Liebe, Lust, Leidenschaft und Schizophrenie
Ein anderes Erklärungsmodell

Autor F.-J. Wagner

Bibliografie
DOI 10.1055/s-2008-1027949
Psych Pflege 2008; 14:
307 – 309 © Georg Thieme
Verlag KG Stuttgart · New York ·
ISSN 0949-1619

Korrespondenzadresse
Franz-Josef Wagner
Gratianstr. 7
54294 Trier

Angeregt durch den Beitrag „Liebeshormon hilft bei Schizophrenie“ in der „Welt der Wissenschaft“ vom 26.2.2008 möchte ich das Oxytocin bei meiner endogenen Psychose vor allem im Fokus der Schizophrenie betrachten.

Mein Leben auf dem Land in natürlicher Umgebung von klaren – nicht doppeldeutigen – Strukturen führte mich durch die verschiedenen Lebensphasen ohne psychiatrische Auffälligkeiten. Die Kommunikation bestand im Informationsaustausch und der Zusammenarbeit in Gruppen – bei der Arbeit, im Spiel, beim Sport, in der Schule usw. Probleme und Fragen wurden in der Regel erwachsen und fair gelöst. Gekreuzte oder verdeckte Transaktionen waren unbekannt und Emotionalität konnte sich natürlich entfalten.

Die über 100 Milliarden Nervenzellen des drei Pfund schweren Gehirns steuern Erregung, Emotionen und Lust sowie die Regulation der Hormone, z. B. des Hormons Oxytocin. Untersuchungen an Prärie- und Berg-Wühlmäusen lassen vermuten, dass Oxytocin für Treue und soziale Bindungsfähigkeit verantwortlich ist. Während die freiheitsliebenden Bergwühlmäuse wenig von dem Treuehormon ausschütten, zeigt sich bei den häuslichen Präriewühlmäusen ein sehr hoher Oxytocin-Spiegel. Thomas Insel von der Emory-Universität in Atlanta stellte außerdem fest, dass Oxytocin die Milchproduktion bei Wühlmäusen anregt und das Immunsystem stimuliert. Helen Fisher beschreibt die Chemie des Gehirns folgendermaßen: Wenn jemand am Anfang einer Beziehung total verliebt ist und das Gefühl kaum zu kontrollieren vermag, dann schüttet das Gehirn viel Dopamin und Noradrenalin, aber wenig Serotonin aus. (Psychotherapie News März 2000)

Ich kann meine ersten 20 Lebensjahre mit einer Bergwühlmaus vergleichen: Treue zu wenig Freunden, den Eltern und der Dorfgemeinschaft, und dies mit einer hohen sozialen Bindung. Die sportliche Aktivität brachte mir Anerkennung und sozialen Status in der Gemeinschaft. Im Dorfleben wusste jeder ALLES über den Anderen, es gab keine Möglichkeit der versteckten Transaktion oder Kommunikation. Mit der Entscheidung zur akademischen Ausbildung löste ich mich naturgemäß vom Dorfleben, den Freunden und dem erlernten Beruf, um mich neuen Herausforderungen zu stellen. Die ersten Jahre fuhr ich noch wöchentlich nach Hause, um mit Freunden Sport zu treiben. Da ich kein eigenes Auto besaß, holten mich die Sportlerkollegen zum Training und zum Spiel ab und fuhren mich wieder zur Bahn, damit ich in der 250 km entfernten Universitätsstadt meiner Ausbildung nachgehen konnte. Zwischenzeitlich beherrschte obendrein eine Frau meine Gefühle, sodass ich mich weiter langsam von der Dorfgemeinschaft löste. Meine beruflichen und privaten Aktivitäten verstärkten sich dagegen. Ich fuhr nicht mehr regelmäßig zu den sportlichen Aktivitäten, konzentrierte mich eher auf das Stadtleben mit seiner geringen Emotionalität und penetranten Sachlichkeit. Meine akademische Ausbildung wurde im ersten Studium (Maschinenbau) noch von hoher Emotionalität geprägt. Das zweite Studium (Wirtschafts- und Sozialwissenschaft) schockte mich zutiefst aufgrund seiner Nüchternheit und Gefühllosigkeit. Nach anfänglichen Schwierigkeiten meisterte ich dennoch die akademischen Weihen in Rekordzeit.

Mit diesen faktischen Daten beeindruckte ich auch meinen ersten Arbeitgeber, der mich noch vor Entgegennahme meiner akademischen Urkunde wohlwollend und mit einem finanziell gut dotierten Vertrag einstellte. Ich fuhr täglich zur über 200 km entfernten Arbeitstelle, hatte Freude, Spaß und Erfolg in der Arbeit, fand aber keine emotionale Bindung zu den Menschen im Betrieb. (Da mein überdurchschnittlich gutes Gehalt in der Abteilungsabrechnung als Personal-

kosten neu erschienen, war allen Mitarbeitern mein Einkommen bekannt – was Neid auslöste, Missgunst, und mich zum Außenseiter stempelte und die Abneigung gegenüber meiner Person begünstigte.)

