

Nikolaus Gerdes

Der Sturz aus der normalen Wirklichkeit und die Suche nach Sinn

Ein wissenssoziologischer Beitrag zu Fragen der Krankheitsverarbeitung bei Krebspatienten

Referat auf der 2. Jahrestagung der "Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Psychoonkologie e.V." in Bad Herrenalb.

INHALT

1. Der Ansatz der Wissenssoziologie: "normale Wirklichkeit" als soziale Konstruktion
 - 1.1 Die These
 - 1.2 Ansatzpunkte in der Ethnologie
 - 1.3 Ansatzpunkte in der biologischen Anthropologie
2. Prozesse der gesellschaftlichen Konstruktion einer normalen Wirklichkeit
 - 2.1 Institutionale Ordnung von vorgeprägten Handlungsmustern
 - 2.2 Konstruktion einer "Sinnwelt"
 - 2.3 Soziale Identität als "Selbst"
 - 2.4 Stabilisierung und Abschirmung der bestehenden Wirklichkeitskonstruktion
3. Die "Leistung" dieser Konstruktion und ihr "Preis"
 - 3.1 Kontrollierbarkeit der Wirklichkeit
 - 3.2 Reduktion der Wirklichkeit auf das Bekannte
 - 3.3 Der Raum außerhalb der normalen Wirklichkeit
4. Krebsdiagnose: der (unfreiwillige)"Sturz aus der normalen Wirklichkeit" und die Suche nach Sinn
 - 4.1 Phänomenologie
 - 4.2 Äußerungsformen
 - a) "Grübeln"
 - b) Interaktionsprobleme
 - c) Aufsteigen alter, bisher verdeckter Konflikte
 - 4.3 Hilfestellungen

EINLEITUNG

Die mittlerweile sehr umfangreiche Literatur über Probleme der Krankheitsverarbeitung bei Krebskranken nennt eine kaum noch überschaubare Fülle verschiedenartigster psychosozialer Belastungen, die als Folge einer Krebserkrankung auftreten können (zusammenfassende Literaturübersichten finden sich in: MORRIS 1983, ZIEGLER 1982, BAMMER 1981, MEYEROWITZ 1980).

Im Folgenden möchte ich eine These darstellen und erläutern, die m. E. eine grundlegende "Belastungsquelle" sichtbar machen und viele Einzelbelastungen auf einen gemeinsamen Ursprung zurückführen kann. Dieses "Ursprungsproblem", so wird sich zeigen, betrifft die "Nicht-Betroffenen"¹ in genau der gleichen Weise wie die "Betroffenen"; der Unterschied ist nur, dass ihm die Betroffenen weniger leicht ausweichen können. Insofern macht die These keine prinzipielle Unterscheidung zwischen "Gesunden" und "Kranken". Dies zu betonen erscheint mir wichtig angesichts der verbreiteten "Krebspersönlichkeits-Theorien", die - mehr oder minder explizit - Tendenzen zur Stigmatisierung der Krebskranken enthalten. (Explizit z. B. BAHNSON 1979; weniger explizit: LE SHAN 1982, GROSSARTH-MATICEK 1970).

Sozusagen in einer "Nußschale" läßt sich die These mit den Anfangszeilen eines Gedichts aus 1001 Nacht erläutern:

'Die Menschen schlafen solange sie leben.

Erst in ihrer Todesstunde erwachen sie.'

(1001 Nacht, 15.Nacht)

Der "Schock", der in allen Selbsterfahrungsberichten von Krebskranken als Reaktion auf die Eröffnung der Krebsdiagnose und auf die Entdeckung von Metastasen beschrieben worden ist, hat nach meinem Verständnis etwas von dem "Erwachen" an sich, das in diesen Gedichtzeilen der Todesstunde zugeschrieben wird. Offenkundig ist es ja die plötzlich spürbar und real gewordene Nähe des eigenen Todes, die den "Schock" auslöst.

Von hier aus ergeben sich dann zwei zentrale Fragen:

1. Woraus "erwachen" die Menschen unter dem Schock des nahenden Todes? Was also war der "Schlaf" oder "Traum", in dem man sein Leben lang befangen war?

2. Wozu eigentlich "erwacht" man unter diesem Schock? Was bekommt man zu Gesicht, wenn man plötzlich aus dem lebenslangen Schlaf aufgeschreckt wird?

Beide Fragen erscheinen auf den ersten Blick so "metaphysisch", dass es aussichtslos erscheint, eine stichhaltige und konkrete Antwort darauf auch nur versuchen zu wollen.

Überraschenderweise nun kommt aus einem relativ jungen Zweig der Soziologie, der sog. "Wissenssoziologie", eine Antwort, die zumindest die erste Frage ganz erstaunlich sachlich und rational beantworten kann und für die zweite Frage einen Bezugsrahmen liefert, innerhalb dessen eine Antwort versucht werden kann.

1. DER ANSATZ DER WISSENSSOZIOLOGIE "NORMALE WIRKLICHKEIT" ALS SOZIALE KONSTRUKTION

Peter BERGER und Thomas LUCKMANN legten mit ihren 1966 erschienenen Buch "Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit" (deutsch: Frankfurt 1969) einen neuen Ansatz für eine Theorie der Wissenssoziologie vor. Die zentrale These des Buches wird bereits sichtbar, wenn man sich den Titel etwas genauer ansieht:

Es heißt eben nicht: "Die Konstruktion der gesellschaftlichen Wirklichkeit"; (dass die jeweilige Struktur einer Gesellschaft eine von Menschen gezeugte Konstruktion und nicht etwa eine Naturtatsache ist, weiß man spätestens seit den Arbeiten von Karl MARX). Der Titel heißt vielmehr: "Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit".

1.1 Die These der Wissenssoziologie

Die darin enthaltene These besagt:

Unsere gesamte Sicht der Wirklichkeit - all das, was wir alltäglich in ganz unbefangener Selbstverständlichkeit als objektive Wirklichkeit der Welt, der anderen Menschen und des eigenen Selbst wahrnehmen -, ist eine gesellschaftliche Konstruktion und nicht etwa eine Naturtatsache. Mit anderen Worten: Unser alltägliches Wirklichkeitsverständnis ist ein bestimmtes, sozial erzeugtes und abgesichertes Bild der Wirklichkeit, das auch ganz anders aussehen könnte (und in anderen Gesellschaften faktisch anders aussieht!) und auch das, was wir für unsere eigene persönliche Identität, unser "Ich" also, halten, ist eine soziale Konstruktion: Ein von anderen erzeugtes - und von uns übernommenes - Bild des eigenen Wesens. In den Bildern der Welt und des eigenen Selbst sind wir alltäglich so befangen, dass wir diese sozial vorfabrizierten Bilder der Wirklichkeit für die Wirklichkeit selbst halten.

In der Sichtweise der Wissenssoziologie besteht die grundlegendste Funktion von Gesellschaft darin, dass sie aus dem unüberschaubaren Chaos der Existenz einen geordneten "Kosmos" erschafft und durch kollektive Übereinstimmung absichert. Bildlich gesprochen, erschafft Gesellschaft in dem unverstandenen und gefährlichen Dschungel der Existenz eine offene "Lichtung", auf der ein geordnetes alltägliches Leben seinen überschaubaren Gang nehmen kann. Die Gestalt der Welt, die auf einer solchen Lichtung errichtet wird, ist in den verschiedenen Gesellschaften unterschiedlich; ihre Funktion jedoch ist überall die gleiche: Sie bannt das Chaos der Überfülle der Phänomene, ordnet sie nach Sinn und Bedeutung, und vor allem:

Sie verleiht dem so geschaffenen Bild einer verstehbaren Wirklichkeit Dauer in der Zeit: Die gefährlichen, ständig mit Vernichtung drohenden Möglichkeiten der Zukunft werden reduziert auf den gewohnten Ablauf des Bekannten. Auf der Lichtung der gesellschaftlich vorstrukturierten Wirklichkeit wird die Welt von morgen im wesentlichen genauso sein wie heute und gestern. Damit wird die Zukunft (in gewissen Grenzen) vorhersehbar und beherrschbar: Man kann Pläne machen und mit ihrer Verwirklichung rechnen.

Dass diese "Lichtung" einer verstehbaren und kontrollierbaren Wirklichkeit letztlich nur ein sozial erzeugtes "Bild" der Wirklichkeit darstellt, wird von zwei verschiedenen Ansatzpunkten aus deutlich sichtbar:

1.2 Ethnologie

Die Ergebnisse der ethnologischen Forschung haben gezeigt, wie in den verschiedenen Gesellschaften nicht nur jeweils verschiedene Lebensweisen und Verhaltensmuster sondern letztlich ein jeweils verschiedenes Wirklichkeitsverständnis vorherrscht: Die Angehörigen einer afrikanischen Stammesgesellschaft beispielsweise leben in einer anderen Wirklichkeit als Menschen in China der Ming-Dynastie oder in einer modernen Industriegesellschaft.

