

Irwish  
**Über Depression,  
die keine Krankheit ist**

**Die Vernebelung des Begriffs  
der empfundenen Bedrückung  
und weitere Zusammenhänge**

**Inhaltsverzeichnis**

Psychische Störungen stellen keine Fehlfunktion des Gehirns dar! .....	2
Der Depressionsbegriff .....	4
Die eigene Programmierung überwinden, geht das überhaupt? .....	7
Brüllen ist faktisch Androhung von Gewalt .....	10
Die Normalität und das Normalsein .....	13
Arno Gruen: Die Verweigerung der Realität im Namen der Realität .....	14

---

30 Seiten

verfaßt vom Betreiber der Seite [www.irwish.de](http://www.irwish.de)  
mit Zitaten von Erich Fromm und Arno Gruen

---



## Psychische Störungen stellen keine Fehlfunktion des Gehirns dar! <sup>1</sup>

Man ist schon lange sehr schnell mit dem Begriff *krank* zur Hand, wenn es darum geht, unerwünschtes oder auch nur abweichendes menschliches Verhalten zu beurteilen. Nicht nur die Pharmaindustrie, die ständig neue Krankheiten erfindet, um auf diese Weise ihre Profite zu maximieren, sondern auch der medial durchgebriefte und überangepaßte Wohlstandsbürger neigt gewöhnlich dazu, alles, was ihn am Verhalten seiner Mitmenschen stört, als Folge einer psychischen Störung oder gar einer Geisteskrankheit zu betrachten. So hat man ihm das beigebracht, und genauso hat er gelernt, bei jedem Unverständnis zu fragen: »Spinnst du? Bist du noch ganz dicht? Hast du sie noch alle?« Dabei sind sich diese größtenteils des- und uninformierten Bürger nur äußerst selten ihrer eigenen psychischen Störungen bewußt, denn wie der Begriff *Störung* illustriert, bezeichnet er nicht wirklich eine Fehlfunktion des Gehirns, sondern vielmehr eine subjektiv als störend empfundene Verhaltensweise. Dabei wird häufig die Störung des eigenen neurotischen Ausagierens (z.B. die automatische Verdrängung unerwünschter Wahrnehmung oder die zunehmende Tendenz zur Überanpassung = Fremdbestimmung) – wie man sie heute bei fast allen Menschen beobachten kann, ganz besonders, wenn sie von einem Menschen ausgeht, den man sowieso nicht mag – als unangenehm und unangemessen empfunden und somit als Resultat einer geistigen Funktionsstörung beim Störer bewertet. **Erich Fromm** hatte bereits 1977 – sehr verwirrend für all jene, die sich gewöhnlich (aus Gewohnheit) für »normal« und »gesund« halten – verkündet:

»Die Normalsten sind die Kränksten, und die Kranken sind die Gesundesten. Das klingt geistreich oder vielleicht zugespitzt, aber es ist mir ganz ernst damit und nicht eine witzige Formel. Der Mensch, der krank ist, der zeigt, daß bei ihm gewisse menschliche Dinge noch nicht so unterdrückt sind, [so] daß sie in Konflikt kommen mit den Mustern der Kultur und daß sie durch diese Friktion Symptome erzeugen. Das Symptom ist ja wie der Schmerz nur ein Anzeichen, daß etwas nicht stimmt. Glücklich der, der ein Symptom hat! Wie glücklich der, der einen Schmerz hat, wenn ihm etwas fehlt! Wir wissen ja: Wenn der Mensch keine Schmerzen empfinden würde, wäre er in einer sehr gefährlichen Lage. Aber sehr viele Menschen, das heißt, die Normalen, sind so angepaßt; die haben alles, was ihr Eigen ist, verlassen. Die sind so entfremdet, so instrumenten-, so roboterhaft geworden, daß sie schon gar keinen Konflikt mehr empfinden. Das heißt: Ihr wirkliches Gefühl, ihre Liebe, ihr Haß, das ist schon so verdrängt oder sogar schon so verkümmert, daß sie das Bild einer chronischen leichten Schizophrenie bieten. ... Daß der Mensch, wie das Marx auch gesagt hat, seine Geschichte macht. Er sagte einmal: Die Geschichte tut gar nichts. Sie kämpft keine Kämpfe und sie gewinnt keine Schlachten. Es ist der Mensch, der alles tut. Dieser Mensch aber wird beeinflußt von seiner Umgebung, und zwar nicht nur im Sinne der französischen Aufklärungsphilosophie der Umgebung oberflächlich gesehen, sondern der Struktur der Gesellschaft, in der er lebt, die eine Tendenz hat, nämlich seine psychischen Energien so zu gestalten, daß der Mensch das gerne tut, was er tun muß, damit diese Gesellschaft in ihrer speziellen Form existieren kann.«

Das entsprechende Video war bis vor kurzem noch bei YouTube verfügbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=U7cyeqgNgH8>

Gestört sind daher nicht diejenigen, die durch ihr weniger angepaßtes Verhalten auffallen, sondern vielmehr all jene, die sich durch dieses Verhalten gestört fühlen in ihrer persönlichen Situation und ihren persönlichen gesellschaftlichen Arrangements. Gestört fühlen sich jene, die sich aus Angst vor materiellen und finanziellen Konsequenzen immer weiter an unmenschliche Situationen und Verhältnisse anpassen und dabei nicht bemerken, wie ihnen dabei ihre eigene Menschlichkeit nach und nach abhanden kommt.

Die menschliche Fähigkeit, auf Streß und unerträgliche gesellschaftliche Zustände mit psychischen Symptomen zu reagieren, stellt eine uralte Überlebenstechnik dar, die jedoch von den heutigen Menschen nicht mehr als solche erkannt wird. Der modern(d)e Zivilisationsmensch wähnt sich in seiner natürlichen Umgebung, wenn er am Fließband roboterhaft immer dieselben Bewegungen ausführt oder Tag für Tag dieselben Dinge am Computer erledigt. Dabei handelt es sich natürlich nicht um natürliche Umgebungen, sondern um menschengemachte; doch der heutige Mensch kennt nichts anderes mehr. Für den Streßabbau hat er den Konsum, der ihn von seiner inneren Anspannung ablenkt, bevor das Hamsterrad am nächsten Tag oder nach dem Wochenende wieder zu laufen beginnt.

In Wirklichkeit bemerken aber doch sehr viele Menschen irgendwie die Unnatürlichkeit ihres Lebens, wenngleich sie sich nicht so recht darauf einlassen wollen, sich diese ganzen Zusammenhänge auch bewußt zu machen, denn da lauert schon wieder die Gefahr der sozialen Ausgrenzung sowie die Angst vor Ungehorsam – einem unangepaßten Verhalten, das in unserer Gesellschaft unweigerlich zu finanziellem und sozialem Abstieg führt. Daher ergeben sich die meisten in ihr Schicksal und stumpfen immer mehr ab, bis sie sich irgendwann soweit mit der Gesellschaft arrangiert haben, daß sie tatsächlich keinen psychischen Schmerz mehr verspüren – bis sie dann irgendwann tatsächlich erkranken, Rückenprobleme bekommen, ausgebrannt sind, unter Schlafstörungen und allgemeinen Unlustgefühlen leiden und sich immer häufiger bedrückt fühlen, also deprimiert sind.

Ich kann nur wirklich jedem nahelegen, sich mit diesen Zusammenhängen zu befassen. Ein guter Einstieg dafür findet sich bei **Erich Fromm** in seinem Buch **HABEN ODER SEIN – DIE SEELISCHEN GRUNDLAGEN EINER NEUEN GESELLSCHAFT**. Dort schreibt **Fromm** sehr ausführlich und anschaulich darüber, wie »die große Verheißung« des unbegrenzten Fortschritts mit ihrer Aussicht auf Unterwerfung der Natur und auf materiellen Überfluß und somit »auf das größtmögliche Glück der größtmöglichen Zahl und auf uneingeschränkte persönliche Freiheit« die »Hoffnung und die Zuversicht von Generationen seit Beginn des Industriezeitalters aufrechterhielt«. Er beschreibt, wie eine Lebensweise des Seins von einer Lebensweise des Habens unterdrückt und fast vollständig abgelöst wurde und was diese Haben-müssen-Einstellung mit uns Menschen gemacht hat, wozu wir geworden sind. Er gibt Antworten darauf, warum sich diese Verheißung nicht erfüllt hat, ja warum sie sich erst gar nicht erfüllen konnte. Wir haben Egoismus und Habgier durch die Belohnung der Egoistischsten und Habgierigsten zu Tugenden erhoben. Inzwischen befinden sich auf nahezu allen Spitzenpositionen in Wirtschaft und Politik ausgemachte Narzißten und Soziopathen, die uns in den Untergang führen.  
[http://www.irwish.de/pdf/Fromm-Haben\\_oder\\_Sein.pdf](http://www.irwish.de/pdf/Fromm-Haben_oder_Sein.pdf)

Wer das ganze ausführlicher in einer umfassenden Gesellschaftskritik von **Fromm** lesen möchte, dem sei das Buch **ANATOMIE DER MENSCHLICHEN DESTRUKTIVITÄT** ans Herz gelegt. Hier analysiert **Fromm** in vorbildlicher und unnachahmlicher Weise verschiedene gesellschaftliche Theorien und Zusammenhänge, angefangen von den Instinkten und den menschlichen Leidenschaften über die menschliche Aggression, den destruktiven Charakter (Sadismus und Masochismus) bis hin zur bössartigen Aggression, wie sie u.a. in der Nekrophilie eines Adolf Hitler zutage trat.  
[http://www.irwish.de/pdf/Fromm-Anatomie\\_der\\_menschlichen\\_Destruktivitaet.pdf](http://www.irwish.de/pdf/Fromm-Anatomie_der_menschlichen_Destruktivitaet.pdf)

Das komplette Werk von Fromm: <http://www.irwish.de/ZIPbin/Fromm.zip>

## Der Depressionsbegriff

Unter dem Begriff der Depression<sup>2</sup> – ein Fremdwort, das aus dem lateinischen *deprime-re* gebildet wurde und das laut Wikipedia soviel wie *niederdrücken* bedeutet – bezeichnet heute in der Hauptsache eine angebliche psychische Störung. Als typische Symptome werden *gedrückte Stimmung*, *negative Gedankenschleifen* und ein *gehemmter Antrieb* aufgeführt. Dabei gingen häufig *Lustempfinden*, *Selbstwertgefühl*, *Leistungsfähigkeit*, *Einfühlungsvermögen* und das *Interesse am Leben* verloren. Depression wird daher weitgehend als Krankheit verstanden, obwohl die genannten Symptome zeitweise auch bei sogenannten Gesunden auftreten sollen. Von Depression spreche man jedoch erst dann, wenn die Symptome länger andauern, schwerwiegender ausgeprägt seien und deutlich die Lebensqualität sinken lassen.

Für mich als »medizinischen Laien« stellt sich nicht automatisch ein Verständnis für die Unterscheidung zwischen »krankhaften« und »gesunden« Symptomen der Depression ein. Wir leben schließlich in einer Gesellschaft, die bereits in ihrer Grundstruktur so aufgebaut ist, daß eine eher unbestimmte Menge Individuen unter eher bedrückenden als beglückenden Verhältnissen zu leben gezwungen sind. Eine Voraussetzung zu bedrückender Lebensweise stellt die mangelhafte Versorgung mit notwendigen Gütern wie Lebensmittel und sonstigem alltäglichen Bedarf dar. Die Gesetzgebung der Bundesrepublik Deutschland fördert somit Bedrückung einerseits durch einen äußerst repressiven Niedriglohnsektor, andererseits durch die nicht minder repressive Hartz-IV-Gesetzgebung. Angesichts eines derzeitigen Verhältnisses von offenen Stellen zu Arbeitslosen von mindestens 1:10 kann rein mathematisch gar nicht jeder eine Stelle bekommen. In Wirklichkeit liegen die Arbeitslosenzahlen natürlich viel höher, als sie von der Agentur für Arbeit bekanntgegeben werden, denn die offiziellen Zahlen werden regelrecht geschönt, um die Herkunft der Bedrückung unter den Arbeitslosen zu verschleiern.

Menschen, die ständig in bedrückenden Verhältnissen leben müssen, leiden darunter. Natürlich könnte man jetzt einfach behaupten, sie seien selber schuld, wenn sie in diesen Verhältnissen verbleiben, aber seien wir doch mal ehrlich: Wie soll sich jemand, der z.B. über 50 ist, keine nennenswerte Qualifikation vorzuweisen hat und seit Jahren arbeitslos ist, daraus befreien, wenn es nicht einmal genug Arbeitsplätze für alle gibt? Muß er sich denn nicht mit der Zeit damit abfinden, daß er nie wieder Arbeit finden wird, weil Arbeitgeber aus etlichen Gründen schon immer lieber jüngere Menschen einstellen? Jüngere sind billiger, lenkbarer und neigen gewöhnlich weniger zu Ausfallzeiten als Ältere. Zudem weisen jüngere Menschen in der Regel weniger Lebenserfahrung auf als ältere, so daß man die jüngeren auch leichter übers Ohr hauen kann. Mit anderen Worten: Der ältere Arbeitslose hat so gut wie gar keine Chancen mehr, ins Arbeitsleben zurückzukehren, muß aber dennoch bis zur Rente so tun, als ob es auch für ihn noch Chancen gäbe. Er muß Bewerbungen schreiben, nicht weil sie einen Sinn machen würden, sondern weil er sonst seinen Anspruch auf Unterhalt verliert, was im Grunde auf Verhungern und im Winter auf Erfrieren hinausläuft. Wenn das keine bedrückende Situation darstellt, dann gibt es bedrückende Situationen erst gar nicht.

Alle Menschen empfinden ausweglos erscheinende Situationen als bedrückend. Nun kann eine Situation auch nur ausweglos scheinen, obwohl es Auswege gäbe. Die muß man aber erst einmal kennen und zu gehen wissen. Die meisten ausweglosen Situationen sind aber tatsächlich genau das, als was sie erscheinen: Sackgassen, aus denen man bis zum Tode nicht mehr herauskommt. Man kann sich weder jünger noch gesünder machen, man kann sich höchstens selber weiterbilden und hoffen, daß das irgend jemanden interessiert. Einige wenige werden damit sicher auch Erfolg haben, doch für das Gros der älteren Arbeitslosen bestehen hier faktisch keinerlei Chancen. Das scheint nicht nur bedrückend, das ist über alle Maßen äußerst bedrückend.