Erklärung zur Entstehung meiner endogenen Psychose

Nach sechs Monaten erhielt ich die erste Gehaltserhöhung von 10% wegen der Team-Erfolge (Optimierung und Produktionssteigerung um das 10-fache in einem Jahr). Ich wurde innerhalb von weiteren sechs Monaten an eine Zweigniederlassung – die näher an meiner Wohnung lag – empfohlen und erhielt eine weitere 10%ige Gehaltserhöhung. Naiv ging ich von einer homogenen Arbeitstruktur des neuen Werkes aus – Pech gehabt. Hier lagen die Fallstricke an allen Ecken und Kanten und ließen mich in alle Fettnäpfe treten. Der Höhepunkt war das, was man die verdeckte Transaktion mit doppeldeutigen Informationen des Senders (Personalabteilung und Vorgesetzte) nennt. Meine nachweislich erfolgreiche Projektbearbeitungen wurden negiert, ich wurde abgezogen aus der Abteilung, durfte keine Aktivitäten für das Unternehmen leisten, saß in einer Abstellkammer ohne Aktivität und musste mein quantitatives Arbeitssoll (Arbeitzeit) absolvieren. Auch wenn ich versuchte, die plötzliche Situation zu hinterfragen, Erklärungsmodelle zu erhalten, die Situation zu verstehen, meine Situation aus meiner Sicht schriftlich darzustellen – ich lief gegen die Wand und fand keine Lücke, um das Problem zu lösen.

Dieses Problem kann heute mit der verdeckten Transaktion der Transaktionsanalyse erklärt werden. Der Sender (Vorgesetzter) gab mir eine doppeldeutige Information (nach anderen Informationsquellen sollte mein nächster Karriereschritt bevorstehen), „die objektiven Leistungen wurden nicht anerkannt, negiert und keine Diskussion angestrebt". Die Transaktion beschreibt diesen Zustand als „Kritisches-normatives Eltern-Ich": Sorge für Disziplin und Ordnung, lehnt Neues ab, Aggression und Macht, Risikoscheue und Anpassung, autoritäres Vorgehen, Veränderungsängste sind inakzeptable Faktoren des Konflikts. Auch wenn ich dies damals nicht erklären konnte, versuchte ich zu verstehen und zu hinterfragen, und dies so rational mir möglich war, beobachtend und prüfend, die Situation zu meistern versuchend. Dennoch bekam ich keine Antworten auf meine prekäre Situation. „Ich bin okay – die anderen auch" beantworteten keine Lösung auf die W-Fragen (wer, wann, wo, was, wie, wozu, warum ...).

Nach Wochen wurde ich naturgemäß rebellisch. Aufmüpfig übergab ich meinen Chef meinen Firmenausweis, suggerierte ihm ein Leben ohne ihn als Arbeitgeber. (Meine Situation war: Ich bin okay, das werde ich Euch schon zeigen.) In dieser Situation versuchte ich eigene Wege zu gehen, ich wehrte mich gegen Unterdrückung, versuchte die Widersprüche aufzudecken, ging keinen Kompromiss ein, war für keine Alternativen zugänglich, gab einfach nicht nach und zog mich zurück, indem ich den Ausweis zurückgab.

Das war die Analyse der Kommunikation, aber wichtig hierbei ist: Wie ging es mir dabei emotional?

Da ich in das Unternehmen „verliebt" war, sah ich die wirtschaftliche und meine persönliche Entwicklung positiv korrelierend. Ich fühlte mich wohl wegen der Einfachheit meiner schnellen Erfolgserzielung. Ich hatte eine Gemeinschaft, ein „soziales Umfeld" gefunden, in dem ich erfolgreich leichtfüßig agieren konnte. (Wahrscheinlich hatte ich einen sehr hohen Oxytocin-Spiegel.) Mit Beginn der doppeldeutigen Transaktion und meiner rebellischen Aktion musste der Oxytocin-Spiegel erst langsam abgebaut werden. Ich brauchte mehrere Jahre, um mich von der Vorstellung zu lösen, dass ich dem freien Arbeitsmarkt wieder zur Verfügung stehe. Ich wartete auf die Lösung der verdeckten Transaktion – die leider nie kam. Zwischenzeitlich verstanden mich meine Frau und ihre Angehörigen nicht mehr. Die sogenannte verdeckte Transaktion konnte ich nicht plausibel erklären, nachweisen und für mich positiv umsetzen. Meine emotionale Bindung war aber noch immer beim ersten Arbeitgeber, obwohl mein Umfeld mich von der Realität zu überzeugen versuchte, was ich nach Jahren der psychischen Entgleisung endlich bereit war, einzusehen. Die Bindung zum Arbeitgeber war nicht mehr existent und die Bindung meiner Ehe war ebenfalls in Auflösung. Die Diagnose eines Psychiaters, der mich nie sah, kam erschwerend hinzu. (Eine emotionale Mangelsituation entspricht einem Defizit in der emotionalen Zuwendung durch das soziale Umfeld und führt so zwangsläufig zu psychischer Fehlentwicklung.)