Als entscheidender Punkt zeigte sich nun: Innerhalb aller Gesellschaften wird das dort vorherrschende Bild der Wirklichkeit für die einzige, wirkliche und wahre Wirklichkeit gehalten. Und in allen Gesellschaften wird mit der Wirklichkeitssicht anderer Gesellschaften (wenn man sie zu Gesicht bekommt) dasselbe gemacht, was wir in unserer Gesellschaft mit der Wirklichkeitssicht anderer Gesellschaften machen: Sie wird abgewertet und als falsche Sicht der Wirklichkeit angeprangert (in traditionaler Sprechweise hieß das: Die anderen "beten falsche Götter an"; in moderner Sprechweise: "unterentwickelt" bzw. "in kapitalistischer/kommunistischer Ideologie befangen").

Die Wissenssoziologie zieht aus solchen Ergebnissen ethnologischer Forschung ein (zugegebenermaßen recht unangenehmes) Fazit: Das, was man bei fremden Gesellschaften so deutlich sehen kann - nämlich dass die dort vorherrschende Wirklichkeitserfahrung faktisch nur ein bestimmtes Bild der Wirklichkeit erfasst eben dies gilt offensichtlich auch für die eigene Gesellschaft und die in ihr vorherrschende Wirklichkeitserfahrung. Dass wir das bei uns vorherrschende Bild der Wirklichkeit nicht als "Bild der Wirklichkeit", sondern als "die Wirklichkeit selbst" erfahren, besagt wenig: Dies ist in anderen Gesellschaften ganz genauso.

1.3. Biologische Anthropologie

Die biologische Anthropologie kann einige Aspekte des Hintergrunds sichtbar machen, auf dem die soziale Konstruktion einer jeweils bestimmten Wirklichkeit stattfindet. In aller Kürze sei hier auf einen zentralen Aspekt hingewiesen:

Im Vergleich zu den anderen höherentwickelten Säugetieren ist die "Welt" des Menschen nur in sehr geringem Maße durch Instinkte biologisch festgelegt: "Auch der Mensch hat selbstverständlich Triebe. Aber seine Triebe sind höchst unspezialisiert und ungerichtet. Wichtige organismische Vorgänge, welche beim Tier im Mutterleib abgeschlossen werden, finden beim Menschen erst nach seiner Trennung von der mütterlichen Hülle statt. Zu dieser Zeit ist jedoch das Kind nicht nur schon in der Außenwelt, sondern es steht bereits zu ihr in Wechselbeziehungen verschiedenster und kompliziertester Art ... Mit anderen Worten: Der Vorgang der Menschwerdung findet in Wechselwirkung mit einer Umwelt statt

Dem menschlichen Organismus mangelt es an dem nötigen biologischen Instrumentarium für die Stabilisierung menschlicher Lebensweise. Seine Existenz wäre, würde sie zurückgeworfen auf ihre rein organismischen Hilfsmittel, ein Dasein im Chaos. Solches Chaos ist theoretisch vorstellbar, empirisch aber nicht nachweisbar. Empirisch findet menschliches Sein in einem Geflecht aus Ordnung, Gerichtetheit und Stabilität statt ... Man kann geradezu sagen, dass die ursprüngliche biologische Weltoffenheit der menschlichen Existenz durch die Gesellschaftsordnung immer in eine relative Weltgeschlossenheit umtransponiert wird, ja, werden muss". (BERGER u. LUCKMANN, a.a.O., S. 49 ff).

Nach Auskunft der biologischen Anthropologie ist der Mensch also von Natur aus sozusagen ein "unbeschriebenes Blatt" - ohne eine durch Instinktreaktionen vorgegebene Umwelt und ohne ein biologisch fixiertes Selbst. Dieses unbeschriebene Blatt wird nun von der Gesellschaft beschrieben: Mit einem spezifischen Bild der Wirklichkeit und mit einem spezifischen Bild des eigenen Selbst. (In diesem Sinne könnte man sagen, dass die soziale Vorprägung der Wirklichkeitserfahrung beim Menschen der instinktmäßigen Vorprägung der Wirklichkeitserfahrung bei den Tieren entspricht. In biologischer Sichtweise hat die soziale Vorprägung einen immensen Vorteil gegenüber der

instinktmäßigen: Sie ist unendlich viel flexibler und ermöglicht eine relativ rasche Anpassung an veränderte Umwelten, ohne auf den Zufallsmechanismus von Mutation und Selektion angewiesen zu sein).

Für die Wissenssoziologie ist das Entscheidende an dieser Sichtweise, dass der-Mensch von seiner biologischen Ausstattung her offenkundig keine bestimmte Natur hat: Keine instinktmäßig vorgegebene Umwelt, keine vorgeprägten Verhaltensweisen, kein biologisch fixiertes Selbst. Diese anthropologische Unbestimmtheit bildet die Möglichkeitsbedingung für eine gesellschaftlich erzeugte Wirklichkeitskonstruktion.

2. PROZESSE DER GESELLSCHAFTLICHEN KONSTRUKTION EINER NORMALEN WIRKLICHKEIT

Damit die wissenssoziologische These nicht all zu sehr in der dünnen Luft sozialphilosophischer Annahmen stehenbleibt, möchte ich aus dem komplexen Geflecht von Prozessen, die zur Errichtung und Stabilisierung einer normalen Wirklichkeit beitragen, einige zentrale Punkte herausgreifen und kurz erläutern.

2.1 Die Konstruktion einer institutionalen Ordnung von vorgeprägten Handlungsmustern

Die Anfänge einer gesellschaftlichen Konstruktion von Wirklichkeit kann man sich in einem Gedankenexperiment veranschaulichen:

Das Szenario: Ein Mann und eine Frau stranden auf einer tropischen Insel ohne Kontakt zur umgebenden Welt. Sie sind zunächst mit einer Menge von Überlebensproblemen konfrontiert, die alltäglich gelöst werden müssen: Schutz vor Witterung und wilden Tieren, Nahrungsbeschaffung, Feuer machen etc... Nach einer Reihe von Versuchen stellen sich praktikable Lösungen heraus: Eine Hütte baut man am besten in einem Baum (Schutz vor Schlangen, Skorpionen usw.), und für die Nahrungsbeschaffung ist eine Arbeitsteilung am günstigsten: Der Mann geht auf die Jagd, die Frau bleibt in der Nähe der Hütte, legt einen kleinen Garten an und hütet das Feuer.

Im Laufe der Jahre werden so für alle wiederkehrenden Probleme praktikable Lösungen gefunden, die in der Folge routinemäßig eingesetzt werden können ("Habitualisierung"). Die problematischen Situationen (z.B. "wie kann man ohne Streichhölzer ein Feuer machen?") verlieren ihre Einmaligkeit und werden zu "typischen" Situationen, die ihre Lösung ("Feuerbogen") bereits enthalten. Ebenso wie die Situationen werden auch die Handlungen, die zu ihrer Lösung führen, typisiert: Der Mann dreht den Feuerbogen, die Frau hält den Zunder und pustet. Zur typischen Situation "Feuermachen"

gehören jetzt zwei Typen von Handelnden: Ein "Feuerbogen-Dreher" und ein "Puster"; und auch die jeweils auszuführenden Handlungen sind festgelegt und zu "Handlungsmustern" geworden: Der Feuerbogen-Dreher dreht stetig und ausdauernd, der Puster pustet vorsichtig, sobald der Zunder glimmt und kräftiger, wenn sich die ersten Flammen zeigen. Das Entscheidende ist nun:

Der Feuerbogen-Dreher kennt und erwartet vom Puster das typische Pusterverhalten - und umgekehrt: Diese wechselseitige Verhaltenserwartung bindet die Handelnden an das jeweilige Handlungsmuster. Damit haben die Handlungsmuster eine gewisse Objektivität (Unabhängigkeit vom handelnden Subjekt) gewonnen, und "Feuermachen" ist zu einer "Institution" geworden.

Im Laufe der Zeit ist der ganze Tagesablauf des Insel-Paares von einem Netz typisierter Handlungsmuster überzogen, die aufeinander abgestimmt sind und die die beiden Akteure wechselseitig voneinander erwarten. Es ist eine "institutionale Ordnung" entstanden, und das alltägliche Leben ist auf weite Strecken zur Routine geworden: Die durch Handlungsmuster vorgeprägte Welt ist eine im Prinzip bekannte Welt; alles, was in ihr erscheinen kann, ist zumindest als "Typ" schon vor seinem Erscheinen bekannt, und es gibt in ihr nichts radikal Neues und Unbeherrschbares mehr.

