

Vernünftige und weniger vernünftige Zwänge

Es ist vor allem eine Beobachtung, die mir als Philosoph bei der Beschäftigung mit dem Thema der Zwangsstörungen auffiel und die ich zum Ausgangspunkt meiner Überlegungen nehmen möchte. Ich habe mich nämlich wiederholt bei der Frage ertappt, wo denn dabei eigentlich das Problem liege. Denn wenn man erfährt, welche Symptome Zwangskranke an den Tag legen, so ist man zunächst einmal versucht zu sagen, na ja, so verrückt ist das doch gar nicht. Gewisse dieser Gedanken und Impulse kennt man ja selber auch und die Zwangshandlungen sind ja eigentlich nur leicht übertriebene Tugenden. Gegen Ordentlichkeit oder Sparsamkeit gibt es im Prinzip doch nichts einzuwenden. Und wenn sich jemand viele Gedanken macht und alles anzweifelt, erfüllt diese Person das berufliche Anforderungsprofil von PhilosophInnen geradezu ideal. Wozu sich also Sorgen machen? Was genau macht Zwangsstörungen zu krankhaften Symptomen?

Ich möchte zur Klärung dieser Frage zunächst den Begriff des Zwangs näher betrachten. Gemeinhin nehmen wir Zwang als etwas Negatives wahr. Das hat damit zu tun, dass man ihn als etwas Äusserliches erlebt, etwas, das dem Subjekt gegen seinen Willen zugemutet wird. Dem Zwang steht die Freiheit des selbstbestimmten Individuums gegenüber.

Wenn nun aber Menschen ihre eigenen Gedanken und Impulse als Zwang erfahren, erleben sie eigentlich etwas Paradoxes, nämlich dass sie etwas zu ihnen Gehöriges als ihnen äusserlich und ich-fremd empfinden. Offensichtlich findet innerhalb ihres seelischen Lebens eine Spaltung in so etwas wie ihr wirklich Eigenes und so etwas wie wider ihren Willen Erlittenes statt. Als würden sich fremde Wesen Eingang in ihre Seele verschaffen.

Diese seltsame Beobachtung, dass sich unsere Seele aus verschiedenen „Stimmen“ oder Anteilen zusammensetzt, die miteinander konkurrieren und um die Oberhand kämpfen, ist unserer geistigen Tradition nicht neu. Meistens wurde und wird sie anhand eines zwei- oder dreiteiligen, häufig hierarchischen Persönlichkeitsmodells mit verschiedenen Komponenten oder Funktionen erklärt (z.B. Gefühl/Begehren, Wille, Vernunft). Diesem Modell zufolge müssen die miteinander im Konflikt stehenden Funktionen durch eine übergeordnete Steuerungsfunktion, die meistens mit der Vernunft gleichgesetzt wurde, in eine stabile Ordnung oder ein dynamisches Gleichgewicht gebracht werden.

Wenn nun jemand bestimmte Anteile seines Seelenlebens als äusserlich nötigen Zwang erlebt, dann scheint er sie bis zu einem gewissen Grad von seinem Selbst abzuspalten. Das wiederum bedeutet, dass diese Person ihr eigentliches Selbst nur mit einem Ausschnitt respektive nur mit einem ausgewählten Anteil ihres Seelenlebens identifiziert. Da Zwangskranke unter sexuellen Phantasien, Verschmutzungsängsten und aggressiven Impulsen leiden, scheinen sie jene Regungen als bedrohlich wahrzunehmen, die eher ihren körperlichen Bedürfnissen und emotionalen Empfindungen zuzuordnen sind, dem, was man bisweilen auch „niedrige Instinkte“ nennt. Hingegen scheinen sie die diesen entgegen gesetzten Persönlichkeitsanteile, die auf Reinheit, Harmonie, Sicherheit und Ordnung bedacht sind, als ihr wahres oder eigentliches Selbst zu betrachten. Dabei handelt es sich offenkundig um die eher vernünftigen und willentlichen Charakterzüge, die gegenüber den sinnlichen und emotionalen Anteilen höher bewertet werden.

