und differenzieren kann? Wie könnten Kindergärten gestaltet sein, in denen Kinder ihre selbstgestaltende Entdeckerfreude und ihre selbstverantwortete Mitwirkung am Ganzen erfahren und einüben können? Wie könnte eine Schule aussehen, auf die Kinder (und Erwachsene) sich freuen, weil sie Erlebnisraum ist für die spannende Erfahrung, dass Wissen und Erkenntnis von jedem Menschen selbst hervorgebracht werden können? Wie könnte Schule aussehen, bei der Angst keine wesentliche Rolle mehr spielt, für Schüler, Lehrer und Eltern? Wie könnten Universitäten gestaltet sein, die diese Möglichkeiten aufgreifen und vertiefen würden, im Sinne einer wirklichen „universitas“, die die Begrenztheit eines jeglichen wissenschaftlichen Erkenntnisweges anerkennt und deshalb Raum bietet für jede Art menschlichen Erkenntnisgewinns?

Wie könnte ein Wirtschaftssystem aussehen, in dem das aus dem Geistigen stammende Werte-Bedürfnis, für einander da zu sein und die eigenen Potentiale frei in das Gemeinsame einzubringen, im Zentrum steht? Wie könnte ein Gesundheitssystem gestaltet sein, in dem für alle Beteiligten das Phänomen „Heilung“ im Mittelpunkt steht, wobei Heilung nicht auf eine Verminderung von Krankheitssymptomen reduziert wird? Wie könnten politische Systeme aussehen, die den demokratischen Grundgedanken, dass alle Gestaltung „vom Volk“, also vom einzelnen Bürger, ausgeht, aufgreift und vertieft, sodass von jedem Bürger Verantwortung und Mitgestaltung gelebt werden kann, wenn er dies will? Wie wäre ein Rechtssystem gestaltet, in dem Gesetz und Recht dienende Hilfsmittel sind in der Gestaltung des gemeinschaftlichen Lebens freier und selbst verantwortender Menschen? Wie könnten religiöse Gemeinschaften aussehen, in denen der Geist einer Gemeinschaft von freien und gleichrangigen Individuen lebt, die die Erfahrungen und Möglichkeiten ihres individuellen spirituellen Weges miteinander teilen wollen?

Mancher mag einwenden, dass die hier dargestellten Visionen von aus der Wahrnehmung der Geistigen Person des individuellen Menschen stammenden sozialen Strukturen illusionär

und unerreichbar seien. Aber wären die heute vorhandenen demokratischen Strukturen vor 150 Jahren den meisten Menschen nicht ebenso unreal und unerreichbar erschienen? Und ist es nicht gerade das Wesen der schöpferischen Geistigen Person, dass sie Neues, bisher noch nicht Verwirklichtes ins Leben holt? „Die Person ist dynamisch“, so lautet Frankls 8. These zur Person. Viktor Frankl selbst hat die Richtigkeit seiner These durch seine Lebensgestaltung und durch die „Schöpfung“ der Logotherapie bewiesen. Was sollte uns hindern, es ihm gleichzutun?

Der Autor:
Dr. med. Gottfried Matthias Spaleck
Engenser Str. 6
D-56170 Bendorf
Tel.: 02622-906148
E-Mail: praxis@spaleck-logos.de