

Joseph LeDoux

**Das Netz der
Persönlichkeit**

Wie unser Selbst entsteht. [Walter Verlag, Düsseldorf/Zürich 2003, 510 S., € 39,90]



Seltsames Selbst

Ein Hirnforscher auf Spurensuche zwischen den Neuronen

VON FRANK UFEN

Dass die Neuro- und Kognitionswissenschaftler in den letzten Jahren jede Menge über das Gehirn herausgefunden haben, lässt sich kaum bestreiten. Aber von ihren Gegnern und Verächtern wird den Hirnforschern immer wieder vorgeworfen, dass sie die entscheidenden Fragen entweder außen vor lassen oder mit Antworten aufwarten, die einander in Grobschlächtigkeit und materialistischem Reduktionismus überbieten.

Joseph LeDoux, Neurowissenschaftler vom Center for Neural Science an der New York University, stört das wenig. Auch er beschäftigt sich mit den großen Fragen seiner Zukunft: Wie können aus dem Feuerwerk der Neurone Empfindungen, Geist, Bewusstsein und das Ich hervorgehen? Worauf gründet sich die Willensfreiheit, wenn es sie überhaupt gibt? LeDoux sieht keinen Grund, die Suche nach Antworten Metaphysikern zu überlassen. Nach seinem Versuch, das »Netz der Gefühle« neurobiologisch zu durchdringen, hat er sich nun auf ein noch ehrgeizigeres Unternehmen eingelassen. In seinem neuen Buch will er erklären, wie aus den Interaktionen zwischen den Neuronen das Selbst entsteht.

Wie viel wüsste man über einen Menschen, wenn man die Empfindungen, Wahrnehmungen, Gefühle, Fantasien und Gedanken, die dem betreffenden Individuum selbst bewusst sind, bis ins letzte Detail kennen würde? So gut wie nichts, behauptet LeDoux. Denn von all den Informationen, die das Gehirn unablässig verarbeitet, überträgt und speichert, gelangt nur ein Bruchteil über-

haupt in unser Bewusstsein. Und wie das Gehirn genau dazu beiträgt, bleibt einem Menschen vollständig verborgen.

LeDoux schließt daraus, dass man das Bewusstsein getrost vergessen kann. Alles, was ein Mensch im Verlauf seiner Lebensgeschichte empfindet, wahrnimmt, denkt und tut, schlägt sich im Muster der synaptischen Verbindungen zwischen den Neuronen nieder. Und umgekehrt bestimmt das gesamte Netzwerk der synaptischen Verbindungen – das sich von Individuum zu Individuum unterscheidet –, was jemand in einer bestimmten Situation empfindet, wahrnimmt und denkt, wie er reagiert und was er lernt. Ob das Verhalten in erster Linie durch die Umwelt oder die Erbanlagen bedingt ist, spielt für LeDoux ebenfalls keine Rolle. Denn beide sprechen genau dieselbe Sprache: die Sprache der Synapsen.

So weit, so gut. Aber was die Hunderte von Seiten, auf denen sich der Autor über Neurone, Gliazellen, Axon-Endknöpfchen, Neurotransmitter, Modulatoren, NMDA-Rezeptoren, rhinale Apparate oder Trizyklen auslässt, mit dem Selbst zu tun haben sollen, das bleibt sein Geheimnis. Die synaptische Theorie des Selbst, die LeDoux verspricht, besteht in Wahrheit aus nur wenigen vagen Arbeits-hypothesen. Diese stellt er im ersten Kapitel kurz vor – um erst im letzten wieder auf sie zurückzukommen zwecks weiterer Erläuterung.

