

Wesentliche Bedingungen und Merkmale von Depression

Ilona Ibrahim

12.05.2016

Depression scheint auf den ersten Blick eindeutig definiert. Verschiedene, sich teilweise überlappende Symptomphänomene, wie z.B. Trauer, Erschöpfung, Interessenlosigkeit, Müdigkeit, Agitiertheit u.v.m., werden zum Syndrom der Depression gebündelt. Das Hauptsymptomphänomen der Depression zeigt sich in einer anhaltenden gedrückten Stimmung, die mit einer Veränderung des allgemeinen Aktivitätsniveaus einhergeht, der sogenannten Antriebslosigkeit, wodurch sie unter die affektiven Störungen fällt.

Doch die gängigen Klassifizierungssysteme zeigen eine Vielzahl verschiedener Depressionstypen auf, die sich, wie auch die Symptomphänomene, nicht klar voneinander abgrenzen lassen. Auch über mögliche Ursachen besteht keine Einigkeit. Sie reichen über genetische, neurobiologische, psychosoziale und die Persönlichkeit betreffende Belastungsfaktoren bis hin zu früheren psychischen Störungen und körperlichen Erkrankungen. Als eine weitere mögliche Ursache werden auch gesellschaftlich veränderte lebensweltliche Bedingungen diskutiert. Zudem ist die Unterscheidung zwischen einer psychischen bzw. affektiven Störung und einer psychischen Krankheit nicht eindeutig definiert. Die aus unterschiedlichen Depressionskonzepten hervorgehenden Ergebnisse der Depressionsforschung stimmen aufgrund unterschiedlicher Erfahrungsgrundlagen, methodologischen Traditionen und verwendeter Terminologie nur selten überein. Ausschlaggebend dafür ist, dass ein jedes Depressionskonzept nur einzelne Aspekte des Menschen berücksichtigt. Der hier aufgezeigte Dissens wirft unweigerlich die Frage auf, von welcher anthropologischen Grundannahme in der Depressionsforschung und den unterschiedlichen Depressionskonzepten eigentlich ausgegangen wird.

Weitestgehend setzte die Depressionsforschung bisher den cartesischen Geist-Körper-Dualismus voraus und konzentrierte sich dadurch auf die psycho-somatische Symptomatik. Doch anhand des Anstiegs der Patienten, die nach therapeutischen Anfangserfolgen - gleich wie sie vorbehandelt wurden - einen Rückfall erleiden oder bei denen eine Chronifizierung der Depression festzustellen ist und der darüber hinaus weltweiten Zunahme von Depression, kommt man nicht umhin zu fragen, ob das auf Geist und Körper reduzierte Menschenbild als angemessen erachtet werden kann und ob es dadurch womöglich auch zu verfehlten methodischen Zugriffen und folglich zu fragwürdigen Ergebnissen kommt. Es liegt nahe, dass die der Depressionsforschung zu Grunde gelegte theoretische Voraussetzung einer naturalistischen oder

dualistischen Anthropologie einer kritischen Hinterfragung bedarf. Da es strittig ist, ob die Ursachen von Depression psychischer, somatischer oder gesellschaftlicher Art sind, erfordert es zudem eine wesentliche Bestimmung der Depression, um Depression als Depression verstehen zu können und nicht ins Beliebige abzugleiten.

Mit einer reichhaltigeren Anthropologie als Ausgangspunkt, wie sie z.B. von Thorsten Streubel in seiner Schrift „Kritik der philosophischen Vernunft. Die Frage nach dem Menschen und die Methode der Philosophie“ in Grundzügen entwickelt wurde und mit einer philosophischen Analyse der wesentlichen Bedingungen und Merkmale von Depression lässt sich zeigen, dass die der Depressionsforschung zugrunde gelegte Anthropologie keine alternativlose ist. Depression kann dadurch über die medizinisch-psychischen Symptombeschreibungen hinaus begrifflich definiert werden, wodurch ein Gesamtbild der Depression entsteht und folglich ein besseres Verständnis von Depression ermöglicht wird.