2.2 Die Konstruktion einer "Sinnwelt"

Wenn man das Insel-Experiment noch etwas weiterspinnst und auch auf die folgenden Generationen ausdehnt, wird ein weiterer zentraler Punkt sichtbar:

Auf der Insel gibt es inzwischen ein festes Gefüge vorgeprägter Handlungsabläufe für alle möglichen Situationen. Die erste Generation weiß noch aus eigener Erfahrung, weshalb die Abläufe so sind wie sie sind: Sie hat sie schließlich selbst erfunden, und zwar als praktikable Lösungen für ursprünglich ungeklärte Probleme.

Die folgenden Generationen dagegen finden eine festgefügte Welt vor, an deren Entstehung sie selbst keinen Anteil mehr hatten; (wir alle sind natürlich in dieser Situation!). Die bestehende institutionale Ordnung tritt ihnen in gleichen Weisen als objektive Tatsache gegenüber wie die Vorgänge in der Natur: Die Sonne geht morgens auf und abends unter, Häuser sind Baumhütten, unter Wasser kann man nicht atmen, nachts wird geschlafen, Männer sind Jäger, Frauen bestellen Haus und Acker usw..

Die Sinnhaftigkeit all der vorgeprägten Handlungsmuster ist nur der Generation unmittelbar zugänglich, die sie ausprobiert und etabliert hat; sie brauchen dafür nur ihre Erinnerung zu mobilisieren. "Ihre Kinder sind aber in einer völlig anderen Lage ... Der ursprüngliche Sinn der Institution ist ihrer eigenen Erinnerung unzugänglich. Dieser Sinn muss ihnen also mit Hilfe verschiedener, ihn rechtfertigenden Formeln verständlich gemacht werden. Wenn die Auslegung von Sinn durch Formeln und Rezepte für die neue Generation überzeugend sein soll, so müssen diese übereinstimmen und einen der institutionalen Ordnung entsprechenden Zusammenhang ergeben. Dieselbe Geschichte muss sozusagen allen Kindern erzählt werden können. Die Folge ist, dass die sich weitende institutionale Ordnung ein ihr entsprechendes Dach aus Legitimationen erhalten muss, das sich in Form kognitiver und normativer Interpretationen schützend über sie breitet." (BERGER u. LUCKMANN a.a.O., 5. 66).

Die so entstandene "Sinnwelt" wird gleichzeitig mit den Handlungsmustern, die sie erklärt, rechtfertigt und mit "Sinn" vollzieht, an die nachfolgenden Generationen vermittelt. So lernt beispielsweise ein Mädchen in einer afrikanischen Stammesgesellschaft nicht nur, dass es "normal" ist, viele Kinder zu haben, sondern sie lernt gleichzeitig auch, dass ihr Leben umso erfüllter und sinnvoller ist, je mehr Kinder sie hat ("von Gott gesegnet", "den Ahnen ein Wohlgefallen", "von ihrem Mann geehrt", "in der Gemeinschaft hoch angesehen"). Auf diese Weise wird mit den vorgeprägten Handlungsmustern deren Sinnhaftigkeit ebenso vorgeprägt von der Gesellschaft mitgeliefert, und der einzelne braucht sich nicht nach der Sinnhaftigkeit seiner Handlungen und Lebensvollzüge zu fragen - jedenfalls solange nicht, wie er sich im vorgesehenen Rahmen eines "normalen" Lebens bewegt.

Insgesamt ist die Aufgabe der Legitimation und sinnhaften Deutung der bestehenden Wirklichkeit (die Konstruktion einer "Sinnwelt" also) eine hochkomplexe Angelegenheit. In vielen Gesellschaften werden die wichtigsten Institutionen (Familie, Statushierarchie etc.) mit dem Beispiel mythischer Ahnen oder mit dem Willen der Götter legitimiert und erhalten so eine nicht mehr hinterfragbare Sinnhaftigkeit und Stabilität.

In differenzierten Gesellschaften entstehen besondere Gruppen hauptberuflicher Legitimatoren: Vom "Rat der weisen Alten" über Kultpriester bis hin zu den Intellektuellen unserer Tage. Diese Leute sind "Sinnweltspezialisten", die außergewöhnliche Ereignisse kommentieren und in den Zusammenhang der bekannten Welt integrieren. Auf diese Weise sorgen sie dafür, dass das Bild der Wirklichkeit, das' in ihrer Gesellschaft vorherrscht, geschlossen und in sich stimmig bleibt.

2.3 Die soziale Konstruktion des "Selbst" (soziale Identität als Selbstbild)

Zusammen mit der sozial vorgeprägten "Welt", die ein Kind im Sozialisationsprozess als "die" Wirklichkeit kennenlernt und übernimmt, übernimmt es auch das Bild, das seine Bezugspersonen von ihm selbst haben. Ihre Bestimmungen seiner Identität sind für das Kind eine Wirklichkeit, die ihm von

außen als objektive entgegenkommt: Seine eigene Identität wird ihm von außen als Bild vorgegeben, und wenn es "erkannt" werden will, muss es sich an dieses Bild anpassen und sich mit ihm identifizieren. Mit anderen Worten: "Der Mensch wird, was seine signifikanten anderen in ihn hineingelegt haben" (a.a.O., 5. 142).

Die subjektive Aneignung der eigenen Identität und die subjektive Aneignung der sozial vorgeprägten "Welt" sind nur zwei verschiedene Aspekte desselben Sozialisations- und Internalisierungsprozesses, in dem ein Kind ein bestimmtes vorstrukturiertes Bild der Wirklichkeit als "die" Wirklichkeit kennenlernt. Zu diesem übernommenen Bild der Wirklichkeit gehört eben auch ein - ebenso übernommenes - Bild des eigenen Selbst.

2.4 Stabilisierung und Abschirmung

Es gibt eine ganze Reihe von Mechanismen, die zur Stabilisierung der bestehenden Wirklichkeitskonstruktion - und zu ihrer Abschirmung gegen störende Einflüsse von innen und außen führen.

Auf die einfachste und alltäglicher Weise wird die in einer Gesellschaft vorherrschende Wirklichkeit durch ihre Selbstverständlichkeit stabilisiert: Alles ist eben so, wie es ist, und man kennt gar nichts anderes. Die normalen Alltagsroutinen und Lebensmuster stellen sich einfach als natürlich und problemlos Nächstliegendes dar: Alle anderen Menschen machen es genauso und gehen ganz selbstverständlich davon aus, dass ich es ebenso mache wie sie.

Auf sehr viel differenziertere Weise, aber ebenfalls noch unreflex, geht eine permanente Stabilisierung der vorherrschenden Wirklichkeitssicht von der Sprache aus, in der die Menschen miteinander kommunizieren. In der Sprache ist eine bestimmte Sichtweise der Wirklichkeit kondensiert und für das Denken, das sich in sprachlichen Mustern bewegt, zur objektiven Realität geworden. Was in Sprache gefaßt und ausgedrückt werden kann, ist "real", weil es prinzipiell von anderen geteilt und damit als wirklich bestätigt werden kann. Demgegenüber ist sprachlich nicht ausdrückbare Wirklichkeitserfahrung immer dem Verdacht ausgesetzt, ein bloßes Hirngespinnst zu sein. Die Wirklichkeitserfahrung bleibt deshalb an die vorgegebenen Sprachmuster und an die in ihnen kondensierte Sicht der Wirklichkeit gebunden.

Dies gilt auch dann noch, wenn man allein ist: Der buchstäblich permanent ablaufende "innere Dialog" mit vorgestellten anderen hält das Bewusstsein unablässig in dem sozial vorgegebenen Bild der Wirklichkeit. Sobald das Bewusstsein den Raum der Sprache verlässt, befindet es sich außerhalb der bekannten Wirklichkeit. Die Schwierigkeit, den "inneren Dialog" zu stoppen, zeigt das ganze Ausmaß unserer Bindung an das erlernte Bild der bekannten Wirklichkeit.

Explizite Abschirmungsstrategien zum Schutz der bestehenden Wirklichkeitskonstruktion werden erforderlich, sobald in einer Gesellschaft "Störenfriede" auftauchen, die sich nicht entsprechend den normalen Handlungs- und Lebensmustern verhalten. Die pure Tatsache ihrer "Andersartigkeit" stellt bereits die Selbstverständlichkeit der vorherrschenden Muster infrage; zu einer ausgesprochenen Bedrohung werden sie, sobald sie in größerer Zahl auftreten (z.B. Türken in Deutschland) oder die vorherrschende institutionale Ordnung und Sinnwelt expressis verbis angreifen.

