

# Integrierte Humanmedizin – Menschenbild, soziales Gehirn und interdisziplinäre Praxis

Priv.-Doz. Dr. med. Andreas Zieger  
und Gastreferent/Innen

## **Schwerstkrankenmedizin**

**24.04.2007:** Existenzielle Psychologie  
und Medizin (Tod, Sterben, Leben, Sinn)

SS 2007, CvO Universität Oldenburg

## Grundhaltung einer modernen „biotechnischen“ Medizin:

- Krankheit, Behinderung, Sterben und Tod als „Störfall“, die bekämpft und/oder verdrängt werden müssen.
- Sehnsucht nach Unverletzlichkeit, ewiger Jugend und Schönheit, nach Unsterblichkeit (als Illusion)
- Heilsversprechen der modernen Medizin z.B. Transplantationsmedizin
- bestimmt die Kultur dieser Medizin

## Bedeutung der existenziellen Psychologie für die Medizin

- Berühren die Grundfragen der Seinsweise des einzelnen Menschen in seinem Verhältnis zur Welt und zu anderen Menschen
- Subjektive, innere, seelische und geistige Belange/Bedürfnisse werden neben somatischen zum Gegenstand der Medizin
- Wiedereinführung des Subjekts in die medizinische Wissenschaft (Weizsäcker)

## Grundhaltung einer modernen „existenzialistischen“ Medizin:

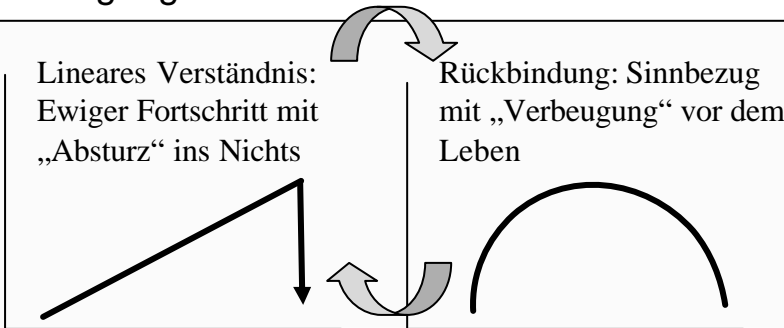
- Krankheit, Behinderung, Sterben und Tod gehören zum Leben
- sind Bestandteil menschlicher Existenz
- des Werdens und Vergehens des Menschen
- sind menschenmögliche Seinsweisen
- verweisen auf die Endlichkeit des Lebens schlechthin
- Kultur des Sterbens, Totenkult als Charakteristikum des Menschseins

## Menschenmögliche Haltungen zu Sterben/Tod

- Umgang mit der Endlichkeit des Lebens
- Umgang mit Sterben und Tod

Lineares Verständnis:  
Ewiger Fortschritt mit  
„Absturz“ ins Nichts

Rückbindung: Sinnbezug  
mit „Verbeugung“ vor dem  
Leben



Integration beider Haltungen möglich?

## Existenz = Seinsweise (Ontologie)

### Existenzialismus

- Husserl, Heidegger, Kierkegaard, Buber, Jaspers, Sartre, Yalom
- Zitat „Geschichte des Existenzialismus“ (Zieger 2007)

### Karl Jaspers (1883-1969):

- „Das Leben ist eine Auseinandersetzung mit der Welt, die wir die Wirklichkeit nennen, ist Kampf, Einwirkung und Gestaltung – ist Scheitern an ihr – ist Anpassung an sie – ist Auffassung und Wissen von ihr.“ (S. 271)
- „Eine Wirklichkeit des Selbstseins.“ (S. 11)  
(Allgemeine Psychopathologie, 1973)

## Existenzielle Grundfragen

Carl Friedrich von Weizsäcker  
(Naturforscher, Physiker, Anthropologe)

„Im Garten des Menschlichen“ (1981):

- Woher komme ich?
- Wer bin ich?
- Wohin gehe ich (Was wird aus mir)?

