

eingetreten zu sein. Aber es ist ohne Zweifel bloß die Decke. 'Von der Basilika schlug es drei Uhr. Nach wenigen Minuten schien die Schwellung des Leibes völlig verschwunden zu sein. 'Ich glaube wahrhaftig, ich werde nährisch', sagte Carrel. Wieder näherte er sich Marie F., beobachtete ihre Atmung und sah sich ihren Hals an. Das Herz schlug regelmäßig, obgleich schnell. Auf alle Fälle hatte sich hier etwas ereignet. 'Wie fühlen Sie sich', fragte er sie. 'Ich fühle mich ganz wohl, nicht sehr kräftig, aber ich fühle, daß ich geheilt bin', antwortete Marie F. ganz leise. Es gab nichts mehr zu zögern. Der Zustand von Marie F. hatte sich gebessert. Sie war nicht wieder zu erkennen. In tiefer Verstörung, unfähig zu reflektieren, ohne den Platz zu verlassen, kam Carrel den anderen zuvor über das, was sich ereignet hatte" (58—60). Eilig teilte Carrel seine Beobachtung Boissarie, dem Leiter des Ärzte-Büros, mit. Die Nachuntersuchung ließ an der Tatsache keinen Zweifel. Boissarie hat später Carrels Beobachtung ein Muster der Unparteilichkeit und Strenge genannt. Sie wurde durch ihn veröffentlicht.

Carrel sollte sein voreiliges Wort: „Wenn ich die Heilung von Marie F. sehe, glaube ich!“ nicht so schnell wahr machen. Wie F. Leuret, der jetzige Leiter des Ärzte-Büros angibt,<sup>6</sup> sträubte sich Carrel zunächst lange gegen die Annahme eines Wunders, versuchte einen Irrtum der Diagnose anzunehmen, bis er schließlich doch innerlich überwunden der Wahrheit die Ehre gab und das Wunder anerkannte.<sup>7</sup>

## Psychohygiene

Von HUBERT THURN S. J.

Unter Psychohygiene versteht man im allgemeinen alle Maßnahmen, Verhaltensweisen, Einrichtungen usf., die dem Schutz der seelischen Gesundheit dienen. Dabei steht im Vordergrund die Bewahrung der seelischen Gesundheit, wenngleich deren Wiederherstellung von der Fragestellung nicht ausgeschlossen wird.

Psychische Hygiene geht in erster Linie den Staat, das Gemeinwesen, die Öffentlichkeit an. Unter Psychohygiene im öffentlichen Gesundheitsdienst versteht man „die Gesamtheit aller Erkenntnisse und Maßnahmen, die geeignet sind, die gesunde Bevölkerung durch Belehrung, Aufklärung und behördliches Beispiel von schädigenden Einflüssen, von Vorurteilen, von Mißtrauen und unberechtigter Angst zu befreien, um deren Kräfte einzusetzen zur Förderung des sozialen Aufbaus, des gegenseitigen Vertrauens, des familiären und beruflichen Wohlergehens, die widerstandsschwa-

<sup>6</sup> *François Leuret et Henri Bon*, Les guérisons miraculeuses modernes. Presses Universitaires de France. Paris 1950, p. 101.

<sup>7</sup> Durch Carrels Eintreten für die Wunderheilungen von Lourdes ist die Frage, welche Stellung die unvoreingenommene ärztliche Wissenschaft diesen Tatsachen gegenüber einnimmt, erneut brennend geworden. Ihrer Beantwortung soll ein weiterer Beitrag dienen.

chen, in besonders anfälliger oder gefährlicher Lebensphase befindlichen, durch intellektuelle Unbeholfenheit oder durch Empfindsamkeit, Haltlosigkeit sowie Anpassungsunfähigkeit vermehrt anfälligen, zu neurotischen Reaktionen neigenden Individuen im Rahmen der Volksgemeinschaft zu unterstützen, die von Geisteskranken, geistig Abnormen und Asozialen auf deren gesunde Umgebung ausgehenden psychischen Schädigungen zu verhüten, schließlich die öffentliche Gesundheits-, Wohlfahrts-, Verwaltungspolitik so zu beeinflussen, daß bei allen Planungen und Entscheiden auch Überlegungen des geistigen Gesundheitsschutzes maßgeblich mitbestimmend sind.“<sup>1</sup>

Neben dieser Psychohygiene gibt es eine bescheidenere, private, die des einzelnen Menschen, der sich und die ihm Anvertrauten vor seelischem Schaden zu bewahren sucht. Diese Psychohygiene geht vor allem aus auf Schutz vor der seelischen Krankheit, der Neurose.

