

Friedel M. Reischies

Leid-Erleben

- ein Fundament der
Psychopathologie

Friedel M. Reischies

Leid-Erleben
- ein Fundament der Psychopathologie



PABST SCIENCE PUBLISHERS
Lengerich/Westfalen

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.



© 2021 Pabst Science Publishers · D-49525 Lengerich/Westfalen

🌐 www.pabst-publishers.com

✉ pabst@pabst-publishers.com

Print: ISBN 978-3-95853-751-4

eBook: ISBN 978-3-95853-752-1

Druck: Printed in the EU
by Booksfactory

Inhaltsverzeichnis

Erster Tag.....	7
Zweiter Tag.....	38
Dritter Tag.....	105
Literatur.....	109

Freunde treffen sich an einem Wochenende zu Gesprächen über das Leid: Wie ist das Erleben von psychischem Leid vorstellbar, das unzählige Menschen den Tod suchen lässt? Welche Charakteristika hat das Erleben von Leid?

Wir müssen von einer naturgeschichtlichen Entwicklung des Leid-Erlebens ausgehen - dann ergibt sich zunächst die Frage: Wie kommt das „Negative“ in das Gehirn - ein Rechner fühlt kein Leid. Gab es einen Vorteil in der Anpassung an die Umwelt bei denjenigen Lebewesen, die das „Negative“ verarbeiten konnten? Welche notwendigen Entwicklungsschritte sind anzunehmen, die dazu führten, dass ein Wesen Leid empfindet?

Können wir uns Übergangsformen zum hochentwickelten menschlichen Leiden vorstellen? Setzt Leid-Erleben die hohen kognitiven Leistungen der Hirnrinde voraus? Welche Nervensysteme des Gehirns könnten das Erleben von Leid vermitteln? Prozesse der Selbst-Umwelt Unterscheidung - eine Vorform des Selbst: Waren sie in die Entwicklung des Erlebens von Leid involviert? Wie konnte sich die extreme Ausprägung von Leiden, eine unaushaltbare seelische Qual entwickeln?

Wie gelingt es in der Psychopathologie psychischer Erkrankungen, Leid zu erkennen und gibt es Besonderheiten des Leid-Erlebens bei psychischen Erkrankungen?

Gesprächsteilnehmer:

Psychopathologe

Neurobiologe

Evolutionsbiologe

Vitalist

Logiker

... an jede Empfindungs- und Handlungsweise aber sich Lust und Unlust anschließt. Aristoteles, Nikomachische Ethik

... die allergrößte Lust sei, das ganze Leben ohne Leid hinzubringen. Platon, Philebos (1)

Erster Tag

*Psychopathologe:

Ich habe euch, liebe Freunde, eingeladen, um mit euch über das **seelische Leid** zu sprechen. Was meine Motivation ist, über dieses dunkle Kapitel nachzudenken? Ihr wisst, wie lange ich schon die Krankheitszeichen der Seele studiert habe - vom Leiden, von den Qualen der Seele jedoch möchte ich mehr verstehen.

Ich kenne Personen mit Depression, Angst, Zwangserkrankungen, mit paranoiden Ängsten – ich kann sagen, bei fast allen Personen mit psychischen Krankheitsbildern begegnet uns menschliches Leid. Denkt doch nur daran, wie sich junge Menschen in ihrem Unglück, in psychischer Qual umbringen.

Und obwohl ich viel Erfahrung mit den Krankheiten der Patienten habe, weiß ich nicht, was Leid ist. Ich ahne es, habe ein Gefühl dazu.

Ich will also fragen: Wie kann ich mir psychisches Leid anschaulich machen, wie kann ich erklären, was in der leidenden Person geschieht?

Morgen sollten wir über die Entwicklung von Leid in der Evolution der Lebewesen sprechen, darüber, was für Entwicklungsschritte notwendig und plausibel anzunehmen sind. Übermorgen kann ich über die Erscheinungsformen des Leidens in der Psychopathologie berichten.

*Evolutionbiologe:

Jeder von euch wird eine andere Vorstellung von Leid haben. Ich kann über mich selbst sprechen: Viel Leid habe ich als Kind und junger Erwachsener erfahren. Kinder sind manchmal grausam zueinander! Und ich möchte es so ausdrücken: Ich würde viel dafür geben, wenn wir erklären könnten, was dabei in mir vorging.