Nun schreiben zahlreiche Autoren von Ratgeber-Büchern – ich bezeichne sie gerne als Bahnhofsliteratur – darüber, positiv zu denken. Positiv denken bedeutet hier jedoch

nichts anderes als die Realität auszublenden, um so der Bedrückung über die eigene Situation ausweichen zu können. Das wird dann als *die* Lösung schlechthin gepriesen, umrahmt mit zahlreichen schönen und klug klingenden Worten und Sätzen. Der Zweck solcher Bücher besteht letztlich auch nicht darin, dem Leser eine wirkungsvolle Stütze zu sein, sondern vor allem in der Profitgenerierung des Verlages und des Autors.

Der Ursprung individueller Bedrückung, modern als Depression bezeichnet, liegt in der Regel also nicht in den betroffenen Menschen selber, sondern vielmehr in der Gesellschaft, die so aufgebaut ist, daß für gewisse Gesellschaftsschichten zwangsläufig bedrückende Situationen geschaffen werden. Unsere modernen Gesellschaften sind so modern gar nicht, wie sie zu sein scheinen, denn sie entsprechen noch immer wie vor Tausenden von Jahren einem Pyramidensystem: Unten die breite Masse, die alles erwirtschaftet und die notwendigen Arbeiten erledigt, oben die wahren Arbeitslosen, die Nutznießer. Früher wußte man wenigstens: Man ist Sklave und hat keine Rechte, und wenn man nicht spurte, war's das gewesen, man wurde auf der Stelle getötet. Heute wird dem Menschen vorgegaukelt, er habe Rechte, verwehrt ihm aber gewöhnlich, diese auch einzuklagen.

Die Würde des Menschen sei unantastbar, steht in unserem Grundgesetz geschrieben. Doch die Würde der Arbeitslosen und der prekär Beschäftigten wird jeden Tag mit Füßen getreten. Kürzlich hatte ein CSU-Politiker die glänzende Idee, auf ein Wahlplakat, das gegen die Grünen gerichtet war, zu schreiben:

»Die Grünen wollen: Sanktionen für Harzt IV-Schmarotzer lockern!«

Der Versuch eines Betroffenen, gegen dieses Plakat, das zuerst in einem Video auf YouTube erschien, zu klagen, scheiterte: Die Klage wurde mit der Begründung, der Betroffene sei ja nicht persönlich gemeint gewesen, abgewiesen. Mit einer derartigen Begründung kann man praktisch jede Klage gegen Volksverhetzung abweisen, denn genau darum handelt es sich hier: Über 10 Millionen Bundesbürger sind inzwischen auf Hartz-IV-Leistungen angewiesen, mehr als die Hälfte davon gänzlich, der Rest als aufstockende Leistung bei Jobs, die nicht genug zum Überleben einbringen.

Es gibt in der Tat zahlreiche Umstände, die nicht nur Betroffenheit auslösen, sondern bei den direkt Betroffenen verstärkt auch Bedrückung. Es ist jedoch verpönt, bedrückt zu sein, denn das könnte wiederum Betroffenheit auslösen und am Ende sogar eine Bewegung entstehen lassen, die sich gegen diese bedrückenden Umstände zur Wehr setzt. Die Bedrückten selber unterliegen jedoch häufig der erlernten Hilflosigkeit: Sie haben viel zu oft erfahren und erleben müssen, daß ihre eigenen Handlungen und Entscheidungen absolut gar nichts bewirken, so daß sie längst den Glauben an ihre eigenen Entscheidungs- und Handlungsmöglichkeiten verloren haben.

Ein gutes Beispiel stellen die ständig wechselnden Sachbearbeiter in den Jobcentern dar. Bei einem Termin mit einem neuen Sachbearbeiter wird man gewöhnlich dazu aufgefordert, die eigene Situation zu erklären, indem man sein Leben quasi rechtfertigt und die Gründe, die zur Arbeitslosigkeit geführt haben, schildert. Eigentlich sind diese Informationen bei Langzeitarbeitslosen schon lange aktenkundig, doch jeder neue Sachbearbeiter will das scheinbar persönlich noch einmal hören. Dabei bleibt dem aufmerksamen Langzeitarbeitslosen nicht verborgen, daß sein Gegenüber in Haltung und Mimik keinerlei Interesse verrät, ja oft sogar gelangweilt zu ertragen scheint, was ihm der Sozialschmarotzer gegenüber zu sagen hat. Weigert man sich, hier Auskünfte zu geben, wird man nachdrücklich aufgefordert. Es wird behauptet, man wolle ihn kennenlernen, er solle doch von seinem Leben erzählen. Der Langzeitarbeitslose hat das vielleicht schon fünf- oder sechsmal erlebt, ohne daß seine Schilderungen auch nur das Geringste an seiner Situation verbessert hätten. Verschlechterungen kann es dagegen schon geben, z.B. wenn man sich verplappert und z.B. aufbegehrt, daß das doch alles keinen Sinn mache oder daß die Eingliederungsvereinbarung doch in erster Linie aus Interesse des Jobcenters und nicht des Arbeitslosen zusammengestellt würde. Ganz schlimm wird es, wenn man die Eingliederungsvereinbarung grundsätzlich in Frage stellt, weil man ja sowieso einen Verwaltungsakt mit demselben Inhalt erhalten würde,

wenn man die »Vereinbarung« nicht freiwillig unterschreibt. Damit sieht sich der Arbeitslose in einer Zwangssituation, die weder vom Jobcenter noch von den Sozialgerichten als solche anerkannt, geschweige denn behandelt wird. Man argumentiert, der Betroffene könne ja auch gerne auf die finanzielle Unterstützung verzichten.

Was derartige Situationen in der Seele der Betroffenen anrichten, malen sich weder Sachbearbeiter noch Außenstehende aus. Es interessiert niemanden wirklich, auch nicht die Ärzte, die quasi davon leben, daß sie Depression diagnostizieren können, wo im Grunde nachvollziehbare Bedrückung vorherrscht. Natürlich wird ein Mensch mit den Jahren anhaltender Bedrückung auch krank. Das ist nicht viel anders, als wenn man einen Menschen in einem engen Käfig halten würde. Ließe man ihn dann nach Jahren einmal frei, würde man beobachten, wie er auf allen Vieren kriecht, weil er zwischenzeitlich das Laufen verlernt hat bzw. weil seine Muskeln durch Bewegungsmangel degeneriert sind. Diese Auffälligkeit dann als krank zu bezeichnen wäre in meinen Augen grotesk.

In seinem Buch *DEPRESSION IST KEINE KRANKHEIT* schreibt **Josef Giger-Bütler** die folgenden Erkenntnisse nieder:

»Wer niedergeschlagen und von Zeit zu Zeit deprimiert ist, und das ohne zu wissen, weshalb, ist deswegen noch lange nicht depressiv. Das klingt einleuchtend, ist es im Alltag aber keineswegs. Damit man verstehen kann, weshalb ich zu dieser Ansicht komme, möchte ich kurz meine Position darlegen: Für mich sind solche Menschen depressiv, die ihr Leben lang von der Vorstellung geleitet sind,

1. das machen zu müssen, was andere von ihnen erwarten, und dabei immer auf die anderen ausgerichtet sein zu müssen;
2. sich nicht ernst nehmen zu dürfen, sich ständig zurückstellen zu müssen und sich dabei zu übergehen und sich selbst nicht spüren zu dürfen.«

Aus meiner eigenen Erfahrung, unterstützt durch die Lektüre der Werke **Erich Fromms** und **Arno Gruens** bin ich zu der Überzeugung gelangt, daß die allermeisten Menschen oder doch zumindest ein Drittel bis die Hälfte nach der Definition von **Bütler** depressiv sein müssen, denn sie wurden zum Gehorsam und zur Unterwerfung erzogen. Was bedeutet das?

### Die eigene Programmierung überwinden, geht das überhaupt? <sup>3</sup>

Aus meiner Sicht besteht das hauptsächliche Problem darin, daß der Mensch in archaischen Gesellschaften, zu denen alle Industrienationen jeglicher Religionsrichtung gehören, bereits als Kleinkind so programmiert wird, daß er quasi ständig im Modus des Ausagierens und Ersatzbefriedigens handelt. Man installiert eine fundamentale Unterwerfungs- und Gehorsamsbereitschaft, indem man ihm, kaum daß er geboren wurde, die natürliche Entwicklung eines voll integrierten Selbst verweigert. Wie der kürzlich verstorbene **Arno Gruen** in seinem Vortrag »Die Konsequenzen des Gehorsams für die Entwicklung von Identität und Kreativität« (2003) ausführte, identifizieren sich kleine Kinder mit dem Aggressor (den erziehenden Eltern), weil allein schon die Vorstellung einer Trennung von der Mutter oder der Familie in der Vorstellung des Kindes eine tödliche Bedrohung darstellt: »Terror kippt in Geborgenheit um«.

Das ist, was Gehorsam bewirkt und zugleich steuert. Es ist ein uralter Mechanismus, dessen Wurzeln in frühester Kindheit liegen, als wir dem Versuch der uns versorgenden Erwachsenen ausgesetzt waren, uns ihren Willen aufzuzwingen. Diese Erfahrung bedroht jedes Kind mit dem Erlöschen seines eigenen, gerade im Keimen begriffenen Selbst. Das Ergebnis dieses Prozesses ist, daß gerade solche Kinder, deren Willen besonders stark einem Ausmerzen unterworfen war, einen verhängnisvollen Gehorsam und Treue gegenüber Autoritäten entwickeln.

Das Unheil dieser Entwicklung liegt gerade darin, daß der Gehorsam ein Beitreten, eine Identifizierung mit demjenigen, der Gehorsam verlangt, mit sich bringt. Wenn ein Kind von demjenigen, der es schützen sollte, körperlich und/oder seelisch überwältigt wird, und wenn es zu niemandem fliehen kann, wird es von einer überwältigenden Angst heimgesucht. Für den kleinen, werdenden Erwachsenen bleibt dann nur noch die Möglichkeit eines Manövers, um die Angst, mit der keiner leben kann, in den Griff zu bekommen. Diese Angst ist so enorm, so paralyisierend, dass sie beiseite geschoben, abgespalten werden muß – nicht nur verdrängt. Abspaltung bedeutet eine Absonderung von Teilen der Psyche, die einem Menschen zur Gefahr wurden, so daß sie dann nur in Isolation weiterbestehen können.

Um diese Angst wie auch den mit ihr verbundenen Schmerz von sich weghalten zu können, geschieht etwas Außerordentliches. Das Kind fängt an, seinen Unterdrücker, den Aggressor, zu idealisieren, ihn zum Objekt seiner Identifikation zu machen. Auch Erwachsene können diesen Vorgang unter den Bedingungen einer Gefangenschaft und der Folter wiederholen.

Etlichen Psychoanalytikern, Traumatherapeuten und anderen Fachleuten sind diese Zusammenhänge schon länger bekannt, doch der gewöhnliche Durchschnittsbürger ahnt nicht, daß er einer fatalen Programmierung unterliegt, die so früh begonnen hat, daß er von alleine niemals dahinterkäme. So beschrieb bereits 1932 **Sandor Ferenczi** diesen Vorgang der Identifikation mit dem Aggressor, und wies besonders darauf hin, daß dieser im gesellschaftlichen Umfeld verankerte Vorgang es den Eltern erlaubt, die Abhängigkeit ihrer Kinder für eigene Zwecke auszunützen:

Er zeigte, wie Kinder, wenn sie elterlicher Gewalt ausgesetzt sind, paralyisiert werden. »Kinder fühlen sich körperlich und moralisch hilflos, ihre Persönlichkeit ist noch zu wenig konsolidiert, um auch nur in Gedanken protestieren zu können, die überwältigende Kraft und Autorität des Erwachsenen macht sie stumm, ja beraubt sie oft der Sinne. Doch dieselbe Angst, wenn sie einen Höhepunkt erreicht, zwingt sie automatisch, sich dem Willen des Angreifers un-

terzuordnen, jede seiner Wunschregungen zu erraten und zu befolgen, sich selbst ganz vergessend, sich mit dem Angreifer voll auf zu identifizieren.« Mit solch einem Vorgang entwickelt sich ein Kind mit gebrochenem Vertrauen zur Aussage der eigenen Sinne.

Weiters beschreibt **Ferenczi**, wie die aus Angst erzeugte Identifizierung mit Erwachsenen beim Kind Schuldgefühle hervorruft, und diese halten die Bindung an die Eltern aufrecht, indem sie die trügerische Hoffnung schüren, mit der Zeit doch noch eine Verbesserung der Beziehung zu den Eltern herbeiführen zu können. Diese Schuldgefühle, durch die wir uns wertlos fühlen, sind die Grundlage der ausgeprägten Gehorsams- und Unterwerfungsbereitschaft, die wir überall in der Gesellschaft mehr oder weniger beobachten können. Unterwerfungsbereitschaft hat jedoch zwei Seiten: einmal die Bereitschaft, sich einem Stärkeren zu unterwerfen, und ein anderemal die Bereitschaft bzw. das Bedürfnis, vermeintlich Schwächere dem eigenen Willen unterzuordnen. Die primitivste Form ist rohe körperliche Gewalt, die immer nur diejenigen kurzzeitig zu befriedigen vermag, die wegen der Gewalt, die an ihnen selbst verübt wurde, einen Ausgleich, eine Genugtuung oder kurz: Rache suchen. Das Ergebnis ist ein Charakter, der die eigenen inneren Regungen zur Freiheit automatisch mit einem Schuldgefühl quittiert, da er sich gegenüber der Macht, von der er sich Anerkennung und Lob erhofft, als ungehorsam empfindet. Damit untrennbar verbunden ist ein glühender Haß auf alles, was die zugrundeliegende Angst als wahre Ursache des verdrängten Leidens aufdecken könnte.

**Gehorsamerziehung ist immer auch Entfremdungserziehung, denn die Gewalt, die unsere von den Eltern abgelehnten Selbstanteile zu etwas Fremdem machen, ist dieselbe Gewalt, die den Gehorsam erzwingt. Dabei bestimmt das Ausmaß der Gewalt, das der Einzelne erfährt, den Grad seiner Autoritätshörigkeit.**

Ich denke daher nicht, daß diese ganze Problematik ein reines Männerproblem darstellt, sondern die ganze Menschheit betrifft, und zwar sehr direkt und drängend. In den meisten Familien auf dieser Welt sind die Kinder vor allem bzw. die meiste Zeit den Erziehungsmethoden der Mutter ausgesetzt – eine Aussage, die Mütter gewöhnlich sofort heftigst ablehnen, weil das ihr Selbstverständnis bedroht.

