

# Depression

## Eine Zeitgenossin

von Josef Reindl, Institut für Sozialforschung u. Sozialwirtschaft e.V. [reindl@iso-institut.de](mailto:reindl@iso-institut.de)

### I

*„Die Tragödie des modernen Geistes besteht darin, das Rätsel des Universums gelöst zu haben, nur um es durch das Rätsel zu ersetzen, das er selber ist.“*

(Koyre) Das Rätsel des modernen Menschen manifestiert sich am heftigsten in der neuen Volkskrankheit Depression. Sie zählt zu den mysteriösesten Krankheiten, obwohl heute alle Welt davon redet, sie gewissermaßen ‚gesellschaftsfähig‘ geworden ist. Wir stehen weiterhin fassungs- und häufig sprachlos vor dem Phänomen, dass uns vertraute Menschen, die eben noch ihren Mann und ihre Frau in Familie und Beruf gestanden haben, ohne erkennbare äußere Einwirkungen beschließen, sozial und emotional und in nicht wenigen Fällen auch physisch zu sterben - so als ob ein Voodoo-Zauber sie befallen hätte und sie zunächst in die Lähmung und später dann in die Selbstvernichtung treibt. An dieser extremen Irritation, die Depressive in ihrem Umfeld auslösen, ändert es auch nichts, dass die Krankheit heute öffentlich in den Nachmittagsprogrammen der Privaten ausgestellt wird, dass sie Eingang in den wissenschaftlichen Belastungsdiskurs gefunden hat, dass sie eine ‚Volkskrankheit‘, also längst über das Stadium der Dunkelziffer hinaus ist und dass zu ihrer Behandlung ein breit gefächertes Therapiespektrum zur Verfügung steht. Ja, es ist eher so, dass wir die Depression zwar immer besser behandeln können, aber gleichzeitig immer weniger verstehen, was wir da behandeln. Ich möchte mit meinen Ausführungen einen Versuch unternehmen, zumindest eines zu verstehen, nämlich warum die Depression so auf dem Vormarsch ist. Möglich ist dies in meinen Augen nur, wenn man den klinischen Diskurs überschreitet und die Geschichte dieser Krankheit mit der Geschichte des modernen Subjekts und der Geschichte der modernen Gesellschaft zusammendenkt.

## II

Ehe ich diese historische Betrachtung versuche, möchte ich mit einem Blick auf die Symptomatik der Depression beginnen und diese mit den herrschenden Werten der Jetztzeit konfrontieren. Der depressive Mensch ist von außen betrachtet ein seltsam lebloses Wesen. Aus ihm scheint alle Energie entwichen, er ist unfähig, zu reagieren, soziale Kontakte zu realisieren, er kann sich nicht mehr ausdrücken, nicht mehr selbstaktualisieren. Man spürt ihn nicht mehr, er wirkt unnahbar, die Gefühle scheinen erloschen. Er wirkt - zugespitzt formuliert - lebendig tot. Hinter dieser Fassade der Schwäche, des Kräfteschwunds, der Ohnmacht aber spielt sich etwas ganz anderes ab: Im Inneren des Depressiven sind vulkanische Kräfte am Wirken. Er geht durch eine Hölle des Selbstzweifels, der Selbstvorhaltungen, der Selbstbeschuldigung, der Selbstabwertung. In ihm bricht ein Sturm der Autoaggression los. Bildlich gesprochen beginnt der Depressive einen Krieg gegen sich selber, der tödlich enden kann - und das geschieht immer dann, wenn seine kranke Introspektion zu dem Befund kommt, dass er auf der ganzen Linie versagt hat. Wir nennen diese grausame unsichtbare Tortur, die der Kranke an sich verübt, verharmlosend Grübelzwang. Tatsächlich aber bietet der Depressive im Umgang mit der ausgebrochenen Krankheit noch einmal alle Kraft, die ihm zur Verfügung steht, auf, um sich für den Makel Depression abzustrafen. Vergegenwärtigt man sich die Fassade der Depression, dann ist sie die Antithese, das Negativ zu den Losungen der Epoche, die da heißen: Projekt, Kommunikation, Tempo, Expression, Exhibition, Empowerment, Innovation, Aktivierung, Fitness. Ist der Depressive also ein Widerständler, ein Rebell gegen die gesellschaftlichen Zumutungen, der sein Dagegensein nur auf verdrehte Weise zum Ausdruck bringt? Das ist er nicht! Sein Umgang mit der Krankheit dementiert eine solche romantische Sicht der Dinge. Der Depressive führt gerade deshalb Krieg gegen sich, weil er die herrschenden Werte verinnerlicht hat, ihnen aber nicht