WIE DAS GEHIRN ORGANISIERT IST

Ein misslungenes Buch also? Ganz im Gegenteil! Zur Frage, wie das Gehirn organisiert ist und warum es tut, was es tut, gibt es gegenwärtig nichts Besseres auf dem Buchmarkt. Das Selbst, das LeDoux hier präsentiert, ist dabei allerdings ein Selbst ohne Körper, Sprache, Bewusstsein, Gesellschaft und Geschichte. Und was er über dieses verstümmelte Etwas schreibt, geht selten über das hinaus, was man intuitiv schon wusste. Allenfalls eignet es sich dazu, die Vorstellung aus den Angeln zu heben, dass es sich bei der Psyche um eine mysteriöse immaterielle Substanz handelt. Aber vielleicht darf man auch nicht mehr verlangen. Womöglich ist die »unergründlichste aller Maschinen« (Virginia Woolf) einfach nicht intelligent genug, um sich selbst zu verstehen.

FRANK UFEN ist freier Wissenschaftsjournalist in Marne.

Wolfgang Schmidbauer

Der Mensch als Bombe

Eine Psychologie des neuen Terrorismus [Rowohlt, Reinbek 2003, 270 S., € 19,90]



Freistil-Psychologisieren

Hohle Metaphern für die seelischen Wurzeln des Terrorismus

VON STEVE KLIMCHAK

Böse Zungen behaupten mitunter, das Erfolgsgeheimnis so mancher namhafter Psychologen liege ausschließlich in ihrer eigentümlichen Sprache: Der Jargon suggeriere Erklärungskraft, wo im Grunde nur leere Worthülsen abgerufen würden. Ob dieser schwer wiegende Verdacht auch auf manches Teilgebiet der Verhaltenswissenschaft zutreffen mag, sei dahingestellt. Für Psychoanalytiker gilt er wohl allemal – und auch Wolfgang Schmidbauer bildet da keine Ausnahme. Der Münchner Sachbuchautor und praktizierende Analytiker hat sich jetzt eines Themas angenommen, das spätestens seit den Anschlägen vom 11. September 2001 in aller Munde ist: der Psychologie des Terrorismus.

Im Zentrum des Buches steht das Konzept der »narzisstischen Regression«. Gemeint ist der infantile Rückgriff auf Aggression und Gewalt als Folge traumatischer Kränkungen des Selbstwertes – der »Grandiosität« in Schmidbauers Worten. Werden die kulturell tradierten Werte der eigenen Macht und Größe systematisch unterminiert, so resultieren daraus psychische Spannungen, die sich über kurz oder lang in Gewaltakten entladen. Von dieser These ausgehend analysiert der Autor die Psychodynamik des seelischen Vergeltungsdrangs. In seinem Hang zur Metaphorik schießt er dabei jedoch manchmal über das Ziel hinaus, zum Beispiel, wenn er das Auslösen einer Bombenexplosion durch den Attentäter mit dem Herumzappen vor dem Fernsehbildschirm vergleicht.

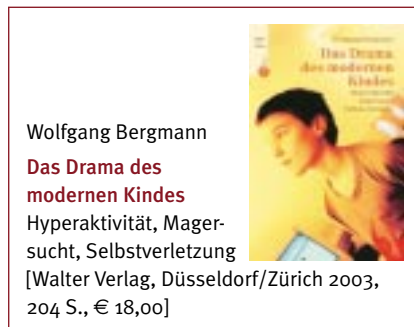
Die historische Fundierung des Ganzen, die der Klappentext des Buchs verspricht, beschränkt sich zwischen dessen Deckeln im Wesentlichen auf das Zitieren literarisch-mythologischer Archetypen. Etwaige politische Hintergründe – das Hegemoniestreben der USA zum Beispiel oder der ideengeschichtliche Hintergrund des Islamismus – kommen dagegen kaum zur Sprache. Und wenn, dann nur in Form von Statements aus der Tagespresse oder aus früheren Büchern zum Thema. Zu viele Fakten würden ja auch nur beim Psychologisieren stören – gegen das sich der Autor ironischerweise gleich mehrfach verwahrt, frei nach dem Motto: »Gefahr erkannt, Gefahr gebannt!« In diesem Fall läuft das Sprichwort leider ins Leere.