Unsere Gesellschaften beruhen weitgehend auf Macht und Gewalt. Wer durch gewalttätiges Handeln am meisten Macht hat bzw. in seiner Person zu vereinigen vermag, der hat immer auch das Sagen. Gesamtgesellschaftlich bzw. global gesehen sind das nur ein paar wenige Menschen, die ihre Hierarchien der Gewalt nur deshalb aufbauen konnten, weil Millionen von Eltern als *Agenten der Gesellschaft* die Vorarbeit dazu geleistet haben, indem sie ihre Kinder zu Gehorsam und Unterwerfung erzogen haben. Das allgemeine Streben der Individuen in der Gesellschaft besteht daher folgerichtig darin, in der Hackordnung nach oben zu kommen, weil sie nicht Sklave, sondern lieber Sklavenaufseher sein wollen. Dabei bleibt den allermeisten Menschen die wahre Struktur der Gesellschaft ein Leben lang verborgen, denn die Eltern haben ihnen auch den passenden Schleier vor die Augen gehängt, so daß ihre Zöglinge gar nicht erst zu erkennen vermögen, daß die Basis unserer »Hochkultur« im Grunde lediglich das Bestreben ist, die Welt im Griff zu haben, sie zu besitzen, zu beherrschen und sich dabei auch noch als das Gute schlechthin zu fühlen. Diesen Schleier könnte man als »ich will doch nur dein Bestes« bezeichnen oder auch: »Ich meins doch nur gut mit dir«, »Kinder brauchen Struktur, ohne Strafe geht es nicht, wie sollen sie denn sonst was lernen«, »ich bestrafe dich nur, weil es zu deinem Besten ist« usw. Weil sie selbst so erzogen wurden und diese Prämissen niemals auch nur wagen durften, in Zweifel zu ziehen, müssen sie das mit ihren eigenen Kindern ebenso machen. Sie können gar nicht anders, sie wissen es nicht besser, sie sind nicht vollständig, sondern gespalten in erwünschte und unerwünschte Selbstanteile.

Demzufolge werden heutzutage weitgehend angepaßte Menschen als psychisch gesund bezeichnet, unangepaßte dagegen als psychisch krank, als *Gestörte*, *Psychos*, *Verrückte* usw. Sie werden aber auch als Verräter an der gemeinschaftlichen gesellschaftlichen Sache empfunden, als *Abtrünnige*, *Außenseiter*, *Nestbeschmutzer* oder *Sozialschmarotzer*.



Man glaubt gemeinhin, daß all die Erfolgreichen, die Herrschenden, die Besitzenden und Wohlhabenden psychisch gesund seien, weil sie den Besitzlosen als frei von Angst, Spannung und Leid *erscheinen*. Das ist jedoch ein weitverbreiteter Trugschluß, denn je mehr ein Mensch zu verlieren hat, desto größer sind seine Sorgen, desto mehr hängt er an seinem Besitz, desto stärker identifiziert er sich mit seiner Stellung, seinem Eigentum und seiner Macht. Ab einer gewissen Machtfülle wird man zwangsläufig größenwahnsinnig, weil man sich mit seiner Macht identifiziert. Doch ist man schon lange vorher auf einem pathologischen Holzweg, auch wenn die üblichen Symptome ausbleiben, weil man eine gewisse Zeit seine perversen Triebe weitgehend straf- und folgenlos ausleben kann.

Es ist daher unsinnig, die Menschen in psychisch Kranke und Gesunde zu unterteilen, den so gut wie niemand ist heutzutage wirklich psychisch gesund. Wir alle wurden mehr oder weniger in unserem Selbst gespalten, wir alle wurden dem Prozeß der Entfremdung ausgesetzt, und wir alle machen das dumme, fatale Spiel mehr oder weniger mit. Leider bleibt die klare Sicht auf diese Zusammenhänge den meisten verstellt, weil sie den Terror und das Leid, das sie als Kinder erfahren mußten, verleugnen müssen, weil sie sich nicht selbst als Opfer sehen dürfen. So wird der Gehorsam vermutlich bis zum baldigen Ende der Menschheit weitergetragen, weiter inszeniert und reproduziert.

Ich möchte den interessierten Leser dazu einladen, sich doch einmal die Werke des Psychoanalytikers **Arno Gruen** anzuschauen oder noch besser, sie eingehend zu studieren. Es ist keine leichte Lektüre, sie ist aber nicht deshalb schwer, weil sie mit Fachausdrücken besetzt wäre, denn das ist sie nicht, sondern weil das Thema dieser Bücher einen fundamentalen Angriff auf unser erlerntes, jedoch falsches Selbstverständnis darstellt, auf das sich die meisten wohl aus den genannten Gründen nicht einlassen können. Wer jedoch Dinge erfahren möchte wie ...

- Die aus dem Verlust der eigenen Verwurzelung entstehende Ohnmacht erzeugt den inneren Zwang, Macht und Besitz über alles zu stellen.
- Staatstheorien wurden deshalb entwickelt, um gesellschaftliche Machtstrukturen zu rechtfertigen, die lediglich der Ausbeutung des Individuums dienen.
- Die Lebensweise des modernen Menschen ist nicht artgerecht, daher rührt die hohe Zahl der psychischen Erkrankungen.
- Man kann viel und noch viel mehr wissen, ohne auch nur das Wesentliche zu erkennen. Genau das machen unsere »wissenschaftlichen« Autoritäten und »Experten« gewöhnlich.
- Daß wir die Aggressoren unterstützen, das ist das eigentliche Böse in uns. Die aktuelle Zahl derer, die das Böse direkt und bewußt antreiben, ist weit geringer als die jener, die entweder *nur* mitmachen oder es *nur* zulassen. Die Anführer der Nazi-Greuelthaten zählten um die 100.000. Aber die Anzahl derer, die diese Taten zuließen oder sie mitmachten, ging in die Millionen.

... der kommt nicht umhin, sich hier in die Urgründe der menschlichen Programmierung durch das frühe Gehorsams-Implantat einzuarbeiten.

[http://www.irwish.de/pdf/Gruen-Konsequenzen\\_des\\_Gehorsams.pdf](http://www.irwish.de/pdf/Gruen-Konsequenzen_des_Gehorsams.pdf)

[http://www.irwish.de/pdf/Gruen-Wider\\_den\\_Gehorsam.pdf](http://www.irwish.de/pdf/Gruen-Wider_den_Gehorsam.pdf)

<http://www.irwish.de/ZIPbin/Gruen.zip>

Ich wollte zeigen, daß unsere aufgeklärte Moral bedroht und unsere Vernunft blind ist. Wir können sehen, aber sehen nicht. Wir leben mit dem alltäglichen Horror und haben gelernt, wegzuschauen.

*José Saramago*

## **Brüllen ist faktisch Androhung von Gewalt <sup>4</sup>**

Wer brüllt, hat die Kontrolle über seine verbalen Äußerungen verloren: er ist wütend oder aufgebracht oder zornig – und hat Angst, meist uneingestanden und daher unmerklich. Häufig bezieht sich diese Angst auf drohenden Kontrollverlust oder auf die drohende »Gefahr«, daß Kinder etwas besser wissen könnten, als man selbst. Kinder, die in Familien aufwachsen, in denen regelmäßig gebrüllt wird, kennen gewöhnlich auch die Prügelstrafe. Daher wissen sie: Wenn der Vater oder die Mutter brüllt, darf man sie nicht weiter reizen, sonst setzt es was. Brüllende Menschen sind oft kurz vor dem Ausrasten, auch wenn sie sich wegen eventueller Konsequenzen dann doch noch zusammenreißen: Sie drohen quasi mit dem Ausrasten.

Selbstverständlich fördern Brüllen und Schläge nicht das Vertrauensverhältnis zwischen Eltern und Kindern, ganz im Gegenteil: Die Kinder mißtrauen ihren Eltern, wenn diese ihre Kinder regelmäßig anschreien und/oder schlagen. Derart behandelte Kinder mißtrauen oft aber auch sich selbst, weil sie bis zu einem gewissen Alter und meist sogar ein Leben lang nicht verstehen, warum sie angebrüllt und geschlagen wurden. So suchen sie dann meist die Schuld dafür bei sich selber, weil sie es nicht wagen können dürfen, die Autorität der Eltern in Frage zu stellen.

Eltern, die ihren Kinder anbrüllen und/oder schlagen, machen das nicht erst ab einem bestimmten Zeitpunkt der Elternschaft, sondern nehmen in der Regel von Anfang an eine entsprechende autoritäre Haltung ihren Kindern gegenüber ein. Das bedeutet, daß auch die Ärgerlichkeit über eine volle stinkende Windel, die schon wieder gewechselt werden muß, oder über eine nächtliche Störung durch Babyschreien bereits nachhaltige Auswirkungen auf die Kinder hat. Diese Verärgerung der Eltern macht den Kindern große Angst davor, verlassen zu werden und so die lebensnotwendige Zuwendung zu verlieren. Würde das Baby oder Kleinkind sich dieser Angst ungehindert aussetzen, könnte es daran tatsächlich sterben, wie zahlreiche Fälle plötzlichen Kindstods zeigen. **Arno Gruen** in DER FRÜHE ABSCHIED – EINE DEUTUNG DES PLÖTZLICHEN KINDSTODES:

»... eine Gesellschaft, die den Körper-Kontakt vernachlässigt, der für das empathische Fühlen unentbehrlich ist, fördert eben solch eine Entwicklung. Natürlich bedeutet dies, daß solche Eltern selber in ihrer eigenen frühen Entwicklung keine Befriedigung ihrer elementaren Bedürfnisse erlebt haben.«

Menschen, die als Kinder derart mißhandelt wurden (psychisch und/oder physisch) – das betrifft meiner Erkenntnis nach die allermeisten heute lebenden Menschen – neigen zu kritiklosem Gehorsam und zeigen eine auffällige Unterwerfungsbereitschaft. Sie bauen ihr Leben auf Abhängigkeiten von sogenannten Autoritäten auf, die dem daraus hervorgehenden Erwachsenen die elterliche Autorität ersetzen, nach der er sich kritiklos richten kann – und weitgehend auch muß.

Im Grunde sind wir heutigen Menschen Abkömmlinge der frühen kriegerischen Stämme, die alle friedlichen Stämme unterworfen oder ausgerottet haben. Das führte dazu, daß unter den heutigen Menschen im »globalen Dorf« ständig Mißtrauen und Streit herrschen, was wiederum zu allerlei gewalttätigen Ausschreitungen wie Wirtschaftskriegen und zahlreichen illegalen (nicht von der UNO gebilligten) Kriegen führt. Insbesondere die USA, wo weitgehend noch immer ein äußerst autoritärer Erziehungsstil vorherrscht, zeichnen sich durch eine hohe Bereitschaft zu Krieg und Mord aus. Die US-Bevölkerung will weiterhin bewaffnet sein, die US-Administration will weiterhin andere Länder überfallen, um deren Ressourcen zu rauben. Wir hier in Deutschland sind aber auch nicht besser, denn wir machen das alles mit und verfügen erst seit Beginn des Jahres 2000 über ein Gesetz, das das Schlagen von Kindern unter Strafe stellt. Jedoch ist dieses Gesetz ziemlich nutzlos, weil kaum ein Kind seine Eltern anzeigen wird, und Außenstehende, auch wenn sie die Mißhandlungen mitbekommen, gewöhnlich schweigen, weil sie sich nicht hineinverwickeln lassen wollen.

Bei mir selbst (Jahrgang 1960, Eltern waren Nachkriegsgeneration) hatten tägliches Brüllen und Ohrfeigen nebst regelmäßiger Prügel den folgenden Effekt: Diese Behandlung verhinderte bei mir nahezu komplett die Entwicklung eines positiven Selbstwert-

empfindens. Ich wurde für alles, was meine drei jüngeren Brüder anstellten, verantwortlich gemacht und lief praktisch die ganze Kindheit und Jugend mit einem dicken Kloß im Hals herum. Zudem stellte ich später, nachdem ich mit 18 Jahren rausgeworfen wurde, fest, daß ich nicht aufrecht gehen konnte. Meine Haltung glich der eines verprügelten Hundes, der bei der kleinsten heftigen Bewegung seiner Mitmenschen sofort zusammenzuckte und in Deckung ging. Erst eine Freundin, mit der ich die zweiten sexuellen Erfahrungen machen konnte, half mir über einige Jahre hinweg dabei, aufrecht zu gehen, meine Hüfte zu bewegen, nicht wie ein Stock zu stehen usw., indem sie mich ständig dazu ermahnte, wenn wir zusammen irgendwo gingen. Dennoch ist meine Knochenstruktur noch heute schwer geschädigt, und auch meine Nerven liegen oft aus scheinbar unerfindlichen Gründen blank, wobei ich inzwischen gelernt habe, mir nichts anmerken zu lassen. Eine sinnvolle Therapie konnte ich mir nie leisten; ich wußte lange Zeit nicht einmal, daß es so etwas überhaupt gab.

Meine Eltern hatten enorme Schwierigkeiten damit, daß ich in den meisten Schulfächern als Kind mehr lernte, als sie jemals wußten. Das konnten sie nicht ertragen. Ich weiß noch, wie ich meine ersten Einkünfte erzielte, da war ich ungefähr 15 und sollte auf Vermittlung meiner Klassenlehrerin einer Drittklässlerin, deren große Schwester in die Parallelklasse ging, Nachhilfe in Mathe geben. Das hat auch wochenlang super funktioniert: Ich bekam jedesmal 20 Mark in die Hand gedrückt – das Taschengeld, das wir nur selten erhielten, betrug 5 Mark pro Monat! – und die Kleine freute sich sogar jedesmal auf mich, weil sie verstand, was ich ihr erklärte. Alles war wunderbar, bis meine Mutter eines Tages bemerkte, daß ich Geld hatte. Sofort schaute sie in ihrem Geldbeutel nach, ob vielleicht was fehlte, denn meine jüngeren Brüder beklaute sie öfter mal und schoben es dann immer auf mich, woraufhin ich Prügel erhielt. Nachdem ich mal wieder ein paar heftige Ohrfeigen kassiert hatte, rückte ich damit heraus, daß ich mir das Geld durch Nachhilfe verdient habe. Darauf erwiderte meine Mutter höchst erbost – und ich erinnere den Satz noch wortwörtlich:

»Da gesht du nicht mehr hin, dafür bist du zu blöde!«

So wurde ich einfach für blöde erklärt, obwohl mein Nachhilfeunterricht der Drittklässlerin half, Mathe zu begreifen. In Wirklichkeit hatte meine Mutter natürlich große Angst davor, daß ich dort womöglich erzählen könnte, wie es in meiner Familie zugeht. Beide Eltern wußten, wie ich heute weiß, schon damals, daß sie mir himmelschreiendes Unrecht antaten, aber sie wollten das nicht eingestehen, und für jeden Versuch, das zu thematisieren, gab es damals Prügel, und zwar heftigst, erst von der Mutter mit dem Besenstiel, und abends vom besoffenen Vater mit dem Gürtel auf den nackten Rücken oder Hintern.

