

Fachtagung des vpsg – Vernetzung und individuelle Freiheit, Berlin 22./23. November 2013

Wieviel Bindung braucht die freie Entscheidungsfindung?

Gerd Rudolf, Heidelberg

Ich danke herzlich für die Einladung und möchte eingangs meinen Respekt aussprechen für die Arbeit dieses eindrucksvollen Vereins, der sich seit über 10 Jahren für die sektorenübergreifende Versorgung psychisch Kranker engagiert. Er tut das mit einem psychotherapeutischen und einem sozialtherapeutischen Akzent, aber die beiden Begriffe genügen nicht, um die Breite des Ansatzes zu kennzeichnen. Er bezieht in der Breite gesellschaftliche und auch religiöse Aspekte ein in dem Bemühen, die Frage zu beantworten, „welcher kranke Mensch kann durch welche Begleitung (Vernetzung) in der Gestaltung eines sinnvoll erlebten Lebens (mit freien Entscheidungen) unterstützt werden?“

Eine solche Frage kann nur von vielen gemeinsam beantwortet werden, so dass es nicht verwundert, dass im Tagungstitel die Begriffe Netz und Vernetzung eine zentrale Rolle spielen.

Mir wurde die Aufgabe gestellt, etwas zu Bindung und Freiheit zu sagen, also zu dem bekannten Paradoxon: Wie frei kann der Gebundene sein bzw. wie viel Gebundenheit (Vernetzung) benötigt der Freie?

Ich will meinen Ausgangspunkt in dem erwähnten Netzbegriff nehmen, an dem sich manches Allgemeine zum Thema Bindung und Freiheit und manches Spezielle unserer gesellschaftlichen Situation verdeutlichen lässt.

Mir begegnete der Begriff Netz erstmalig in den 50er Jahren als jugendlicher Hörer von AFN (American Forces Network). Es bleibt damals unklar, ob mit Network die Gemeinschaft der Sendestationen gemeint sei oder ob ich aus der enthusiastischen Sprache und begeisternden Musik das Angebot einer Gemeinschaft eines großen Wir, also eines Netzwerkes, heraushören sollte, an dem ich auch teilhaben durfte. Wie alle meine Altersgenossen bin ich dem AFN-Wir ins Netz gegangen und habe dabei ein wunderbares Gefühl von Freiheit genossen.

In einer herkömmlichen Bedeutung wird also Vernetzung verstanden als Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft. Das Netz gibt Halt und Sicherheit, es bietet Verbundenheit und notfalls auch Versorgung. „Niemand fällt durchs Netz“ lautet das Motto eines Förderprogramms.

Eine zweite Bedeutung gilt der technischen Vernetzung i.S. von Wassernetz, Stromnetz, Gasnetz, Telefonnetz und in neuerer Zeit das Wissensnetz als Zusammenführung von allen

Informationen, die derzeit zur Verfügung stehen. Dieses letztere Netz bildet ein nützliches Angebot und die Voraussetzung dafür, sich frei entscheiden zu können, weil man über die Entscheidungsalternativen gut informiert ist.

Der dritte Aspekt betrifft das Netz der modernen Medien, das Internet, die social media, die alle Menschen weltweit einladen, sich einbinden zu lassen. Ein System so bunt und faszinierend, dass viele Menschen, vor allem junge sich freiwillig hineinbegeben, um mit all den anderen zusammen eine cloud, d.h. eine Wolke oder einen Schwarm zu bilden. Hier können gesellschaftliche Subgruppen gemeinsam Identitäten entwickeln, so wie das z.B. spezielle Patientengruppen tun. Freilich taucht die skeptische Frage auf, was wird aus den Individuen, wenn sie gar nicht mehr Individuum sein wollen, sondern mehr oder weniger spielerisch oder mehr oder weniger ernsthaft in neue Gruppenidentitäten eintauchen.

In jüngerer Zeit kam dann die Offenbarung dessen, was man eigentlich schon wissen konnte: Das Netz ist ein Gerät, mit dem man seit altersher Fische oder Vögel gefangen hat; in der modernen Welt werden aus wirtschaftlichen oder politischen Interessen Menschen gefischt. Der Kunde, dem in den Netzwerken vieles versprochen wird, ist in Wirklichkeit eine Ware, die ständig weiterverkauft wird. Mit der Analyse der big data lassen sich Profile entwickeln, anhand derer sich Eigenschaften ablesen lassen, so z.B. wurde an dem Einkaufs- und Bewegungsverhalten in den Netzen verlässlich ermittelt, ob bei einer Frau eine Schwangerschaft eingetreten ist. Mittlerweile geht es aber darüber weit hinaus, insofern als jeder Beobachtete ein potentiell Verdächtiger ist, so dass polizeiliche Dienste aus Verhaltensänderungen im Netz angeblich ablesen können, wann jemand ein geplantes Verbrechen begehen wird.