In solchen Situationen gibt es im Prinzip drei "Abschirmungsstrategien" (vgl. BERGER u. LUCKMANN, a.a.O., 5. 112 ff):

- Marginalisierung

Die Vertreter der andersartigen Lebensweise werden an den Rand der Normalität (oder darüber hinaus) gedrängt: Es sind "Unnormale", geistig oder psychisch Gestörte oder Unterentwickelte die die Alternativen vertreten. Oder "Helden und Heiliger"! Auch die sind jedenfalls nicht normal. Sind erst einmal die Vertreter einer anderen Wirklichkeitssicht an den Rand der Normalität gedrängt, verliert auch die von ihnen repräsentierte Wirklichkeit ihre "normalitätserschütternde" Kraft.

- Nihilierung

Im Extremfall kann die Marginalisierung bis zur Vernichtung der Andersartigen getrieben werden. Die mögliche Bandbreite reicht hier von der kognitiven Nihilierung ("Verrückte", "Abartige", "Untermenschen", "Wilde") bis zur physischen Ausrottung.

- Therapie

Die Abschirmungsstrategie der Therapie läuft darauf hinaus, Menschen mit einer unnormalen Lebensweise oder mit unnormalen Wirklichkeitserfahrungen (wieder) in die normale Welt zu integrieren und dadurch die fraglose Geltung der Normalität wiederherzustellen.

"Therapie" ist in allen Gesellschaften eine Aufgabe für Spezialisten; vom Schamanen und Medizinmann bis zum Psychoanalytiker sind Therapeuten sozusagen "Spezialisten für erweiterte Normalität": Sie müssen fähig sein, den Bereich des Normalen jedenfalls ein Stück weit verlassen zu können, um überhaupt Kontakt mit den "Unnormalen" aufnehmen zu können. Die Gefahr, die dadurch für die Therapeuten selbst entsteht, wird üblicherweise durch eine lange Ausbildung unter der Leitung von "Eingeweihten" und durch festgelegte Rituale bei der Ausübung von Therapie verringert.

Die vielfachen Bemühungen, die in allen Gesellschaften zur Stabilisierung und Abschirmung der bestehenden Wirklichkeitskonstruktion unternommen werden, zeigen in aller Deutlichkeit, wie kostbar - gleichzeitig aber auch wie prekär und ständig gefährdet - eine solche Wirklichkeitskonstruktion für eine Gesellschaft ist.

Um das eingangs erwähnte Bild wieder aufzunehmen: Die "Lichtung" einer verstehbaren, geordneten Wirklichkeit, die von einer Gesellschaft inmitten des "Dschungels" der Bodenlosigkeit menschlicher Existenz errichtet wird, ist ständig in Gefahr, vom umgebenden Chaos wieder überwuchert zu werden.

3. DIE "LEISTUNG" DER GESELLSCHAFTLICHEN WIRKLICHKEITSKONSTRUKTION UND IHR 'PREIS'

Die These, die Gesellschaft erzeuge Bilder einer normalen Wirklichkeit und bringe die Menschen dazu, diese Bilder der Wirklichkeit für die Wirklichkeit selbst zu halten, könnte leicht als eine generelle Kultur- und Gesellschaftskritik missverstanden werden, in der "Gesellschaft" als der prinzipiell zu überwindende Ursprung aller Entfremdung angesehen wird. Eine solche Kritik ist hier nicht beabsichtigt - jedenfalls bei weitem nicht so eilig und undifferenziert.

Tatsächlich stellt die Konstruktion einer normalen Wirklichkeit und ihre Internalisierung durch die Gesellschaftsmitglieder eine schlechthin fundamentale Leistung dar, ohne die eine menschliche Existenz gar nicht möglich wäre - und zwar weder im Hinblick auf die Sicherung des Überlebens noch im Hinblick auf die Kommunikation mit anderen oder die Entfaltung des individuellen Selbst beim Einzelnen. Gleichzeitig gilt jedoch, dass diese Wirklichkeitskonstruktion ihre Funktion nur dann erfüllen kann, wenn sie bestimmte zentrale Sachverhalte - und in gewisser Weise überhaupt die "Tiefendimension" menschlicher Existenz - aus der normalen Wirklichkeit ausblendet und verdrängt. Dies ist der "Preis", der für die Überschaubarkeit und relative Sicherheit des Lebens auf der "Lichtung" bezahlt werden muss. Beide Aspekte werden im Folgenden noch etwas näher erläutert.

3.1 Die "Leistung": Sicherung des Überlebens und Schutz vor dem Chaos

Da den Menschen auf diesem Planeten die gebratenen Tauben bekanntlich nicht in den Mund fliegen, wäre menschliches Überleben kaum möglich, wenn die Tätigkeiten, die erprobtermaßen zur Sicherung des Überlebens geeignet sind, nicht formalisiert und an die nachfolgenden Generationen vermittelt würden - und zwar nicht als Verhaltensweisen, von denen man beliebig abweichen kann, sondern als Rahmen, innerhalb dessen man sich bewegen muss, wenn man überleben will.

Die vorgeprägten Handlungsmuster, die ja erprobte Lösungen für wiederkehrende Probleme des alltäglichen Lebens darstellen, bieten darüberhinaus einen immensen Vorteil: Sie können mit einem Bruchteil der Zeit und Energie reproduziert werden, die zu ihrer Erfindung aufgewendet werden mussten: Das Feueranmachen muss - einmal als Verhaltensmuster etabliert - nicht jedesmal neu durch langwierige Reihen von Versuch und Irrtum herausgefunden werden. Dadurch werden Zeit und Energie frei, die im Prinzip zur Erweiterung der bekannten Welt genutzt werden können. Insofern ist der Mensch - gerade aufgrund der Übernahme einer sozial vorgeprägten Wirklichkeit - dazu imstande, seine Welt zu erweitern.

Auch die alltägliche Kommunikation und Arbeitsteilung mit anderen Menschen wäre nicht möglich ohne das Konstrukt einer vordefinierten, gemeinsamen Wirklichkeit und einer vorausgesetzten, wechselseitig bekannten Identität des eigenen Selbst und des Selbstes der anderen. Stünde die ungeheuerliche Tatsache, dass ich weder mich selbst noch den anderen wirklich kenne, alltäglich im Zentrum der Aufmerksamkeit, würde das Bewusstsein vom ungestalteten Unbekannten überflutet und unfähig zu jeder Handlung und Kommunikation.

Ähnliches gilt von der Übernahme einer sozial vorstrukturierten "Sinnwelt": Sie schützt das Bewusstsein alltäglich vor der verschlingenden Bodenlosigkeit solcher Fragen wie: "Wer oder was bin ich denn eigentlich und was will (oder soll) ich hier überhaupt?"

Diese wenigen Bemerkungen müssen hier genügen, um anzudeuten, dass menschliches Leben ohne den schützenden Raum einer sozial vorgegebenen Wirklichkeit samt einer vorstrukturierten Identität des eigenen Selbst und vorgeprägter sinnhafter Lebensmodelle gar nicht möglich wäre.

3.2 Der "Preis": Reduktion der Wirklichkeit auf das Bekannte

Wenn die Notwendigkeit einer sozial vorgegebenen Normalgestalt von Welt und eigenem Leben klar und unbestritten ist, kann und muss man allerdings auch auf den "Preis" sehen, der dafür zu zahlen ist.

Die "normale Wirklichkeit", so wie gezeigt worden, besteht aus Bildern der Wirklichkeit, in denen wir uns relativ sicher und geschützt bewegen können. Damit ist nun allerdings mitgegeben, dass es eben nur Bilder des Wirklichen sind, die wir erfahren, und nicht das Wirkliche selbst:

- Wir leben ein bestimmtes, uns weitgehend von anderen Menschen vorgegebenes Bild unserer selbst - und nicht uns selbst;

- Wir sehen Bilder der anderen Menschen - und nicht sie selbst;

- Die vorgeprägten, von uns übernommenen Sinngebungen des Lebens schützen uns vor den Abgründen der Sinnlosigkeit. Sie verhindern aber gleichzeitig auch, dass wir einen noch unbekanntem Sinn entdecken können, der sich uns als lebendige Wirklichkeit selber offenbart.

Insgesamt gilt: Wenn die soziale Konstruktion der Wirklichkeit aus vorgefertigten "Mustern" des eigenen Selbst, der anderen Menschen, der eigenen und fremden Handlungen, der Tiere, Pflanzen und Dinge in der Welt besteht - dann gibt es innerhalb der normalen Wirklichkeit nichts wirklich Lebendiges; und das Leben innerhalb der normalen Wirklichkeit ist faktisch ein "Leben aus Zweiter Hand". Die Identifizierung des eigenen Selbst mit der (uns von anderen vorgeschriebenen) sozialen Identität verhindert, dass das eigene Wesen eine wirklich persönliche Gestalt gewinnt. Innerhalb der sozial vorgeprägten Wirklichkeit sieht man sozusagen nicht durch die eigenen Augen, sondern immer durch die Augen anderer - und zwar sowohl auf die umgebende Welt als auch auf das eigene Wesen. Insofern ist das Leben auf der Lichtung der normalen Wirklichkeit notwendigerweise auch ein zutiefst entfremdetes Leben.