Und wie hab ich mich »gerettet«? Eigentlich gar nicht, aber ich hab mich meist entweder verkrümelt und einen meiner wenigen Freunde besucht, oder hab lange Radtouren und Fußmärsche absolviert, um wieder zu mir zurückzufinden (was ich damals nicht wußte, daß ich das damit erreichte, aber es war so). Wenn ich nicht weg durfte, hab ich Bücher gelesen. Ich war schon mit 9 Jahren allwöchentlich im Bus der Stadtbücherei zu finden.

Regelmäßiges Anbrüllen und ständige Prügel treibt Menschen gewissermaßen aus ihrem Körper hinaus. Das ist keine außersinnliche Erfahrung, wie sie vielleicht in irgendwelchen Esoterik-Handbüchern beschrieben wird. Man spürt irgendwann den eigenen Körper und die eigenen Gefühle nicht mehr, denn Aufmerksamkeit für den Körper zuzulassen bedeutete für mich lange Zeit nur Schmerz bzw. schmerzhaftes Erinnerung. Ich habe seit dem Auszug vor 39 Jahren keinen Kontakt weder zu den Eltern noch zu den Brüdern. Letztere sind alle kriminell geworden und haben diverse Zeiten in Vollzugsanstalten verbracht – abgesehen vom Nachzügler, den ich nicht mehr kennengelernt habe, der ist heute offenbar Berufsringer, wie eine Internet-Recherche ergab.

Nicht immer sind die Bedingungen so hart, wie ich sie eben geschildert habe. Doch nicht selten sind sie noch weitaus härter. Immerhin wurde ich nicht jeden Tag schwer verprügelt, sondern »höchstens« einmal die Woche. Zudem wurde ich, soweit ich weiß, nicht sexuell mißhandelt, denn die Folgen daraus sind noch weitaus schlimmer. Aber ganz egal, wie hart und welche Mißhandlungen genau erfolgt sind, die Folgen sind im-

mer nachhaltig und bestehen immer in einem reduzierten Bewußtsein und einer ausgeprägten Unterwerfungs- und Gehorsamsbereitschaft.

Anschließend an das oben angeführte Zitat von **Josef Giger-Bütler** möchte ich an dieser Stelle weitere Zitate aus seinem Buch *DEPRESSION IST KEINE KRANKHEIT* anfügen:

Allmählich geraten diese Menschen immer mehr in einen Zustand ständiger Überforderung und zunehmender Erschöpfung, den ich als Depression bezeichne. Ausgehend von dieser Definition der Depression lassen sich wesentliche Aussagen ableiten, die ich als Kernaussagen bezeichnen möchte und die Antworten geben auf die Fragen: Was ist depressiv, wann sprechen wir von einer Depression, was gehört zwingend zu einer Depression? Um diese Fragen zu beantworten, gelten folgende Rahmenbedingungen:

- ☞ Die depressiven Verhaltensweisen sind *Anpassungsleistungen*, und die depressiven Muster sind *erworbene Verhaltensweisen*.
- ☞ Die Depression ist für die Betroffenen ein *unheimliches Leiden*.
- ☞ Die Depression ist ein *heimliches Leiden*.
- ☞ Die Depression ist immer *Resultat einer depressiven Entwicklung*.
- ☞ Die Depression kann irgendwann einmal auch *für andere sichtbar werden*.

Die depressive Entwicklung ist eine notwendige Anpassungsleistung an die schwierige Situation in der Ursprungsfamilie. Dort hat diese unheilvolle Weichenstellung stattgefunden, die den depressiven Menschen zu dem gemacht hat, was er heute ist. Jedes depressive Verhalten baut auf dieser jahrelangen Entwicklung auf. Und jede Depression ist Ergebnis dieser in der Kindheit erworbenen Überlebensstrategie.

Jede normale Entwicklung betont oder fördert gewisse Werte und Fähigkeiten und vernachlässigt andere. Jede normale Entwicklung, die Menschen durchmachen, stellt Weichen für Gutes und Schlechtes. Das ist normal und läßt die Entwicklung des betreffenden Menschen noch lange nicht zu einem krankhaften Prozeß oder zu einem Weg in die Krankheit werden. Gleiches gilt für die depressive Entwicklung, die aber nur wenig Spielraum für die persönliche Entfaltung beinhaltet. Darüber hinaus ist es eine Entwicklung, die Haltungen und Verhaltensweisen betont, die es den Betroffenen schwierig machen, einen positiven Bezug zu sich und zum Leben aufzubauen. Genau das sind die speziellen Seiten der depressiven Entwicklung, die deswegen aber ebenso normal und nicht krankhaft abläuft wie anders geartete Entwicklungsprozesse.

Ohne die gelernten und antrainierten Verhaltensweisen und die eingefahrenen Denkmuster könnte der depressive Mensch gar nicht depressiv reagieren. Er würde, wenn er es sich aussuchen könnte, sicherlich nicht immer dasselbe Verhalten wählen, das ihn überfordert, verletzt und ihm schadet. Er würde sich vielmehr für passendere, geeignetere, effektivere und erfolgreichere Verhaltens- und Reaktionsweisen entscheiden, als die depressiven Verhaltensmuster ihm vorschreiben. Denn die depressive Entwicklung nimmt dem betreffenden Menschen zunehmend seine Entscheidungsfreiheit. Sein Handlungsspielraum wird immer begrenzter und einförmiger. Depressive Reaktionen sind stereotype und gering modulierbare Handlungsmuster.

## Die Normalität und das Normalsein

Anfang der Fünfziger Jahre schrieb **Erich Fromm** in seinem Buch DIE PATHOLOGIE DER NORMALITÄT über die beiden grundlegenden Definitionen seelischer Gesundheit:

Es gibt zwei mögliche Zugänge zur Frage, was seelische Gesundheit in der gegenwärtigen Gesellschaft ist, einen statistischen und einen analytischen, qualitativen. Der statistische Zugang zur Frage ist einfach, so daß ich ihn kurz abhandeln kann: Er befragt die Statistik nach den Aufwendungen für die seelische Gesundheit in der modernen Gesellschaft. Diese Zahlen sind in keiner Weise ermutigend. Etwa eine Milliarde Dollar werden jährlich in den Vereinigten Staaten für seelische Erkrankungen aufgewendet. Die Hälfte der Krankenhausbetten ist mit Menschen belegt, die seelisch erkrankt sind. Diese Zahlen sind noch weniger ermutigend, wenn wir den Blick auf die bestürzenden und vielsagenden Daten aus Europa richten. Gerade jene europäischen Länder, die wie die Schweiz, Schweden, Dänemark und Finnland als besonders ausgewogene, sichere Länder des Bürgertums gelten, gehören zu den Ländern, die im Vergleich zu den anderen europäischen Ländern eine sehr viel höhere Rate an Schizophrenie, Selbstmorden, Alkoholismus und Totschlagdelikten haben.

**Arno Gruen** geht in seinem Buch DER WAHNSINN DER NORMALITÄT noch weiter:

Während jene als »verrückt« gelten, die den Verlust der menschlichen Werte in der realen Welt nicht mehr ertragen, wird denen »Normalität« bescheinigt, die sich von ihren menschlichen Wurzeln getrennt haben. Und diese sind es, denen wir die Macht anvertrauen und die wir über unser Leben und unsere Zukunft entscheiden lassen. Wir glauben, daß sie den richtigen Zugang zur Realität haben und mit ihr umgehen können. Aber der »Realitätsbezug« eines Menschen ist nicht der einzige Maßstab, um seine geistige Krankheit oder Gesundheit festzustellen, sondern man muß auch fragen, inwieweit menschliche Gefühle wie Verzweiflung, menschliche Wahrnehmungen wie Empathie und menschliches Erleben wie Begeisterung möglich oder eliminiert sind.

Der Begriff *normal* leitet sich vom Begriff *Norm* ab, der im Großen und Ganzen soviel wie Vereinheitlichung bedeutet: Es entwickeln sich unter dem Druck gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Gegebenheiten bestimmte Verhaltensnormen und Verhaltensmuster, die teilweise den wirklichen Bedürfnissen der Normenträger widersprechen. Es gibt in unserer technisierten Welt zahlreiche bewußt und teilweise auch sinnvoll festgelegte Normen, z.B. bei den Steckdosen für den Bezug elektrischer Energie oder in der Mathematik und ganz allgemein in den Wissenschaften. Gesellschaftliche Normalität bezieht sich dagegen einzig auf die soziale Norm: Gesetzliche und ungeschriebene Vorschriften, die das Sozialverhalten bestimmen und lenken sollen.

Für die Anpassung des Menschen an gegebene gesellschaftliche Verhältnisse zahlen die Mitglieder dieser Gesellschaften einen hohen Preis: Die gesellschaftliche Normalität ist nur mit dem Verlust der menschlichen Vollständigkeit zu erhalten. Das bedeutet nichts anderes als die Verteufelung, Unterdrückung und Bekämpfung all jener menschlichen Eigenschaften und Fähigkeiten, die als nicht normal angesehen werden. Diese Unterdrückung beginnt »sinnvollerweise« bereits im Kleinkind- oder gar im Säuglingsalter. Doch zunächst möchte ich noch einmal **Arno Gruen** zu Wort kommen lassen, denn sein Verständnis davon, was Realität ist und wie sie in der Gesellschaft gewöhnlich wahrgenommen bzw. nicht wahrgenommen wird, erscheint mir grundlegend:

## Die Verweigerung der Realität im Namen der Realität

Verantwortlich werden für das eigene Selbst ist ein paradoxer Prozeß. Wer in einfachen Begriffen des zeitlichen Nacheinanders denkt, wird die Wirkmechanismen nie erfassen. Entwicklung ist nie denkbar ohne Einflüsse von außen. Wir alle haben Eltern, haben Vater oder Mutter, die in uns weiterwirken. Doch die Widersprüche, die im Inneren der menschlichen Seele entstehen, entfalten ihre eigene Dynamik. So kommt es zu Handlungen, die scheinbar durch bestimmte äußere Ereignisse bestimmt sind, in Wahrheit aber wenig oder gar nichts mit ihnen zu tun haben.

Denn nicht nur die Umwelt beeinflusst das kleine Selbst, das wachsen möchte. Die Reaktionen des Kindes auf diese prägenden Einflüsse wirken ihrerseits auf die Umwelt zurück. Es handelt sich also um eine ständige Wechselwirkung. Vater und Mutter können dem Kind ihren Willen aufzwingen, doch Art und Intensität ihres erzieherischen Einflusses werden mitbestimmt durch die Reaktionen des Kindes.

Die Kompliziertheit dieses Wechselspiels zwischen Kind und Eltern liegt darin, daß die Möglichkeit zur Autonomie einerseits in den frühesten Interaktionen zwischen dem werdenden Selbst und seiner Umwelt grundgelegt wird, andererseits aber entscheidend dafür ist, wie weit das Kind Verantwortung für sich selbst übernimmt. Davon hängen alle seine künftigen Beziehungen innerhalb des sozialen Feldes ab. Grundsätzlich kann Verantwortlichkeit sich in zweierlei Richtungen entwickeln: Entweder formt sich das werdende Selbst frei und offen in eigener Verantwortung, oder es überläßt sich fügsam dem prägenden Einfluß anderer. Damit weicht es den Verpflichtungen echter Verantwortung aus.

Die Flucht vor der Verantwortung wird dabei aus dem Bewußtsein verdrängt. Dies muß so sein, weil die Preisgabe der Autonomie durch Unterwerfung unter einen fremden Willen ein elementares Machtspiel in Gang setzt:

»Ich werde so, wie du mich haben willst, damit du für mich sorgst. Meine Unterwerfung ist von nun an meine Macht über dich, mit der ich deine Fürsorge erzwinge.«

So wird das Sich-abhängig-Machen zur Rache für die Unterwerfung. Dieser Akt beinhaltet mehreres. **Erstens** übernimmt das Kind die Bewertung der Eltern, was man Internalisierung nennt: Ein Prozeß der Kollaboration durch Unterwerfung. **Zweitens** bedeutet dies, daß das Kind alles an sich selber zu hassen beginnt, was es in Konflikt mit den Erwartungen seiner Eltern bringen könnte. Und **drittens** erwächst aus diesem Selbsthaß die Bereitschaft zu immer weiterer Unterwerfung. Damit ist ein Teufelskreis in Gang gesetzt: Unterwerfung und Selbstverachtung bedingen sich wechselseitig. Es ist immer beides vorhanden: Selbsthaß und Selbstverachtung. Doch eben die Selbstverachtung darf nicht gefühlt werden, weil sie unerträglich wäre. Darum muß der ganze Prozeß unbewußt bleiben; er wird verdrängt und verleugnet, und so stürzt man sich blindlings immer tiefer in die Verstrickungen des Machtspiels.

Der ewige Vorwurf dessen, der sich einem anderen ausgeliefert hat, lautet dementsprechend: »Du hast nicht genug für mich getan.« Dies ist Ausdruck

der phantasierten Gegenmacht, die jedem Pakt, der auf Herrschaft und Unterwerfung aufbaut, innewohnt. Dieses Machtspiel wirkt freilich im Verborgenen und beginnt beim Säugling im Strom präverbaler Gefühle. Dieses Machtspiel *muß* nachgerade geheimgehalten werden, um die Absicht der Gegenmacht zu verbergen. Die Halluzination einer Gegenmacht verhüllt dem, der sich unterwirft, daß er sich willentlich unterwirft. Das führt zu einem doppelten Fehlschlag: Die Unterwerfung bleibt bestehen, und die Rache wird zur Selbstschädigung. Unablässig geschürt vom Selbsthaß, wird das Rachebedürfnis zur uneingestanden und unerkannten Quelle und Steuerung der eigenen seelischen Verfassung.

