

Niemand hat Mitleid mit einem Gehirn

Ein Gespräch mit Daniel Hell über den Begriff der Seele, über Seelenleiden und deren Behandlung

Was macht den Menschen zum Menschen? Brauchen Menschen den Begriff «Seele», um sich verstehen zu können? Der Psychiater und Psychotherapeut Daniel Hell erläutert im Gespräch mit Matthias Mettner seinen Zugang zur Wirklichkeit des Psychischen.

In Zeiten moderner Hirnforschung, Gentechnik und Neurowissenschaften zögert man, von «Seele» zu sprechen. Sie haben immer wieder und hartnäckig gegen alle Trends und Moden am Seelischen und auch am Begriff «Seele» festgehalten.

Der Seelenbegriff hat das Abendland geprägt. Generell steht er für Lebendigkeit und inneres Erleben, was sich auch darin zeigt, dass sich Seele in vielen Sprachen – etwa griechisch *psychē* – vom lebensnotwendigen Atem ableitet. Den Atem empfinden wir, genau, wie wir das Herz – ein anderer traditioneller Ausdruck für Seele – spüren, solange es schlägt. Demgegenüber können wir das Gehirn mit unseren inneren Sinnen nicht wahrnehmen. Deshalb wurde dieses zentrale Organ nie zu einer Seelenmetapher, obwohl seine enorme funktionelle Bedeutung früh erkannt wurde. Die Seele ist kein biologischer oder gar physikalischer Begriff. Tatsächlich ist der Seelenbegriff technisch-naturwissenschaftlich unbrauchbar. Er gehört zu einem anderen Sprachspiel. Wer sich aber auf diesen Begriff einlässt, wird entdecken, dass er eine Dimension vertritt, die für die Lebensführung genauso wichtig ist wie die naturwissenschaftliche Beobachtung. Wir können unser Leben nicht selbstbewusst gestalten, ohne dass wir leibseelisch fühlen. Dieses Erleben «aus erster Hand» macht es im Zusammenwirken mit der Aussensicht erst möglich, dass wir uns selber erkennen.

Die Seele war sehr wichtiger Bezugspunkt des Denkens über den Menschen, sein Wesen, seine Natur. Wie ist zu erklären, dass der Seelenbegriff an Leuchtkraft derart verloren hat?

Das hat mit dem Siegeszug von Technik und Naturwissenschaft und der dadurch vorherrschenden Aussensicht zu tun. Heute zählt vor allem, was sichtbar und messbar gemacht werden kann. Da hat die Seele, mithin die verborgene Innensicht, geringe Chancen. Der Abschied von der Seele findet denn auch hauptsächlich in den Wissenschaften statt. Anders in der Umgangssprache oder in den Medien. Hier behauptet sich die Rede von der Seele. Wenn Menschen im Alltag davon reden, was ihnen wichtig ist, dann geht es hauptsächlich um ihr seelisches Befinden. Seelisches ist nie unpersönlich. Es verweist auf das Eigene. Zudem lässt «Seele» etwas Sinnliches anklängen, was abstrakten modernen Ersatzbegriffen wie Subjekt oder Selbst abgeht. Vor allem aber steht die Seelenvorstellung für ein Freisein von allem, was den Menschen zu einer Sache oder zu einem Zweck macht. Sie widersetzt sich damit dem modernen Trend zur Vermessung des Lebens.

Sie sagen, dass der Begriff «seelisch» wie kein anderer die Einmaligkeit und Besonderheit des menschlichen Lebens anspricht. Trotzdem haben viele naturwissenschaftlich geschulte und technisch geprägte Menschen heute Mühe, Seelenvorstellungen zu verstehen oder richtig einzuordnen.

Zu Missverständnissen gibt vor allem Anlass, wenn die Seele als körperliches Organ vorgestellt wird oder wenn sie mit Esoterik oder mit Spiritualismus in Zusammenhang gebracht wird. Auch romantische Seelenbilder von Engeln, die die Seele als kleines Menschlein himmelwärts tragen, können Unverständnis auslösen. Entsprechend der neuzeitlichen «materialistischen Atmosphäre» können solche symbolischen Konkretisierungen als überholte vorwissenschaftliche Objektivierungsversuche missverstanden werden. Das gilt auch für die philosophische Rede von einer unsterblichen Substanz. Doch die Seele, vorgestellt als ein Objekt, gibt es nicht. «Seele» meint vielmehr das Phänomen, dass wir nicht nur ein Gehirn haben, das man von aussen einsehen und studieren kann, sondern dass wir mithilfe dieses Gehirns und anderer Voraussetzungen auch fühlen und empfinden können. Es ist deshalb unmöglich, die Seele sprachlich gegen das Gehirn auszutauschen. So wenig wir ein Gehirn lieben, so wenig haben wir mit einem Gehirn Mitleid. Dieser phänomenalen Wirklichkeit hat meines Erachtens die Psychiatrie und Psychotherapie ebenso gerecht zu werden wie den neurobiologischen Befunden.