## Existenzielle Grundbedürfnisse

- Wärme, Nahrung, Zuwendung, Schutz
- Sicherheit und Vertrauen
- Angenommensein, Geliebtwerden
- Mit-Bewegung und Wahrnehmung
- Selbstaktualisierung, Ausdruck
- Selbstwirksamkeit, Spüren der Wirkungen im anderen
- Kontakt, Kommunikation, Information (Neuigkeiten)
- Zufriedensein, Wohlsein

## „Grenzsituationen“

Jaspers, K. „Allgemeine Psychopathologie“

- „geschichtliche Bestimmtheit des menschlichen Daseins...
- Letzte Situationen, die oft im Alltag nicht beachtet werden und dennoch das Leben weitgehend bestimmen, z.B. Tod, Schuld, Kampf als Unausweichlichkeit...
- Was der Mensch eigentlich ist und werden kann, hat seinen letzten Ursprung in der Erfahrung, Aneignung und Überwindung der Grenzsituation.“

(1913/1973, S. 271)

In Anlehnung an Johann Jakob von Uexküll (1864-1944), den Pionier der theoretischen Biologie vollzieht nach Weizsäcker sich das Leben nicht nur als „Dasein in der Welt“, sondern

- „als Wechselbestimmung einer Inwelt und einer Umwelt. Daher ist schon das somatische Dasein als der anatomische Leib mit seinen physiologischen Funktionen in einem beliebigen Raum nicht zureichend zu erforschen, sondern erst als ein Leben mit seiner Umwelt, auf die hin es gebaut ist und sich verwirklicht, in einer Angepaßtheit als Merkwelt und Wirkwelt.“

(1973, S. 10-11)

- „Insbesondere erwächst der Umwelt die Situation, in der der Einzelne seine Gelegenheiten ergreift oder versäumt, oder in denen er sich entscheidet. Er bringt selber die Situation hervor, lässt sie entstehen oder nicht zustande kommen in einer verstehbaren Verwicklung. Er gehorcht Ordnungen, Regeln und Konventionen einer Welt und macht sie zugleich zu Werkzeugen, mit denen er sie durchbricht. Schließlich stößt er an ‚Grenzsituationen‘, unüberschreitbare Daseinsgrenzen – den Tod, den Zufall, das Leiden, die Schuld -, an denen in ihm Erwachen kann, was wir Existenz nennen: eine Wirklichkeit des Selbstseins.“ (1913/1973, S. 11)

- Während Grenzbereiche *räumliche* Übergangszonen und Bedeutungsfelder zwischen Ordnungszuständen und Begriffen darstellen, sind Grenzsituationen *zeitliche* Begebenheiten oder Geschehnisse, die im Lebensganzen als „Tätigkeiten, Leistungen, Erlebnisse durch die Situation ausgelöst oder angeregt, als Aufgabe gestellt“ werden.
- „Diese Situationen sind zuletzt aufgehoben in den Grenzsituationen, d.h. den unüberschreitbaren, unwandelbaren Situationen des Daseins, an denen es erwacht zur Existenz und als Daseins scheitert.“  
(Jaspers 1973, 271, 275).

## Mit anderen Worten:

- Grenzsituationen stellen für Menschen eine außerordentliche und jeweils einmalige Herausforderung dar, in der es seine ihre eigene Existenz geht, um ihn selbst in seinem einzigartigen, unverwechselbaren Selbstsein als Mensch.
- In Grenzsituationen ist der Mensch „zu einer Bestimmung seines Mensch-Seins, zu einem Verhältnis gegenüber seiner Bestimmung als Mensch herausgefordert.“

(Wiehl 2002, 24-25)

Yalom, I.D. (amerikanischer Psychiater und Psychotherapeut)

### „Existenzielle Psychotherapie“

- „ein Ereignis, ein eindringliche Erfahrung, die uns in die Auseinandersetzung mit unserer existenziellen ´Situation´ in der Welt hineintreibt...“
- Der eigene, bevorstehende Tod ist eine Grenzsituation par excellence ...
- Die Bewusstheit des Todes bringt uns weg von trivialen Beschäftigungen und verleiht dem Leben eine tiefe Intensität sowie eine völlig andere Perspektive.“