Schmidbauers Ausführungen lesen sich nur deshalb halbwegs gefällig, weil die psychoanalytische Sprache teils schon längst alltäglich geworden ist, so etwa die Floskeln vom »Verdrängen« oder »Projizieren«. Wo der Autor selbst sprachlich kreativ wird, kommen Sätze heraus wie dieser: »Der Terrorist ist das in die Welt entlassene, in ihr agierende, in ihr explodierende Größenselbst.« Hübsch. Nur: Was heißt das?

Eine strenge Argumentationslinie ist leider nicht zu erkennen, vielmehr reiht Schmidbauer seine Beobachtungen lose aneinander. Dabei streift er zwar viele Aspekte des modernen Lebens und deren Auswirkungen auf die menschliche Psyche – von der Bilderflut der Medien bis hin zum Wandel elterlicher Erziehungspraktiken. Doch der Erkenntnisgewinn bleibt merkwürdig gering. Vieles kennen die Leser schon aus der seit Jahren andauernden Terrorismus-Debatte; anderes wird in so verklausuliertem Psychologendeutsch serviert, dass der Verdacht aufkommt, hier werden Gemeinplätze mit hohem rhetorischem Aufwand zu angeblich tiefen Einsichten in das Seelenleben der Täter aufgebauscht.

An einer Stelle seines Buchs legt Schmidbauer selbst den Finger auf die Wunde. Dort nämlich, wo er vom »Dilemma der Tiefenpsychologie« berichtet – die von Metaphern lebe, welche an sich noch keine Erklärungen darstellten und deshalb nie ganz befriedigen könnten. Wohl wahr, pflichtet man ihm da bei – und klappt das Buch nach wenig erhellender Lektüre wieder zu.

STEVE KLIMCHAK ist Diplompsychologe und freier Wissenschaftsjournalist in Berlin.



Wolfgang Bergmann

Das Drama des modernen Kindes

Hyperaktivität, Mager-sucht, Selbstverletzung

[Walter Verlag, Düsseldorf/Zürich 2003, 204 S., € 18,00]

Zwischen Lippenstift und Gameboy

Kinder auf der Suche nach einem Fels in der Brandung

VON DAGMAR KNOPF

»Das Drama des modernen Kindes« – einen passenderen Titel für sein Buch hätte der bekannte Kinderpsychologe Wolfgang Bergmann schwerlich finden können. Denn die Kinder von heute leiden. Doch woran? Haben sie nicht alles – teure Markenklamotten, ultracooler Computergames und sexy Lippenstifte? Eine bunte Welt voller Videoclips, Modezeitschriften, Ballett- und Musikunterricht? Aber vielen Mädchen und Jungen fehlt etwas Entscheidendes: ein verlässlicher Halt im tobenden, unruhigen Leben. Ihr Selbstgefühl und ihr »Körperselbst« sind geprägt vom digitalen Zeitalter, das mit schönen Menschen eine Illusion der Perfektion schafft, an dem sich kein reales Wesen erfolgreich messen kann. Und tun sie es doch – die kleinen behüteten Mädchen aus oft harmoniestüchtigen, nur scheinbar intakten Familien –, so können sie nur scheitern. Das Streben nach etwas Unerreichbarem birgt einen zerstörerischen Keim: eine resignierte, gegen den eigenen nicht perfekten Körper gerichtete Feindschaft, die in Depression und Essstörungen gipfelt.

Bei Jungen äußert sich die innere Sinn- und Wertlosigkeit meist auf andere Art. Sie sind unruhig, fordernd und undiszipliniert, halten sich an der Mutter fest, die auf Grund eines abwesenden oder abwesend wirkenden Vaters der einzige feste Bezugspunkt ist. Auf die beunruhigend wirkende Umwelt reagieren sie mit Aggressionen. Vor allem Lehrer leiden unter der zunehmenden Gewaltbereitschaft. Eigentlich kein Wunder,

dass unsere Kinder rücksichtslos bis zur Unerträglichkeit sind. Schließlich geben wir Erwachsenen ihnen kein gutes Beispiel. Nach dem Motto »Mir kann keiner was« drängeln wir uns vor, vergessen die einfachsten Höflichkeitsformen und rasen in Schwindel erregendem Tempo durchs Leben. Und je unruhiger und unbeständiger dieses verläuft, desto mehr Halt suchen die Kinder bei ihren Eltern.