Was besorgt Sie angesichts der Tendenzen in der Psychiatrie der letzten Jahre besonders?

Die Gefahr des Reduktionismus, insbesondere die Reduktion des Menschen auf materielle Aspekte. Denn die meisten psychischen Probleme, die Menschen veranlassen, psychiatrische und psychotherapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen, sind



Anwalt der Seele: der Psychiater Daniel Hell in seinem Büro in der Privatklinik Hoheneegg.

ADRIAN BAER / NZZ

durch Verlust- und Überforderungssituationen, chronische Beziehungskonflikte, Isolation, Kränkungen und persönliche Schwierigkeiten bedingt. Rein körperlich bedingte Störungen machen in der Psychiatrie – mit Ausnahme des hohen Alters – nur einen kleinen Teil der Erkrankungen aus. Trotzdem ist es bedeutsam, die Hirnaktivitäten – gleichsam das Schloss – zu studieren, an denen sich psychosoziale Belastungen auswirken – wie Schlüssel, die ins Schloss passen. Deshalb ist es zwar richtig, die neurobiologische Forschung zu fördern, aber falsch, einseitig auf diesen Ansatz zu setzen. Zudem verweisen aktuelle neurowissenschaftliche Erkenntnisse darauf, dass die Hirnentwicklung im Rahmen genetisch gegebener Grenzen von Umwelteinflüssen und individuellem Verhalten abhängt, sich also Schloss und Schlüssel gegenseitig beeinflussen. Deshalb setze ich mich dafür ein, den kranken Menschen nicht nur mit einem «Maschinenblick» wahrzunehmen, sondern ihm zwischenmenschlich nahe zu sein.

In Ihrem Buch «Krankheit als seelische Herausforderung» betonen Sie, dass psychisches Leiden nicht nur einen Aufschrei darstellt, sondern auch Widerspruch enthalten kann. Gilt dies auch für Depressionen? Der französische Soziologe Alain Ehrenberg analysiert die wachsende Ausbreitung von Depressionen, den steigenden Konsum von Antidepressiva und die Zunahme von Alkoholabhängigkeit als Reaktionen auf die allgegenwärtige Erwartung eigenverantwortlicher Selbstverwirklichung, als «Erschöpfung, man selbst zu sein».

Tatsächlich hat der gesellschaftliche Umbruch der letzten Jahrzehnte zu einem Wandel der psychischen Probleme geführt. Was die Entwicklung von Depressionen betrifft, dürfte die Selbstausbeutung eine grössere Rolle als früher spielen, wie Ehrenberg annimmt. Die überaus starke Zunahme des Antidepressiva-Konsums hängt aber wohl hauptsächlich mit den gestiegenen Erwartungen an die Medizin zusammen. Die Vorstellungen von psychischen Krankheiten sind heute in der Öffentlichkeit stark von naturwissenschaftlich-technischen Denken geprägt. Davon hat die Pharmaindustrie profitiert. Sie hat zur Popularisierung der Depression beigetragen und mit einem geschickten, aber zum Teil irreführenden Marketing – etwa durch die Behauptung, Depressionen seien durch einen Serotoninmangel bedingt – die Erwartungen an eine erfolgreiche medikamentöse Behandlung gesteigert. Dass sich heute viel mehr Menschen behandeln lassen, dürfte auch mit dem gesellschaftlichen Erfolgsdruck – bei gleichzeitiger forcierter Individualisierung – zusammenhängen. Man kann sich Schwächen weniger leisten, weil Selbstverwirklichung und Erfolg heute soziale Normen darstellen und dadurch Scheitern vermehrt als Kränkung erfahren würde. Häufige Folge ist eine Leistungssteigerung bis zur Selbstüberforderung, vor allem wenn gleichzeitig eine Neigung zu Perfektionismus und Harmoniebedürftigkeit besteht. Hier kann das depressive Erleben – ähnlich wie Burnout – ein Aufschrei sein, dass sich etwas ändern muss. Damit aber Leiden zum Ausgangspunkt von Widerständigkeit gegen äusseren Druck wird, darf der seelische Schmerz nicht (mehr) so gross sein, dass er lähmt.

Fehlt Ihnen in der modernen Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie das kritische Potenzial gegenüber gesellschaftlichen Veränderungsprozessen, die sich auch in Krankheiten widerspiegeln?