Auf dem Kongreß „Das schwer erziehbare Kind in Schule und Familie, seine ärztliche Behandlung und seine pädagogische Betreuung“, der am 30. und 31. Juli 1950 in Düsseldorf stattfand, referierte Frau Dr. Dührßen (Berlin) über seelenärztliche Erfahrungen in der praktischen Arbeit an Berliner Kindern.<sup>2</sup> Sehr eindrucksvoll war der durch Beispiele belegte Hinweis auf die Wichtigkeit „psychohygienischer Prophylaxe“, der Vorbeugung seelischer Erkrankung. Eine Behandlung seelischer Krankheit ist kostspielig, aber nicht nur das, sie braucht sehr viel Zeit und ist immer ein Risiko. Psychohygiene lohnt sich demnach, gerade die private, bescheidene, die jeder leisten kann. Versuchen wir einen Einblick in ihre Möglichkeiten zu gewinnen.

Dazu gehört zunächst einmal Aufklärung: die Einsicht in die Zusammenhänge seelischer Krankheit, ihres Wesens, ihrer Entstehung und Artung.

Unter Neurose verstehen wir den mißglückten Versuch, mit einer Lebensschwierigkeit fertig zu werden. Neurose ist deshalb „Folge mangelhafter Erlebnisverarbeitung“.<sup>3</sup> Der Mensch, der einen Verlust, ein Versagen, eine Lebensschwierigkeit nicht zu verarbeiten, das heißt nicht auszutragen oder zu tragen versteht, „erkrankt“. Ob sich nun Zwänge, Skrupel, Angst, Depressionen einstellen oder Entwicklungshemmungen, Perversionen, Beziehungswahn und paranoia-ähnliche Zustände das Erscheinungsbild der Krankheit bestimmen — der Ursprung war ein Unvermögen, und die Folge ist das Ausbleiben des regelrechten Aufstiegs zur Reife, zur Ausgeglichenheit und Ganzheit.

Neurose ist — wie dies in einem früheren Beitrag ausführlich dargelegt wurde — wohl zu scheiden von psychopathischen Störungen, die vor allem in der Form der Haltlosigkeit einen schlechten Ruf haben. Die „Verfe-

<sup>1</sup> Öffentliche Gesundheitspflege und Psychohygiene, in dem Sammelwerk: „Die Psychohygiene“, hrsgg. von Federn-Meng, Verlag Hans Huber, Bern 1949, DM 28.—.

<sup>2</sup> Vgl. Psychol. Rundschau, 1950, 5.

<sup>3</sup> Ernst Speer, Vom Wesen der Neurose, Georg-Thieme-Verlag, Stuttgart 1949, 9 ff.

mung“ der Neurose (die übrigens von der Medizin ausging, man denke in diesem Zusammenhang an die „Schimpfwörter“ Hysterie, Neurotiker, Perverser usf.) ist hauptsächlich daraus zu erklären, daß sie von anlagebedingter Entartung nicht genügend geschieden wurde. Neurose ist weitgehend, wenn auch nicht ausschließlich, Umweltprodukt, darin allerdings ähnlich schicksalhafter Natur wie die anlagebedingte Entartung.

Daher ist der Schuldcharakter der Neurose sowohl im allgemeinen wie im Einzelfall sehr schwer zu erweisen, jedenfalls liegt er nie so eindeutig auf der Hand, wie dies von puritanischen Richtungen innerhalb der Psychotherapie angenommen wird.<sup>4</sup> Diese Richtungen unterscheiden auf Grund mangelnder begrifflicher Sauberkeit zu wenig oder gar nicht zwischen Ursache und moralischer Schuld. Daß beispielsweise ein Mensch, der bereits in früher Kindheit infolge Verwöhnung oder Härte Minderwertigkeitskomplexe erwarb, im Verlauf seiner Entwicklung Ursache mancher Entscheidungen wird, die objektiv fehlerhaft sind und darin und dadurch tiefer in den Zwiespalt oder die Isolierung treiben, wird niemand bestreiten wollen. Aber diese Entscheidungen — objektive Fehlentscheidungen — einfachhin moralisch schuldhaft zu nennen geht nicht an, da zur moralischen Schuld Freiheit erfordert wird, die Freiheit aber infolge der Kindheitseinflüsse und eines vielleicht wenig entwickelten Selbstbesitzes gestört sein kann. Zudem: „Es ist eines der wichtigsten Merkmale der Neurose, daß sie sich aus dem Unbewußten heraus bildet. Es gibt keine Neurosen, die im vollen Licht des wachen Bewußtseins heranwachsen.“<sup>5</sup> Nun aber ist die Freiheit nur im Licht des vollen Bewußtseins möglich, ein weiterer Grund, der die einfachhin behauptete Schuld bezweifeln läßt. Übertrieben scheint deshalb die Auffassung, daß jede Neurose (schuldhafte!) Freiheitsberaubung sein soll, da sie freiwillige Leidvermeidung sei. Das Entstehen der Neurose ist mannigfaltiger.<sup>6</sup> Daß eine „Bescheinigung“, die dem Kranken die prinzipielle Unfreiheit bestätigt, ein „falsches Attest“ wäre, wird allerdings richtig gesehen, da die neurotische Unfreiheit partikulär ist, nur gewisse Bereiche, vor allem natürlich den Komplexbereich, betrifft.<sup>7</sup>

Die Erscheinungsformen der Neurose, also die Arten, sind recht verschieden. Noch reichhaltiger sind die Einteilungsschemata und Bezeichnungen, die von den verschiedenen Fachleuten gewählt wurden. I. H. Schultz geht beispielsweise bei seiner Namengebung von dem Gedanken der mehr oder weniger tief sitzenden Ursachen aus.<sup>8</sup> Danach gibt es unter anderem Randneurosen, Erkrankungen, die gleichsam am Rande der Persönlichkeit stehen, in der Randzone stecken bleiben, und Kernneurosen, deren Grundlagen

<sup>4</sup> Näheres vgl. *Georg Trapp*, Krankheit und Schuld, in dieser Zeitschrift, November 1948.