Dieses Netz, das Förderung der Entscheidungsfreiheit und hilfreiche Unterstützung verspricht, ist tatsächlich ein Lockangebot für jede Art von Gier, für Hunger nach emotionaler und sexueller Stimulierung, für orale Gier nach Schnäppchenangeboten und Gratisfütterungen für die Gier des Dazugehören-Wollens und Gesehen-Werdens und wer durch solche Köder ins Netz gelockt wurde, ist verraten und verkauft. So hat der Netzbegriff viele Abstufungen zwischen wohlwollend Halt gebenden Zügen auf der einen Seite und verfolgenden, ausbeutenden auf der anderen Seite.

In dieser Entwicklung signalisiert sich die Bruchlandung eines der beliebtesten Konstrukte unserer psychologischen Epoche: Das autonome Subjekt, das den Anspruch hat, selbstreflexiv zu denken, frei zu entscheiden und eigenverantwortlich zu handeln, die Zielidee vieler psychotherapeutischer Ansätze und philosophischer Überlegungen erweist sich als Fantasievorstellung weitab von jeder sozialen Realität.

Seit Beginn der Neuzeit, speziell seit der Aufklärung und ganz besonders seit den Anfängen der Psychoanalyse lebte das Subjekt in der Vorstellung, seine Weiterentwicklung bestehe darin, sich von den Fesseln der gesellschaftlichen Zwänge, der religiösen und staatlichen Mächte und dem verinnerlichten Gesetzbuch des Über-Ichs zu befreien und mehr und mehr zu einem autonomen Selbst zu finden. In der Psychotherapie registrierte man allerdings schon seit einiger Zeit, dass dieses Bemühen seltener frei entscheidende und häufiger narzisstisch-anspruchsvolle Subjekte entstehen ließ.

Die moderne Entwicklungspsychologie lässt freilich etwas ganz anderes deutlich werden (und hier komme ich zu meinem Thema von Bindung und Entscheidungsfähigkeit). Wenn das autonome Subjekt sich selbst reflektiert, begegnet es nicht nur seiner Entscheidungsfreiheit sondern auch seinen Beziehungswünschen. Emotionale Nähe und Verbundenheit sind für das Subjekt keine nebensächlichen Beigaben. Sie sind vor allem entwicklungspsychologisch gesehen die Voraussetzung dafür, dass sich ein freies menschliches Subjekt überhaupt entwickeln kann.

Der Ausgangspunkt seiner Entwicklung ist Gemeinsamkeit. Sie existiert bereits für das Baby im Mutterleib als ein organisches Netzwerk aus mütterlichen und kindlichen Geweben. Sie ist für das kleine Kind ein Beziehungsnetz aus sich verflechtenden kindlichen und elterlichen Gefühlseinstellungen. Für das heranwachsende Kind ist sie ein sich rasch vergrößerndes Netzwerk von innerpsychischen Abbildungen der wichtigsten Bindungspersonen, der Angehörigen, der sozialen Gruppe, der aktuellen Gesellschaft und ihrer Kultur, in deren Rahmen das Kind sich zunehmend bewegen lernt. In diesem Netzwerk, unter seinen Einflüssen wächst die innere Struktur der Persönlichkeit, die fortan und lebenslang immer zwei Ausrichtungen erkennen lässt: eine ist auf das Netzwerk der emotionalen Bindungen und Beziehungen gerichtet und eine zweite auf das eigene Selbst und seine Autonomieansprüche. Beide Aspekte müssen lebenslang weiter entwickelt und ausgestaltet werden, was meist nicht ohne innere Konfliktspannungen, Krisen und Brüche möglich ist. Das Bedürfnis nach individueller Freiheit und Selbstbestimmung muss zugleich Rücksicht nehmen auf die Interessen der anderen, auf ihr Sosein, sonst ist die gewünschte sichere Bindung im sozialen System gefährdet. Umgekehrt dürfen unter dem Druck der Bindungswünsche die eigenen Tendenzen der Individualität nicht aus den Augen verloren werden, sonst ist eine Identitätsfindung nicht möglich. Die Schwierigkeit, diese beiden Ziele unter einen Hut zu bringen, beschäftigt Psychotherapeuten bei ihren Patienten ganz zentral. Das Thema des Konflikts zwischen Autonomie und Abhängigkeit wird besonders häufig als Therapieziel genannt.