Die moderne Psychiatrie ist ein Kind ihrer Zeit. Sie steht ebenfalls unter einem gesellschaftlichen Anpassungs- und Optimierungsdruck. So kann man viele psychiatrische Institutionen überspitzt als mentale Reparaturwerkstätten bezeichnen, die dazu dienen, möglichst rasch und effizient psychische Probleme zu korrigieren. Dazu passen das Aufkommen formalisierter Kurztherapien und die zunehmende Verbreitung von Handbüchern und Leitlinien, die zum Ziel haben, Beschwerden und Symptome mit dem besten Kosten-Nutzen-Verhältnis zu beseitigen. Was ich heute oft vermisse, ist eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem kulturellen und biografischen Hintergrund der erkrankten Menschen. Parallel dazu vermisse ich eine gründliche Auseinandersetzung mit dem historischen und aktuellen Kontext meines Fachgebietes, damit sich dieses so reflektiert und unabhängig wie möglich entwickeln kann.

Das seelische Leiden steht für den Patienten ganz im Vordergrund. Der kranke Mensch möchte von Beschwerden wie Unruhe, Niedergeschlagenheit oder Verlust der Lebensfreude befreit werden. Solche Symptome werden in der modernen Psychiatrie zu Störungsbildern zusammengefasst, die Krankheitswert haben. Ist es damit getan – oder können seelische Beschwerden für die Entwicklung des Patienten auch Bedeutung haben?

In der Regel weist ein psychisches Leiden, das nach der aktuellen psychiatrischen Diagnostik als Störung eingeschätzt wird, auf etwas hin, das nicht in Ordnung ist; zum Beispiel auf eine körperliche Erkrankung, eine erfahrene Ungerechtigkeit oder eine schmerzhaft Selbsterniedrigung. Insofern ist nicht das Leiden krankhaft, sondern dasjenige, worauf das Leiden verweist. Es scheint aber so zu sein, dass wir primär das Leiden beseitigen wollen. Die generelle Pathologisierung von Leiden und damit auch eine rein symptomorientierte Diagnostik in der Psychiatrie sind meines Erachtens zu hinterfragen. Negative Emotionen wie Angst und leidvolle Stimmungen wie Depressivität werden erst dysfunktional und krankhaft, wenn sie sich in einer Art Teufelskreis hochschaukeln und verselbständigen. Selbst eine überstandene Depression kann im Nachhinein auf eine vorher versteckte oder verdrängte Problematik aufmerksam machen.

Wie grenzt sich denn Gesundheit von Krankheit ab? Ich halte «gesund» und «krank» für entgegengesetzte Pole eines Kontinuums. Wir bewegen uns irgendwo zwischen diesen Polen. Das beschränkt letztlich auch alle Versuche moderner diagnostischer Manuale (wie «ICD-10» oder «DSM-5»), mit einer bestimmten Anzahl von Symptomen psychische Störungen von Gesundheit scharf abzugrenzen. Mir gefällt die Vorstellung, die schon das klassische Griechenland kannte, dass wir wie Seiltänzer um ein Gleichgewicht verschiedener Kräfte bemüht sein müssen. Nach dieser Konzeption führen sowohl ein starres Festhalten wie der Verlust des Gleichgewichts zu psychischen Problemen.

Prof. Dr. Daniel Hell, Jahrgang 1944, war lange Jahre Direktor der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich und Ordinarius für klinische Psychiatrie an der Universität Zürich. Vorstehender Text enthält überarbeitete Passagen aus einem längeren Gespräch, das in einer soeben bei NZZ-Libro publizierten Denkschrift für Daniel Hell abgedruckt ist: «Das eigene Leben – jemand sein dürfen, statt etwas sein müssen». Herausgegeben von Matthias Mettner und Joseph Jung (mit 18 Beiträgen bekannter Autoren aus Medizin, Psychotherapie, Seelsorge, Politik und Kultur, unter ihnen Adolf Muschg, Moritz Leuenberger und Martin Werlen).

Geist und Herz

Andreas Becks erste Basler Theatersaison

Alfred Schlienger · Kluge Spielpläne sind wie Menükarten, sie machen Appetit, kitzeln Hirn und Herz, zeigen Haltung und Verknüpfung in der Abwechslung. Die mit Spannung erwarteten Saisonpläne, die der neue Basler Intendant und Schauspielregisseur Andreas Beck mit seinem Team am Donnerstag im grössten Dreispartenhaus der Schweiz präsentierte, haben exakt diesen verlockenden Charakter. Da wird eine spartenübergreifende Handschrift deutlich, die Tradition mit Moderne zu verbinden weiss, Internationalität mit schweizerischer Verankerung, Kontinuität mit Wandel, tiefen Ernst mit hohem Spass. Kurz, das verspricht einen klugen, anspruchsvollen Mix.