So sieht die menschliche Situation aus, wenn die Mitwirkung an der eigenen Unterwerfung die Entwicklung charakterisiert. Und wer nicht mehr weiß, daß er sich unterworfen hat, kann das abgespaltene Selbst auch im späteren Leben nicht integrieren. Der daraus resultierende Selbsthaß wird alle künftigen Handlungen nähren – als Versuch, das seelische Ungleichgewicht zu kompensieren. Eigentlich ist ein Leben in Selbsthaß unmöglich. Nur wenn man sich dem eigenen Selbst, das sich so bereitwillig unterwerfen konnte, stellt, dann gelangt man – wenn auch unter Schmerzen – zu einer Verminderung des Selbsthasses. Doch sich ihm stellen, das würde bedeuten, die Unterwerfung anzuerkennen, die einen hassen macht.

Ein Kind aber kann nicht erkennen und damit nicht zugeben, daß es den Schmerz nicht ertragen konnte, in seinem Selbst nicht wirklich angenommen zu werden, nicht anerkannt zu werden. Sich selbst angenommen zu fühlen durch die Liebe eines anderen ist eine Grundbedingung des menschlichen Wachsens. Friedrich Hebbel hat es in einem Gedicht ausgedrückt:

So dir im Auge wundersam  
Sah ich mich selbst entstehen.

Der Schmerz darüber, nicht angenommen zu werden, ist sehr wahrscheinlich bei manchen Kindern die Ursache des sogenannten plötzlichen Kindstods. Meistens unterwirft sich das Kind, um teilzuhaben an der Macht, von der es unterdrückt wird. Autistische Kinder gehen offensichtlich anders mit diesem Schmerz um, sie scheinen nicht bereit zu sein, ihn zu leugnen.

Es ist sehr paradox: Man kann nicht mit dem Selbsthaß leben, ohne etwas gegen ihn zu tun. Würde man ihm ins Gesicht sehen, sähe man sich dem Schmerz über den Verrat, den man an sich selbst begangen hat, konfrontiert. Also wird er geleugnet. Der Widerspruch zwischen dem Bedürfnis, vor sich selbst das Gesicht zu wahren, und der Bereitschaft, sich durch Unterwerfung mit der Macht zu verbünden, ist deshalb die grundlegendste und vielleicht erste Spaltung in der menschlichen Seele. Sie ist nicht eine bloße Verdrängung, sondern eine radikale Abspaltung, die Abspaltung vom Wissen um das preisgegebene Selbst und den daraus resultierenden Selbsthaß. Dies wird zum Grundprinzip eines ganzen Lebens. Diese Spaltung ist eingebettet und wird aufrechterhalten von einer gesellschaftlichen Ideologie, die Gehorsam mit Verantwortung gleichsetzt: Gehorsam sein heißt gut sein, und gut sein heißt verantwortungsvoll sein. Frei sein dagegen ist ungehorsam, und wer ungehorsam ist, fordert Mißfallen heraus und droht den Schutz der Mächtigen beziehungsweise die Chance der Teilhabe an ihrer Macht zu verlieren.

An dieser Stelle ist es nötig, etwas zur soziologischen Sicht des menschlichen Seins zu sagen. Kriminalität wird zum Beispiel als eine Folge der Armut gesehen. Doch dies erklärt nicht, warum die Mehrheit nicht kriminell wird. Daraus wiederum kann man aber nicht schlußfolgern, Armut hätte keinen Zusammenhang mit Kriminalität. Man kommt nicht umhin, einiges zu differenzieren. Wenn ein Hungeriger stiehlt, handelt er nicht aus Habgier; und wenn er dabei, ohne es zu wollen, jemanden umbringt, ist es kein vorsätzlicher Mord. Andererseits gehören die Reichen und Mächtigen zu jenen in unserer Gesellschaft, die Kriege anzetteln, die Lebensgrundlage anderer Menschen zerstören, Natur und Menschen vergiften. Sie aber sitzen nicht in den Gefängnissen. Kriminalstatistiken verzeichnen nur deshalb mehr Arme als Reiche, weil solche Statistiken der Ideologie der Reichen und Mächtigen unterliegen und weil sie nicht alle Formen von Destruktivität aufführen.

Die Zivilisation und ihre Gehorsam fordernden Normen sind entscheidende Faktoren bei der Entstehung von Selbsthaß. Dieser ist die Ursache für Unbehagen und Unglück. Wenn der Wahrheit ausgewichen wird zum Nutzen von Ideologien, durch die sich die Kultur der Macht am Leben erhält, wird menschliches Unglück ständiges Merkmal unseres Lebens sein, gleichgültig, welche wirtschaftliche oder politische Richtung eine Gesellschaft hat.

Deutlichstes Zeichen hierfür ist das rachsüchtige und vorwurfsvolle Verhalten vieler Menschen – egal, ob sie in einem kapitalistischen oder kommunistischen Land leben. Denn Rache und Vorwurf – nicht Freiheit – sind zu ihrem Lebensziel geworden, und so vertiefen sie immer weiter ihre Abhängigkeit und verfallen immer mehr dem Wahn, Macht sei das Allheilmittel für alle Probleme. So halten folgerichtig viele Menschen an der Lüge fest, sie hätten einen aufrechten Gang und seien selbstbestimmte Menschen. Und das ist auch der Grund, warum alle Machtspiele in ihren Absichten heuchlerisch sind und auf der Selbstlüge beruhen. Eine Mutter kann ihr Kind – so meint sie – zurückweisen, wenn es nach ihr ruft, sie hat es doch eben gewickelt und will sich nicht schon wieder die Hände schmutzig machen. Statt die Verzweiflung ihres Babys zu spüren, bemitleidet sie sich selbst.

Seelische Veränderungen lassen sich nicht nur über das Verstehen der eigenen Geschichte erreichen. In jeder Psychotherapie oder Psychoanalyse reicht die Entwirrung der verschlungenen Chronologie der kindlichen Erlebnisse und Einflüsse nicht aus, um echte Veränderungen zu bewirken. Der Patient ändert sich erst, wenn er selbst die Verantwortung dafür übernimmt, daß er sich einmal dafür entschieden hat, sich der Macht zu unterwerfen. Denn genau diese Unterwerfung ist es, die sein autonomes Potential hat verkrüppeln lassen und die seine seelischen Deformationen bewirkte.

Das ist auch meine Kritik an Alice Millers Schweise, obwohl ich ihr Werk für wichtig und bedeutsam halte. Sie argumentiert, als ob das Verständnis für die determinierenden Einflüsse bereits die Heilung bewirke. Tatsächlich führt das aber nur dazu, daß sich der Patient wollüstig im Spiegel des therapeutischen Verständnisses sonnt, ohne sich ändern zu müssen. Und der Therapeut wird, indem er sich als gute Mutter fühlt, nicht zu erkennen brauchen, daß er den Patienten von sich abhängig gemacht hat. Also wiederholt sich das ewige Spiel zwischen dem Mächtigen und dem Abhängigen, zwischen der »guten« Mutter



und ihrem dankbaren Kind, das so nicht erwachsen zu werden braucht. Irrtümlich wird eine solche Internalisierung des Therapeuten – das Gegenteil der gesuchten eigenen Identität – als Erwachsenwerden gewertet.

Eine andere Form der Verkrüppelung ist es, sich nur zum Schein zu unterwerfen, um die eigene Autonomie zu verteidigen. Dies ist eine paradoxe Möglichkeit, sich wenigstens die *Fähigkeit* zur Autonomie zu bewahren.

Zur wahren Befreiung und damit zum Wagnis der Veränderung gibt es nur einen Weg: sich dem Schmerz über den Selbstverrat stellen. Es reicht, wie gesagt, nicht aus, die eigene Geschichte zu verstehen, aber ebenso ungenügend ist es, nur die soziale Gewalt zu »verstehen«, die auf die Entwicklung des Individuums Einfluß nimmt. Damit allein kann man nicht erklären, warum ein Mensch zum Mörder wird. Man muß sich mit der Unterwerfung auseinandersetzen; sie hat einen Menschen dazu veranlaßt, sich selbst zu hassen und dann alles Leben um ihn her, weil es ihn daran erinnert, was er getan hat. Das Böse, das Destruktive, die Unmenschlichkeit – all das hat seine Wurzeln in dem Unvermögen, die Verantwortung zu übernehmen für die lange zurückliegende Entscheidung, das durch die Geburt erworbene Recht, man selbst zu sein, preiszugeben. Natürlich sind das Böse und die Unmenschlichkeit nicht ohne unterstützende soziale Strukturen und Einrichtungen möglich, die Unterwerfung und Abhängigkeit verschleiern und Gehorsam mit »verantwortlichem« Handeln gleichsetzen. Doch solange wir etwa Hitler als ein Phänomen sehen, das mit dem herkömmlichen Begriffspaar »normal« oder »geisteskrank« zu fassen ist, solange sind wir nicht in der Lage zu erkennen, was es bedeutet hat und noch heute für uns alle bedeutet, daß ein Mann wie er an die Macht kommen konnte.

Im Licht des bisher Gesagten sollte nun plausibel sein, warum ich einen erweiterten Begriff von geistiger Krankheit für notwendig halte. Nur eine solche Erweiterung führt zu einem umfassenden Verständnis des Menschen und den seelischen Verirrungen, zu denen er fähig ist. Was Psychiatrie und Psychologie als Geisteskrankheit vorführen, ist an die Vorstellung gebunden, daß es sich dabei um zunehmenden Realitätsverlust handelt. Mehr oder weniger Realitätsbezug – danach wird alles menschliche Verhalten klassifiziert. »Realität« wird dabei ausschließlich als äußere Realität verstanden.

In der Tat ist der Realitätsbezug – sein Fehlen oder der Grad der Ergebenheit an die äußere Realität – ein Raster, in das man Menschen einordnen kann und das uns ermöglicht, eine Klassifizierung vorzunehmen vom psychotischen Verhalten über die Neurose zur Normalität. Doch ein solches Schema verdeckt, daß es auch noch eine andere Art von Krankheit gibt, die viel gefährlicher ist als die, die vom Verlust des Realitätsbezugs gekennzeichnet ist.

Diese andere Art von Krankheit zu *sehen* erfordert einen Wechsel der Blickrichtung und eine Abkehr von den herkömmlichen Kategorien. Dann wird man sehen, daß sich hinter der Orientierung an der »Realität«, die gemeinhin als *das* Kriterium für Gesundheit gilt, eine tiefere und weniger augenfällige Pathologie verbirgt: die des »normalen« Verhaltens, die Pathologie der Anpassung als Folge der Preisgabe des Selbst.

Untersucht man diese Pathologie genauer, so fällt als erstes auf, daß es sich um eine Krankheit handelt, deren Intention nicht ist, Wahnsinn zu produzie-

ren, sondern ihn »auszutricksen«. Was ich mit der »Intention« einer Krankheit meine, wird zum Beispiel deutlich an jenen auffälligen Verhaltensweisen, mit denen jemand versucht, die Aufmerksamkeit auf sein Leiden zu lenken. Das sind Hilferufe, oft so verschleiert, daß sie sowohl den Hilfesuchenden als auch den, dem der Hilferuf gilt, erst recht hilflos machen. Im Unterschied dazu kennzeichnet die Pathologie der Normalität, die den Wahnsinn austrickst, die Flucht vor dem Leiden, und dies in einer gesteigerten Form: Es ist nicht nur die Flucht vor dem seelischen Schmerz, sondern auch die Angst vor dem Auseinanderfallen, von dem sich diese Art Persönlichkeitsstruktur stets bedroht fühlt.

Es ist nicht einfach, diesen Vorgang anschaulich zu machen, da seine Erforschung durch Blockierung unserer Wahrnehmung behindert ist. So sind wir oft unempfänglich für bestimmte Wahrnehmungen, weil wir Schmerz nicht ertragen können. Es fällt uns beispielsweise schwer, innere Unruhe zu erkennen, weil wir gelernt haben, uns der äußeren Realität zuzuwenden, um dieser Unruhe auszuweichen. Und genau deshalb sind wir in der Regel unfähig, das zu sehen, was ich oben beschrieb. Daher ist auch mein Vorhaben schwierig: Wir alle sind geprägt vom Diktat unserer Zivilisation, die uns auferlegt, dem Schmerz des inneren Chaos auszuweichen. Angst muß überspielt werden, man darf ihr nicht ins Gesicht sehen. Auf diese Weise wird »Gesundsein« zu einem sehr wirkungsvollen Verwirrspiel, um die Krankheit eines chaotischen Innenlebens zu verheimlichen. Am Ende wird man selbst gar nicht wissen, daß man krank oder verzweifelt ist.

Wie wir fortwährend unser wirkliches Kranksein überspielen, davon ist das moderne Leben in einem Ausmaß charakterisiert, wie kaum zuvor in der Geschichte der Menschheit. Nicht zuletzt dadurch ist sie heute in ihrem Fortbestand bedroht. Es ist die Art »Gesundheit«, die Henry Miller einmal so beschrieben hat: Wir sind so »gesund«, daß, würden wir uns selbst auf der Straße begegnen, wir uns nicht erkennen würden, weil uns ein Selbst gegenübersteht, das uns Angst macht. Immer weiter fliehen wir vor unserer inneren Wüste, unserer Leere, da wir ohne liebende Beziehung zu uns und anderen sind, und fliehen damit vor unserer eigenen Vergangenheit.

Wenn sich die Spaltung noch nicht ausgewirkt hat, reagieren wir auf das, was wir tun und was mit uns geschieht, mit Gefühlen von Schmerz, Hilflosigkeit oder Freude und Neugier. Als Teil unserer Lebenserfahrung werden diese Reaktionen laufend in unser Innenleben integriert und wirken dort weiter. Sie sind es, die uns die Energien liefern für unser kreatives Sein, weil sie unsere Empfänglichkeit für alles, was von außen auf uns eindringt, prägen. In dem Maß aber, in dem der Wert dieser Gefühle geleugnet wird, wird auch unsere Kreativität vermindert. Vom eigenen Innenleben abgetrennt, reagiert man nur mehr mit vorgeschriebenen und vorgeformten Ideen und Vorstellungen. Von da ist es nicht mehr weit bis zur Verwandlung in einen Roboter.

Wenn Schmerz, Kummer, Hilflosigkeit verleugnet werden, weil sie als Schwäche gelten, etwa als unmännlicher Ausdruck weiblicher Gefühlsduselei, als unangemessen im Sinn männlicher Stärke (was auch für Frauen gilt, die nach männlichen Mustern Stärke für sich in Anspruch nehmen), dann wird die innere Welt ausgeschaltet und vom Getriebe des alltäglichen Lebens abgekapp-

selt. Und so versinkt die innere Welt immer mehr im Unbewußten. Aber sie *bleibt* der – wenn auch unerkannte – Motor unseres Handelns, Denkens und Fühlens.