Die wirklich sehr beeinträchtigten Patienten leiden häufig darunter, dass sie einen der beiden Bereiche ganz und gar nicht realisieren können: gar kein sicheres Gefühl des eigenen Selbst, der eigenen Entscheidungsfreiheit, keine Sicherheit bzgl. der eigenen Identität – oder – gar keine Möglichkeit, Beziehungswünsche zu realisieren, sich auf Bindungen einzulassen, folglich ein Erleben von großer Einsamkeit oder gar Leere. Therapeutische Option ist es, an beiden Polen Entwicklungen zu fördern, d.h. das autonom entscheidungsfähige Selbst ebenso wie das bindungs- und beziehungs-fähige Subjekt zu fördern. Das ist ein therapeutisches Idealziel, oft nur begrenzt realisierbar. Häufig bleibt dem Patienten nur, sich zum Schutz vor seinen unlösbaren Widersprüchen in eine Art inneres Gehäuse zurückzuziehen, das ihm ein selbstvergessenes Leben erlaubt, freilich kein stabiles und nur zu leicht stürzt er, wie Jaspers es nennt, in Grenzsituationen, die ihm krisenhaft den Boden unter den Füßen wegreißen und ihn gegen die Wand der verschlossenen Möglichkeiten laufen lassen. Das ist die Situation, in der es erforderlich ist, dem fragilen Selbstsystem ein therapeutisches und soziales Hilfs-Ich anzubieten, das ihm Entscheidungen vorübergehend abnimmt und ihn in seiner Beziehungslosigkeit durch ein sozial versorgendes Netzwerk zu stützen. Es muss also vorübergehend eine äußere Stabilisierung gewährleistet werden, dort wo eine innere verloren gegangen ist.

An dieser Stelle erscheint es zweckmäßig, einen weiteren Begriff in Erinnerung zu rufen, den der Verantwortung. Für eine stabile kindliche Entwicklung ist eine verantwortliche Einstellung der Eltern hochbedeutsam. Eltern sind für ihre Kinder verantwortlich, eine umgekehrte Entwicklung, z.B. in Suchtfamilien begründet viel Unglück. Am Ende einer einigermaßen positiv verlaufenden kindlichen Entwicklung sollten nicht nur die Kompetenzen der Beziehungsfähigkeit und Autonomie gewachsen sein, sondern auch die Fähigkeit der Verantwortung für die eigene Person, das eigene Handeln, das eigene Leben. Das impliziert auf dem Wege der Empathieentwicklung immer auch die Mitverantwortung für die anderen.

Dort wo fragile psychische und soziale Entwicklungen therapeutisch gefördert werden müssen, ist das Bemühen um die Selbstverantwortung eines der wichtigsten Ziele. Schon in der Antike gebrauchte man als Formel dafür „Du musst für Deine Seele sorgen“ (die „cura sui“). Seit der Antike gibt es auch das Angebot „Du kannst Dich darin unterstützen lassen“ von einem hilfreichen Begleiter, einem Mentor oder von einem Therapeuten, denn die griechische Wurzel des Wortes therapieren bedeutet, wie Michel Foucault ausgeführt hat, „sorgfältig behandeln, gut sorgen für, zuwenden, heilen, sich selbst ein Diener sein“.

Hilfreiche Netzwerke z.B. die stabilen Beziehungen zu Eltern, Lehrern oder Mentoren bilden eine Beziehungsstruktur, die nicht nur die autonome Entscheidungsfähigkeit des Kindes oder

Jugendlichen sondern auch seine Identitätsentwicklung fördert. Sie oder er wird zunehmend fähig, sich selbst zu verantworten, für sich selbst zu sorgen, aber auch mit zunehmendem Alter für die anderen, für das Ganze Verantwortung zu übernehmen.