Und genau hier liegt das Problem: Viele Eltern sind heutzutage unsicher in ihrer Elternschaft. Sie wissen nicht, ob sie etwas richtig machen – aber wollen sehnsüchtig genau das erreichen: die perfekte Familie. Doch was für die Kinder zutrifft, gilt ebenso für die Eltern: Perfektion gibt es nicht. Wer sie anstrebt, muss zwangsläufig scheitern.

Um dem Ideal trotz allem nahe zu kommen, sichern viele Eltern ihre Familie als kleine Festung, innerhalb derer alles gut und richtig ist. Böse und schlecht ist außen. Alles, was die heile Welt stört – Lernschwierigkeiten der doch so begabten Kinder, mangelnde Kreativität und Musikalität –, gilt als persönliches Scheitern. Denn ob Eltern gute Eltern sind, wissen sie nicht mehr von allein, sondern lassen dies andere beurteilen. Zeigt unser Kind Schwächen, haben wir als Eltern versagt – so der fatale Denkkurzschluss. Und das stimmt ja vielleicht auch, zumindest bei so manchen Charakterschwächen, die unsere Sprösslinge heute an den Tag legen, etwa wenn sie ihr Gegenüber nicht ausreden lassen.

FESTUNG FAMILIE

Eine Leseschwäche ist freilich kein eindeutiges Signal für elterliches Versagen; in unserer leistungsorientierten Gesellschaft wird es jedoch dazu gemacht. Und hier hakt Bergmann ein. Nach dem Aufzeigen der gefährlichsten Fallgruben, in die Kinder in unserer Gesellschaft zu straucheln drohen, gibt er die Antwort, wie Mütter und Väter helfen können: mit Authentizität. Wer sich selbst wertschätzt, vermittelt dieses Lebensgefühl weiter, kann notwendige Grenzen setzen und dem Kind den so dringend benötigten Halt geben. Eine Aufgabe, die übrigens beiden Elternteilen zufällt. Ein absolut lesenswertes Buch: spannend und gut verständlich geschrieben.

DAGMAR KNOPF ist promovierte Biologin und freie Wissenschaftsjournalistin in Limburg.

Chefredakteur: Dr. habil. Reinhard Breuer (v.i.S.d.P.)

Stellv. Chefredakteur/Leiter Produktentwicklung:

Dr. Carsten Könneker

Redaktion: Dr. Katja Gaschler, Dr. Hartwig Hanser, Ulrich Kraft

Schlussredaktion: Christina Peiberg, Sigrd Spies

Bildredaktion: Alice Krüßmann (Ltg.), Gabriela Rabe

Artdirector/Layout: Karsten Kramarczik

Layout: Oliver Gabriel

Redaktionsassistent: Eva Kahlmann, Ursula Wessels

Redaktionsanschrift: Postfach 10 48 40, D-69038 Heidelberg

Tel.: (06221)9126-711, Fax: (06221)9126-729

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. Angela D. Friederici, Max-Planck-Institut für neuropsychologische Forschung, Leipzig

Prof. Dr. Frank Rösler, Fachbereich Psychologie, Philipps-Universität Marburg

Prof. Dr. Gerhard Roth, Institut für Hirnforschung, Universität Bremen; Hanse-Wissenschafts-Kolleg, Delmenhorst