Es gibt also zwei grundsätzlich verschiedene psychische Verfassungen: Dort, wo die innere Welt zugänglich ist, wird der Mensch fähig sein zu schöpferischen Reaktionen auf die Reize, die von außen auf ihn eindringen. Sie kann auch als unbewußte Innenwelt da sein, solange sie zurückholbar ist. Das Innenleben ist so ein bewegliches Sein, das von großer Reaktionsfähigkeit ist.

Anders der Gegentyp: Wenn das fühlende Innere verschlossen ist, wird es unberührt bleiben vom Fluß der Interaktionen des einzelnen mit dem äußeren Leben. Beziehungsweise genauer: Eine wirkliche Interaktion wird es gar nicht erst geben. Das Ausmaß der daraus folgenden inneren Isolation steht in direktem Zusammenhang mit dem Selbsthaß. Er wird hervorgerufen durch die aktive Beteiligung an der Unterwerfung unter das Diktat einer »Realität«, die die Leugnung autonomer Gefühle verlangt.

Diese fortwirkende Quelle des Hasses verstärkt nicht nur die innere Isolation, sondern auch das Chaos, das von der fehlenden Verbindung zwischen der Innenwelt und dem äußeren Leben herrührt. All das läßt die Angst vor dem Inneren und vor der Bedrohung, daß es doch einmal durchbricht, anwachsen. Die Spaltung verstärkt die Spaltung. Und so beschleunigt die Angst vor dem Zusammenbruch das Eintauchen in die äußere Realität, mittels derer man lernt, sich seinen Platz in einer Welt zu sichern, die der Macht und dem Herrschen ergeben ist.

Es ist festzuhalten: Die Einkapselung des Inneren, also seine Isolation vom bestätigenden Kontakt mit der Außenwelt, führt zum Verlust von Organisation und Integration. Und das Innere wird gefürchtet, weil seine beherrschenden Elemente Zerstörungswut und Selbsthaß werden.

Ohne Selbstorganisation bleibt das Innere im Zustand des Aufruhrs, im Chaos. Dies läßt sich am Umgang mit den Träumen zeigen: Der Grundmechanismus des Träumens dreht sich um die Wiederherstellung von verlorenen Dingen emotionaler Bedeutung, seien es Wünsche oder unbefriedigte Bedürfnisse. Aber diese sind in solchen Menschen verzerrt oder gar verneint. Das erklärt wohl auch die klinischen Erfahrungen, daß es Patienten gibt, die nicht von Träumen berichten können, da sie von sich selbst abgespalten sind, aber auf eine andere Art als Schizophrene.

Fehlende Integration macht Angst – sowohl wegen der möglichen Sprengkraft, aber mehr noch, weil der Mensch von Geburt an auf Integration angelegt ist. Eric Aronson und Shelley Rosenbloom haben nachgewiesen, daß Säuglinge schon mit dreißig Tagen Schmerz und Unbehagen ausdrücken, wenn die bis dahin ganzheitlich-integrierte Wahrnehmung der Mutter unterbrochen wird oder abreißt. Voraussetzung für ein integriertes menschliches Sein ist ein Innenleben, das sich vielfältig angeregt und in integrativem Austausch mit der Außenwelt entwickeln kann. Dies wiederum ist die Vorbedingung dafür, ein »menschlicher« Mensch zu werden. Das ist auch der Grund, warum die Voraussetzung für das Böse eine weit komplexere Entwicklung ist, die auf der Verleugnung und Zerstörung des Selbst beruht.

Die geschilderten Spaltungsvorgänge sind sehr verschieden von jenen, die wir beim Schizophrenen erleben. Dieser versucht, in seiner Innenwelt zu bleiben, weil er die Heuchelei der äußeren, »realen« Welt nicht ertragen kann. Er spaltet die Außenwelt ab, um mit der eigenen Gefühlswelt in Verbindung zu bleiben und mit den Möglichkeiten der Autonomie, die seine eigene Innenwelt für ihn hat.

Die Verdrängung ihrer Verzweiflung und inneren Unausgeglichenheit, also die Abspaltung vom eigenen Innenleben, kennzeichnet jene Menschen, von denen angenommen wird, sie stünden voll in der Realität. Diese Einschätzung gründet darauf, daß unsere Vorstellung von »Realität« ganz auf diesen Typus zugeschnitten ist, und wird dadurch immer wieder scheinbar bestätigt. Darum wird gerade solchen Menschen die Macht anvertraut, über unser Schicksal zu bestimmen, obwohl sie der Verantwortung gar nicht gewachsen sind. Dies geschieht aber auch deshalb, weil diese Menschen unsere eigenen Phantasien von Realismus und Stärke verkörpern.

Thema dieses Buches ist daher die Heimtücke einer »Gesundheit«, die das Fehlen eines echten Selbst verbirgt und die gleichzeitig als das Mittel zur Flucht vor dem inneren Chaos dient, das Folge dieses Mangels ist. Die Abspaltung vom Inneren macht die Entwicklung eines echten Selbst unmöglich.

Der Wahnsinn, der sich als Normalität maskiert, unterscheidet sich grundlegend von dem, was man gewöhnlich unter Wahnsinn versteht. Deshalb müssen wir die Vorstellungen über den Wahnsinn anders fassen. Schizophrenie – der »erkennbare« Wahnsinn – muß in einer ganz anderen Perspektive gesehen werden: Schizophrenie ist das Ringen mit einem viel folgenreicheren Wahnsinn, nämlich mit dem Wahnsinn, der als Normalität erscheint. Damit wird auch die Schwierigkeit meiner Sicht deutlich: Wir alle fallen auf den äußeren Anschein von Normalität herein, da wir selbst unter dem Druck unserer Erziehung den Kontakt mit dem verloren haben, was sich hinter dieser Fassade verbirgt.

Das Widersprüchliche der heutigen Psychopathologie liegt darin, daß vor allem solche Menschen als krank klassifiziert werden, die an sich nichts anderes suchen, als die Verbindung zu ihrer eigenen Gefühlswelt zu erhalten, und nicht jene, die versuchen, sich dieser Verbindung zu entledigen. Die Krankheit der ersteren ist nur zu oft die Reaktion auf den Druck, der es ihnen unmöglich machen soll, die Widersprüche und Spaltungen in der Welt unserer Erfahrung zu erkennen. Die tiefere Krankheit, die wir nicht sehen, weil unsere Aufmerksamkeit ganz vom »verrückten« Verhalten der Schizophrenen in Anspruch genommen ist, liegt darin, daß diese Menschen angesichts der gesellschaftlichen Widersprüche und Lügen nicht die Kraft haben, den inneren Zusammenhalt zu bewahren. Deshalb auch können sie nicht offen rebellieren oder Widerstand leisten.

Die wirkliche Integration unserer Erfahrungen müßte auch deren Widersprüche mit einbeziehen. Heuchlerische Muster müßten als solche erkannt werden. Fürsorge zum Beispiel, die nur darauf abzielt, andere abhängig zu machen und sie unter die eigene Kontrolle zu bringen, dürfte nicht weiter als »liebende« Fürsorge gesehen werden. Aber die meisten von uns sehen sie so! Genau das ist der Grund, warum sich ein Schizophrener nicht mit einer Welt

identifizieren kann, die er als heuchlerisch und moralisch unglaubwürdig empfindet. Seine Gefühle und sein Denken sind gespalten, weil anders zu sein für ihn bedeuten würde, sich dem zu unterwerfen, was er als unmenschlich empfindet: Haß, Unterdrückung und Kontrolle, die als Liebe ausgegeben werden.

Die Spaltung der Schizophrenen ist der Versuch, die Einheit des Fühlens zu erhalten, also den Kontakt zur inneren Welt. Ihr »Wahnsinn« ist der Protest gegen eine aufgesetzte und aufgezwungene »Einheit«, die tatsächlich keine ist. Wenn zum Beispiel Mitgefühl eingesetzt wird, um einen anderen zu bemitleiden, um sich überlegen zu fühlen oder um ihn einfach nur herabzuwürdigen, kann der Schizophrene keine Einfühlung zeigen. Er wird da lachen, wo wir, die Angepaßten, eine liebevolle oder besorgte Reaktion erwarten. Dementsprechend wird ihm diagnostiziert, daß er keinen Bezug zur Realität habe und gespalten sei.

Es stimmt, daß sich der Schizophrene in eine innere Sphäre zurückzieht. Aber er tut dies, weil er nur dort in der Realität wirklicher Gefühle sein kann, die der Realismus leugnet. Unglücklicherweise führt sein Versuch, die Integration zu erhalten, indem er sich von der äußeren Welt abspaltet, zu einer Reduktion seines Lebens und zum seelischen Tod. Ein solcher Mensch versucht, sich durch einen Prozeß der Nicht-Identifikation zu entfernen von einer Welt, die er als leer und falsch erfahren hat. So endet der Schizophrene damit, daß er nicht in *unserer* Realität lebt.

Um aber dahin zu kommen, mußte er diese Realität in all ihren Widersprüchen schmerzlicher erfahren haben als wir. Solche Menschen haben nicht von Anfang an eine »falsche« Wahrnehmung der Realität – sie müssen ursprünglich alles über sie gewußt haben. Sie können vielmehr, gerade weil sie der Wahrheit so nahe sind, den Betrug einer nur vorgetäuschten menschlichen Integrität nicht mitmachen. Krank wurden sie erst, als sie sich bemühten, mit ihrem Innenleben in Verbindung zu bleiben. *In* die Realität stürzen sich die anderen, die »Gesunden«, um von dem, was in ihrem Inneren ist, nichts wahrnehmen zu müssen. In einem tiefen Sinn treibt den Schizophrenen das Bedürfnis, die Integration zu erhalten, während das Bedürfnis des »Normalen« die Spaltung ist.

Für jene, die in das Erscheinungsbild »normalen« Verhaltens hineinschlüpfen, weil sie die Spannung der Widersprüche zwischen der uns auferlegten Realität und ihrer inneren Welt nicht ertragen, für solche Menschen gibt es bald keine wirklichen Gefühle mehr. Statt dessen gehen sie mit *Ideen* von Gefühlen um, haben keine *Erfahrung* mehr mit ihnen. Sie präsentieren aufgesetzte Gefühle als ihre eigenen und sagen sich von ihren wahren Gefühlen los. Je »gesünder« das Image ihrer Identität, das sie angenommen haben, desto erfolgreicher werden sie diese Manipulation vollziehen können. Und es ist Manipulation, da ihr Ziel nicht der Ausdruck ihrer selbst ist, sondern sie den anderen davon überzeugen wollen, daß sie angemessen handeln, denken und fühlen. Dies sind die Menschen, die ich als die wirklich Wahnsinnigen unter uns zeigen möchte.

Sie bringen uns alle in Gefahr, weil sie dem Chaos, der Wut und der Leere, die in ihnen ist, nicht ins Gesicht sehen können. Während der Schizophrene

in einer von ihm als widersprüchlich und quälend böse erlebten Welt den zentralen Gefühlskern aufrechterhält, daß wirkliche Liebe Gültigkeit hat, ist bei denen, die den Wahnsinn überspielen, die Jagd nach Macht der einzige Weg, das bedrängende innere Chaos und die innere Zerstörung abzuwehren. Um die Leere nicht als die eigene innere Leere anerkennen zu müssen, schaffen sie Zerstörung und Leere um sich herum. Das Paradox des Schizophrenen ist, daß er seinen inneren Kern zu schützen versucht, indem er ihn versteckt. Dies muß scheitern, weil das Selbst nur leben kann im lebendigen Austausch, und darum bezahlt der Schizophrene diesen Versuch nur allzu oft mit dem vollständigen Verlust von Vernunft, Logik und Kommunikation. Er fügt sich selbst zu, was ihm die Welt zugefügt hat. Er will nicht mehr liebenswert sein, um die Mitmenschen davor zu bewahren, sich für seinen Zustand schuldig fühlen zu müssen. Die aber, die dem Wissen um ihren inneren Zustand entkommen möchten, zwingen den Mitmenschen ihre »Ordnung« auf und damit ihre Art, wie sie mit sich selber umgehen.

Während sich die Schizophrenen selbst reduzieren, um sich vor Entdeckung zu schützen, haben die anderen ein umgekehrtes Verfahren: Sie reduzieren nicht sich, sondern die Realität, indem sie die Widersprüche und die daraus erwachsenden Ängste verneinen. Ihre Art zu leben besteht darin, daß sie diese Reduktion verteidigen und die inneren Ängste verleugnen. Sie klammern sich an diese reduzierte Realität und bestehen darauf, daß diese das *ganze* Erleben repräsentiere. Ihr Selbst folgt dann willig den Ideen, die *a priori* festlegen, was unser Sein sei, und gründet sich nicht auf den Wechselwirkungen zwischen dem tatsächlichen Sein und der uns umgebenden Welt, in die wir eingebettet sind. Ihr Bewußtsein spiegelt somit nicht die Integration des einzelnen mit der äußeren Realität, sondern das Bedürfnis, diese Realität zu erobern.

So kommt es, daß ein Bewußtsein, das nur Ideen gehorcht, das also nicht das freie Spiel der Gefühle im Erleben von Freude und Schmerz kennt, sich versklavt und destruktiv wird. In dem Maß, in dem wir uns den Ideen überlassen, werden wir das für Gefühle halten, was tatsächlich nur eine Vorstellung von dem ist, was wir meinen, daß wir fühlen *sollten*. Und in gleicher Weise glauben wir zu denken, während unsere Gedanken in Wahrheit nur die schein-logische Einkleidung rachsüchtiger und destruktiver Gefühle sind. Die »wissenschaftlichen« Theorien vom »lebensunwerten Leben« der Behinderten in der Zeit des Dritten Reiches sind dafür ein extremes Beispiel.

Dieses Dilemma hängt eng mit der Möglichkeit zusammen, unser Denken und Fühlen voneinander zu trennen, die in der uns allen gemeinsamen Entwicklung begründet ist. Wir halten etwas für eine Funktion unseres Denkens, was in Wahrheit eine Funktion unserer Gefühle ist und umgekehrt.