Aus Liebe zu meinen Kindern löste ich mich örtlich – nicht emotional – von meinen Kindern und versuchte, die Situation durch Aussitzen zu lösen. Ich zog mich in die Einsamkeit zurück und lebte vorrangig mit depressiven, entwerteten Gefühlen die pure Existenz des Lebens: Schlafen und Essen. Schon bald fehlten mir die finanziellen Möglichkeiten, gut Essen zu können. Also rief ich meine Eltern um Hilfe. Nachträglich muss ich sagen, dass ich endlich das sogenannte Oxytocin meiner Eltern richtig eingeschätzt habe.

Sozialer und emotionaler Tod

Mit der Diagnose durch die Psychiater und die medikamentöse Hilfe durch die Psychiatrie begann die Stigmatisierung, mein beruflicher Abstieg, mein emotionaler und sozialer Tod. Es gab keine Schmetterlingsgefühle mehr im Magen für schöne Gefühle. Durch eine angenommene Arbeit und eine neue Beziehung versuchte ich zu überleben, aber es war keine Emotionalität vorhanden. Ich versuchte zu funktionieren. Die Drehtürpsychiatrie begann und einmal ein fast zwölfmonatiger Psychiatrieaufenthalt. Als chronisch Kranker wurde ich entlassen, der im Arbeitsalltag resignierte, weil ich mich mit 38 Jahren in den beruflichen Ruhestand verabschieden musste bei niedrigen Bezügen.

Eine neue Lebenspartnerin brachte mir sehr viel Emotionalität entgegen, was ich aber nicht beantworten konnte. Dennoch förderte sie mich über Jahre, was mir nicht bewusst war, dass ich emotionaler wurde und soziale Aktivitäten zunehmend suchte und aushielt. Die emotionale Bindung zu meinen Kindern behielt ich über Jahre aufrecht, ohne eine Reaktion seitens der Kinder zu spüren. Dann plötzlich kam aus heiterem Himmel die Karte mit dem Himmelbett, was ich als Initialzündung meiner Genesung ansehen möchte. Ich spürte erstmals die Emotionalität seitens meiner Kinder.

Heute erkläre ich mir das über das Liebeshormon, den Oxytocin-Spiegel. Der eigene Oxytocin-Spiegel stieg an, weil meine Gefühle unerwartet beantwortet wurden. Den Text der Karte meiner Kinder las ich über Jahre immer wieder, um die versteckte Botschaft meiner Kinder zu begreifen. Denen war aber gar nicht an einer versteckten Botschaft gelegen. Ich wollte auch meinen Kindern keinesfalls meine psychisch instabile Situation zeigen. Ich

hatte mich lediglich mit den Kleidern im Bett versteckt und meinen Kindern eine Beschäftigung im Schlafzimmer suggeriert. Dieses einfache Spiel hatte meine neunjährige Tochter durchschaut und spürte: Mein Vater liegt immer im Bett, da muss es für ihn wie in einem Himmelbett sein.

Mittlerweile begann ich auch mit sozialen Aktivitäten und besuchte eine Selbsthilfegruppe für Psychiatrie-Erfahrene. Ich probierte erste Aktivitäten in der organisierten Selbsthilfebewegung und entwickelte last but not least wieder ein Gefühl für das Organisieren der Mahlzeiten. Ich übernahm einen Aushilfsjob als Hausmeister in einer Behörde und kommunizierte wieder mit Gefühl.

Der Absturz ließ dennoch nicht warten: Doppeldeutige Transaktion durch den Arbeitgeber schickte mich wieder in die Drehtür-Psychiatrie zurück. Danach gelang es mir dennoch, ein soziales Umfeld in der Selbsthilfebewegung aufzubauen, das meinen psychiatrischen Aufenthalt in der Klinik akzeptierte. Ich stand emotional ohne Wenn und Aber zu den vielen psychiatrischen Diagnosen und begann, mich als Mensch im (psycho-)sozialen Umfeld zu sehen.

