

Depression (II): Begleitung und Therapie

Heikle Balance zwischen Ruhe und Aktivierung

Pflegende reden mit dem depressiven Patienten und versuchen, gemeinsam mit ihm den Sinn seiner Krankheit herauszufinden; sie unterstützen ihn in den bedrohten Tagesaktivitäten und sie geben als sein Anwalt dem Arzt Rückmeldungen über Nebenwirkungen von Psychopharmaka. Und manchmal sollten sie einfach das Ruhe- und Rückzugsbedürfnis des Depressiven schützen, denn für etliche ist Stille «geistige Luft, die aufatmen lässt, die lindert und birgt».

FRED ARM

IN der Depression geht es um den qualvoll erlebten Mangel an Ganzheit. Gerade deshalb trägt sie auch einen verborgenen Sinn in sich. «Über alle medizinischen Betrachtungen hinaus ist die Depression Anzeichen, dass es das Absolute gibt», war der 1968 verstorbene Religionsphilosoph *Romano Guardini* überzeugt. «Die Schwermut ist Ausdruck dafür, dass wir begrenzte Wesen sind; sie ist die Not der Geburt des Ewigen im Menschen» [14/48].

Psychoanalytische Erklärungen erfassen nur gewisse Schichten des Problems. Für *Guardini* liegen «die eigentlichen Wurzeln im Geistigen» [14/34]. Das Verlangen nach dem Absoluten ist beim Depressiven mit einem tiefen Gefühl der Hoffnungslosigkeit verbunden. Das permanente Gefühl der Unerfüllbarkeit macht sich an bestimmten Erlebnissen fest: hier zu versagen, dort die Pflicht zu versäumen, wiederum Zeit verloren zu haben ... Diese Unmöglichkeit, meint *Guardini*, «liegt schon in der Weise, wie das Absolute gewollt ist: in einer Ungeduld, die zu schnell haben will, in einer Unmittelbarkeit, welche die Zwischeninstanzen nicht sieht und so einen phantastischen Weg dorthin einschlägt» [14/47].

Gerade wegen der existenziellen Not, die Depression auslösen kann, ist Stille ein therapeutischer Angelpunkt: «Die Stille ist ihm wie eine Wesenheit; eine geistige Luft, die aufatmen lässt, die lin-

dert und birgt» [14/35]. Der bekannte schwermütige Philosoph *Sören Kirkegaard*, welcher in der Natur Stille und Einsamkeit suchte und auch fand, schrieb über die heilende Kraft der Stille:

«Du freundlicher Geist, der du diese Stätte bewohnst, ich danke Dir, dass du meine Stille allzeit umfriedigst; ich danke dir für jene Stunden, die ich an meiner Erinnerung spinnend hier zubrachte... Gibt es etwas so berauschen-des wie die Stille? So rasch der Trinker den Becher an die Lippen führt: der Wein berauscht ihn nicht so rasch wie mich die Stille, die mit jeder Sekunde wächst...» [14/37].

In der Rückschau auf seine schwierige Zeit kommt der Romancier *William Styron* zu einer ähnlichen Einsicht: «Tatsächlich geheilt wurde ich durch die Abgeschiedenheit und die Zeit» [1/66]. Für ihn ist Depression auch ein Abbild für all das Böse in dieser Welt: für unsere tägliche Zwie-tracht, unser Chaos, unsere Irrationalität, für Krieg und Verbrechen, Folter und Gewalt. Ein Klinikaufenthalt sorgte bei *Styron* für die nötige Distanz von der unheilen Welt.

Modelle der Psychiatrie

Ein umfassender, religiöse Fragen einschliessender Ansatz zur Behandlung der Depression scheint unum-gänglich. Schauen wir uns hierzu kurz die Modelle moderner Psychiatrie an:

Im 19. Jahrhundert standen sich zwei Lager gegenüber: Die Psychiker vertraten einen psychologischen Hintergrund psychiatrischer Krankheiten, während das andere Lager somatische Ursachen annahm. Nach anfänglichen heftigen Auseinandersetzungen führten die beiden Gruppen im 20. Jahrhundert eine Art (nicht immer ganz friedliche) Koexistenz: Dem psychologischen Lager wurden tendenziell die reaktiven und neurotischen Störungen zugeteilt, das biologische Lager nahm die sogenannt endogenen Geistes- und Gemütskrankheiten in Beschlag [7/141f.].

In den letzten zwei Jahrzehnten hat sich die Aufteilung der Psychiatrie in ein biologisches und ein psychosoziales Feld als immer problematischer erwiesen. *George Engel* machte dementsprechend schon in den sechziger Jahren den Vorschlag, einen bio-psycho-sozia-len Zugang zum Patienten zu suchen, was heisst, sowohl seine körperlichen (bio), seine seelischen (psycho) und seine sozialen (sozio) Bedingungen in der Behandlung zu berücksichtigen [7/142]. Inzwischen ist bei fortschrittlichen psychiatrischen Autoren (Walter

Depression bedeutet eine