Wenn Depression als affektive Störung verstanden wird und eine Störung etwas ist, dass eine Entwicklung oder ein Weiterkommen hemmt, dann stellt sich notwendigerweise die Frage, was in einer Depression ins Stocken gerät. Damit Affekte aber affizieren können, bedarf es etwas, was affizierbar ist. Also etwas, das dem auslösenden Reiz der Affektion folgt, indem es sich dem zu erfassenden Gegenstand zuwendet. Folglich ist die Affektion eine passive bzw. rezeptive Erfahrung. Die Zuwendung aber auf den aufmerksam zu erfassenden Gegenstand bedarf eines willentlichen wie auch geistigen Ichaktes, nämlich der Reaktion auf den Gegenstand, von dem der Reiz ausging und dessen Sinnzuweisung. Der den Reiz auslösende Gegenstand ist aber kein isolierter Gegenstand. Ganz im Gegenteil: Er hebt sich im Bewusstsein, also im zeitlichen Erleben aus dem Hintergrund kontrastierend hervor, und weckt erst dadurch das Interesse des Ich. Depression als affektive Störung könnte nun dahingehend verstanden werden, dass aufgrund des Hauptsymptomphänomens der Antriebslosigkeit und des untergeordneten Symptomphänomens der Interessenlosigkeit das Ich der depressiven Person gehemmt ist, weil es sich nicht mehr auf einen Reiz auslösenden Gegenstand richten kann oder aber, dass Reize auf das Ich der depressiven Person keinen Reiz mehr ausüben. Ist also eine depressive Person unempfindlich gegenüber jeglichen Reizen und richtet sich dadurch auch auf keinen Gegenstand mehr? Ist dadurch womöglich das Ich der depressiven Person der in seiner Entwicklung gehemmte Gegenstand?

Dass depressive Personen aber von einem Gegenstand affiziert werden und sie sich auf diesen richten bzw. auf diesen reagieren, zeigt sich in den Symptomphänomenen des Grübelns bzw. des Zweifels über das Vergangene und des 'ich kann nicht mehr'. Das heißt,

der Gegenstand, der den Reiz ausübt und auf den sich die depressive Person richtet, ist zum Einen das vergangene Leben und zum Anderen, dass diese Person etwas, was sie wollte, nicht mehr umsetzen kann. Folglich kann Depression als affektive Störung ausgeschlossen werden. Des Weiteren weisen diese beiden Symptomphänomene in Verbindung mit den Erfahrungsberichten depressiver Personen darauf hin, dass nicht, wie allgemein angenommen, eine je aktuell erlebte variable Einzelsituation, wie z.B. der Tod einer geliebten Person oder der Arbeitsplatzverlust, Auslöser dieser Symptomphänomene ist, sondern, dass diese Personen im Grübeln und Zweifeln auf ihr bisher gewordenes Leben reagieren und sie nicht mehr in der Lage sind ihr Leben ihrem Sinn nach zu gestalten. Dies zeigt sich in den durch die Depressionsforschung oftmals unbeachteten Aussagen über die in der Depression erlebte Sinnlosigkeit bzw. Sinnleere ihres Lebens. Das bis dahin gesamte gewordene Leben und damit verbunden die je individuelle persönliche Entwicklung findet in der gängigen Depressionsforschung kaum bis keine Berücksichtigung. Der in einer Depression gehemmte Gegenstand kann demzufolge nur ein sich sinnvoll entwickelndes Leben sein, das gelebt werden will.

Ein personeller Lebensvollzug konstituiert sich dadurch, dass das geistig-voluntative wie auch geschichtliche und kulturelle Ich, ausgehend von der Vergangenheit, vormeinende Vorstellungen entwickelt, die als bleibendes Thema bzw. als habitueller Wille das mögliche Lebensziel und die mögliche persönliche Entwicklung beinhalten, wodurch dem Leben und dem personalen Werden eine offene Entfaltung und ein individueller Sinn zukommt. Das mögliche Lebensziel und die persönliche Entwicklung wird in einem jeden erreichten Zwischenziel mit den vormeinenden Vorstellungen abgeglichen und näher bestimmt. Im Modus der eigentlichen Erfüllung des Lebensziels ist das geistig-voluntative Ich bewusst bei seinem Ziel. Ein thematischer Wechsel, also eine Änderung des Lebensziels und der damit einhergehenden Lebensvorstellungen, kann durch bestimmte Motive oder Ablenkung erfolgen, was aber dazu führt, dass das eigentliche Thema ins Stocken gerät. Den Urmodus seiner Gewissheit verliert das Lebensziel dann, wenn stets wiederkehrende Nichtverwirklichungen und die damit einhergehende Enttäuschung dazu führen, dass das Thema des Lebensziels eine Durchstreichung erfährt und folglich einer Aktualisierung bedarf. Das Thema selbst, also das Ziel des Lebens mit all seinen Zwischenzielen und Vorstellungen, wie auch die bis dahin gewordene persönliche Entwicklung, werden nun bezweifelt. Die damit einhergehende Nichtverwirklichung des Lebensziels zeigt sich in den Aussagen der Depressiven, dass sie nicht mehr können. Das „es werde“ konnte in den