<sup>5</sup> *Speer*, a. a. O. 23.

<sup>6</sup> Vgl. *Alexander Mitscherlich*, Freiheit und Unfreiheit in der Krankheit, Claassen und Goverts Verlag, Hamburg 1948, 71 ff.

<sup>7</sup> *Paul Matussek*, Metaphysische Probleme der Medizin, Springer-Verlag, Berlin/Heidelberg 1948, 66 ff., 71.

<sup>8</sup> *I. H. Schultz*, Seelische Krankenbehandlung, Berlin 1943.

charakterogener Art sind, die der Heilbehandlung naturgemäß größeren Widerstand entgegensetzen. H. Schultz-Henke nennt vier „Hauptneurosenstrukturen“: die schizoide Struktur, die depressive Struktur, die zwangsneurotische Struktur und die hysterische Struktur.<sup>9</sup> Hier liegt als Einteilungsgesichtspunkt die „Zuwendung“, also der Kontakt zugrunde. Je nachdem die Zuwendung überhaupt gefürchtet oder die Hingabe gescheut wird, ob die Aggressivität im Vordergrund steht oder sexuelle Unausgereiftheit die zwischenmenschliche Bewährung vereitelt, ist die Kontaktstörung mehr oder weniger folgenschwer. Für eine Darstellung der Psychohygiene eignet sich am besten das Schema von Speer.<sup>10</sup> Er unterscheidet die Zwangsneurose, die Sucht, die Reifungskrisen, die sogenannte Organneurose. Der Ordnungsgesichtspunkt ist nicht einheitlich. Die Zwangsneurose wird besonders hervorgehoben, weil sie mehr als die übrigen Neuroseformen auf vitaler Schwäche beruht, daher schon, mindestens bei schweren Fällen, an eine Entartung des Lebensgrundes denken läßt. Die Sucht ist eine geradezu „klassische“ Form der Neurose, da sich die „Besessenheit“, das „Unentrinnbare“, das „Gefangensein“ kaum bei einer anderen Erscheinungsform der Neurose stärker ins Blickfeld des Beobachters schiebt. Die Reifungskrisen bieten naturgemäß reichliche Möglichkeit zur Bildung oder Auswirkung seelischer Krankheiten. Die von E. R. Jaensch durch viele Beobachtungen und Experimente erhärtete Tatsache der (oft extremen) Auflockerung innerhalb gewisser Lebensphasen (Lysis) bringt ein Unsicherwerden mit sich, das im Hinblick auf störende Einflüsse oder die Auswirkung einer latent vorhandenen Krise gefährlich werden kann.<sup>11</sup> Die Organneurose zeigt sodann in drastischer Weise, daß das Seelische Bedeutung für den ganzen Menschen besitzt — so gering es von manchem veranschlagt werden mag, weil es und solange es keinerlei massive körperliche Symptome setzt. Magen- und Darmbeschwerden, Herzattacken u. a. können seelisch bedingt sein und — wenn die Seele nicht „geheilt“ wird — zu krankhaften Organveränderungen führen.

Was vermag nun die Psychohygiene im Hinblick auf diese seelischen Krankheiten zu leisten? Welche Verhütungsmaßregeln und -richtlinien hat sie erarbeitet?

Wir verweisen zur eingehenden Orientierung auf das umfangreiche Werk „Die Psychohygiene“, einen Sammelband wertvoller Einzeldarstellungen, der von Federn-Meng herausgegeben wurde (vgl. Anmerkung 1). In 43 Beiträgen wird auf 400 Seiten von namhaften Autoren zu vielen wichtigen Fragen der Psychohygiene Stellung genommen. Die dort behandelten Themen sind so mannigfaltig, daß sie hier auch nicht andeutungsweise zur Darstellung kommen können. Die Themengruppen sind: Psychoanalyse und andere

<sup>9</sup> H. Schultz-Henke, Lehrbuch der analytischen Psychologie, Georg Thieme, Stuttgart 1951, 103 ff.

<sup>10</sup> Speer, Vom Wesen der Neurose.

<sup>11</sup> E. R. Jaensch und Rud. Hentze, Grundgesetze der Jugendentwicklung, Leipzig 1939.

Psychotherapie, Sonderfragen der Medizin, Soziologie, Angewandte Psychohygiene, Entwicklung und Stand der Psychohygiene.