Neigen wir erst einmal zur Trennung von Denken und Fühlen, also zur Entfernung von den Wurzeln unserer Gefühle, so besteht die Schwierigkeit darin, daß wir nicht mehr in der Lage sind, diesen Vorgang zu sehen. Aufgrund unserer Entwicklung werden wir bestrebt sein, uns nicht so zu sehen, wie wir sind, sondern so, wie wir meinen, daß wir gesehen werden sollten. Es werden Image und wirkliches Sein nicht isomorph<sup>5</sup> sein, das heißt, sie werden sich nicht entsprechen. Und wenn sie sich nicht entsprechen, wird dieser Wider-

spruch der inneren Realität ständige Quelle von Angst sein. Die Angst wiederum wird die Abspaltung verstärken. Ein Beispiel:

Das Image von Stärke steht im Widerspruch zum Mitgefühl, das wir für das Leid eines anderen haben, denn Mitgefühl wird mit Schwäche gleichgesetzt. Dieser Widerspruch bedroht uns mit dem Zusammenbruch, und die Angst davor zwingt uns erst recht, auf unsere Gefühle zu »verzichten«.

Dieser Vorgang läßt sich auch auf andere Art beschreiben: Die Vorstellung, daß Herrschaft Stärke ist und Hilflosigkeit Schwäche, ist unterschiedlich verbreitet – aber sie sitzt tief in uns allen. Wir halten diese Vorstellung für eine grundsätzliche Gegebenheit unserer Natur. Doch die Gefühle, die wir über Herrschaft und Hilflosigkeit haben, stimmen nicht überein mit jenen ganz natürlichen Gefühlen während unserer frühkindlichen Entwicklung, als wir gefüttert und von den schützenden Armen der Mutter gehalten wurden. Wenn wir später Hilflosigkeit und Herrschaft als Schwäche und Stärke spüren, sind solche Gefühle im Grunde nur Funktionen von Denkvorgängen, nicht aber Funktion unserer eigentlichen Natur und Erfahrung. Diese Denkvorgänge treten in einer bereits reduzierten Realität auf, die ihrerseits von der Unfähigkeit, Gefühle zu ertragen, bestimmt ist – also wiederum ein Vorgang, dem Spaltung innewohnt.

In allererster Linie trennt die Unfähigkeit, Gefühle zu ertragen, das Denken vom Fühlen. Dies ist, obwohl es als das Charakteristikum schizophrener Verhaltens gilt, die Wirklichkeit von uns »Normalen« und nicht die des Schizophrenen. In seinem Fall ist die Spaltung Ausdruck der Verweigerung, aufgesetzte und heuchlerische Gefühle hervorzubringen. Denn es ist nicht so, daß der Schizophrene die wirklichen Gefühle von Schmerz, Kummer, Verzweiflung oder Freude nicht ertragen könnte. Er weigert sich nur, mit ihrer Verzerrung zu leben. Wenn aber »normale« Menschen etwa Hilflosigkeit nicht ertragen, dann brauchen sie Entlastung durch eine »Realität«, die solches Erleben verachtet und die verleugnet, daß dem Erleben von Hilflosigkeit eine Kraft innewohnt, die zu wirklicher Stärke führt.

Diese Realität legt zwangsläufig – als Zeichen der Stärke – besonderen Wert auf die Eroberung dessen, was außerhalb der Grenzen des eigenen Selbst liegt. So kommt es zu einer trügerischen Inbesitznahme der eigenen Seele. Eugene O'Neill sprach einmal von einem Scheitern der USA, da sie immer darauf gerichtet seien, etwas außerhalb ihrer selbst zu besitzen, um in den Besitz der eigenen Seele zu kommen. Dadurch würden sie aber beides verlieren: die eigene Seele und das Eroberte. Martti Siirala hat den gleichen Vorgang auf der individuellen Ebene beschrieben, wenn er vom »halluzinierten Besitz der Realität« als Kernerfahrung des angepaßten Menschen sprach.

Eroberung und Macht dienen dazu, sich selbst zu bestätigen, man sei *in* seinen Gefühlen. Macht und alles, was sich daraus ableitet, scheinen aber nicht nur das Gefühl des Lebendigseins zu geben, sondern sie vermitteln auch einen falschen Begriff von der menschlichen Natur, wodurch diese wiederum verändert wird. Wenn nämlich der Mensch durch sein »Denken« und durch seine Unterwerfung unter das Diktat des Denkens (die innere Logik des Denkens läßt keine Korrektur zu, solange die wahren Gefühle und Erlebnisse abgetrennt sind) von seinem Inneren abgespalten bleibt, wird er nicht nur fort-

während in seiner Autonomie verletzt, sondern es werden auch Wut und Gewalttätigkeit entstehen. Das einzig Authentische in einem solchen Zustand unechten Fühlens ist die Wut. Aber sie wird verleugnet, wird unerkannt bleiben, weil das, was die Wahrheit ermöglichen würde – die wirklichen Gefühle –, die Ideologie der ausgedachten Gefühle bedroht.

Die Spaltung des Bewußtseins ist ganz offensichtlich ein zentraler Organisator vieler psychischer Strukturen. Das Abspalten der frühesten Erfahrungen macht nicht nur das Erleben der inneren Ganzheit unmöglich, sondern gibt auch das Modell ab für den Umgang mit Gefühlen der Hilflosigkeit und Schwäche. Wenn man den eigenen Schmerz nicht mehr in seiner Bedeutung wahrnehmen kann, dann fehlt auch die Übung im Umgang mit Hilflosigkeit, mit Schwäche, mit Ohnmacht. Hilflosigkeit wird darum zur überwältigenden Bedrohung, gegen die man sich durch Machtbesitz wappnen muß. Gelingt dies nicht, so wird die Erfahrung der Hilflosigkeit sehr rasch verlagert auf ein halluziniertes Ereignis, und dieses wird zur Ursache erklärt. Wenn sonst scheinbar normale Menschen ganz überraschend psychotisch reagieren mit blindwütiger Zerstörung, und zwar dann, wenn ihr Selbstwertgefühl verletzt wird – zahllose Beispiele dazu gibt es im Krieg oder bei beruflichem Versagen –, läuft ein solcher Vorgang ab.

Der Mensch kann nicht leben ohne Vertrauen. Vertrauen aber gewinnt er durch liebende Zuwendung. Säuglinge und Kleinkinder können ohne Zuwendung apathisch werden, dahinsiechen oder sogar sterben. Selbst wenn es das Erlebnis des Geliebtwerdens – in welcher Form auch immer – nur einmal gegeben hat, liegt es in der Natur unserer Phantasie, daß wir die nachfolgende Leere selbst ausfüllen können – mit dem Ziel, das lebensnotwendige Gefühl einer Verbindung mit der Mutter aufrecht zu erhalten. Wenn aber solche Phantasien unter Ausklammerung der schmerzlichen Erfahrungen aufgebaut werden, dann gründet sich das Selbst auf Macht und eine reduzierte seelische Basis.

Der amerikanische Psychiater Harry Stuck Sullivan wies einmal darauf hin, daß *eine* positive Erfahrung genüge, um in einem Menschen die Überzeugung entstehen zu lassen, er brauche nur das zu finden, was das »Richtige« zu tun sei, dann würde sich die gewünschte Erfahrung wiederholen. Hierbei spielt die Phantasie natürlich eine entscheidende Rolle: Sie spendet nun jene lebenserhaltende Tröstung, die nicht mehr aus der Realität geschöpft werden kann. Das ist einer der Wege, auf denen der Mensch »überbrückt«. Es gehört zu den tiefsten Verzweiflungen des Menschen, mit dem Verlust von Liebe leben zu müssen. Kinder können nicht in dem Bewußtsein leben, daß ihre Bedürfnisse und Wahrnehmungen abgelehnt oder verneint werden – es sei denn, die seelische Struktur ändert sich so weit, daß am Ende die wahren Bedürfnisse geleugnet werden können.

Um seine inneren Bedürfnisse zu verleugnen, muß das Kind sie ganz oder teilweise abspalten. Dies impliziert eine grundlegende Verdrehung. Um nicht wahrnehmen zu müssen, daß Vater und Mutter ihm Schmerz zufügen und es in Verzweiflung stürzen, sucht das Kind die Ursache in sich selbst. Die Tragödie, die zur Unterwerfung des Kindes führt, liegt nicht nur darin, daß es seine innere Welt abspaltet. Es muß darüber hinaus – um die Verbindung zu Mutter



und Vater aufrecht zu erhalten, die ihm das Leben ermöglichen – den Liebesmangel als etwas empfinden, das von einem Defekt in ihm selbst kommt. Es wird darum ringen, die Eltern »umzustimmen«, und es wird dabei immer versuchen, den Fehler in sich selbst zu finden. So nimmt das Kind die vermeintliche Schuld an dem Liebesmangel, den es spürt, auf sich und beginnt ein Leben mit Träumen und Phantasien, die das Bedürfnis nach Macht schüren, um diesen »Fehler« zu überwinden.

Wenn sich ein Kind dem Rahmen, den ihm der elterliche Wille gesteckt hat – er ist davon bestimmt, wie die Eltern das Kind sehen –, anpassen kann, dann wird diese Anpassung eine Strategie des Überlebens sein. Es wird die Vorgänge in seinem Inneren beiseite schieben, seine eigenen Bedürfnisse, Erwartungen und Wahrnehmungen mißachten und wird sein Leben auf dem aufbauen, was außerhalb seiner selbst ist. Dabei verändert sich auch das Bild der Realität in Anpassung an die scheinbare Kohärenz einer Welt der unechten Gefühle. Deshalb entwickelt sich das Selbst des Kindes ohne Wahrnehmung von Schmerz und Tod, gleichzeitig widmet es sich aber, ohne es zu wissen, dem Schmerz und dem Tod.

Der zentrale Punkt in der seelischen Entwicklung des Menschen liegt in der Frage, welche der beiden grundlegenden Entwicklungsmöglichkeiten gewählt werden: die nach außen oder die nach innen. Die Entwicklung nimmt die Richtung zum *Inneren*, wenn sie von einer Liebe begleitet ist, die dem Kind die Möglichkeit gibt, Hilflosigkeit als etwas zu erleben, womit es nicht alleingelassen wird. Wird das Erleben von Hilflosigkeit auf diese Weise eingebettet, so wird es nicht als völlige Verlassenheit oder Verurteilung empfunden, sondern als Ausgangspunkt der Erfahrung, daß man nicht zerstört wird, sondern durch Schmerz und Leid hindurch zu neuer Kraft findet. Diese Erfahrung führt zur Entwicklung eines Selbst, das Hilflosigkeit nicht als tödliche Bedrohung empfindet, sondern als die Möglichkeit zu neuer Integration und damit zur Möglichkeit, immer wieder neu zu beginnen.

Die andere Richtung, die *nach außen* führt, spaltet das Erlebnis der Hilflosigkeit ab, leugnet die innere Welt und unterwirft sich einem Leben im Sinne einer Ordnung, die von außen kommt: mit Bedürfnissen und Wahrnehmungen eines ausgedachten Lebens, in dem grundsätzlich den anderen – erst den Eltern, später der Schule, der Gesellschaft, dem Staat – die Befehlsgewalt eingeräumt wird. Der verleugnete Schrecken der Hilflosigkeit – als tödliche Gefahr erlebt – wirkt aber fort und wird zu einer dem einzelnen nicht bewußten Motivation seines Lebens.

Innen und außen sind Lebensdimensionen für uns alle. Sie können aber auch zu unvereinbaren Gegensätzen werden. Ob diese Dichotomie<sup>6</sup> eintritt, entscheidet darüber, ob wir ein voll verantwortliches Leben führen oder nicht, ob wir uns selbst und das Leben bejahen oder ob wir uns der Destruktivität und dem Haß auf das Leben ergeben, die Verantwortung aber immer anderen zuschieben.

Die klassische Psychoanalyse betont die Allgegenwart eines angeborenen egoistischen Luststrebens. Damit hat sie die Spaltung nicht nur verschleiert, sondern auch gefördert. Diese Betonung läßt uns die Lebendigkeit des Kindes fürchten, denn die Psychoanalyse hat diese gleichgesetzt mit einem angeblich

vorhandenen Hang zur Omnipotenz und egoistischem Streben nach schrankenloser Lust.

Damit hat sich die Psychoanalyse, wohl ohne es zu beabsichtigen, auf die Seite angemessener Autoritäten und gegen das Kind gestellt. Dies ist paradox, aber spiegelt nichts weiter, als daß wir alle an die eigene Vergangenheit gekettet sind, Freud davon nicht ausgenommen, der in seinem ganzen Denken und Arbeiten das Kind in den Mittelpunkt stellte. Aarne Siirala hat das sehr gut beschrieben:

»Die von Freud angeführte therapeutische Bewegung schuf eine Rückbindung an den Ausgangspunkt menschlichen Lebens und Wachsens; von dieser Basis ist der Mensch entfremdet durch seine Anstrengung, alles in die Hand zu bekommen und die Realität unter Kontrolle zu bringen im Rahmen der industriellen Gesellschaft.«

Wird das libidinöse Streben nach Lust beim Kind behandelt, als sei das die Hauptfrage seiner Entwicklung, so wird seine Sozialisation als ein Bollwerk gegen seine »instinktiven« Triebe gesehen und nicht als ein natürlicher Wachstumsprozeß, der sich aus sich selbst weiterentwickelt. Sieht man die Triebe im grundsätzlichen Widerspruch zur sozialen Entwicklung, muß die menschliche Natur zwangsläufig als negativ und destruktiv erscheinen. Eine so gesehene Sozialisation spiegelt nichts anderes als die eingefahrene Sicht menschlicher Beziehungen: zwischenmenschliche Beziehungen als Frage der Machtverhältnisse. So wird behauptet, das Kind möchte zu Macht und Allmacht gelangen, aber der Erwachsene müsse dies im Namen des »Realitätsprinzips« verhindern. Um dem Kind den rechten Realitätsbezug zu vermitteln, um ihm zur Anpassung zu verhelfen, müsse es dazu gebracht werden, seine Triebe zu »beherrschen«. Dies bedeutet, daß es seine Bedürfnisse als störend erlebt. So lernt das Kind, daß es geliebt wird, wenn es sich erfolgreich dem Willen der Eltern unterwirft. Und etwas beherrschen heißt dann für das Kind, die eigenen Bedürfnisse zurückzustutzen oder zu »sublimieren« statt sie im Austausch mit der Umwelt zu entwickeln, und seinen Gefühlen zu mißtrauen. Die Psychoanalyse hat den grundlegenden psychischen Konflikt angesiedelt zwischen dem Trieb und den Anforderungen der Kultur. Das »Lustprinzip« mußte durch das »Realitätsprinzip« in Schach gehalten werden. Und so wurde Sozialität zu einer Funktion kulturell entwickelter Werte, die nun einmal in einem grundsätzlichen Widerstreit zur immerwährenden menschlichen Natur lägen.