Wie kommt es zu dieser Einstufung der seelischen Anteile und zur Abwehr einiger von ihnen? Die Antwort der Philosophie ist einfach: Die Vernunft ist unser zuverlässigstes Instrument zur Lebensbewältigung. Denn sie ermöglicht uns die Erkenntnis der Welt und der in ihr geltenden Gesetzmässigkeiten. Sie dient uns dazu, anhand von unseren bisherigen Erfahrungen herauszufinden, welche unserer zukünftigen Handlungen erfolgreich sein können, und welche eher nicht. Angenommen, ich würde einfach allen spontanen Impulsen Taten folgen lassen, so hätte das ziemlich sicher verheerende Konsequenzen. Es ist nun einmal nicht ratsam, bloss weil ich den Wunsch verspüre zu fliegen, mich vom Dach eines Hochhauses zu stürzen. Dasselbe gilt

für den Bereich des zwischenmenschlichen Zusammenlebens. Raub, Mord und Vergewaltigung wären an der Tagesordnung; es herrschte das Recht des Stärkeren. Das wäre wenig wünschbar, da es längerfristige Projekte verunmöglichen und letztlich unser Überleben bedrohen würde. Es ist daher im Sinne des funktionierenden zwischenmenschlichen Zusammenlebens wie auch in meinem eigenen Interesse, wenn gefährliche Handlungen sanktioniert und als moralisch verwerflich eingestuft werden.

Die Unterscheidung in realisierbare und „verbotene“ Handlungen nimmt also zunächst die Vernunft im Kontakt mit der natürlichen und der sozialen Realität vor. Das aber heisst, dass Zwang gerade auch von jenen Persönlichkeitsanteilen ausgeht, die dafür sorgen, dass wir uns lebensklug verhalten. Dieser Befund deckt sich mit denen der Aufklärungsphilosophie. Als diese sich daran machte, die Menschen von fremder Herrschaft zu befreien, sah sie sich mit der Frage konfrontiert, was denn überhaupt unter Freiheit zu verstehen sei, wenn sämtliche äusseren Zwänge wegfielen. Damit der Begriff der Freiheit nicht einfach auf jenen des Zufalls hinaus läuft, unterschied Kant zwischen Fremdbestimmung und Selbstbestimmung (Autonomie) und machte den selbstbestimmten Willen daran fest, dass er sich dem Zwang der praktischen Vernunft unterwirft. Ohne jeglichen Zwang scheint der freie Wille somit gar nicht denkbar und realisierbar zu sein. Autonomie ist selbstaufgelegter Zwang aus Vernunftgründen. Er dient dazu, mein Leben erfolgreich zu gestalten, indem ich meine spontanen Regungen und Wünsche zunächst einer rationalen Realitätsprüfung aussetze, bevor ich daran gehe, sie in konkreten Handlungen umzusetzen.

Wir hätten damit also eine mögliche Erklärung dafür, warum der praktischen Vernunft innerhalb des seelischen Lebens ein übergeordneter Status zugewiesen wird und sie zu einer höheren Identifikation mit meinem Selbst führt: Sie ist die notwendige Voraussetzung für die erfolgreiche und langfristige Realisierung meiner Wünsche und Bedürfnisse. Ihr ist es zuzuschreiben, dass wir uns überlegt, anständig und ordentlich benehmen, indem sie jene Regungen, die uns oder der Gesellschaft schaden können, als schlecht oder schmutzig disqualifiziert.

Doch daraus folgt nicht, dass ich meine „niedereren“ Impulse von mir abspalten müsste. Denn so lange ich nicht den Fehler begehe, von meinen Impulsen direkt zu Taten zu schreiten, gesteht mir meine Vernunft die abwegigsten Phantasien zu. Derlei Regungen gehören als Ausdruck anderer, für unser Glück und unsere seelische Gesundheit ebenso wichtiger

Persönlichkeitsanteile genauso zu uns, weshalb sie kaum vollständig beseitigt werden können. Zwangskranke Menschen scheinen jedoch ihre „niedrigen Instinkte“ als dermassen bedrohlich wahrzunehmen, dass sie sie als Zwang erleben und zu etwas Ich-Fremdem erklären müssen, wovon es schon die blosser Vorstellung abzuwehren gilt. Zu diesem Zweck scheinen sie sich in die Schutz versprechenden vernünftigen Verhaltensweisen hinein zu steigern. Dabei entwickeln sie beispielsweise exzessive Reinlichkeits- und Ordnungsfimmel, die sich dann selber wieder als zwanghafte Impulse aufdrängen. Zumindest könnte man die krankhaften Handlungszwänge, die ja vordergründig vernünftigen Charakter zu haben scheinen, als kompensatorische Reaktionen auf unerwünschte primäre Regungen verstehen. Der schwelende Konflikt zwischen den verschiedenen Persönlichkeitsanteilen führte dann gerade zum Gegenteil der angemessenen Realitätsbewältigung, nämlich zu einer Realitätsentfremdung.