Auf dieser "Lichtung" kann zwar ein überschaubares, relativ gesichertes und vorhersehbares Leben ablaufen, aber wirkliche Lebendigkeit kann es offensichtlich nur außerhalb des Vorgeprägten, im Raum des Unbekannten also, geben. Zwar stimmt es, dass dort Gefahren lauern und bodenlose Abgründe und unberechenbare Kräfte und Dämonen", es ist voll von Unkalkulierbarem und Unbeherrschbarem. Aber wenn es überhaupt irgendwo Gärten leuchtender Lebendigkeit oder Sonnen evidenter Sinnfülle gibt und wenn es überhaupt möglich ist, dass das eigene Wesen mit einem Namen gerufen wird, der es selbst meint und nicht nur sein Bild - dann geschieht dies notwendigerweise ebenfalls in diesem Raum des Unbekannten.

Auf der Lichtung der normalen Wirklichkeit aber muss dies alles eingeschlossen werden, und zusammen mit dem Gefährlichen und Unbeherrschbaren des Unbekannten wird auch die gesamte "Tiefendimension" der menschlichen Existenz hinter den Schutzwall, der die Lichtung umgibt, ins Unwirkliche abgedrängt.

Vor allem aber muss der Tod aus der normalen Wirklichkeit verdrängt werden; genauer gesagt: Der eigene Tod - die Tatsache also, dass ich mit jedem Schritt, den ich tue, auf meinen eigenen Tod zugehe und ihn eines Tages unwiderruflich erreichen werde; und zwar allein und ohne vorgegebene Handlungsmuster. An dieser Stelle erweist sich das alltägliche Lebensgefühl, mich selbst und die Wirklichkeit insgesamt einigermassen im Griff zu haben, notwendigerweise als Illusion: Ich bin dem Unbekannten, das da auf mich zukommt, total machtlos ausgeliefert; ich tue nicht mehr - schon gar nicht etwas Vorhersehbares, Planbares, Eingeübtes -, sondern es geschieht einfach etwas mit mir, das ich in keiner Weise mehr unter Kontrolle habe. In der Begegnung mit dem Tod zeigt sich, dass die

letztgültige Wahrheit über das Verhältnis von "Ich" und "Wirklichkeit" ganz anders - ja genau umgekehrt - ist, als es in dem sozialen Bild der Wirklichkeit vermittelt wird:

Nicht ich habe die Wirklichkeit im Griff, sondern die Wirklichkeit hat mich im Griff.

Diese Tatsache, die angesichts des Todes evident ist, entzieht jeder Wirklichkeitskonstruktion einer verstandenen und im Wesentlichen kontrollierbaren Welt auf einen Schlag den Boden: Angesichts der Realität des eigenen Todes bricht die bekannte Welt notwendigerweise zusammen. Aus diesem Grunde muss die Wirklichkeit des eigenen Todes aus dem Bild einer normalen, beherrschbaren Wirklichkeit ausgeblendet werden.

Damit ist aber sichtbar, dass das normale Bild der Wirklichkeit nicht die ganze Wahrheit über die "wirkliche Wirklichkeit", wie sie sich am Ende des Lebens unwiderruflich und endgültig zeigt, enthalten kann. Die Wirklichkeit selbst liegt offensichtlich im Raum des Unbekannten, und auf der gegenüber diesem Raum abgegrenzten Lichtung des Bekannten stehen nur - Bilder der Wirklichkeit.

3.3 Der Raum außerhalb der normalen Wirklichkeit

Wenigstens andeutungsweise soll erwähnt werden, dass es in allen Gesellschaften immer wieder Menschen gegeben hat, die versucht haben, die "Lichtung" einer vordefinierten Wirklichkeit zu verlassen und ihr Bewusstsein für das Unbekannte zu öffnen. Ihre Berichte über die Wirklichkeit außerhalb der "Lichtung" stehen allerdings vor einer grundsätzlichen Schwierigkeit: die Sprache, deren sie sich bedienen müssen, ist Ausdruck der Wirklichkeitssicht, die auf der "Lichtung" vorherrscht, und deshalb prinzipiell ungeeignet, Wirklichkeitserfahrung außerhalb der normalen Wirklichkeitsbilder zu vermitteln.

Es gibt jedoch einige Merkmale, in denen solche Berichte in auffälliger Weise übereinstimmen:

- Das Verlassen der normalen Wirklichkeit wird als "Tod" erfahren, als Verlöschen des Ich-Bewusstseins, an dessen Stelle eine Wahrnehmung tritt, die als "kosmisches Bewusstsein" o.ä. beschrieben wird.

- Die neue Wirklichkeit wird als unmittelbare Evidenz erlebt, als noch niemals zuvor Gesehenes, Gehörtes oder Gefühltes, dessen Wahrheit von keinem Zweifel berührt werden kann.

- Das Betreten des Unbekannten wird als "Erwachen", als "Erleuchtung", als "Zu-sich-selbst-kommen" empfunden; als Offenbarung einer realeren Wirklichkeit, die "immer schon" da war, vom Bewusstsein aber nicht wahrgenommen wurde. Gemessen an dieser unvermittelten Wirklichkeit erscheint die normale Wirklichkeit als Schein, bloße Vorstellung, Täuschung oder Traum ("Maya"), als enges, lebloses Gefängnis.

In Mystik, Yoga, Zen und einer Reihe "esoterischer" Lebenspraktiken sind Schritte, die zum bewussten Verlassen der normalen Wirklichkeit führen, systematisiert worden (vgl. als jüngstes Beispiel die Bücher von Carlos CASTANEDA über seine Lehrzeit bei einem indianischen "Wissenden"). Auch hier gibt es einige auffallende Übereinstimmungen:

- An zentraler Stelle steht in all diesen Praktiken das "Anhalten des inneren Dialogs" ("Schweigen des Geistes", "inneres Schweigen" o.ä.). Da durch den Dialog mit (realen oder vorgestellten) anderen die normale Wirklichkeit ständig gestützt und reproduziert wird, ist es einleuchtend, dass dieser Dialog zum Stillstand gebracht werden muss, bevor das Bewusstsein den Raum des Bekannten verlassen kann. Genauer gesagt: Das "Anhalten des inneren Dialogs" ist das Verlassen des Bekannten.

- Dem Verlassen der normalen Wirklichkeit geht fast immer eine jahre- und jahrzehntelange Lehrzeit unter Anleitung eines erfahrenen Meisters voraus.

- Die Lehrzeit ist mühsam und erfordert ab einem bestimmten Punkt die Aufgabe aller emotionalen Bindungen an die bekannte Welt.

- Vor dem "Durchbruch" steht fast immer eine tiefe Krise äußerster Dunkelheit und Sinnlosigkeit.

4. KREBSDIAGNOSE: DER (UNFREIWILLIGE) STURZ AUS DER NORMALEN WIRKLICHKEIT UND DIE SUCHE NACH SINN

Die These ist hier:

Mit einer Krebsdiagnose, die verbreitet als Todesurteil empfunden wird, bricht die Realität des spürbar nahenden eigenen Todes durch die normale Abschirmung des Bewusstseins und entzieht der sinnhaften Wirklichkeitskonstruktion, in der man bisher gemeinsam mit den anderen Menschen gelebt hatte, schlagartig den Boden.

Bevor diese These etwas näher erläutert wird, erscheint eine Bemerkung angebracht: Ich meine nicht, dass nun etwa alle Krebskranken pausenlos ins Unbekannte stürzen und nach einem neuen Sinn suchen - und das vielleicht auch noch in dieser Weise ausdrücken.

Ich meine aber doch, dass eine Krebsdiagnose und vor allem die Diagnose von Metastasen mit allen Assoziationen, die dadurch ausgelöst werden, die mehr oder weniger fraglose Geborgenheit in einem "normalen" Leben massiv - und in vielen Fällen: bis auf den Grund - erschüttern. Der "Sturz aus der normalen Wirklichkeit" wird in den meisten Fällen sicherlich mit vielfältigen Brechungen und nicht direkt thematisch erfahren. Er ist aber doch wohl als Unruheherd im Hintergrund des Bewusstseins auch dann präsent, wenn man sich vordergründig mit allen Kräften in der vertrauten Wirklichkeit zu halten versucht.

Das Folgende ist deshalb als "idealtypische" Darstellung anzusehen, die besonders charakteristische Züge des Phänomens herauschält, um sie deutlicher zu machen.