(1980, S. 193)

## Frage 1

1. Hatten Sie schon mal eine existenzielle Grenzsituation (auch Grunderfahrung)?

### „Grenzsituationen“

- Schwere lebensbedrohliche Krankheit
- Erkrankung eines nahestehenden Menschen
- Tod des Ehepartners oder eines Kindes
- Gewaltverbrechen, Vergewaltigung, Mißbrauch
- Schwerer Unfall
- Naturkatastrophe
- Miterleben eines Amoklaufes oder eines terroristischen Anschlags
- und andere, heute beinahe schon „alltägliche“ Begebenheiten



## Frage 2

2.) Was macht eine solche aus?

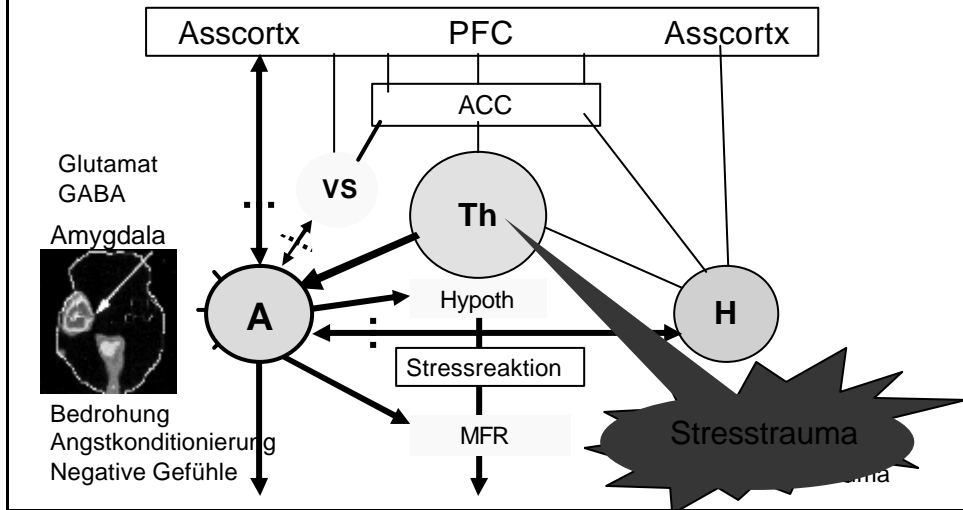
### „Stresstrauma“ als Lebensereignis

- nicht erwartet, völlig unvorhergesehen
- Plötzlich, akut
- ohne jede Vorerfahrung
- lebensbedrohlich, vernichtend, tödlich
- passiv ausgeliefert, keine erworbenen Schutzmechanismen
- Archaische Ängste und Schutzreaktionen
- Dissoziationszustände

# Verhalten des „sozialen“ Gehirns (1)

## Emotionale (unbewusste) Verarbeitung

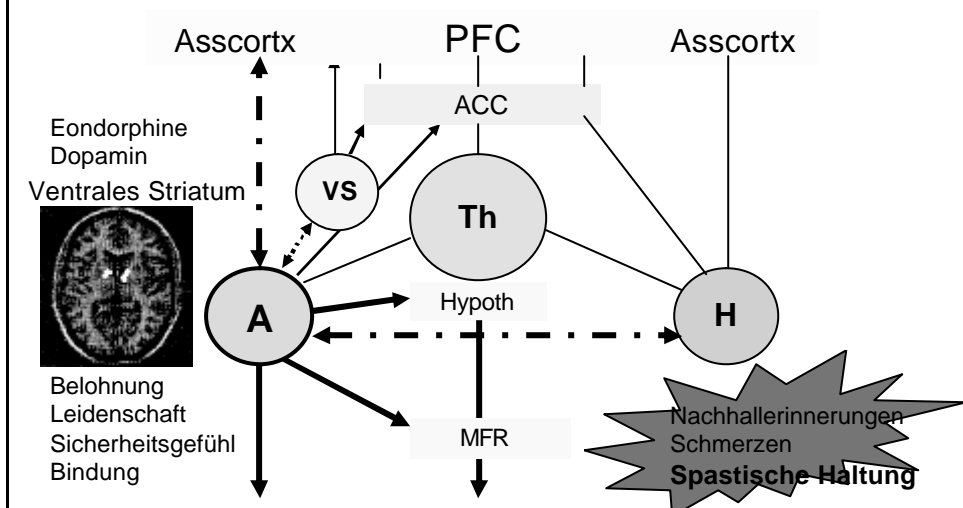
### Akutphase – „Koma“ (Schock)