Mit großem Mut hat Freud die Verbindung des Individuums mit seiner eigenen Geschichte neu geknüpft, aber doch nur teilweise wiederhergestellt, da er – ein Kind seiner Zeit – zurückschrak vor dem Potential für menschliche Autonomie, das in der Analyse der Kindheit hätte sichtbar gemacht werden können. Darum hat er seine klinischen Befunde zum Teil falsch interpretiert. Heute können wir das besser verstehen, wenn wir davon ausgehen, daß autonome Bestrebungen die Neigung haben, sich zu verbergen, sich hinter Symptomen pathologischen Andersseins zu verstecken.

Natürlich wiesen Freuds Patienten die von ihm beschriebenen Formen von autoerotischer Fixierung auf, sichtbar durch und in ihrer sozialen Isolation, wenn sie sich nur mit sich selbst zu beschäftigen schienen, zum Beispiel un-

ablässig onanierten. Freud aber hielt diese Entwicklungen für die tatsächlichen Formen der Triebstruktur nicht nur seiner Patienten, sondern darüber hinaus für die des menschlichen Lebens schlechthin. Er übersah das folgende: Wenn ein Säugling daran gehindert wird, seine Persönlichkeit durch selbstständige Reaktionen auf die elterliche Fürsorge zu entwickeln, dann entwickelt er sich in Abhängigkeit, und das Ausagieren oraler, analer und genitaler Fixierungen wird zur einzigen Möglichkeit des Selbstausdrucks. Die Fixierungen des Kindes an die »Partialtriebe«, die ein Kunstprodukt der Gesellschaft sind, und seine angeblichen Machtkämpfe zur Durchsetzung dieser »Trieb«-Ansprüche sind nicht Ausdruck einer angeborenen Triebstruktur, sondern der Fähigkeit des Kindes, die Eltern genau mit dem zu konfrontieren, wovor sie am meisten Angst haben. Die Erwartungen und Ängste der Eltern sind es, die den Schlüssel zu dieser Art Entwicklung liefern, und nicht die Instinkte des Kindes, die man ihm unterstellt.

Die Triebtheorie, die Freud aufgrund der Beobachtungen an seinen Patienten entwickelte, betrachtet die »Instinkte« als grundsätzlich sozial negativ. Man könnte die Symptome aber viel überzeugender interpretieren, nämlich als Ausdruck des menschlichen Strebens nach Autonomie, das gleichsam in den Untergrund gegangen ist. Erst wenn einer ein so schlechter Mensch oder ein so schlechtes Kind geworden ist, wie Eltern, Schule, Gesellschaft insgeheim von ihm erwarten – also genau das entwickelt, was ihm mit Zwangsmitteln ausgetrieben werden soll –, erst dann kann er sich außerhalb der Reichweite der Autoritäten fühlen. Ganz in diesem Sinne eröffnete mir einmal ein Patient:

»Sie können *mich* nicht erreichen, wenn ich mich so verhalte, wie Sie es haben möchten.«

Indem er vorwegnahm, was der andere – in diesem Fall der Therapeut – dachte und wollte, blieb er selbst »frei«. Er mußte nicht sich selbst in seine Handlungen einbringen, da er nur das tat, was andere von ihm erwarteten. Man konnte ihn nicht erreichen, weil er seinen eigenen Willen nicht preisgab. Das gab ihm die Illusion von Freiheit. Er hatte nur eine einzige Quelle der »Genugtuung«: die heimliche Verachtung derer, die sein gutes Benehmen für echt hielten. Und diese Verachtung wiederum wurde direkt gespeist von seinem Selbsthaß, der aus der täglichen Unterwerfung seiner eigenen Möglichkeiten unter den Willen anderer resultierte.

Die wirkliche Autonomie, die echten Bedürfnisse nach Nähe und das Bedürfnis, die Welt mit eigenen Augen zu sehen, werden aufgegeben zugunsten von Abhängigkeit. Diese hat zwei Aspekte. Einmal:

»Ich bin so hilflos und abhängig, wie du mich haben möchtest. Deshalb mußst du mich immer führen und mich korrigieren, ich habe ja keinen eigenen Willen.«

Mit dieser Unterwerfung, die weitgehend unausgesprochen und oft völlig unbewußt ist, nimmt man zugleich Rache. Man besteht auf der Fürsorge und auf der Abhängigkeit sowie darauf, daß sich nichts ändert. Und noch etwas Entscheidendes kommt hinzu: Dies ist die Methode, nie sich selbst verpflichtet sein zu müssen, denn man folgt nur Befehlen.

Gehorsam wird dann zum eigentlichen Sinn des Lebens. Es sei an die Kriegsverbrecher erinnert, die diese Entschuldigung oft vorbringen. Sie sollten uns endlich die Augen öffnen für die wahre Bedeutung jeder Art von Gehorsam. Unter dem Deckmantel des Befehls geschahen alle Arten von Grausamkeiten und Mordtaten, ohne daß einer die Verantwortung dafür hat übernehmen müssen. In einem gewissen Sinn ist diese Entschuldigung sogar richtig: Die eigene Seele hatte nichts damit zu tun, sie wurde außer Reichweite dessen gehalten, dem man gehorsam war. Dieser trug schließlich die Verantwortung. Unter dieser Voraussetzung fällt es solchen Menschen auch nicht schwer, die Herren zu wechseln.

Nicht selbst die Verantwortung zu tragen ist Bestandteil der Grundlüge. Sie verdeckt, was die ursprüngliche Entscheidung – *die Lebensentscheidung* – war: nämlich sich mit der Unterwerfung abzufinden und sein inneres Leben aufzugeben, um an der Macht zu partizipieren. An genau diesem Punkt fällt die Entscheidung darüber, ob ein Mensch Selbstverantwortung und die Verantwortung anderen gegenüber entwickelt. Dieser Punkt bleibt im Dunkeln, wenn man nur die verschiedenen Formen gesellschaftlicher Repression namhaft macht, das menschliche Sein nur in einem Reiz-und-Reaktions-Schema sieht und die Möglichkeit der Autonomie außer acht läßt.

Der zweite Aspekt der Abhängigkeit: Wenn das Kind den schlimmsten Befürchtungen seiner Eltern entspricht, entzieht es sich zwar ihren Forderungen, unterwirft sich aber ihren größtenteils unartikulierten Negativvorstellungen. Dabei kann es sich rachsüchtig im Recht fühlen, wenn es für ungehorsam gehalten wird. Schließlich hat es doch genau beachtet, was die Eltern »wirklich« wollten – und nun lehnen sie dieses Verhalten ab!

Diese Art der negativen Abhängigkeit bringt die Formen der Triebfixierung hervor, von denen Freud sprach. Es kommt zu einem illusionären Gefühl der »Unabhängigkeit«, zu einem Gefühl, daß man sich selbst in der Hand habe. Masturbation, übermäßiges Essen, Verweigerung von Essen und anderes extrem selbstbezogenes Verhalten sind Verhaltensmuster, die suggerieren, man sei Herr der eigenen Stimulation. Solche Zwänge treten dann an die Stelle eines echten Lebens. Sie nähren die Illusion der Unabhängigkeit und täuschen über die tatsächlich fortbestehende Abhängigkeit hinweg, gegen die sie verzweifelt, aber wirkungslos rebellieren.

Das Hauptproblem der Psychoanalyse liegt darin, daß sie mit ihrer Theorie der Unvereinbarkeit von Triebanspruch und Kulturentwicklung selbst den Verzerrungen einer Kultur zum Opfer fiel, die im Namen der Liebe die Preisgabe der Autonomie erzwingt. Wenn sie die Folgen dieser Verzerrung – Oralität und Abhängigkeit – als fundamentale Lebenstriebe ausgibt, verschleiern die Psychoanalyse nicht nur die gesellschaftlichen Prozesse, die zur seelischen Spaltung führen, sondern leistet ihnen Vorschub. So geben sich viele Therapeuten in der Praxis mit den Schatten von Leben, aber nicht mit dem Leben selbst ab. Statt ihren Patienten zu ihrer eigenen Wahrheit zu verhelfen, die diese erkannt haben, jedoch ohne die Kraft, sie auszuhalten, legen sie sie auf fiktive Krankheiten fest.

Ist unser Blick jedoch nicht getrübt von solchen Vorurteilen über die kindliche Entwicklung, können wir sehen, daß Kinder ganz offensichtlich von Ge-

burt an die Fähigkeit zu integrativer, also nicht gespaltener Annäherung an die Welt haben. Man findet bei Säuglingen und Kleinkindern nicht von vornherein Allmachtsgefühle – es sei denn, Wut und Verzweiflung über unangemessene Reaktionen auf ihre legitimen Bedürfnisse werden als solche interpretiert: Erst so entstehen tatsächlich Machtkämpfe – der Erwachsene erwartet sie.

Das Kleinkind ist nicht von autoerotischen Bedürfnissen getrieben, sondern es sucht nach den stimulierenden Reizen, auf die es während seiner uterinen Existenz im Austausch mit seiner Mutter vorbereitet wurde. Seine Bedürfnisse und Erwartungen entwickeln sich in der Folge dieser frühesten Wechselbeziehungen. Diese frühen Verhaltensmuster kennzeichnet vor allem die niedrige Intensität der Stimulation. Daher richtet der Säugling von Anfang an sein Bestreben darauf, neue Quellen der Stimulation zu finden, und zieht seine Befriedigung nicht – wie es die Psychoanalyse gerne möchte – daraus, alte Stimulusituationen zu verewigen.

Ich möchte noch hinzufügen, daß die Vorgänge, die das Leben aus biologischer Sicht erhalten, auf niedrigen Stimuluswerten basieren. Zu starke Reize führen dazu, daß die Annäherung an die Reizquelle gemieden oder unterbrochen wird. Der größte Teil der psychoanalytischen Theorie baut auf Stimulusvermeidung auf (Beseitigung von Unlustgefühlen und Vermeidung von Gefahr). Deswegen auch versagt sie als Universaltheorie der menschlichen Psyche.

Wo wir zwanghaften Verhaltensmustern der Selbststimulierung begegnen – eine Extremform ist die Weltverweigerung des Autismus –, handelt es sich nicht um ein Steckenbleiben in natürlichen Entwicklungsstadien, sondern um Fehlentwicklungen. Der Rückzug in die Selbststimulierung und in Formen omnipotenten Verhaltens sind Ausdruck eines *Versagens* im Prozeß der Entwicklung zur Autonomie. Sie sind nicht Ausdruck einer angeborenen und universalen Tendenz, vor der der Mensch durch die Zwänge der Sozialisation bewahrt werden müßte. Die Annahme von Natur aus asozialer universeller Triebe verschleiert, daß die Triebe nicht die bestimmenden Faktoren der Entwicklung, sondern selbst bereits Ausdruck von Problemen in der Entwicklung sind. Der Triebbegriff als Erklärungsmodell hat die Erkenntnis verhindert, daß der Kampf um die Autonomie das Kernproblem der kindlichen Entwicklung ist.

Autonomie als integrierende Kraft selbstgesteuerter Persönlichkeitsentwicklung hat nichts zu tun mit Vorstellungen der eigenen Wichtigkeit oder Einzigartigkeit. Solche Vorstellungen leiten sich von einer Ideologie des Selbst ab, die bewußt oder unbewußt dem Prinzip von Kontrolle und Beherrschung anderer als Quelle des eigenen Selbstwertes folgt. Sogar der Rebell, den sein ungestilltes Verlangen nach Liebe in militante Opposition treibt, bleibt in dieser Ideologie des falschen Selbst befangen. Denn er mißverstehet Autonomie als »Freiheit«, Beweise für Stärke und Überlegenheit zu liefern. Es ist nebensächlich, ob die *Form* dieser Beweise im Widerspruch oder im Einklang mit den sozialen Normen steht. Entscheidend ist der Zwang zur anhaltenden und un gehemmtten Selbstbestätigung. Und dies ist ein kriegsähnlicher Zustand, der weit entfernt ist von der Fähigkeit, das Leben zu bejahen.

Autonomie, wie ich sie verstehe, ist ein ganzheitlicher Zustand, in dem sich die Fähigkeit verwirklicht, im Einklang mit den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen zu leben. Damit sind nicht die Gefühle und Bedürfnisse gemeint, wie sie von der Konsumgesellschaft künstlich erzeugt werden, sondern solche, die aus der Freude erwachsen, die die Liebe einer Mutter zur Lebendigkeit ihres Kindes hervorruft, oder aus dem Leid, wenn sie fehlt. Allein die unverfälschten Reaktionen des Kindes auf seine wahre Situation sind die Quelle seiner autonomen Entwicklung. Nur wenn es weder Wahrnehmungen noch Gefühle verleugnen muß, bleibt es in Verbindung mit den inneren und äußeren Erfahrungen, die sein Wachstum stimulieren, und kann beide miteinander verknüpfen. Nur so behält es den Kontakt mit den Wurzeln seines Gefühls, lebendig zu sein. Und dann wird es auch die Verantwortung dafür übernehmen können, wohin sich seine Lebendigkeit entwickeln wird.

Wird diese Verbindung jedoch gestört, dann wird das Kind beginnen, sich ausschließlich nach der Realität zu richten, die ihm von außen aufgezwungen wird. (Es ist die Realität der Macht, die ausschlaggebend dafür war, daß es sich von seiner eigenen inneren Lebendigkeit abgetrennt hat!) Und es wird in sich einen Selbsthaß nähren, der es immer tiefer in diese Lebensorientierung treibt.

## Anmerkungen

- 1 <http://web.archive.org/web/20161123142714/https://www.heise.de/forum/Telepolis/Kommentare/Wenn-Psychologie-politisch-wird-Milliarden-zur-Erforschung-des-Gehirns/Psychische-Stoerungen-stellen-keine-Fehlfunktion-des-Gehirns-dar/posting-29306574/show/>
- 2 <https://de.wikipedia.org/wiki/Depression>
- 3 <http://web.archive.org/web/20170217044001/https://www.heise.de/forum/Telepolis/Kommentare/Amok-in-der-Maennerdaemmerung/Die-eigene-Programmierung-ueberwinden-geht-das-ueberhaupt/posting-29078599/show/>
- 4 <http://web.archive.org/web/20170217045839/https://www.heise.de/forum/Telepolis/Kommentare/Eltern-Bruellen-entfremdet-die-Kinder/Bruellen-ist-faktsich-Androhung-von-Gewalt/posting-29926494/show/>
- 5 [https://de.wikipedia.org/wiki/Isomorphie\\_%28Sozialwissenschaften%29](https://de.wikipedia.org/wiki/Isomorphie_%28Sozialwissenschaften%29)
- 6 <https://de.wikipedia.org/wiki/Dichotomie>