4.1 Phänomenologie

Ausgelöst wird der "Sturz" durch die plötzlich spürbar und erfahrbar gewordene Realität der Nähe des eigenen Todes. Dies ist, wie bereits erläutert wurde, eine Wirklichkeitserfahrung, die in dem bekannten Bild der Wirklichkeit nicht vorkommt und prinzipiell nicht vorkommen kann, weil sie einen schlechthin fundamentalen Widerspruch zu diesem Bild enthält:

Angesichts des spürbar nahenden eigenen Todes erweist sich das normale Bild einer verstehbaren und beherrschbaren Wirklichkeit als glatte Illusion. Mit diesem Einbruch des total Unbeherrschbaren und Unverstehbaren ins Zentrum der eigenen Existenz wird notwendigerweise die gesamte Wirklichkeit, in der man sich bisher so kundig und relativ sicher bewegt hatte, brüchig.

Und damit steht man der Welt, die man bisher mit den anderen Menschen bewohnt hat, plötzlich von außen gegenüber, und für die eigene Situation gibt es innerhalb dieser sozial vorgeprägten Welt keine sinnvolle Deutung mehr. Alle Sinnhaftigkeit, die man kennt, bezieht sich auf das Leben in dieser bekannten Welt - und in der ist man plötzlich nicht mehr zu Hause. Man kann sie zwar noch betreten - Straßenbahn fahren, fernsehen, die Arbeit erledigen usw. - aber dies alles hat nun irgendwo keinen "Boden" mehr und hat den Sinn verloren, den es früher hatte.

Aus dem autobiographischen Bericht einer Krebskranken:

"Ich war wie vom Schlag gerührt. In mir krampfte sich alles zusammen. Der Mund wurde mir trocken ... Die Ärztin saß mir gegenüber und schaute mich an, freundlich, teilnehmend ... Ich war ihren Worten nicht zugänglich. Mein Inneres setzte sich gegen die Annahme dieses Befundes zur Wehr. Es verschloss sich. Was mir da mitgeteilt wurde, konnte ich einfach nicht fassen, konnte ich nicht akzeptieren. Es war etwas ungeheuerlich Fremdes, das in mein Leben einbrechen wollte, nein, das schon eingebrochen war, ohne dass ich es bemerkt hatte ohne dass ich es bemerkt hatte..."

Ich ging durch den Park nach Hause. Die Azaleen leuchteten in Gelb und Gold, der Rhododendron blühte in tiefem Violett und Rot. Die Bäume und Büsche entfalteten ihre feuchtschimmernden Blätter. Ein Traum vom Paradies im Glanz der Schöpferstunde! Dieser unbegreifliche Ausbruch des immer wieder Neuen hatte mich sonst ergriffen, ja erschüttert - diesmal erschien mir alles wie eine riesige Lüge. Eine Illusion des Lebens. Die mich nichts anging. In mir war keine Resonanz mehr. Ich war ausgeschlossen. Vertrieben. Wirklich, wie Adam und Eva aus dem Garten Eden ..." (v. HEYST 1982, 5. 22 f).

Beim Sturz aus dem "Garten Eden" der gesellschaftlich vordefinierten Wirklichkeit wird schlagartig sichtbar, dass das bisherige normale Leben gar keine wirklich persönliche Gestalt hatte: Die grundlegenden Fragen hat man nie selbst angesehen in der Weise, dass man jemals allein vor den Fragen von Leben und Tod gestanden und die Tatsache ausgehalten hätte, dass man die Antwort nicht wirklich kennt. Eben dies aber wird durch die Krebsdiagnose offenbar: "Meine Gedanken kreisten um die Krankheit Krebs, um Leben und Sterben. Ich meinte, mich mit diesen Fragen schon längst auseinandergesetzt zu haben; ich hatte auch schon mehrere Abhandlungen und Bücher über den Freitod, über die verschiedenen Auffassungen von Tod und Sterben in der Menschheitsgeschichte gelesen. Nun aber merkte ich, dass ich zu einem Resultat, das für mich Gültigkeit hatte, nicht gekommen war. Damals, das war reine Theorie, nun aber fühlte ich mich dem Tode nähergerückt ..." (v. HEYST 1982, 5. 25 f).

Es ist diese plötzlich real gewordene Nähe des Todes, die das eigentlich und zutiefst Persönliche überhaupt erst weckt. Alles kann man wie die anderen und zusammen mit anderen machen - nur das Eine nicht: Sterben. Da geht jeder radikal allein ins Unbekannte. (Und auch Seelsorger und Thanatopsychologen bleiben - spätestens - an der Schwelle zum Unbekannten zurück). Wenn dies aber die Wahrheit über das Sterben ist - und angesichts der real gewordenen Möglichkeit des Todes ist diese Wahrheit evident -, dann ist es letztlich auch die Wahrheit über das Leben, und ich muss selber Antworten finden auf die Fragen, wer ich bin, wer die anderen sind, was denn eigentlich wirklich mein Verhältnis zu ihnen ist (und ihres zu mir!), was ich mit meinem Leben anfangen will, ob es überhaupt einen "Sinn" des Lebens gibt und wie ich ihn finden kann, wie die Zukunft sein wird

Diese und verwandte Fragen drängen sich dem Bewusstsein auf, sobald es seinen Halt in der normalen Wirklichkeit verloren hat - und zwar drängen sie sich als offene Fragen auf, deren Antworten man plötzlich nicht mehr kennt.

4.2 Äußerungsformen

In manifester Weise erzeugt der "Sturz aus der normalen Wirklichkeit" eine ganze Reihe von Belastungen, von denen einige im Folgenden kurz erläutert werden.

a) "Grübeln"

Mit dem Brüchigwerden der normalen Lebensmuster und mit dem Verlust der sozial vorgegebenen Sinnmuster beginnt für die Betroffenen das, was für viele das Schlimmste an der ganzen Krankheitserfahrung ist: Das endlose, ergebnislose "Grübeln", das einsetzt, sobald man nicht durch irgendwelche Aktivitäten abgelenkt ist.

In der umfangreichen Literatur über psychosoziale Probleme der Krebserkrankung sind mir nur zwei empirische Arbeiten bekannt, in denen dieser ganze Komplex überhaupt zur Sprache kommt. Aus Äußerungen von Patientinnen wird darin zitiert: "Da habe ich dann nachts wachgelegen und gegrübelt und gegrübelt - furchtbar!"; "Man hat ja Zeit zum Nachdenken ... Und wenn Sie so daliegen ... das ist ja auch das Schreckliche!" (SCHAFFT 1980, S. 113). "Also, ich hab' das vorher nie gehabt. Erst seit der Operation hab' ich das. Und immer ein Grübeln und immer ein Denken: Was wird kommen und was wird. Einfach gestört" (BRAUN und HARDIN 1979, S.41).

Worum geht es bei diesem Grübeln? Und weshalb wird es als so quälend empfunden? In der psychosozialen Forschung wird, wie bereits bemerkt wurde, dieser gesamte Themenkomplex, der für viele Betroffene offenkundig zentral ist, ausgespart. Auf der Grundlage des bisher Gesagten lassen sich aber doch zumindest einige begründete Vermutungen anstellen.

Bei dem als so quälend empfundenen Grübeln geht es wahrscheinlich um den Versuch, der Unerträglichkeit des Unbekannten zu entkommen und Anschluss an die bekannte, normale Welt mit ihrer Geborgenheit, fraglosen Sinnhaftigkeit und überschaubaren Sicherheit zu behalten. Das Grübeln probiert immer neue Wege, wie dies zu bewerkstelligen sei. Es versucht, eine Sinnwelt zu konstruieren, die wieder eine Verbindung zur normalen Wirklichkeit herstellt. Dieser Versuch ist jedoch grundsätzlich zum Scheitern verurteilt - jedenfalls solange, wie ein Betroffener unter der realen Todesdrohung steht: für die Normalen, die mit ihrem ungestörten Weiterleben rechnen, einerseits und einem Todeskandidaten andererseits gibt es keine gemeinsame Wirklichkeit. Der Versuch, sie trotzdem herzustellen, beginnt deshalb zwangsläufig immer wieder von vorne und kommt zu keiner Lösung:

Das Grübeln dreht sich zwanghaft und quälend im Kreise der schon zimal durchprobieren Lösungen und findet keinen Ausweg, der in die bekannte Welt zurückführt.

Eine gewisse Verbindung kann erst dann wiederhergestellt werden, wenn die Todesdrohung aus dem Bewusstsein zurücktritt; wenn also nach Therapie und Rekonvaleszenz und nach Ablauf einer längeren rezidivfreien Zeit langsam die Zuversicht wächst, vielleicht doch geheilt zu sein und vielleicht doch noch ein normales Leben und einen "normalen Tod" (was immer das sein mag) vor sich zu haben. Damit kann in gewisser Weise wieder der bekannte Alltag beginnen, und das Grübeln lässt nach.