Versuchen wir nun im Hinblick auf die obengenannten Neuroseformen psychohygienische Gesichtspunkte geltend zu machen. Als erste Krankheitsart wurde die Zwangsneurose genannt. Sie äußert sich in Zwang zu bestimmten Vorstellungen, zur Wiederholung bestimmter Verrichtungen, zu einem „Zwangszeremoniell“ oder einem Zwangssystem, in zwanghafter Angst und Phobien.

Obwohl in schweren Fällen, wie schon gesagt, immer Vitalschwäche vorliegt, die sich in Gefühlen der Lebensunsicherheit, der Unzulänglichkeit und Befangenheit quälend bemerkbar macht, sind Verhütung und Heilung nicht ausgeschlossen.

Für die Verhütung von leichteren zwangshaften Gewohnheiten ist vor allem wichtig das „Principiis obsta“, die Anleitung oder der Vorsatz zum Widerstand gegen beginnende zwangshafte Verhaltensweisen, zum übungsmäßigen Sichversagen gegenüber den Antrieben. Der Werdegang des Zwanges, das langsame Heranwachsen zwangshafter Gepflogenheiten, einer Art Versklavung, kann auf diesem Wege beeinflusst und oft unterbunden werden. Der weitere Hinweis, in möglichst großer Freiheit seine bewußten Entscheidungen zu fällen, sich frei zu halten für vernünftige Überlegungen und entsprechendes Handeln, vervollständigt diese einfache Regel.

Da die Lebensunsicherheit bei Menschen, die zu Zwängen neigen, oft groß ist, ist es wichtig, eine Verstärkung dieses Gefühls tunlichst zu verhüten. Ein lebensunsicherer Junge beispielsweise, der eine „nervöse“ Mutter hat, die — unendlich verkrampft — die Erziehung einseitig leitet, wird leicht zwangsneurotisch reagieren. „Nimmt man nach sorgfältigem Studium des Zustandsbildes alle sich bietenden Möglichkeiten wahr, welche auf eine Ermutigung des Kranken und eine Erhöhung seines Gefühls der Lebensunsicherheit abzielen, dann fallen bedeutende zwangsneurotische Antriebe fort.“<sup>12</sup> Für solche und ähnliche Fälle ist der Ausgleich, der Neubau und die Befestigung gesunder Beziehungen zu den Personen der Umgebung sehr wichtig. Die Psychohygiene legt demnach in Fällen schon vorhandener Lebensunsicherheit und Ängstlichkeit Mut, Freiheit und Selbstsicherheit als Erziehungsziele nahe und rät ab von jeder Art von Ängstlichkeit, übermäßiger Sorge und übertriebener Rechtmäßigkeit, m. a. W. sie fordert eine „vernünftige“ Umgebung.

Sehr wichtig für die Verhütung des Zwanges ist die Entwicklung der Liebesfähigkeit. Zwangskranke sind meist (ungewollt) „krasse Egoisten“. Liebesfähigkeit ist das Gegenteil von Egoismus: Zuwendung zum anderen, und erschwert das Ableiten in die Zwangshaftigkeit. Für die Erziehung käme es nach ausgiebiger Kenntnisnahme der Eigenart und der Umwelteinflüsse darauf an, im einzelnen zu zeigen, wie der Lebensunsichere zu „für-

<sup>12</sup> Speer, a. a. O. 61.

sorglich denkender und handelnder Zuwendung zum anderen“ gelangen kann.

Bei schockartigen Entmutigungen können eigenartige Zwangsmechanismen auftreten, zum Beispiel Zittern, Übelkeit, Platzangst usw., die festgehalten werden und — wenn sie nicht in den Zusammenhang ihres Ursprungs gestellt werden — reichlich sinnlos anmuten. Solche Einstellungen können oft durch eine einzige Unterredung entlarvt und vertrieben werden. Handelt es sich doch hier um assoziative Verknüpfungen, deren Mechanik und Ursprung nur durchschaut zu werden braucht, um unwirksam zu werden. Die Psychohygiene entnimmt diesen Zusammenhängen die Tatsache der Gefährlichkeit plötzlicher Entmutigung und die Notwendigkeit der Schonung des Selbstgefühles und der unbefangenen Lebenssicherheit bei Menschen, deren Lebenshintergrund bereits die Unsicherheit in besonderem Ausmaß beherbergt. Sie wird aber auch darauf hinweisen müssen, daß solche schockartigen Entwicklungen leichter heilbar sind als dies zunächst scheint, indem der Ursprung einer solchen Entwicklung aufgespürt, die Ursache reproduziert und verarbeitet wird.

Hier ist ein Hinweis auf die religiöse und sittliche Unterweisung am Platze. Der Zwang zum Grübeln und der religiöse Skrupel wachsen aus dem Boden der Unsicherheit. Aber sie könnten oft vermieden werden, wenn die Angst nicht durch unzweckmäßige religiöse Unterweisungen — vielleicht von schockartiger Wirkung — wachgerufen würde. Ethische Strenge von skrupulöser Genauigkeit ist sehr wohl geeignet, bei unsicheren Menschen zu Krampf, Zwang und Skrupeln Anlaß zu geben, eine Tatsache, die dem Seelsorger wie auch der Mutter zu denken geben sollte.

