

Stefan Pfeiffer Funktionsweise von Gedankenprozessen

Die Diagnose Schizophrenie steht nicht für ein einheitliches Krankheitsbild, sondern zeigt eine ganze Palette unterschiedlicher Störungen auf, die alle mit Gedankenprozessen zu tun haben. Wie kann es überhaupt zu Störungen kommen, und wie funktioniert unsere Seele, unser Denken und Handeln?

Wir glauben, die Welt sei so, wie wir sie sehen. Dass ein Stein ein Stein ist, ist nur logisch und steht unzweifelhaft fest. Aber wenn man es genau betrachte, sehen wir kein Abbild der Welt, das eins zu eins mit der Wirklichkeit übereinstimmt. In vielen Dingen kommen neben den objektiven Wahrnehmungen auch subjektive Anteile hinzu. Wenn drei Menschen einen Stein betrachten, wird natürlich jeder den gleichen Stein sehen. Doch wenn sich drei Menschen einen Kinofilm anschauen, werden sie auf ganz unterschiedliche Dinge achten. Die eine Dame wird eine romantische Liebesgeschichte in Erinnerung behalten, der zweite Zuschauer wird sich eher an die witzigen Dialoge erinnern und weil der dritte Zuschauer ein Technikfan ist, wird er die hochmodernen, schnellen Autos bewundern. Alle haben den gleichen Film gesehen, doch ganz unterschiedliche Dinge erlebt. Man kann nicht sagen, die eine Meinung sei richtig und die andere sei falsch, eher ist alles auf seine Weise in Ordnung. Wahrnehmung ist also immer eine individuelle, beinahe schon intime, zumindest aber sehr persönliche Angelegenheit. Die Welt kann man also schwer in Richtig und Falsch unterteilen, vielmehr ist alles sehr individuell, also nicht schwarz-weiß, sondern bunt, wobei man keine Farbe der anderen vorziehen sollte.

Neben dem eigentlichen Sinnesreiz, dem „Sehen“ des Steines, kommt also immer noch eine „individuelle Bewertung“ hinzu. Man spricht auch von „Attribution.“ Wie wir auf die unterschiedlichen Sinnesreize reagieren, ist also eine Frage der individuellen Erfahrungen. Die Fähigkeit, in unserer Umwelt unterschiedliche Gegenstände zu erkennen, liegt in unserer Lernerfahrung begründet. Wir erkennen eine Gabel nur als nützlichen Gegenstand, weil wir gelernt haben, diesen Gegenstand zum Essen zu benutzen. Eine Katze misst der Gabel keinen Sinn bei. Schauen Sie nur in den Handwerkskasten eines Kfz-Mechanikers. Vielen Gegenständen werden Sie keinen Sinn zuordnen können, während der Handwerker jeden einzelnen Gegenstand täglich benutzt. Unser Weltbild besteht also aus den Dingen, die wir kennen und erkennen. Doch mit dem eigentlichen Erkennen ist es nicht getan: Die einzelnen Dinge, die wir kennen, sind wiederum in gewissen Sinnzusammenhängen miteinander verknüpft. Die Gabel erinnert Sie ans Essen, das Essen wiederum an den Kühlschrank und so weiter. Unser komplettes Weltbild

besteht also aus einzelnen, meist sehr komplex miteinander verknüpften Elementen. Man spricht in der Psychologie auch von der „Inneren Landkarte.“ Mit unserer Einbildungskraft erschaffen wir also erst, was wir dann im nächsten Schritt als „Realität“ erleben.

Unbewusste Prozesse

Wir nehmen nur die Dinge wahr, die wir auch kennen. Neben den eigentlichen Sinnesreiz, also dem Anblick einer Tasse, interpretieren wir zugleich auch unsere Umwelt. Ein bellender Hund wird als gefährlich wahrgenommen und macht uns Angst, die Tasse gilt als ungefährlich und wir freuen uns auf den heißen Kaffee. Unsere Umwelt deuten wir also nach unseren ganz individuellen Erfahrungen. Die meisten Elemente aus der Umwelt sind uns schon seit Kindertagen vertraut, wir verwenden keine Aufmerksamkeit mehr auf sie. Damit unser Verstand nicht überlastet wird, steuern bereits im Vorfeld unbewusste Prozesse unsere Wahrnehmung. Die meisten unserer Denkelemente sind logisch aufgebaut. Wir nehmen Dinge selektiv wahr und messen jedem Gegenstand einen eigenen Wert und eine ganz individuelle Bedeutung zu. Unser Wissensspeicher ist wie ein virtueller Aktenschrank, aus dem das Unterbewusstsein unentwegt Informationen an das Bewusstsein liefert. Bei der Steuerung dieses „Aktenschranke“ kann es zu Fehlern kommen, was dann zu einer Psychose führen würde.

Da wir Menschen immer in einer ähnlichen Umwelt leben, gleichen sich unsere Erfahrungen und unser Wissen. Dabei ist das jeweilige Wissen von entsprechenden Kulturkreis abhängig. Ein Eskimo kennt allein zwanzig unterschiedliche Bezeichnungen für das Wort „Schnee“, dafür wird er aber mit dem Wort „Personal-Computer“ wenig anfangen können. Unser Wissenstand ist also nicht absolut, sondern kulturbedingt. Zum einen ist unser Wissen also durch unseren allgemeinen Kulturkreis geprägt, dann aber auch durch unsere individuellen Lebenserfahrungen. Es gibt also keine absolute Wahrheit, sondern nur die individuelle Wahrnehmung jedes Organismus.