Dies gilt freilich nur für diejenigen, die tatsächlich geheilt werden oder langjährige Remissionen erleben. Aber selbst für sie bleibt häufig ein Gefühl von Desillusionierung der normalen Wirklichkeit zurück; "Über ein Jahr war ich fortgewesen und bereits wieder einige Monate zu Hause, als man mich in einer Gesellschaft fragte, wo ich denn so lange' gesteckt habe. ‚Ich war krank' - ‚Und was fehlt Ihnen?' - ‚Krebs!' - antwortete ich ... Die Gesichter erstarrten, peinlichst berührt. Es entstand eine Pause, betretenes Schweigen. Dann wurde der Kuchen gelobt, der Tee, das feine Porzellan gepriesen. Ein Krebskranker gilt als Todeskandidat. Einen solchen aber unter sich zu haben, empfinden die Menschen als Zumutung, als Einbruch in ihre vielgepriesene und unzulängliche Ordnung. Unzulänglich deshalb, weil wichtige Lebensphänomene wie Krankheit und Tod, auch Geburt und bis vor kurzem Sexualität keinen Platz darin haben, Einer, von dem man annimmt, dass er ‚todkrank' ist, stört die Stimmung, den Ablauf der Unterhaltung, ja das ganze bisschen Lebensgefühl ..." (v. HEYST 1982, Se 9).

Hier wird angedeutet, dass das normale Bild der alltäglichen Wirklichkeit unvollständig und unzulänglich ist. Es mag dazu taugen, den ungestörten Ablauf des alltäglichen Lebens zu ermöglichen; die "Tiefendimension" der menschlichen Existenz wird darin jedoch verdeckt und verdrängt - und nur um diesen Preis ist die Sicherheit und Überschaubarkeit des Lebens zu haben, die vom Bild der normalen Wirklichkeit suggeriert wird. Ob das "normale Bewusstsein", das so eifrig und hellichtig die Verdrängungen bei den Krebskranken diagnostiziert, bereit ist, sich von eben diesen Krebskranken seinerseits auf die normale Verdrängung der Tiefendimension des Lebens aufmerksam machen zu lassen, muss wohl bezweifelt werden. Deshalb wird es - auf absehbare Zeit zumindest - auch dabei bleiben, dass die "Welt der Normalen" keinen Platz lässt für die Wirklichkeitserfahrung von Krebskranken und dass es (unter anderem) die Krebskranken sind, die in endlosem Grübeln eine Verbindung suchen müssen zwischen der Geborgenheit im sozial Bekannten und der Ausgesetztheit im existentiell Unbekannten.

b) Kommunikationsprobleme

Der "Sturz aus der normalen Wirklichkeit", der durch die Krebsdiagnose ausgelöst wird, stellt die Betroffenen vor ein grundsätzliches Dilemma:

Einerseits ist der gewohnten Wirklichkeitssicht einschließlich des eigenen Selbstbildes plötzlich der Boden entzogen worden und alles ist auf einmal brüchig und ungewiss und bedrohlich; andererseits gelten auch für einen Krebskranken, der mit anderen Menschen in Interaktion treten will (oder muss), die normalen Regeln sozialer Interaktionen: Man muss dem Anderen eine definierte Identität des eigenen Selbst anbieten, damit er überhaupt etwas hat, auf das er sich beziehen kann (vgl. GOFFMAN 1959: *The Presentation of Self in Everyday Life*). Eben diese sozial präsentierbare eigene Identität aber ist zerfallen - jedenfalls in der bisher gewohnten Form; was also soll man jetzt den anderen als Bild des eigenen Selbst zeigen? Diesen Abgrund von Fassungslosigkeit, Verwirrung und Todesangst, der das eigene Erleben faktisch beherrscht? Das ist weder kommunizierbar noch für die anderen zumutbar oder verständlich: Sie leben ja in einer ganz anderen Wirklichkeit.

Also bleibt nur eine Möglichkeit: Die innere Fassungslosigkeit zu verdecken und ein für andere akzeptables Selbstbild vorzuspielen, das eine einigermaßen normale Interaktion erlaubt. Es ist allerdings unwahrscheinlich, dass dies bruchlos gelingen kann: Das unter solchen Umständen präsentierte Selbst kann ja nur eine "Fassade" sein, die angestrengt über der Bodenlosigkeit des wirklichen Erlebens errichtet werden muss.

Auf diese Weise dürfte die "emotionale Ambivalenz" zustandekommen, die vielen Forschern und Therapeuten bei Krebspatienten aufgefallen ist (JACOBS 1979; WILLIGES 1980; WIRSCHING et al. 1981): Patienten zeigen sich als gefasst, emotional unbetroffen, überangepasst, rigide, tapfer und altruistisch - während für den (geschulten) Beobachter die tiefe Betroffenheit, Angst und Hoffnungslosigkeit im Hintergrund des Erlebens spürbar bleibt.

Es ist möglich, dass sich in diesen ambivalenten Äußerungsformen bei vielen Krebspatienten tatsächlich ein prämorbidem Persönlichkeitsmuster ausdrückt, wie es in den Theorien zur Krebspersönlichkeit postuliert wird. Gleichzeitig aber dürfte deutlich sein, dass ein Krebskranker eine "Fassade" errichten und sein wirkliches Erleben verbergen muss, wenn er eine auch nur einigermaßen normale Interaktion bestreiten will oder muss. Und vieles, was (retrospektiv) an Krebskranken als "Persönlichkeitsmuster" konstatiert wurde, ist möglicherweise eine Folge davon, dass eine unbefangene Interaktion zwischen Krebskranken und "Normalen" gar nicht möglich ist, solange ein Krebskranker unmittelbar unter der Todesdrohung steht, während die "Normalen" in der alltäglichen Illusion ihrer Unsterblichkeit leben.

Hier deutet sich eine alternative Interpretation dessen an, was "Nichtbetroffene" bei "Betroffenen" wahrgenommen und als "Krebspersönlichkeit" gedeutet haben: Vielleicht ist das "fassadenhafte Selbst" bei vielen Krebskranken in Wirklichkeit weniger ein Ausdruck der Persönlichkeitsstruktur von Krebskranken als vielmehr ein Ausdruck der versperrten Kommunikation zwischen Betroffenen und Nichtbetroffenen. Und da die Nichtbetroffenen die vorherrschende Wirklichkeitssicht auf ihrer Seite haben, gelingt es ihnen, die Schuld für das Misslingen der Kommunikation den Betroffenen zuzuschieben: Weil die Betroffenen rigide, überangepasst und emotionslos sind, kommt es zu keiner Verständigung. Vielleicht aber ist es auch umgekehrt:

Weil die Nichtbetroffenen die normalitätserlöschende Wucht der Wirklichkeitserfahrung von Krebskranken nicht aushalten, müssen die Betroffenen ein fassadenhaft normales Selbst aufbauen, damit wenigstens der Anschein einer Interaktion entstehen kann.

Diese alternative Interpretation dürfte jedenfalls auch zutreffend sein. Von den Konsequenzen, die daraus für die Nachbetreuung abzuleiten wären, kann man dann allerdings fast nur noch sagen, dass damit "ein weites Feld" beginnt, auf dem die normale Wirklichkeit auch für die (vom Krebs) nicht Betroffenen nicht einfach bestehen bleiben kann.

c) Aufsteigen alter, bisher verdeckter Konflikte

Vielen Forschern und Betreuern von Krebskranken ist aufgefallen, dass gravierende Belastungen häufig gar nicht so sehr von den Problemen ausgehen, die durch die Krankheit selbst entstanden sind, sondern vielmehr von tiefgreifenden Konflikten, die lange vor dem Ausbruch der Krankheit bestanden haben, bislang aber verdeckt und unterdrückt geblieben waren. "Der Krebs wirkt häufig wie der so oft zitierte letzte Tropfen, der ein Fass zum Überlaufen bringt. Er aktualisiert vordem verschleierte Probleme ... Der Krebs fördert wie ein Katalysator das ganze Potential an latenten negativen Gefühlen, Vorwürfen und Ängsten zutage, die nunmehr alle möglichen neurotischen Symptome oder sozialen Verhaltensschwierigkeiten auslösen" (RICHTER 1981, S. 182~ SCHAFFT 1980, LEINHOS 1981, P.LUMB und HOLLAND 1981, WIRSCHING et al. 1981).