Prof. Dr. Henning Scheich, Leibniz-Institut für Neurobiologie, Magdeburg

Prof. Dr. Wolf Singer, Max-Planck-Institut für Hirnforschung, Frankfurt/Main

Prof. Dr. Dr. h.c. mult. Wolfgang Wahlster, Fachrichtung Informatik,

Universität des Saarlandes, Saarbrücken; Deutsches Forschungszentrum

für Künstliche Intelligenz, Kaiserslautern und Saarbrücken

Übersetzungen in diesem Heft: Hermann Englert, Frank Scholz, Hubertus

Breuer

Herstellung: Natalie Schäfer, Tel.: (06221)9126-733

Marketing: Annette Baumbusch (Ltg.), Tel.: (06221)9126-741,

E-Mail: marketing@spektrum.com

Einzelverkauf: Anke Walter (Ltg.), Tel.: (06221)9126-744

Verlag: Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH,

Postfach 10 48 40, D-69038 Heidelberg

Hausanschrift: Slevogtstraße 3-5, D-69126 Heidelberg,

Tel.: (06221)9126-600, Fax: (06221)9126-751

Geschäftsleitung: Dean Sanderson, Markus Bossle

Leser- und Bestellservice: Tel.: (06221)9126-743,

E-Mail: marketing@spektrum.com

Vertrieb/Abonnementverwaltung: Spektrum der Wissenschaft,

Boschstraße 12, D-69469 Weinheim,

Tel.: (06201)606-150, Fax: (06201)606-194

Bezugspreise: Einzelheft: € 7,90, sFr 15,40, Jahresabonnement

Inland (6 Ausgaben): € 39,00, Jahresabonnement Ausland: € 42,00,

Jahresabonnement Studenten Inland (gegen Studiennachweis): € 34,50,

Jahresabonnement Studenten Ausland (gegen Studiennachweis): € 37,50,

Zahlung sofort nach Rechnungserhalt. Konten: Deutsche Bank, Weinheim,

58 36 43 202 (BLZ 670 700 10); Postbank Karlsruhe 13 34 72 759

(BLZ 660 100 75). Die Mitglieder des Vereins zur Förderung der Erforschung

des menschlichen Gehirns, der DGPPN, des VdBiol, der GNP, der DGNC, der

GfG sowie von Mensa in Deutschland erhalten die Zeitschrift **Gehirn&Geist**

zum gesonderten Mitgliedsbezugspreis.

Anzeigen/Druckunterlagen: top-ad Bernd Beutel,

Susanne Beutel, Hammelbacher Straße 30, D-69469 Weinheim;

Frachtbriefvermerk: »Gehirn&Geist, Heft Nr. ...«

Tel.: (06201)185-908, Fax: (06201)185-910,

E-Mail: info@top-ad-online.de

Anzeigenpreise:

Zurzeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 3 vom November 2003.

Gesamtherstellung: Konradin Druck GmbH,

Leinfelden-Echterdingen

Sämtliche Nutzungsrechte an dem vorliegenden Werk liegen bei der Spek-

trum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH. Jegliche Nutzung des Werks,

insbesondere die Vervielfältigung, Verbreitung, öffentliche Wiedergabe oder

öffentliche Zugänglichmachung, ist ohne die vorherige schriftliche Einwilli-

gung der Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH unzulässig.

Jegliche unautorisierte Nutzung des Werks berechtigt die Spektrum der

Wissenschaft Verlagsgesellschaft mbH zum Schadensersatz gegen den oder

die jeweiligen Nutzer. Bei jeder autorisierten (oder gesetzlich gestatteten)

Nutzung des Werks ist die folgende Quellenangabe an branchenüblicher

Stelle vorzunehmen: © 2003 (Autor), Spektrum der Wissenschaft Verlagsges-

ellschaft mbH, Heidelberg. Jegliche Nutzung ohne die Quellenangabe in der

vorstehenden Form berechtigt die Spektrum der Wissenschaft Verlagsgesell-

schaft mbH zum Schadensersatz gegen den oder die jeweiligen Nutzer.

Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte und Bücher übernimmt die

Redaktion keine Haftung; sie behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.