Die Sucht nannten wir als zweite Art der Neurose. Sie läßt als ein Musterbeispiel der Fesselung und Unfreiheit diese Wesenszüge der Neurose klar erkennen.

Der Süchte gibt es viele. Wir nennen hier einige: Habsucht, Verschwendungssucht, Nikotin- und Alkoholsucht, Morphinismus, Kokainismus und Opiumsüchtigkeit, manche Perversionen des Geschlechtstriebes u. a. m. Allen Süchten liegt die gleiche Ursache zugrunde. „Trotz vielfältig zusammenwirkender seelischer Bedingungen und Entwicklungslinien ist die Welt der Süchte eine merkwürdig einförmige Welt.“<sup>13</sup> Sucht spezifiziert sich aus belanglosen Gründen, ihre letzte Ursache ist eine Haltung der Person, das Nicht-fertigwerden mit Belangvollem. Speer weist darauf hin, daß es Süchte mit vollkommen harmlosen Mitteln gibt; mit Mitteln, die außerhalb der Rauschgiftreihe stehen und mit völlig giftfreien Mitteln. Nach von Gebattel kann sogar „jede Richtung menschlichen Interesses süchtig entarten“<sup>14</sup> und

<sup>13</sup> H. Schultz-Hencke, *Der gehemmte Mensch*, Thieme-Verlag, Stuttgart 1947, 153.

<sup>14</sup> Zitiert nach: Karl Jaspers, *Allgemeine Psychopathologie*, Springer-Verlag, Berlin-Heidelberg 1948, 269.

C. G. Jung zeigt, daß es einen (metaphysischen) Ort gibt, an dem das „Hindernis“, das die Sucht hervorrief, abgelesen werden kann: die Phantasie.<sup>15</sup>

Entscheidend für die Entstehung der Sucht ist demnach die Person, der Charakter, das persönlich und charakterlich begründete Versagen.

Speer weist darauf hin, daß ähnlich wie bei der Zwangsneurose auch bei der Sucht zu unterscheiden ist zwischen Sucht als Entartungserscheinung und Sucht aus Not, aus seelischer Not. Für die Sucht als Entartungserscheinung ist die Haltlosigkeit und Unerziehbarkeit charakteristisch. Sucht aus Not wird eher in ihrer Unzweckmäßigkeit, in ihrer entwürdigenden Unfreiheit und Dämonie vom Süchtigen selbst durchschaut, er leidet nicht nur an ihr, er möchte sie beseitigen.

Sucht ist — wie alle Neurose — von den zugrundeliegenden Lebensschwierigkeiten her gesehen eine Scheinlösung. Als Flucht zu einem — unzweckmäßigen — Mittel ist sie Vogelstraußpolitik: der Süchtige weicht der Lebensschwierigkeit aus. Von entscheidender Wichtigkeit ist die aus der ungelösten Lebenssituation sich ergebende Stagnation des Lebensflusses, die „Leere“: „Wer durch seine Artung und seine Situation immer wieder in diesen Zustand verfällt, liefert sich an eine Sucht aus, durch die er ihm entrinnen möchte.“<sup>16</sup>

Die Psychohygiene wird, wenn sie erfolgreich sein will, nie beim Äußern stehenbleiben dürfen. Für die Sucht bedeutet dies, daß zwar äußere, staatliche Maßnahmen zur Verhütung der Süchtigkeit in Bezug auf Morphium, Kokain, Opium usw. einige Bedeutung haben, da sie den folgenschweren Mißbrauch dieser Mittel verhindern.<sup>17</sup> Aber Sucht und Süchtigkeiten verhindern, heißt mehr als das. Suchtverhütung beginnt mit der Ehrlichkeit, mit der sich ein Mensch seiner eigentlichen Lebensschwierigkeit stellt: dem Versagen, dem Verzicht, dem Zwang, der Unentwickeltheit seines Charakters, der Unterlegenheit, dem Widerspruch zwischen Sein und Schein, dem Neid und der Bosheit, die in ihm selber sind, der Schuld und vielem anderen, das als Aufgabe bewältigt werden soll. Die „Leere“, die durch Verdrängung entstand, das „Elendsgefühl“, das aus dem Bewußtsein einer unerledigten drängenden Aufgabe hervorwuchs, wird verschwinden, in dem Maße sich der Mensch bemüht, zu einer Klärung, zum Ausgleich mit der Umwelt und dem „Gesetz“ zu kommen.

Für den religiösen Bereich sind Sucht und Suchtverhütung insofern von Bedeutung, als die Auseinandersetzung mit dem „Schatten“, dem Bösen, zu vielen schweren Konflikten Anlaß werden kann. Diese Konflikte zielen in ihrer deprimierenden Wirkung auf Vergessen und werden zum Anlaß für alle Arten von Sucht. Das Wort „Schatten“ und der damit bezeichnete Sachverhalt spielt in der Psychotherapie, der seelischen Heilbehandlung, eine hervorragende Rolle. Viele Menschen leiden seelisch tief unter dem Wider-

<sup>15</sup> C. G. Jung, *Psychologie und Erziehung*, Rascher-Verlag, Zürich, 143.