Speziell bin ich an der Entwicklung des Leids in der Evolution interessiert – es muss sich doch entwickelt haben: Beim Wurm, auf den ich trete, nehme ich noch kein Leiden an. Bei vielen der weiter entwickelten Tiere schon.

*Neurobiologe:

Auf unser Gespräch habe ich mich schon gefreut und mir vorab ein paar Gedanken gemacht.

Ich will mit einem Beispiel für diese äußerste psychische Qual beginnen. Mir steht mein Kollege vor Augen, ein Mensch, der über Wochen zunehmend müde und energielos wirkte und immer weniger in der Lage war, Freude zu empfinden. Er quälte sich, schlief immer schlechter, sagte mir, er grübele über eine Zukunft ohne Hoffnung und er sehe keinen Sinn mehr im Leben. Er spürte ein nicht enden wollendes Leid, eine qualvolle Unruhe, dazu Unsicherheit und Zukunftsängste.

Viele geben sich in dieser Situation auf. Vielfach vor den Augen der Familie, der Kollegen, auch von Außenstehenden, die doch wissen sollten, dass es sich um eine Depression handelt – und die wissen

könnten, dass dies eine behandelbare Krankheit ist. Mein Kollege hat sich dann in einer Klinik kurieren lassen.

Wenn wir uns mit der Entwicklung des Leids befassen wollen, sollten wir zunächst die einfachsten, basalen Modellgedanken in den Vordergrund rücken, nicht die Art der komplexen Ausgestaltung des Leidens beim heutigen Menschen.

*Logiker:

Es freut mich, an dem Gespräch teilzunehmen zu können, wenn ich auch zugeben muss, dass ich von der Materie gar nichts verstehe. Mich gruselt diese Untiefe der Seele. Vor einiger Zeit, ich erinnere mich noch, gab es den Fall einer jungen Mutter, die dem Hausarzt gestand „Ich schaffe es nicht mehr“. Dann fuhr sie mit den drei kleinen Kindern in ihrem Auto auf ein Feld und zündete das Auto an – sie verbrannte dort mit den Kindern. Was für ein unfassbar schreckliches Leid muss sie erlebt haben?

Ich denke auch an die Einschränkung der Freiheit des Handelns durch Ängste, beispielsweise an einen Menschen, der aus extremer Angst das Haus nicht mehr verlässt.

*Psychopathologe:

Neben meinem persönlichen Interesse muss ich berichten, dass das Erleben psychischen Leids **in der Psychopathologie ein fundamentaler, aber vernachlässigter Aspekt** ist. Eure Beispiele finde ich angemessen: Das Leid und die Selbsttötung sind ein Extrem in der Vielfalt psychopathologischer Symptome. In extremer seelischer Qual entscheiden sich zu viele Menschen für ihr Sterben – dieses Leid scheint unvorstellbar stark sein zu können.

Wir können von einem Spektrum des Erlebens auf einer Achse von negativ zu positiv ausgehen, und diese Achse ist eine zentrale Dimension der Psyche.

*Evolutionsbiologe:

Warten wir einmal den Lauf der Diskussion ab. Es gibt doch schon sehr lange die Einsicht einer geschichtlichen Entwicklung der Lebewesen und damit auch der Psyche des Menschen. Schelling sagte, dass mit dem Menschen die Natur begann, die Augen aufzuschlagen und sich selbst zu sehen. Darwin hat das Variation-Auswahl-Prinzip als Gesetz der Evolution beschrieben.

Wenn wir eine Erklärung der Entwicklung von Leid in der Natur anstreben, dann folgt daraus einiges: Wir müssen fragen, welche Entwicklungsschritte muss es gegeben haben, und vor allem nach einem Vorteil fragen, den jeder Entwicklungsschritt gehabt haben muss. Denn nur Entwicklungsschritte, die einen Überlebensvorteil bzw. eine größtmögliche Anzahl an Nachkommen mit sich bringen, konnten sich langfristig durchsetzen.

*Logiker:

Ja und am Schluss müssen wir die Frage nach dem Vorteil des Resultats, des Erlebens von Leid, beantworten. Das ist ein schwieriger Weg, den wir da vor uns haben!

Ich hätte nichts dagegen, wenn wir unsere Diskussion in eine gewisse Systematik bringen und erst einmal unser Thema, das Leid, definieren und eingrenzen.

*Psychopathologe:

Einverstanden, beginnen wir mit einer Annäherung an eine Charakterisierung des Leids, mit einem **Definitionsversuch**.