ISSN 1618-8519

www.gehirn-und-geist.de

Monika Pritzel,
Matthias Brand,
Hans J. Markowitsch

Gehirn und Verhalten

Ein Grundkurs
der physiologischen
Psychologie

[Spektrum Akademischer Verlag, Heidel-
berg und Berlin 2003, 585 S., € 49,95]



Lust am Lehrbuch

Edutainment auf höchstem Niveau

VON OLAF SCHMIDT

Man liest, um sich zu informieren – oder um unterhalten zu werden. Wer schlauer werden will, greift daher zum Lehrbuch, wer Vergnügen sucht, schnappt sich einen guten Roman. Klar und deutlich schienen die Funktionen lange Zeit verteilt. Vor einigen Jahren setzte hier zu Lande jedoch ein neuer Trend ein. So wie im angelsächsischen Sprachraum schon länger üblich, sind auch immer mehr deutsche Lehrbücher zur Freude der Leser leichter zugänglich – und bisweilen regelrecht kurzweilig. Insbesondere tritt ein klarer Stil zunehmend an die Stelle spröder Professorenprosa. Monika Pritzel, Matthias Brand und Hans Markowitsch, allesamt wissenschaftlich arbeitende Psychologen an den Universitäten Koblenz/Landau beziehungsweise Bielefeld, bewegen sich ebenfalls in diese Richtung. Sie legen mit »Gehirn und Verhalten« einen Titel vor, der zum systematischen Erarbeiten von Prüfungsstoff ebenso einlädt wie zum Stöbern und Verweilen nach Lust und Laune.

Dabei durchleuchten die drei Forscher nicht das Verhalten, das wir gemeinhin mit Charakter assoziieren. Vielmehr erörtern sie jene physiologischen Abläufe, die überhaupt erst die Voraussetzung für unser situationsbezogenes Denken und Handeln bilden. »Wie wird Verhalten im Gehirn ermöglicht?« lautet gewissermaßen die Kernfrage.

Ihr folgt der Aufbau des Buchs. Es beginnt mit einer historischen Einführung in die Hirnforschung und einer Darstellung der wichtigsten neurologischen Grundlagen, speziell des Aufbaus der Nervenzelle und des Nervensystems. Im Anschluss an

diesen klassischen Einstieg erläutern die Autoren, wie unsere Sinne arbeiten und wie der Körper Bewegungen steuert; danach widmen sie sich der Regulation menschlicher Bedürfnisse wie Durst, Hunger, Schlaf und Sex. Den Abschluss bilden vier Kapitel über die so genannten höheren geistigen Funktionen sowie über neurologische Erkrankungen und Drogenwirkung. Hier spannen die Autoren eine Brücke vom Gedächtnis über die Sprache bis zum Bewusstsein. Bei den Erkrankungen werden Schizophrenie, Depression, die Alzheimer'sche und die Parkinson'sche Demenz sowie der Alkoholmissbrauch behandelt.

In erster Linie richtet sich das Buch an praktizierende Psychologen, Biologen und Mediziner. Dennoch dürften es auch Laien mit Gewinn und Vergnügen lesen. Eher plaudernd als dozierend nehmen die Autoren ihre Leser an die Hand und führen sie durch die einzelnen Sinnabschnitte. Stets ist klar, wo man sich als Leser befindet und wohin die Reise als Nächstes führt. Zum besseren Verständnis bieten Pritzel, Brand und Markowitsch regelmäßig weitere Erläuterungen »in anderen Worten« an und betrachten ausgesuchte Sachverhalte aus mehreren Blickwinkeln.

POSITIVER GESAMTEINDRUCK

Was diesem Buch fehlt, ist allenfalls etwas Farbe. Zwar erfüllen die zahlreichen, wunderbar genau, fast schon liebevoll gezeichneten Schwarz-weiß-Abbildungen höhere ästhetische Ansprüche. Doch etwas rot, blau oder gelb hätte auch nicht geschadet. Farben würden nicht nur die »Lesemotivation« steigern, von der die Verfasser im Vorwort sprechen; bekanntermaßen helfen sie auch, Strukturen zu verdeutlichen, und haben damit einen hohen didaktischen Wert. Dieses Manko kann den positiven Gesamteindruck aber nicht trüben: ein gutes Buch, das man gern zur Hand nimmt und das den willkommenen Trend zum besser lesbaren Lehrbuch fortsetzt.