Sollte an dieser Lesart etwas dran sein, dann ginge es für Zwangskranke vor allem darum, dass sie ihre abgelehnten Persönlichkeitsanteile nicht länger abspalten, sondern sie auf eine Weise integrieren, die sie zugleich (als Gedanken) zulässt und (als Handlungen) kontrolliert. Dies ginge Hand in Hand mit dem Bestreben, die vernünftigen Funktionen wieder an ihre emotionalen und sensorischen Inputs zurück zu binden, damit ihre Bemühungen nicht länger ins Leere laufen und sich verselbständigen.

Aufgrund des Bisherigen liesse sich also festhalten, dass Zwang nicht per se etwas Negatives ist, und äusserlicher Zwang auch nicht unbedingt, sondern nur unangemessener Zwang. Damit wird deutlich, weshalb es keineswegs sofort auf der Hand liegt, ob ein bestimmter psychischer Zwang

krankhaft ist. Bei etlichen Gedanken oder Verhaltensweisen lässt sich darüber streiten, ob sie nun pathologisch sind oder eben nicht. Das gilt erst recht für jene Fälle, wo es vernünftige Charakterzüge sind, die sich zu krankhaften Zwängen steigern, wie das bei Ordnungsliebe, Sauberkeit und Kontrolle der Fall ist. Sie sind prinzipiell sinnvolle und nachvollziehbare Bewältigungsstrategien angesichts einer beängstigenden und verunsichernden Lebenswelt. Sie dienen der Orientierung und der Handlungsfähigkeit.

Um zwischen angemessenem und unangemessenem Zwang unterscheiden zu können, bedient man sich des Kriteriums der Realitätstauglichkeit. Wessen Denken und Handeln mit der Realität nicht mehr zur Deckung kommt, sondern mit ihr kollidiert, wird über kurz oder lang in der praktischen Bewältigung seines Alltags beeinträchtigt und darunter leiden.

Nun wird unsere Lebenswelt jedoch nicht nur von natürlichen, sondern auch von gesellschaftlichen Faktoren geprägt. Die soziale Realität ist von Normen bestimmt, an denen sich das „normale“ Handeln auszurichten hat. Ohne solche Normen liesse sich gar nicht davon sprechen, dass gewisse Verhaltensweisen übertrieben sind. Aber im Gegensatz zu den physikalischen Gesetzen sind gesellschaftliche Normen menschengemacht und veränderlich. Daher ist es möglich, dass mein Wunsch jemanden umzubringen, der mich massiv beleidigt hat, in unserer Gesellschaft als ein störender Gedanke empfunden wird, während er in einer anderen Gesellschaft gerade der legitimen Norm entsprechen kann. Die Angemessenheit an die soziale Realität ist deshalb sehr viel schwieriger zu erfassen, zumal in einer Gesellschaft, die sich stetig und immer schneller wandelt.

Dieser Sachverhalt wird dadurch noch verschärft, dass Zwangsstörungen nicht nur von Individuen, sondern auch von Gruppen oder ganzen Gesellschaften geteilt werden können.

Freud hat diesbezüglich aufschlussreiche Vergleiche zwischen individuellen Zwangshandlungen und den Zeremonien von religiösen Gemeinschaften angestellt. Dieser Vergleich liesse sich aber auch auf jegliche Ideologie oder Weltanschauung anwenden.

Das kann dazu führen, dass das gesellschaftliche Kollektiv einer Zwangsvorstellung anhängt – beispielsweise einem verzerrten Ideal von Schönheit oder Gesundheit –, während ein einzelnes Individuum eine realistischere Vorstellung hat. Trotzdem werden die TrägerInnen dieser kollektiven Zwangsvorstellung im Alltag weniger Probleme haben, als jenes Individuum, das ja aus der Perspektive des Kollektivs selber unter Zwangsvorstellung zu leiden scheint.

Ob sich aber eine kollektive Zwangsvorstellung als solche herausstellt, kann sich letztlich auch wieder nur an der Realität erweisen. Wie die Geschichte zeigt, kann das bisweilen länger dauern, als ein einzelner Mensch zu leben hat.