*Vitalist:

Wir haben in der deutschen Sprache viele Wörter für Leid: Qual, Pein, Marter, seelische Schmerzen.

*Logiker:

Martyrium, Folter, Übel, Last, Mühsal, Joch – sicher gibt es noch mehr Wörter dafür.

Ich habe den Eindruck, es fehlt nicht an Wörtern, aber an einem näheren Verständnis dafür. Nehmen wir das **Gefühl Leid**. Ich meine das wohl jedem anschauliche Beispiel eines Lebewesens, das sich extrem schlecht fühlt.

*Psychopathologe:

Wir sollten uns dem Thema nicht über äußere Situationen nähern, in denen Menschen Leid empfinden – wenn sie in beispielsweise in Folter, Krieg, Krankheit oder andere Not geraten. Hier soll es um die subjektive Seite, das Erleben von Leid gehen.

Nehmt einmal eine alltägliche Situation an: Ein Patient kommt zu mir, er fühlt sich schlecht und kann gar nicht genau angeben, was er da fühlt. Es ist keine Trauer, keine Angst, kein Schmerz und so weiter.

*Vitalist:

Wir können offenbar über das negative Empfinden nicht gut sprechen. Vielleicht weil es zwar einige Wörter für Leid, aber kaum nähere Erklärungen gibt. Es wurde versucht, das Leid dramatisiert darzustellen oder es mit dem Teufel zu symbolisieren, mit Schwefelgeruch und alldem. Als wollte man das Fehlen eines Verständnisses mit üblem Gestank und Horrorsymbolen wettmachen.

*Psychopathologe:

Ist es nicht besser, einfach von einem Gefühlszustand Leid auszugehen? Wir können auch über Liebe, Wut oder Freude als Gefühlszustand nicht viele Worte machen.

Ihr bemerkt vielleicht schon an dieser Stelle: Wir werden in der einfachen Beschreibung hier vieles offen lassen müssen und sehr unbefriedigt sein. Ich hoffe auf das morgige Gespräch – über die Entwicklung von Leid.

*Evolutionbiologe:

Unter naturgeschichtlichem Aspekt müsste eine Vereinfachung des Leid-Konzepts, eine Verschlankung möglich sein. Wir müssen Ausschau halten nach dem archaischen, basalen Leid. Lasst uns auf frühe Formen von Leid, auf ein **Urleid** der Lebewesen eingehen. Ich nehme an, es wird als Reaktion auf existenzielle Gefahrensituationen ausgelöst. Beispiele sind Verhungern, Verdursten, Ersticken, Vergiften, Verbluten und so weiter. Wir sollten nach den Erlebensqualitäten bei diesen elementaren Leidsituationen fragen.

*Neurobiologe:

Es ist am besten, wenn wir uns zuerst die Dimension „negativ-positiv“ ansehen. Bei den verschiedenen Empfindungen und Emotionen gibt es jeweils eine qualitative Wertung als „negativ“ oder „positiv“. Das hat man **Valenz** genannt.

*Logiker:

Aristoteles bemerkte, dass sich an jede Empfindungs- und Handlungsweise Lust und Unlust anschließt (1).

*Psychopathologe:

Ja, der Begriff Valenz wurde beschrieben als positives oder negatives Gefühl, das beispielsweise bei der Wahrnehmung eines Reizes auftritt.

Der Psychologe Wundt – Begründer der experimentellen Psychologie – hat eine polare Einteilung der Gefühle vorgenommen (2). Er sagt, einerseits haben wir die einfache Empfindung – beispielsweise ein Tastempfinden, ein Helligkeitsempfinden. Andererseits stehe die einfache Empfindung immer in Verbindung mit einem Gefühl, es sei der Gefühlston der Empfindung. Er stellte sich eine Art Tandem vor, eine Veränderung der Tastempfindung gehe mit einer Veränderung des begleitenden Gefühls einher. Dies gilt auch für die Emotionen. Neben die Emotion Trauer mit seiner Charakteristik tritt das Fühlen einer Valenz, bei der Trauer eine negative Valenz. Obwohl er also eine Mannigfaltigkeit von Gefühlsdimensionen annahm, stellt er die Dimension der Lust- bzw. Unlust voran.

*Evolutionbiologe:

Wenn ich mir das Beispiel recht vorstelle, könnte es sich um möglicherweise mehr Variablen handeln: Ich fühle die Berührung der Haut – ich fühle dies an einem bestimmten Ort. Dazu tritt die „Valenz“, also angenehm oder unangenehm. Es kann noch mehr hinzukommen, eine andere Qualität - beispielsweise sexuelle Empfindung.