Die These, dass durch die Krebsdiagnose die ganze bisherige, für normal gehaltene Lebenskonstruktion samt der sie stützenden "Sinnwelt" erschüttert oder gar zum Einsturz gebracht wird, erklärt auch das Aufsteigen alter, bisher verdeckter Konflikte. Eines der gängigsten "Lösungsmuster" bei der Bewältigung von Konflikten, unerfüllten Sehnsüchten und nichtverwirklichten Lebenszielen besteht ja darin, dass man die konflikthafte und unbefriedigende eigene Situation für normal hält: Den anderen geht es doch im Grunde auch nicht besser; in der Ehe von Frau X kriselt's doch auch ganz schön; wer ist denn schon wirklich glücklich? usw... Auf eine eigenartige Weise wird das eigene Unglück gemildert und besänftigt durch den Vergleich mit

anderen, denen es auch nicht besser geht: Wenn das Unglück normal ist, ist es eigentlich gar kein Unglück mehr; man muss sich damit abfinden, das Leben ist so, da kann man halt nichts machen.

Auf diese Weise werden alltäglichlicherweise auch tiefgreifende Lebenskonflikte immer wieder minimalisiert und einer bewussten Wahrnehmung entzogen. Die im Laufe der Jahre etablierte Gestalt des alltäglichen Lebens enthält die Konflikte und unerfüllten Sehnsüchte als ungelöste und integriert sie -mehr oder weniger resignierend - in das Bild und den Ablauf des normalen Lebens. Eine Lösung und Erfüllung wird allenfalls vage "irgendwie" von der Zukunft erhofft und spinnt sich ansonsten in Phantasien und Tagträumen aus. Und so geht das denn von einem Tag zum anderen und ist einfach "ganz normal".

Die Krebsdiagnose bringt hier eine abrupte Unterbrechung: Plötzlich wird nichts mehr so weitergehen wie bisher, und nichts im eigenen Leben ist noch normal. Der Körper nicht, die Zukunftsaussichten nicht, das Zusammenleben oder Alleinsein nicht und auch die ungelösten Konflikte und das verborgene Unglück nicht. Auch die normale Vertröstung auf die Zukunft funktioniert nicht mehr - denn diese Zukunft wird es möglicherweise gar nicht mehr geben. Man ist plötzlich nicht mehr wie die anderen und steht deshalb allein vor dem eigenen Leben - und da reden die bislang verdeckten Konflikte und unerfüllten Sehnsüchte auf einmal in der Sprache des eigenen

Lebens: Es ist ihnen völlig gleichgültig, ob es "den anderen" besser oder schlechter oder genauso geht, - das eigene Wesen will etwas vom Leben, und es misst das Erreichte einzig und allein an der eigenen Sehnsucht. Angesichts der schlagartig real gewordenen Nähe des Todes wird deshalb alles bisher Ungelöste und Unerfüllte sichtbar und drängt auf eine Lösung, die wegen der vielleicht nur noch kurzen verbleibenden Zeit jetzt angegangen werden muss.

Bei diesem Vorhaben kann professionelle Unterstützung sicher in vielen Fällen eine wertvolle Hilfe sein, und vor allem die Familien- und Paartherapie kann dazu beitragen, alte Konflikte aufzuarbeiten und die Beziehung auf eine neue Grundlage zu stellen (vgl. RICHTER 1981). In anderen Fällen aber wird eine konkrete Lösung gar nicht möglich sein - man denke beispielsweise an jemanden, der sein Leben lang von der großen Liebe oder der großen Karriere geträumt, sie aber nicht wirklich gefunden hat und jetzt die Tatsache ansehen muss, dass sein Leben unerfüllt war und wahrscheinlich unerfüllt enden wird. Reaktionen von Depression, Hoffnungslosigkeit, apathischer Resignation und Selbstaufgabe, die so häufig bei Krebskranken festgestellt wurden, sind von hier aus nur allzu verständlich. Innerhalb der gesellschaftlich vorgegebenen, normalen Sinnwelt gibt es ja auch tatsächlich nichts, das dem Leben dann noch einen Sinn geben könnte.

4.3 Hilfestellungen

Als unmittelbare Folgerungen für die psychosoziale Betreuung von Krebskranken ergeben sich aus dem bisher Gesagten zwei generelle Hinweise:

1. Versteht man psychosoziale Betreuung im wesentlichen als "Begleitung" von Kranken auf einem Weg, der zumindest streckenweise außerhalb der normalen Wirklichkeit verläuft, so stellt sich für die "Betreuer" oder "Begleiter" natürlich die sehr grundsätzliche Frage, ob sie überhaupt bereit - und vor allem: fähig - sind, den gesicherten Bereich der normalen Wirklichkeit zu verlassen und den Kranken tatsächlich dorthin zu folgen, wohin sie notgedrungen gehen. Bildlich gesprochen: Jemand, der sich für eine Wüstendurchquerung als Begleiter - oder gar als "Führer" - anbietet, müsste wohl selbst einige Wüstenerfahrung mitbringen, um nicht zu einer zusätzlichen Belastung für den Begleitenden zu werden oder ihn gar in die Irre zu führen.

2. Wenn eine Begleitung wirklich gelingt, kann sie die Betroffenen meines Erachtens vor allem an einer Stelle unterstützen: Sie kann ihnen das Gefühl und die Gewissheit geben, mit ihrer plötzlich so brüchig und fragwürdig gewordenen Existenz vielleicht den Raum des "Normalen", nicht aber den Raum des Menschlichen und des Lebendigen verlassen zu haben. Sondern im Gegenteil: Diesen Raum des Menschlichen und Lebendigen in seiner wahren Tiefe vielleicht jetzt erst überhaupt zu betreten.

Zitierte Literatur

BAHNSON, C.B.: Das Krebsproblem in psychosomatischer Dimension. In: Th.v. UEXKÜLL (Hrsg.): Lehrbuch der psychosomatischen Medizin, München 1979

BAMMER, K.!: Krebs und Psychosomatik. Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart, Berlin, Köln, Mainz 1981

BERGER, P. und LUCKMANN, Th.: Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit. Frankfurt a.M. 1972

BRAUN, H. und HARDIN, B.: Krebserkrankung und psychosoziale Belastung. In: Mensch, Medizin, Gesellschaft 4 (1979), 40-45

GROSSARTH-MARICEK, R.: Krankheit als Biographie. Kiepenheuer & Witsch, Köln 1979

HEYST, 1. van: Das schlimmste war die Angst. Geschichte einer Krebserkrankung und ihrer Heilung. Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt 1982

JACOBS, St.: Krebs-Bedrohung der sozialen und psychischen Identität. In: Der praktische Arzt 12 (1979), 1759-1774

- LEINHOS, H.: Psychologische Betreuung von Tumorpatienten im Rahmen eines klinischen Aufenthaltes. In: Der Krebsarzt 21 (1981), 5250-5258
- LE SHAN, L.: Psychotherapie gegen den Krebs. Klett-Cotta, Stuttgart 1982 MEYEROWITZ, B.E.: Psychosocial Correlates of Breast Cancer and Its Treatment. In: Psychological Bulletin, Vol. 87, No. 1 (1980), 108-131
- MORRIS, T.: Psychological Aspects of Breast Cancer; a Review. In: Eur.J. Clin.Oncology 19 (1983), 1725-1733
- PLUMB, M. und HOLLAND, J.: Comparative Studies of Psychological Function in Patients with Advanced Cancer. In: Psychosomatic Medicine 43 (1981), 143-154;
- RICHTER, H.E.: Der Krebs als psychisches Problem. In: Med. Welt 32 (1981)177-184
- SCHAFFT, S.: Zur Lebenssituation von Frauen nach krebsbedingter Brustamputation. Eine explorative Studie. Unveröff entl. Forschungsbericht im Auftrag des BMFT. Konstanz, 1980
- WILLIGES, R.: Der Carzinompatient in der Psychotherapie. In: Förderkreis Krebsvorsorge (Hrsg.): Round-table-Gespräch: Die Psychosomatik des Krebsleidens. Reute 13.-15.Okt. 1980, S. 83-89
- WIRSCHING, M.; STIERLIN, H.; WEBER, G.; WIRSCHING, B.; HOFFMANN, F.: Brustkrebs im Kontext - Ergebnisse einer Vorhersagestudie und Konsequenzen für die Therapie. In: Zeitschrift für psychosomatische Medizin 27 (1981) 239-252
- WORDEN, J.W. und WEISMANN, A.D.: The Fallacy in Postmastectomy Depression. In: The Am.Journ. of the Medical Sciences. Vol. 273, No. 2,(March-April 1977~ ,169-175
- ZIEGLER, G.: Psychosomatische Aspekte der Onkologie. Enke, Stuttgart 1982.

Anschrift des Verfassers:

Dr. Nikolaus Gerdes
Hochrhein-Institut
Bergseestr. 61
79713 Bad Säckingen