<sup>16</sup> Jaspers, *Allgemeine Psychopathologie*, 269.

<sup>17</sup> Prof. Dr. med. Hans Fischer, *Prophylaxe der Suchterkrankungen*, in: *Die Psychohygiene*.

spruch von Wollen und Können, Gesetz und Freiheit, Müssen und Mögen. Mancher Sucht, die heilbehandelt werden muß, liegt dieser peinliche Gegensatz zugrunde. Die Neurose wird nur dann beseitigt, überwunden, geheilt, wenn der Mensch sich entscheidet, aus dem Dilemma ausbricht. Aber wie soll er sich entscheiden? Die Antwort: so, wie es sein Gewissen fordert, scheint klar und eindeutig; aber wie schwer ist es, den Entschluß zur Tat werden zu lassen! Man hat versucht, die Schwierigkeiten des Gewissensentscheidens zu beseitigen, indem man von der „Integration“ des Bösen sprach.<sup>18</sup> Was kann das anders heißen, als daß das Böse mitleben, das heißt aber ausgelebt werden soll. Daß das keine Lösung bedeutet, stellt ein Beitrag einer Wochenzeitschrift fest, der man keine konfessionelle „Enge“, vielleicht aber Lebensnähe nachsagen kann.<sup>19</sup> Integrieren, annehmen und aufnehmen soll der Mensch seine einmalige Individualität mit all ihren Schwächen und Grenzen. Diese „Aufnahme“ bedeutet Selbsterkenntnis, die Verwirklichung des uralten „Gnothi sauton“ (erkenne dich selbst), die notwendige Voraussetzung des Handelns, das einer Änderung, Besserung und Umkehr gleichkommt. Diese Aufnahme sagt folgerecht nicht kampflose Preisgabe, wohl aber Hinnahme von Versagen und Schwäche, ein „Dennoch“ der Rückkehr und eines immer neuen Anfangs.

Es ist das große Verdienst der analytischen Psychologie, die Bedeutung der Kindheitseinflüsse für die Entwicklung des Menschen dargetan zu haben. Wächst das Kind — vielleicht schon in den ersten Lebensjahren — nicht „gerade“ heran, sind Verwöhnung oder Härte zum Beispiel für die Erziehungsweise charakteristisch, so ist der Weg von der Unselbständigkeit zur Selbständigkeit — denn das darf wohl als Sinn und Wesen der Reifung angesehen werden —, gefährdet, sind Reifungskrisen beinahe unvermeidlich.

Die Selbständigkeit kann eine innere und eine äußere sein. Wichtiger als die äußere ist die innere, die wir mit Sachlichkeit, Wirklichkeitsanpassung, Objektivität, Rechtlichkeit usf. umschreiben können. Bleibt diese innere Selbständigkeit aus, so fehlt die Ausgeglichenheit, Nüchternheit und Klarheit, die wir zur Reife rechnen.

In diesem Zusammenhang sei auf einen Komplex von Störungsmöglichkeiten verwiesen, die man unter dem Begriff „Frustration“ zusammengefaßt hat.<sup>20</sup> Frustration ist gleichbedeutend mit dem Erleben des unbefriedigten oder verletzten Rechtsgefühls, und zwar in allen seinen Abarten. Begriffe wie: Beeinträchtigung, Benachteiligung, Zurückgesetztwerden, Zurückkommen gehören ebenso hierher wie enttäuschte Erwartung und Gefühle erlittenen Unrechts.

Die Frustration erwächst aus einem Rechtsanspruch, der immer das Ergebnis persönlicher Lebenserfahrungen ist. Wird diesem Rechtsanspruch

<sup>18</sup> Friedrich Seifert, Seelsorger und Seelenarzt, Zeitwende 1948, Heft 6.

<sup>19</sup> Gibt es eine neue Ethik? in: „Wochenend“ vom 17. Jan. 1951.

<sup>20</sup> Henri Ellenberger, Über den Begriff der Frustration, in: „Die Psychohygiene“.



nicht entsprochen, reagiert der Mensch mit Traurigkeit oder Ärger und Aggression. Der Rechtsanspruch ist ebenso wie die Disposition zu den beiden Reaktionen nach Richtung wie Intensität von Mensch zu Mensch sehr verschieden. Ist die Empfindlichkeit gegenüber Enttäuschungen und Ungerechtigkeiten (auch nur vermeintlichen) sehr groß, so spricht man von einem Frustrationskomplex, einer Frustrationsneurose.

Der Komplex entsteht auf Grund von Erlebnissen folgender Art: zu wenig oder zu viel Liebe, kritische Stellung in der Familie, ungerechte oder vermeintlich ungerechte Strafen, plötzliche und einschneidende Änderungen in der Familie (Tod, Scheidung der Eltern, Konkurs, wirtschaftliche Schwierigkeiten usf.), Heim-Aufenthalt, der erzwungen wird, um das Kind los zu sein, Mißerfolge in der Schule oder in der kindlichen Gemeinschaft, die als „ungerecht“ angesehen werden,<sup>21</sup> desgleichen körperliche Häßlichkeit und Unbegabtheit, kurzum „Unordnung und frühes Leid“ (Thomas Mann) sind hier von Bedeutung.