Der Ausdruck „Wahn“ ist dabei sehr schwammig. Der Hausfrau brennen immer die Brötchen an, sie selbst hält sich aber für eine begnadete Köchin. Ist das nicht auch schon ein Realitätsverlust und damit eine Psychose? Der Begriff Realität selbst ist schon ungenau, denn es gibt keine objektiven Kriterien, sondern nur individuelle Ansichten. Die Grenzen allgemein zwischen Wahn und Wirklichkeit sind unklar, deswegen tut man sich mit einer Definition auch sehr schwer. Unter ei-

nem Wahn versteht man allgemein „kulturell nicht angemessene Überzeugungen.“ Wenn Sie also zu einem Stamm von Urwaldindianern gehören und die Waldgötter anbeten, sind Sie normal, wenn Sie das gleich in Castrop-Rauxel im Stadtgarten machen, haben Sie einen religiösen Wahn. Verrückt, nicht wahr? Man darf also nicht erwarten, dass jeder, der mal eine dumme Idee hat, sofort in die Psychiatrie gehört. Kein Gesetz verbietet verrückte Idee.

Psychotischer Schub

Bei einer schweren Psychose kommt es zu einer Fehlfunktion der Wahrnehmungsprozesse. Dabei kann es von einer leichten Wahrnehmungsstörung (Ich verhöre mich, weil jemand undeutlich spricht) über eine länger anhaltende Verknennung der Realität (Wahn) bis zum totalen Realitätsverlust (Halluzinationen) gehen. Der Übergang ist dabei meist unklar, es gibt sowohl gesunde (reale) wie auch kranke (irreale) Anteile. Je nachdem, wie ausgeprägt die Symptome sind, können solche Störungen dazu führen, dass man nicht mehr am Alltag teilnehmen kann. Der Ausdruck „Wahn“ erzeugt den Eindruck, es gäbe eine klare Trennung zwischen Richtig und Falsch, doch sind die Übergänge meist fließend und es

gibt keine klare Abgrenzung. Bei einem totalen Realitätsverlust (Halluzinationen) ist die Beziehung zur Umwelt unterbrochen und das Unterbewusstsein übernimmt die Kontrolle über das Bewusstsein. Unser Körper ist zwar immer noch an Ort und Stelle, doch unser Bewusstsein schwebt in der „Anders-Welt“. Wir sind für unsere reale Umwelt nicht mehr ansprechbar und nehmen diese auch nicht mehr wahr. Das Unterbewusstsein hat vollkommen die Kontrolle übernommen, der Betroffene hat ein von Zeit und Raum vollkommen getrenntes Wahnerleben.

Das Abdriften in die psychotische Welt geschieht nicht willentlich, und kann auch ganz ohne äußere Auslöser erfolgen. Anders als bei einer Meditation, wo man sich willentlich aus der Umwelt zurückzieht und so entspannen kann, dass man Traumbilder erlebt, „kocht“ das Unterbewusstsein in einer Psychose über und erzeugt ungewünscht Trugbilder. Das psychotische Erleben übernimmt dann ganz die Kontrolle und wir verlieren den Anschluss an die Umwelt. Schwer psychotischen Menschen fehlt die räumliche und zeitliche Orientierung.

Wir danken unseren Förderern

Unsere Aktivitäten werden durch verschiedene Förderer unterstützt.

Bei den gesetzlichen Krankenkassen bedanken wir uns für die Pauschalförderung unseres Landesverbandes.

Besonders hervorzuheben in 2014 ist

- a) die Finanzierung der Anlaufstelle Rheinland in Köln durch den Landschaftsverband Rheinland (LVR). Hier können wir zwei Teilzeitstellen, zwei Minijobs und die Sachkosten bestreiten. Die laufenden Unterhaltskosten, wie Miete und Nebenkosten trug ebenfalls der LVR.
 - b) Die Anlaufstelle Westfalen in Bochum wurde bis Jahresmitte gefördert mit zwei Minijobs und zwei Monatsfahrkarten durch die Barmer GEK. Ab Juli lief ein 3-jähriges Projekt der Techniker Krankenkasse Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener in der Anlaufstelle Westfalen. Mit dieser Unterstützung mieteten wir zwei zusätzliche Appartements an, ließen unsere Webseite überarbeiten, verbesserten den Lautsprecher und konnten Mini- und Honorjobs bezahlen.
- Das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter (MGPEA) ermöglichte uns den Ausbau unserer

Selbsthilfestrukturen mit fünf Wochenend-workshops von Psychiatrie-Erfahrenen für Psychiatrie-Erfahrene, zwei regionalen Selbsthilfetagen in Herford und Wuppertal und mit sächlicher Ausstattung.

Zudem danken wir den Projektförderern der gesetzlichen Krankenkassen für die Mittel zur Durchführung der landesweiten Selbsthilfetage in Bochum und Köln. Auch der Landschaftsverband Westfalen Lippe (LWL) förderte unseren Verband in 2014.

Last but not least danken wir unseren Mitgliedern in NRW, die durch Ihre Beiträge und Spenden zum Gelingen all unserer Vorhaben entscheidend beitrugen.

Wir bedanken uns ganz herzlich!
Für den LPE NRW Matthias Seibt

P.S.: Der LPE NRW arbeitet in keiner Weise mit der Pharma-Industrie zusammen und nimmt weder direkt noch indirekt Geld und andere Zuwendungen von der Pharma-Industrie (Satzung des LPE NRW, § 4, Abs. 2).