... nicht für immer psychisch krank

Die Selbsthilfebewegung mit der antipsychiatrischen Bewegung hatte mich gefangen. Ich nahm dennoch die praktikablen Hilfen der biologischen Psychiatrie an, orientierte mich aber gedanklich in Richtung Alternativen. Zu dieser Zeit war mein Immunsystem so stabil, dass ich über Stunden leicht bekleidet bei Minustemperaturen auf dem Raucherbalkon sitzen und die Atmosphäre genießen konnte, und dies ohne somatische Gesundheitseinbuße. Ich fühlte eine Wärme in meinem sozialen Umfeld, die meinen Intellekt schätzte, förderte und akzeptierte. Auch suchte ich mir nun nicht mehr ein traditionelles Betätigungsfelder in der Wirtschaft aus, sondern erhöhte mein ehrenamtliches Engagement im psychiatrischen Bereich. (Und erhielt 2005 die Verdienstmedaille des Landes Rheinland-Pfalz.) Ich begegnete alten Bekannten wie dem Psychologen Andreas Knuf, Kommilitonen aus dem 1. und 2. Studium. Meine ehrenamtliche Arbeit war wieder von Gefühlen getragen, ohne das große Geld der Wirtschaft. Das Persönliche Budget, für das ich mich bis heute engagiere, hat ebenfalls großen Einfluss auf meine positiven Lebensgefühle. Die Leistungserbringer brachten mir neben der beruflichen Verpflichtung eine warme, geschützte Atmosphäre, förderten mich in meinen organisatorischen und intellektuellen Fähigkeiten, unterstützten mich bei meinen gedanklichen Spielereien, ließen mich andere Kulturen kennenlernen und bewundern sowie vieles mehr, was meinen Oxytocin-Spiegel steigen lässt. Dadurch habe ich zunehmend Vertrauen in die vielfältige Kommunikation mit Menschen.

Mittlerweile habe ich sogar wieder künstlerische Elemente in meinem Leben. Neben der Fotografie macht mir die Essenszubereitung und das Genießen von Speisen sehr viel Spaß. Impulsgeberin dafür war eine meiner vielen Lebensgefährtinnen, die mir half, die richtigen Speisen vorzubereiten, auszuwählen und zuzubereiten. Heute experimentiere ich im Kleinen und im Großen (wenn man mich lässt) mit der regionalen Küche vor Ort.

Literatur

1 *Amering M.* Hoffnung-Macht-Sinn. Recovery-Konzepte in der Psychiatrie Dokumentation zur 10. Fachtagung des LVPE RLP vom 22. September 2006 in Ludwigshafenwww.lvpe-rlp.de/Fachtagungen
2 *Amering M, Schmolke M.* Recovery – Das Ende der Unheilbarkeit Bonn, 2007
3 *Hehlmann W.* Geschichte der Psychologie Stuttgart, 1967; 2. Aufl
4 *Clausen J.* Das Selbst und die Fremde. Über psychische Grenzerfahrungen auf Reisen Bonn, 2007
5 *Knuf A.* Basiswissen: Empowerment in der psychiatrischen Arbeit Bonn, 2006
6 *Knuf A.* Wie werden psychisch kranke Menschen wieder gesund? pro mente sana aktuell 2005; 1: 26–27
7 *Lehmann P, Stastny P.* Statt Psychiatrie 2 Berlin, 2007
8 *Wagner FJ.* „Unheilbar krank" – nein danke! Wege aus einem Diagnose-Trauma. Soziale Psychiatrie 2007; 3: 21–22
9 *Wagner FJ.* Bessere Reintegration mithilfe der Persönlichen Budgets und ambulanter psychiatrischer Pflege. Psych Pflege Heute 2007; 3: 120–124
10 *Wagner FJ.* Verhandeln statt Behandeln – Partnerschaft im psychiatrischen Alltag. 25 Jahre Psychiatrie-Enquete; Band 1: 128–150
11 *Wagner FJ.* Die neue Psychiatrie in Rheinland-Pfalz aus Sicht von Psychiatrie-Erfahrenen. Psych Pflege Heute 2003; 4: 214–216
12 *Wagner FJ.* Was hat die Enquete Rheinland-Pfalz gebracht? Psych Pflege Heute 2004; 4: 192–194
13 *Wagner FJ.* Personenzentrierte Hilfen aus Sicht von Betroffenen. Kerbe 2004; 4: 19–22
14 *Wagner FJ.* Das persönliche Budget – Weg oder Irrweg? Psych Pflege Heute 2005; 11: 183–186
15 *Wagner FJ.* Entwicklung der Psychiatrie aus Sicht der Betroffenen. Psych Pflege Heute 2006; 2: 92–94
16 *Wagner FJ.* Das Persönliche Budget – eine Pandora für wen? Psych Pflege Heute 2006; 12: 276–279
17 *Wagner FJ.* Wie konnte ich wieder selbst bestimmt leben? Kerbe 2008; 1: 11–12

Vita

Franz-Josef Wagner, Wissenschaftsjournalist und Vorsitzender des Landesverbandes der Psychiatrie-Erfahrenen in Rheinland-Pfalz.