Wo diese unterstützende Beziehungserfahrung gefehlt hat, bleibt die Eigenständigkeit zerbrechlich, die Selbstverantwortung eingeschränkt, die Beziehungsfähigkeit und soziale Mitverantwortung störfähig: das Bild einer krankheitswertigen Beziehungsproblematik, das alle schweren psychischen Störungen kennzeichnet

Hilfreiche Netzwerke haben die Funktion, dem Patienten einen Teil seiner Verantwortung abzunehmen, zumindest in Krisenzeiten und Notfällen. Gleichzeitig müssen sie das Kunststück fertig bringen, hier keine Abhängigkeit zu zementieren, sondern umgekehrt immer wieder auch die Selbstverantwortung in dem für den Patienten möglichen Ausmaß zu betonen.

Wir sprachen von dem inneren Netzwerk der emotionalen Bindung, von den therapeutischen Netzwerken, die vorübergehend oder längerfristig etwas substituieren müssen, das dem Patienten nicht zur Verfügung steht. Abschließend will ich nochmals auf den dritten Aspekt der modernen technischen Netzwerke zurückkommen. Wie hilfreich sind sie für Menschen generell und für Patienten speziell. Ich fürchte, sie sind für Menschen, die Mühe haben, sich selbst zu verstehen und mit der Welt der Beziehungen zurecht zu kommen, wenig hilfreich, weil sie in starkem Maße eine Welt des Scheins, der Illusion anbieten und zwar aus ökonomischen Gründen (der Werbung), die versucht, in ihren Netzen Menschen zu fischen.

Es ist darüber hinaus eine gemachte, eine vorgespielte, virtuelle Welt, die mit ihrem Angebot an vermeintlich kostenlosen Genüssen, ihrem Angebot der grenzenlosen Freiheit, z.B. sich eine neue Identität auszusuchen, mit ihren Angeboten an Sex in pornographischer Form, mit ihren Möglichkeiten, andere zu entwerten (im Cyber-Mobbing) eigentlich sehr viel psychische Gesundheit, d.h. Verantwortlichkeit erfordert, um sich darin zurecht zu finden und sich notfalls abzugrenzen. Jugendliche z.B. haben diese Reife noch nicht, zumal sie entwicklungsstypisch gerade im Begriff sind, ihre Elternbindung zu lockern, ihre Selbstbestimmtheit zu erproben. Jugendliche purzeln kopfüber in diese moderne Welt hinein und drohen, sich darin zu verlieren. Das schafft Arbeitsplätze für Psychotherapeuten, die nun Störungsbilder wie Internet-Sucht, Sex-Sucht, Kauf-Sucht usw. behandeln müssen. Langfristig halte ich es allerdings nicht für unwahrscheinlich, dass dieses Leben als Teil einer Wolke in virtuellen Netzwerken evolutionäre Entwicklungen anstößt und neue Formen des Selbstseins und der Beziehung, also möglicherweise nochmals eine neue Variante des Homo sapiens schafft (vielleicht wird man statt sapiens dann einen anderen Begriff wählen müssen,

vielleicht Homo reticulosus). So gerüstet kann dann auch das Angebot von web Therapie genutzt werden.

Der Titel meines kurzen Referats wurde von den Veranstaltern als Frage formuliert, so dass ich auch abschließend eine Antwort geben möchte. Ein Zusammenhang scheint mir nach der Datenlage der Entwicklungspsychologie ganz unzweifelhaft. Die Fähigkeit zur autonomen Entscheidungsfindung, d.h. zur Entwicklung einer selbstreflexiven und selbstverantwortenden Persönlichkeit gelingt nur auf der Grundlage einer früh im Leben beginnenden verlässlichen emotionalen Bindung, die gewissermaßen als eine fundamentale Überzeugung verinnerlicht ist und die erst die Voraussetzungen bietet für alle weiteren Entwicklungsschritte eines selbstreflexiven, autonom handlungsfähigen Selbst, das auch äußerlich fähig ist, sich mit anderen zu vernetzen, das Verantwortung für sich und Mitverantwortung für die anderen übernimmt. Wo diese sichere Basis fehlt, müssen vorübergehend oder längerfristig sekundäre gesellschaftliche Netzwerke in Anspruch genommen werden, solche psychiatrisch-psychotherapeutischer Art, aber auch solche sozialer oder religiöser Natur. Die Mitglieder des Vereins für Seelische Gesundheit haben unter Leitung von Herrn Dr. Mönter auf diesem Gebiet Vorbildliches geleistet, etwas Weitblickendes, das man heute selten findet, so dass ich als Außenstehender, der auf dieses Werk schaut, nur meinen großen Respekt und meine Anerkennung äußern und hoffen kann, dass die Gesellschaft im Großen dieser förderungswürdigen kleinen Gesellschaft ihre Unterstützung nicht versagt.