*Psychopathologe:

Für uns wichtig ist, dass Wundt die Lust und Unlust von der Empfindung getrennt hat. Er beschreibt einerseits, dass wir etwas beispielsweise auf der Haut empfinden – andererseits fühlen wir dabei zusätzlich „angenehm“ oder „unangenehm“.

Demnach gibt es auch bei der Emotion eine Valenzseite: Emotion hat einerseits eine Qualität – Trauer, Freude oder Angst – und einen Valenzwert „angenehm“ oder „unangenehm“.

***Neurobiologe:**

Neurobiologen in aller Welt forschen in letzter Zeit über diese Valenz bei Tieren - die negative oder positive Valenz für den Organismus. Es muss sich um ein basales, altes Empfinden handeln.

***Psychopathologe:**

Ein altes Empfinden, das uns selten zu Bewusstsein kommt. Wir Menschen nehmen Valenz in den Extremen wahr, wenn wir uns sehr schlecht fühlen, gequält, oder wenn wir uns „sauwohl“ fühlen.

Diese Trennung von Valenz und Emotion ermöglicht die Erklärung eines sonst komplexen Problems: Denn beispielsweise Schmerz führt nicht nur und in jedem Fall zu Leid, zum Erleben negativer Valenz, sondern wir kennen doch auch die Ausnahmen, wenn Schmerzen und Lust gleichzeitig erlebt werden. Beispielsweise beim Sport, bei dem schmerzhaft Anstrengung positiv empfunden werden kann, im Bereich der Sexualität.

***Vitalist:**

Vielleicht trifft dies auch für romantische Gefühle in der „süßen Melancholie“ zu.

***Psychopathologe:**

Aber nur, wenn wir die Krankheit einer, ich würde sagen, „bitteren Melancholie“ von der Sentimentalität beim Besuchen von Ruinen und Friedhöfen streng auseinanderhalten, einer Stimmung, die einige auch melancholisch nennen.

***Neurobiologe:**

Die **Valenz erscheint mir basaler als Emotion** – sie bezieht sich auf das erste Erleben der Leidsituationen der frühen Lebewesen, wie Verletzung mit Schmerz, Nahrungsmangel und Hungern und ähnliche Ursituationen von Leid. Ich gehe davon aus, dass Valenz sich früher entwickelt hat als die Vielzahl der Emotionen. Also gibt es das Fühlen von „schlecht“ und „gut“ vor den sich später ausdifferenzierenden Emotionen, wie Trauer, Wut etc.

***Logiker:**

Valenz scheint mir noch nicht klar definiert – handelt es sich um Werte, negativen Wert und positiven Wert?

***Neurobiologe:**

Ich wäre gern vorsichtig mit dem Begriff Wert. Er ist zu sehr mit strittigen Theorien beladen.

Wir verwenden den Begriff Valenz in der Forschung beispielsweise, um damit die Verhaltensreaktion entweder „Abwenden, Flucht“ oder

„Annäherung, Aufsuchen“ zu beschreiben. Wir wissen ja doch nicht, was das Tier empfindet. Wird im Labor das Gehirn eines Tieres mit einer Stimulation aktiviert, kann es sein, dass das Tier die Situation verlassen möchte, zu fliehen versucht, oder umgekehrt, sich immer wieder an den Ort der Stimulation begibt.

Diese Pole der Valenzachse, so ist das Konzept, entstehen entweder durch ein aversives Geschehen im Gehirn oder ein angenehmes, positives. Ich sage ausdrücklich nicht näher bestimmt: ein „Geschehen“, ein Prozess im Gehirn, weil noch nicht ganz klar ist, was dabei passiert. Einerseits ist es nicht eine reife „Bewertung“ der Situation und andererseits auch keine bewusste Wahrnehmung von positiv und negativ. Die Valenz-Mechanismen, die ich gerade anspreche, sind sehr früh in der Entwicklung der Lebewesen zu beobachten.

*Entwicklungsbiologe:

Aus der Verhaltensforschung kennen wir die „Angeborenen Auslösenden Mechanismen“. Ein Beispiel bei wenig entwickelten Tieren ist, dass etwas Dunkles, größer werdendes eine Fluchtreaktion auslöst. Es ist offenbar ein Schema, das für die Reaktion auf die Annäherung von Feinden vorteilhaft ist. Die Idee ist, dass bei frühen Lebewesen, stellt euch vielleicht Tiere vor wie die heutigen Lurche, solche Schemata angeboren sind und in der Evolution den Vorteil mit sich brachten, die Flucht vor Feinden zu beschleunigen.