Handlungen vollzogen werden, aber es gelingt der Person nicht, das zu Schaffende zu erreichen, also das Mögliche wirklich werden zu lassen. Folglich wird die Umsetzung des gesamten Lebens zu einer belastenden und düsteren Schwere. Das Gefühl der Enttäuschung darüber, dass man selbst nicht mehr im Stande ist seine Lebensvorstellungen zu verwirklichen, zeigt sich im Hauptsymptomphänomen der gedrückten Stimmung. Werden keine Motive für eine Aktualisierung des thematischen Strebens gefunden, so dass ein veränderter habituelle Wille bzw. ein verändertes Lebensziel erworben werden kann, ist die depressive Person hin und her gerissen im weiteren Streben und dem nicht mehr zu verwirklichenden Können des Lebensziels, was in der Agitiertheit depressiver Personen zu beobachten ist. Mit dem Nachlassen der Willenskraft wird das mögliche Lebensziel nicht nur in Frage gestellt, sondern nach und nach aufgegeben und die bis dahin gewordene persönliche Entwicklung erfährt eine Entpersönlichung. Die betroffene Person erlebt eine immer größer werdende Distanz zu ihrem eigenen Leib und reagiert mit dem Gefühl der Gefühllosigkeit, da mit der Distanzierung zu ihrem eigenen Leib der Verlust der Meinigkeit einhergeht. Lassen sich allerdings Motive für eine Aktualisierung des thematischen Strebens finden, dann kann das bis dahin gewordene Thema durchgestrichen bzw. aufgegeben werden. Durch den dadurch empfundenen Verlust des bis dahin Gewordenen, der leiblich schmerzvoll erfahren wird, ist es der depressiven Person möglich mit dem Gefühl der Traurigkeit auf diesen Verlust reagieren zu können, aber auch mit den gefundenen Motiven ein aktualisiertes Lebensziel zu erwerben. Was jedoch nicht impliziert, dass damit alles auf Null gesetzt wird und bis dahin erworbene Überzeugungen, Icheigenheiten und Einstellungen hinsichtlich des Lebensziels negiert werden, sondern, dass auf diese die Aktualisierung aufgebaut wird. Durchstreichen des Lebenszieles meint, dass die Gewissheit dieses Lebensziels negiert wird, aber nicht der Sinn des Lebensziels.

Um ein Gesamtbild der Depression aufzeigen zu können, reicht es allerdings nicht, die betroffene Person isoliert und fernab lebensweltlicher Bedingungen zu untersuchen. Die sinnlich präsente Umwelt und damit das persönliche Umfeld sowie gesellschaftliche Verhältnisse müssen in die Depressionsforschung miteinbezogen werden. Denn eine persönliche Entwicklung und vormeinende, an der Vergangenheit antizipierende Vorstellungen hinsichtlich eines individuellen Lebenszieles können nur in der Wechselwirkung mit anderen und im gesellschaftlichen Kontext erworben werden. Denn die Lebenswelt ist die Welt der alltäglichen Praxis, der Erfahrungen und der Intersubjektivität. Folglich bilden lebensweltliche und gesellschaftliche Bedingungen den Rahmen der Möglichkeiten Lebensvorstellun-

gen und -ziele erwerben und verwirklichen zu können, aber auch diese zu behindern bzw. zu verhindern, wodurch sie dann depressive Reaktionen fördern. Aber auch auf Krankheiten, körperliche Gebrechen und geistige Einschränkungen kann mit Depression reagiert werden, wenn die einstigen Fähigkeiten zur Verwirklichung des möglichen Lebenszieles nicht mehr gegeben sind.

Der in einer Depression das geistig-voluntative Ich affizierende Gegenstand ist das immer wiederkehrende nicht zu verwirklichende Lebensziel und die dadurch gehemmte persönliche Entwicklung. Depression ist infolge dessen ein schleichender Prozess, der mit einer jeden Wiederkehr der Nichtverwirklichung an Intensität gewinnt. In der Selbstaffektion reagiert das geistig-voluntative Ich darauf mit dem Gefühl der Enttäuschung und ist Verursacher der Symptomphänomene der Depression.