Die Entwicklung der Frustration kann in verschiedener Richtung verlaufen. Günstig ist die Bildung einer sozial-wertvollen Kompensation. Ungünstig sind Flucht- und Betäubungsreaktionen wie Trunksucht, Kleptomanie, sexuelle Ausschweifungen usf. Neben der Kompensation ist die Aggression häufig. Ausdruck der Aggression ist der Machthunger, dessen Ziel das Ausleben der angestauten Rachegefühle ist. Wird die Machtposition nicht erreicht, können Egozentrismus in der Form unablässigen Nörgelns und Unzufriedenseins, hochmütige Selbsterniedrigung oder Ressentimenthaltungen (als Ergebnis unbefriedigten Rachebedürfnisses) Ergebnis der Entwicklung sein. Masochismus (Selbstquälerei), der eine wichtige Rolle bei Organneurosen spielen soll, Fatalismus und Verfolgungsideen sind weiterhin mögliche Endstadien der Frustration.

Mit allen diesen Verstimmungen wird die Reife erschwert oder verhindert, sind Reifungskrisen gegeben, die durch die Stagnation und falsche Richtung der „libido“, der seelisch-geistigen Kräfte hervorgerufen werden.

Die Psychohygiene wird sich vorschauend vor allem die Pflege des Rechtsempfindens des Kindes angelegen sein lassen. Sie wird das kindliche Rechtsgefühl schonen und eingedenk sein, daß sich das Rechtswissen und -fühlen des Kindes von dem des Erwachsenen erheblich unterscheiden kann. Sie wird auch mit der Tatsache rechnen müssen, daß das Rechtsgefühl fehlentwickelt sein kann und dann einer Korrektur bedarf.

Eine zweckmäßige Erziehung wird zu vermeiden suchen, daß die Kinder ihre Frustrationsgefühle behalten und aufstauen. Hinweise, wie man sich durch symbolische Handlungen oder Humor entlasten, Enttäuschungen überwinden, sich trösten, verzeihen kann, gerade durch das Letztgenannte glücklicher und zufriedener wird, sind hier ebenso notwendig wie wertvoll.

<sup>21</sup> Vgl. dazu die instruktive Schrift: *Artur Kern*, *Sitzenbleiberelend und Schulreife*, Verlag Herder, Freiburg 1951, und *Theodor Bovet*, *Die Ordnung der Freiheit*, Katzmann, Tübingen 1951.

Wenn ein Frustrationskomplex bereits besteht, wird sich der Erzieher hüten, durch Strafen oder Moralisieren die Situation zu verwickeln, den Widerstand zu versteifen. Eine ruhige Klärung oder Erklärung und, wenn Mißstände oder Mißverständnisse zu beseitigen sind, deren Abstellung und Aufhellung, wären die richtigen Hilfen.

Findet sich ein Frustrationskomplex bei einem Menschen, der hohen ethischen Sinn besitzt, so kann die Therapie versuchen, das feine Empfinden für Ungerechtigkeiten auszuwerten im Streben nach Gerechtigkeit und in der Umgestaltung der Aggressivität zu einer Energiequelle im Kampf gegen Ungerechtigkeiten.<sup>22</sup>

Zu dem Wort „Organneurose“ führt E. Speer aus: „Das Wort Organneurose stammt aus einer Zeit, in der man von einem ‚nervösen‘ Herz, von einem ‚nervösen‘ Magen sprach und sich dabei vorstellte, daß ein Organ für sich allein ‚nervös‘ sein könne. Heute wissen wir, daß eine Störung der Erlebnisverarbeitung nach außen hin sichtbar werden kann unter dem Bild einer Störung des Regelablaufs einer Organtätigkeit.“<sup>23</sup>

Man spricht oft von einem „Sich-krank- oder Gelb-ärgern“ und drückt damit genau das aus, was die Organneurose ist: Wirkung einer seelischen Not auf die Organe, die für den Menschen der „anfällige Punkt“ sind. Die Organe reagieren zunächst wie kranke und werden bei entsprechend langer Dauer ihrer ungewöhnlichen Belastung krank.