Alt ist neu

Gestartet wird Ende Oktober mit fünf Paukenschlägen innert zehn Tagen, darunter Mussorgskys «Chowantschina», Kushners «Engel in Amerika» und Gorkis «Kinder der Sonne». Von den 32 Produktionen sind elf Uraufführungen und sieben Schweizer Erstaufführungen, mehr als die Hälfte ist also Frischkost. Der Clou dabei: Beck lässt antike und klassische Stoffe von Gegenwartsautoren neu aufmischen. Die junge Schweizer Autorin Darja Stocker befragt in «Nirgends in Friede. Antigone» den alten Mythos vor dem Hintergrund der Wirren des Arabischen Frühlings. Antonio Latella bearbeitet Sophokles' «Ödipus», Roland Schimmelpfennig «Die Bakchen» des Euripides. Marlowe kommt in Ewald Palmethofers Fassung als «Edward II. Die Liebe bin ich» auf die Bühne und Ibsens «John Gabriel Borkman» in der Bearbeitung von Hausregisseur Simon Stone (beides Koproduktion mit Wien), womit in Basel auch Bühnenstars wie Birgit Minichmayr, Roland Koch und Martin Wuttke als Gäste auftreten werden.

Als Übernahme vom Schauspielhaus Wien, an dem Beck bisher tätig war, werden «Die Wohlgesinnten» nach Jonathan Littells umstrittenem Nazi-Roman gezeigt. Ebenfalls eine internationale Zusammenarbeit (mit dem HAU Berlin und dem Hamburger Kampnagel-Sommerfestival) bietet die musikalische Show «Bound to hurt» zum Thema häusliche Gewalt. Lokale Koproduktionen geht das grosse Haus beim Musik- und Tanztheater «Melancholia» mit dem Jungen Theater Basel ein (Inszenierung Sebastian Nübling und Ives Thuwis) sowie mit dem Vorstadttheater beim «Gestiefelten Kater» von Thomas Freyer.

Weitere Schweizer Akzente setzen im Schauspiel «Schlafgänger» nach dem Roman von Dorothee Elmiger, Reto Fingers «Farinet oder Das falsche Geld» nach Ramuz, Dürrenmatts «Play Strindberg» sowie Hansjörg Schneiders Krimi «Kommissar Hunkeler», der als Theaterserie im Stadtraum geboten wird. Der Schweizer Klangpoet Thom Luz betreut in der Pharmastadt Albert Hoffmanns Zufallerfindung «LSD – Mein Sorgenkind». Mit der Performance-Reihe «Community in Progress» sollen in Auseinandersetzung mit dem Basler Biotop Formen der Partizipation in Gegenwart und Geschichte erforscht werden. Und mit dem mobilen Terrorstück «Die Ereignisse» von David Greig wird man an verschiedenen Spielorten bei Laienchören im Baselbiet zu Gast sein.

Der Geschmack kann bei leichterer Kost und Komödiantischem nach bei Labiches «Sparschwein», mit Peter Lichts «Menschenfeind» nach Molière, Nick Paynes Ehefarce «Konstellationen» und der Rock-Oper «Jesus Christ Superstar» von Lloyd-Webber (Regie Tom Ryser) auf die Rechnung kommen. Eine bitterböse Komödie liefert die Serbin Biljana Srdjanovic mit «Heuschrecken».

Tanz und Oper

Richard Wherlock wirkt weiterhin als Ballettchef und zeigt seine Produktion «Tewje». Mit «Object present» kommen die israelischen Choreografen Itzik Galili und Hofesh Shechter nach Basel, und der Spanier Alejandro Cerrudo bringt sein Ballett «Sleeping Beauty» auf die Grosse Bühne. Die Mischung von Tradition und Moderne zeigt sich auch in der Oper unter der neuen Direktion der Amerikanerin Laura Berman. Neben Verdis «Macbeth» (inszeniert von Olivier Py, dem Leiter des Festival d'Avignon) und Mozarts «Zauberflöte» wird auch Stockhausens «Donnerstag aus Licht», ein Theater-Marathon der neuen Musik, geboten.

Ein Aufbruch, der insbesondere für das Basler Schauspiel hoffnungsfroh stimmt. Kein Hauch von Tabula rasa, kein präpotentes «Jetzt kommen wir!»-Gehabe. Mehr eine so bestimmte wie zart suchende Annäherung des sichtlich engagierten Teams. Die starke fünfköpfige Schauspieltruppe ist mit vier Frauen bestückt; die vier Hausregisseure Julia Hölscher, Nora Schlocker, Thom Luz und Simon Stone bestreiten fast die Hälfte aller Schauspielproduktionen. Kontinuität im Wandel zeigt sich nicht zuletzt darin, dass die besten Kräfte des bisherigen Ensembles dem Schauspiel erhalten bleiben – und durch neue Kräfte aufgefrischt werden. Da verzeiht man gerne, dass in der Saisonbroschüre vom «Baseler Publikum» die Rede ist.