# Verhalten des „sozialen“ Gehirns (2)

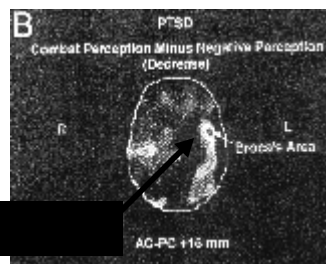
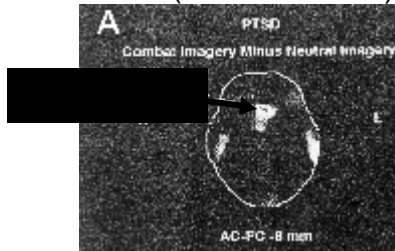
## Erste Erholungsphase

### Remission in ein „Wachkoma“

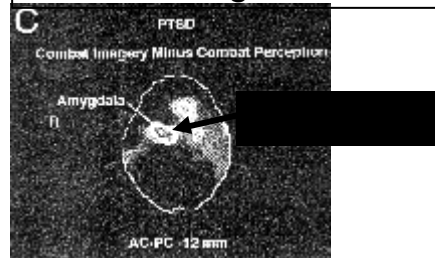


# Chronifizierung in Form einer PTBS

PET (Bremner 1996)



- Bedrohung, Schmerz
- Verstummen
- Angstkonditionierung
- Erstarren
- Wiedererinnerungen
- Vermeidungsverhalten



## Folgen

- Verteidigung, Aggression, Kampf vs
- Rückzug, Ohnmacht, Totstellreaktion
- Bodenlose Verunsicherung, „Einfrieren“, Rigidität
- Verstummen, stummes Schreien
- Amnestische Dissoziation
- Regression (Infantilisierung, Passivität, Depression, erlernte Hilflosigkeit)
- Abstumpfen, Apathie, Leiden
- Kollaps/Tod

## Frage 3

3.) Wie möchten Sie, dass in einer solchen Lebenssituation mit Ihnen umgegangen wird?

## Existenzielle Qualitäten

1. Lebenssituation
2. Tod, Krankheit und Behinderung
3. Zufall, Schuld, Angst, Schmerz
4. Sinn, Sinnfülle, Sinnlosigkeit
5. Leiblichkeit, Ausdruck, Verletzlichkeit
6. Integration (Bewältigung, Überwindung?)
7. (Selbst)Achtsamkeit, Ehrfurcht

## Frage 4

4.) Was ist der Sinn Ihres Lebens?

## Lebenssinn

- „Der Sinn meines Lebens ist es, anderes Leben zu fördern.“  
(Zieger 2001)
- Und dabei selbstachtsam zu sein, weil ich sonst anderes Leben nicht fördern kann.
- Wechsel von Aktivität und Erholung
- Geistige Leiblichkeit (Verkörperung des Geistes)
- Essenzielle Autonomie (Wohlsein) kommt vor Willensautonomie (Heilsein)

## Frage 5

5.) Welcher Sinn kann Krankheit / Behinderung aus existenzialistischer Sicht haben?

Yalom (1980, S. 197):

- „Indem man den Tod im Sinn hat, wechselt man zu einem Zustand der Dankbarkeit, der Wertschätzung für die zahllosen Begebenheiten der Existenz.
- Das ist das, was die Stoiker meinten, als sie sagten:
- ‘Betrachte den Tod, um zu lernen, wie man lebt.’“