Wichtig ist die Erfahrung ärztlicher Therapie, daß trotz eindeutiger Diagnose für eine Organneurose schwere Körperschäden vorhanden sein können, die jedoch nicht rechtzeitig erkannt werden. Dazu ein ehrliches Geständnis: „Es ist überaus wichtig, sich klar darüber zu werden, wie schwer die Beurteilung scheinbar neurotischer Zustände für uns Ärzte sein kann. Keiner von uns ist vor Irrtümern sicher. Ich selbst habe keineswegs immer den richtigen Riecher gehabt.“<sup>24</sup>

Für Organneurosen ist die Psychohygiene leicht in Worte zu fassen und ebenso schwer — wenigstens in vielen Fällen — praktisch durchzuführen. Bei allen Neurosen, bei denen Organe beteiligt sind, ist die seelische Behandlung und Heilung, der eine eingehende Analyse des zu Grunde liegenden Konfliktes vorauszugehen hat, wesentlich. Können bei schwierigen Lebensumständen die Störungsquellen nicht verstopft werden, so kann doch in manchen Fällen die innere Einstellung und Haltung des Menschen zu den Lebensschwierigkeiten geändert werden. Eine solche Änderung käme einer Reifung gleich: der Mensch hat sich gewandelt, ist stärker, fester, widerstandsfähiger geworden. Das gleiche wird die Psychohygiene zur Verhütung der Organneurosen raten: lassen sich die Umweltbedingungen, die neurotisierend wirken, nicht beseitigen, so läßt sich oft die Gesinnung des Menschen

<sup>22</sup> Wertvolle Hinweise für die genannte Reifungsstörung und für viele andere finden sich in: *Herbert Schiff*, Elternfehler — Kinderschicksal, Braumüller-Verlag, Wien 1948, Bd. 3, Erkenntnis und Besinnung.

<sup>23</sup> *Speer*, a. a. O. 88—93.

<sup>24</sup> Ebd.

ändern. Anstatt die Konflikte zu verdrängen, die Gefühle aufzustauen, sollte ein Versuch gewagt werden, sie anders zu sehen, das Verhalten anzupassen, bewußt zu lernen oder umzulernen, Fehler einzugestehen usw. Daß die Grenze des Möglichen hier bald erreicht sein kann, wurde bereits gesagt.<sup>25</sup> In solchen Fällen sind Organneurosen schicksalhaft wie einfache Körperkrankheiten, die Gesetzen folgen, auf die die Seele gar keinen oder geringen Einfluß besitzt.

So sehr die Psychohygiene berechtigt ist, so sehr die Verhütung von Leid, Entwicklungshemmung, Krampf usw. in den Rahmen der allgemeinen Vervollkommnungsbestrebungen der Menschheit gehören — die Neurose hat auch ihren Sinn, kann ihn wenigstens haben. Auf diese Tatsache hat C. G. Jung des öfteren hingewiesen. Das Leid der Neurose kann zu Tiefe, Einkehr, Umkehr führen. Neurose kann Durchgang, Prüfung bedeuten und darin religiösen Sinn haben. Ein Trost für alle, über die sie als Schicksal hereinbrach, aber auch für die, deren Schuld und Sünde in ihr offenbar wurde.

## Die Volkshochschulen in Deutschland

Von PAUL ROTH

Im Jahre 1949 erstattete ein von dem Militärgouverneur der britischen Besatzungszone in Hannover einberufener Ausschuß von deutschen, englischen und Schweizer Gelehrten sowie Vertretern der Kirchen, der Gewerkschaften und der Regierung ein Gutachten zur Hochschulreform. Dieses Gutachten behandelt in seinem Abschnitt IX die Erwachsenenbildung,<sup>1</sup> die methodisch eingeteilt wird in die fachliche Weiterbildung und die „politisch-soziale Bildung“. Mit dem Hinweis, daß die Versuche auf dem Gebiet der politisch-sozialen Bildung in Deutschland wie in anderen Ländern weit hin unbekannt seien, geht das Gutachten hierauf näher ein und bedauert, daß die Hochschulen in Deutschland sich hieran nur wenig beteiligt hätten. Diese politisch-soziale Bildung könnte man Erwachsenenbildung im engeren Sinn nennen, und in diesem Sinn ist der Ausdruck seit dem ersten Weltkrieg gleichbedeutend mit „freier Volksbildung“ mehr und mehr in Gebrauch gekommen. Die wesentlichen Träger dieser Bildungsarbeit sind die Volkshochschulen (VHS), freie Bildungsanstalten, die ohne Aufnahmebedingungen und Prüfungen jedermann als Hörer zulassen.

Bevor die Entstehung, Geschichte und gegenwärtige Lage der VHS in Deutschland dargestellt wird,<sup>2</sup> müßte eigentlich eine Klärung des Begriffs

<sup>25</sup> Vgl. *V. v. Weizsäcker*, Studien zur Pathogenese, Georg Thieme, Wiesbaden 1946.

<sup>1</sup> Abgedruckt in der Zeitschrift „Freie Volksbildung“, Jahrg. 1949, Heft 4.

<sup>2</sup> Der Bitte um Auskünfte oder Material haben in freundlicher Weise entsprochen die Landesverbände der VHS von Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz, Schleswig-Holstein und Nordwürttemberg, das Amt Volkshochschulen des Senats Berlin, die Volkshochschule Hamburg, die Arbeitsgemeinschaft der Landesverbände der deutschen VHS und das Ruskin-College in Oxford. Zu besonderem Dank ist der Verfasser ferner verpflichtet den Herren Rektor Brüggemann, Hardehausen, Professor Dr. Buchwald, Heidelberg, Dr. Werner Picht, Freiburg i. Br. und vor allem Herrn Eduard Weitsch, Deisenhofen bei München.