OLAF SCHMIDT ist promovierter Biologe und freier Wissenschaftsjournalist in Neuss.

Alle rezensierten Bücher können Sie bei
wissenschaft-online bestellen

direkt bei: www.science-shop.de
per E-Mail: shop@wissenschaft-online.de
telefonisch: 06221/9126-841
per Fax: 06221/9126-869



Lee Baer

Der Kobold im Kopf

Die Zähmung der Zwangsgedanken
[Huber, Bern 2003, 183 S., € 19,95]

Außer Kontrolle

Zwangsgedanken und wie man sie therapieren kann

VON ANGELIKA EIBACH-BIALAS

Wenn von Zwangsstörungen die Rede ist, denken die meisten Menschen an jemanden, der sich permanent die Hände wäscht oder vor dem Verlassen des Hauses Dutzende Male kontrolliert, ob die Herdplatte ausgeschaltet ist. Doch die häufigste Form von Zwängen fällt äußerlich überhaupt nicht auf: Zwangsgedanken. Die Betroffenen fühlen sich ständig bösen, gefährlichen oder beschämenden mentalen Vorstellungen ausgeliefert. Und je mehr sie diese Gedanken abzuwehren versuchen, umso hartnäckiger drängen sie sich ihnen auf. Mehr und mehr treiben die Vorstellungsbilder die Patienten seelisch in die Enge – zumindest zeitweise sind fast alle Selbstmordgefährdet.

Solche Zwangsgedanken versucht der US-amerikanische Psychologe Lee Baer in einem Behandlungszentrum in Massachusetts zu bekämpfen. Jetzt hat er einen Ratgeber herausgebracht, der allgemein verständlich aufklären und über Therapiemöglichkeiten informieren will.

Charakteristisch für Zwangsgedanken: Der Betroffene lehnt sie aus tiefster Seele ab. Einige davon besitzen sexuell-perverse Inhalte, etwa die Vorstellung von Geschlechtsverkehr mit Tieren, andere kreisen um Gewalt oder Blasphemie. Als Beispiel beschreibt der Autor den Fall eines Mannes, dem sich immer gerade diejenigen Dinge aufdrängten, die er zu diesem Zeitpunkt am meisten verabscheute: als Jugendlicher vor allem homosexuelle Vorstellungsbilder, später vermehrt rassistische Gedanken. Zuletzt entwickelte er eine so große Angst, sich an einem Tier

sexuell zu vergehen, dass er nicht mehr das Haus zu verlassen wagte.

In dieser »Zweifelkrankheit« kommt eine grundlegende Unsicherheit über sich selbst und die Lauterkeit der eigenen Absichten zum Vorschein. Betroffen sind vor allem besonders gewissenhafte Menschen mit hohen Ansprüchen an sich selbst. Eine Depression erhöht die Wahrscheinlichkeit, Zwangsgedanken zu entwickeln. So bilden frisch gebackene Mütter, die unter Wochenbettdepressionen leiden, häufig aggressive Zwangsvorstellungen aus – etwa diejenige, das Kind beim Baden zu ertränken.

Manchmal sind die betroffenen Frauen dadurch so verängstigt, dass sie kaum noch ihr Baby anzufassen wagen. Dabei bedeuten gelegentlich und spontan auftauchende Zwangsvorstellungen für den neuen Erdenbürger noch keine tatsächliche Gefahr. Doch manchmal geht die Wochenbettdepression in eine Wochenbettpsychose über, und die kann sehr wohl zu einer Kindstötung führen. Auf diese Gefahr weist der Autor zwar hin, vergisst aber zu erwähnen, dass hier fachärztliche Hilfe notwendig ist.