Hier haben wir eine angeborene Routine zur Auswertung von Sinnesdaten vor uns, die mit Flucht zu tun hat – und somit auch mit negativer Valenz, würde ich behaupten.

*Vitalist:

Einen Gedanken möchte ich hier einflechten: Können wir nicht in vielen Situationen sagen „Damit fühle ich mich **etwas besser oder etwas schlechter**“? Gibt es eine mehr oder weniger starke negative Valenz?

Wenn es so wäre, existierte also doch eine Metrik des Bösen. Ich dachte, das gebe es nicht. Wir können das Schlechte vom Schlechteren nicht trennen.

*Psychopathologe:

Ich kann mir eine Abstufung des Negativen vorstellen, die aber nur für mich selbst gilt, für mich ist sie sicher und ebenso für euch jeweils persönlich. Sie ist subjektiv jeweils für einen Menschen gültig. Eine Person gibt an, wie stark das Leiden unter bestimmten Schmerzen, bitteren Substanzen oder unter einer Krankheit ist.

So kann ich auch sagen, ich bevorzuge bestimmte Musik, ich könnte eine Reihung erstellen mit meiner Präferenzliste, von der Lieblingsmusik bis zu der, die ich überhaupt nicht hören mag. Dieses „schlechter als“ gilt jeweils nur für die einzelne wahrnehmende Person, und dieser Sachverhalt hat mit den Problemen zu tun, die wir damit haben, die Gefühlszustände anderer Menschen zu beschreiben. Darüber müssen wir noch sprechen.

***Vitalist:**

Lassen wir uns von Glück oder Lust leiten? Oder lassen wir uns nicht ebenso - oder mehr noch - **durch die Angst vor Leid führen?** Was vermeiden wir nicht alles?

***Logiker**

Freud stand mit seinem Konzept des Lustprinzips gewissermaßen auf der Seite der positiven Valenz, wir dagegen beschäftigen uns hier eher mit dem Leidprinzip.

***Psychopathologe:**

Wir könnten ein Kontinuum zwischen negativer und positiver Valenz annehmen.

Stellt euch einmal vor, ihr bewegt euch auf einem derartigen Spektrum der Valenzskala hin und her: Eine Verringerung von Leid hat man als Lust beschrieben und umgekehrt. So ist es aber nicht. Ein schwer depressiver Patient wird eine erste Verminderung der seelischen Pein empfinden können, während er immer noch mittelgradig depressiv ist. Von Lust wird er nicht sprechen, eventuell von Erleichterung.

***Evolutionbiologe:**

Schwenken wir noch einmal zur **positiven Valenz**: Für unser Verhalten ist das Suchen nach positiven Empfindungen wichtig. Ein Bieter bei einer Versteigerung hat ein „Glücksgefühl“ über den Zuschlag bei einem Kunstwerk, das er meint, günstig bekommen zu haben. Oder Kinder spielen Karten, ein Quartettspiel über Autos oder Schiffe. Sie freuen sich darüber, wenn die von ihnen genannte Qualität auf ihrer Karte höher ist als die beim Spielpartner.

***Psychopathologe:**

Besonders hirngeschädigte Kinder können überzeugend echt und unverstellt Glück empfinden und ausdrücken. Aus meiner Erfahrung mit diesen Kindern schätze ich es sehr, dass sie nicht „falsch“ sein können, sie äußern in der Regel, was sie fühlen, ohne Darstellungstendenz, ohne „Image Engineering“.

***Neurobiologe:**

Hierzu fällt mir eine anschauliche Studie ein. In einem Teil des basalen Vorderhirns, dem Nucleus Accumbens, das als Belohnungszentrum betrachtet wird, finden wir Nervenzellen, deren Aktivität mit dem dopaminergen Transmitter-System in engster Beziehung zur **Belohnungserwartung** von Umweltreizen steht (3). Während einer Gehirnoperation bei einem New Yorker Banker wurden in diesem System Nervenzellen mittels Hirnelektroden untersucht. Dem Banker wurden Aktien gezeigt und die Neuronen feuerten in dem Ausmaß, in dem eine positive Kurserwartung der jeweils gezeigten Aktie galt. Aber zu dem Konzept der Belohnungserwartung kommen wir später noch zurück.