VERHÄNGNISVOLLER TEUFELSKREIS

Auch Gewalterfahrungen, insbesondere in der Kindheit, können später Zwangsgedanken auslösen. Der Autor beschreibt hier den Fall einer jungen Frau, die unter zahlreichen, quälenden Zwangsvorstellungen litt – darunter auch diejenige, ein kleines Kind während des Duschens sexuell zu missbrauchen. Während ihrer verhaltenstherapeutischen Behandlung sah sich die Patientin dann auf einmal selbst als kleines Kind, das beim Duschen sexuell missbraucht wurde. Danach war sie von dieser Zwangsvorstellung befreit.

Zur Frage, welche Theorien diese Phänomene erklären können, äußert sich Baer leider nur unsystematisch und unzureichend. Vor allem auf einige sehr spekulative, evolutionstheoretische Ansätze geht der Autor ausführlicher ein. Diesen zufolge sei das Entwickeln von Zwangsgedanken genetisch bedingt und habe in der Evolution einen Selektionsvorteil bedeutet. Das tiefenpsychologische Erklärungsmodell, demzufolge Zwangsgedanken ein tiefer liegendes Problem des Betroffenen in verzerrter Form ins Bewusstsein bringen, handelt er hingegen lediglich auf einer knappen Seite ab. Daraufhin stellt Baer seine eigene Theorie

vor: Zwangsgedanken seien zufällige Abfallprodukte des Gehirns, die jeder Mensch von Zeit zu Zeit habe. Ein Zwangskranker reagiere jedoch höchst überempfindlich darauf und könne nicht akzeptieren, dass solche kurzzeitigen mentalen Vorstellungen keineswegs abnorm seien. Die Betroffenen würden ihrem Gehirn nicht zutrauen, solche spontanen Gedanken selbstständig unter Kontrolle zu halten, und wollten diese selbst übernehmen. Das erst würde den verhängnisvollen Teufelskreis aus beschämter Ablehnung und immer neuem Wiederkehren der verabscheuten Vorstellungen in Gang setzen.

KRITIKER DER TIEFENPSYCHOLOGIE

Offensichtlich möchte Baer damit auch seine Patienten entlasten: Alle die bösartigen, widerwärtigen Gedanken und Vorstellungen hätten dann ja nichts mit seiner Person zu tun. Der Tiefenpsychologie wirft der Autor hingegen vor, dass sie die Menschen noch zusätzlich verunsichere. Denn ihr zufolge sage der Inhalt von Zwangsgedanken sehr wohl etwas über einen Menschen aus und könne helfen, seine tiefer liegenden Probleme zu verstehen.

Mehr als die Hälfte seines Buches widmet der Autor den Therapiemöglichkeiten. Anschaulich und praktisch nachvollziehbar beschreibt er verschiedene kognitiv-verhaltenstherapeutische Behandlungsansätze. Auch die unterschiedlichen Möglichkeiten, wie man diese Therapien medikamentös unterstützen kann, handelt Baer ab. Untermuert von ausführlichen Fallschilderungen gibt der Psychologe sinnvolle Anregungen zur Selbsthilfe, die erkennbar seiner reichen Praxiserfahrung entstammen. Allerdings erweckt er dabei den Eindruck, als ob diese Methoden immer zu einem vollen therapeutischen Erfolg führen würden. Wissenschaftliche Untersuchungen sprechen dagegen lediglich von mittleren Erfolgsraten.

Insgesamt liefert Lee Baers Buch einen guten Überblick über das Phänomen der Zwangsgedanken. Besonders die vielfältigen therapeutischen Anregungen machen es für Interessierte und Betroffene empfehlenswert. ◀

ANGELIKA EIBACH-BIALAS ist Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin und Kinder- und Jugendpsychiatrie. Sie lehrt als Dozentin an der Köln-Bonner Akademie für Psychotherapie.