nachkommen kann. Er befindet sein Lebensprogramm, das das herrschende Lebensprogramm ist, als gescheitert und sein Leben nicht mehr lebenswert. Deshalb fährt alle Energie aus ihm heraus und zurück bleibt ein ermatteter Körper und ein über die Maßen agitierter Geist.

### III

Das medizinische Krankheitsbild der Depression ist anders als etwa das einer Lungenentzündung, aber auch anders als das der Schizophrenie uneindeutig. Deutlich wird in einer historischen Perspektive, dass in das Krankheitsbild die jeweiligen psychiatrischen Diskurse, die Zeitläufe, die hegemonialen Kulturnormen eingeschrieben sind. Weil die Depression eine uneindeutige Krankheit ist, deshalb fällt auch die Abgrenzung zu anderen benachbarten Erkrankungen nicht leicht: zur Neurose, zur Psychose, zum Borderline-Syndrom, zur Schizophrenie, zur Sucht. Dennoch kann man stark vergrößert die Karriere der Depression nachzeichnen. Sie erlebt ihre Geburtsstunde mit der Heraufkunft der bürgerlichen Gesellschaft, mit der Entstehung des modernen Subjekts. Damals stand sie im Bannkreis des Wahnsinns, der Melancholie, der Hysterie; sie wurde als eine Krankheit des Geistes gedeutet, die entweder das extrem feinnervige Bewusstsein der höheren Stände oder die von der Subjektwerdung überforderten einfacheren Schichten befiel. Die bürgerliche Subjektwerdung ist harte Arbeit. Das vormals ganzheitliche in den Kosmos eingelassene Individuum muss sich aufteilen in ein Wesen, das aktiv ist, Elan und Antrieb hat und das gleichzeitig auf Distanz zu sich und seinen animalischen Instinkten geht, also Gefühlsregulierung betreibt. Mit der Durchsetzung der bürgerlichen Gesellschaft gerät die Depression in den Dunstkreis der Neurose und des Traumas. Sie wird zu einer psychischen Störung ohne physiologischen Unterbau (Temperament, Konstitution), die aus den Konflikten des bürgerlichen Subjekts zwischen Begehren, Verlangen (Es) und dem Gesetz (Über-Ich) herrühren. Das schuldige Subjekt, das das Ausmaß des

Verzichts, den die Gesellschaft durch ihre Verbote und ihr Gehorsamsgebot fordert, nicht ertragen kann, rückt in das Zentrum des Diskurses. Sigmund Freud bringt die Depression in Zusammenhang mit der Spaltung des Subjekts (frei und unterworfen) und mit seiner Unfähigkeit, zum Moderator seiner Konflikte zu werden. Die Verbote lasten zu stark auf dem Subjekt, sein Über-Ich ist zu streng und es wird krank, entweder weil es die Verbote übertritt und schuldig wird oder weil es das Begehren unterdrückt. Als die bürgerliche Gesellschaft mit den Jugend- und Studentenrevolten in ihre Spätphase eintritt und sich von den Verboten und Entsagungen emanzipiert, scheint der Neurose der gesellschaftliche Humus entzogen und die Depression ihres Stigmas entkleidet, also zu einer normalen Krankheit zu werden. „*Nicht der Schizophrene ist krank, sondern die Gesellschaft, in der er lebt*“ (Laing), ist der Schlachtruf der Antipsychiatrie, den man ohne weiteres auf die Depression abwandeln kann. Alles scheint möglich, unter dem Pflaster liegt der Strand, eine neue Freiheit der Sitten, eine Öffnung der Lebensläufe, Mobilität nach oben kündigen sich an. Nietzsches Übermensch, das souveräne Individuum, das sich von Moral und Sitten befreit hat, das mehr als es selbst sein will, ein starkes Wesen also, war im Begriff, sich von den Bergen der Philosophie ins Tal der Wirklichkeit aufzumachen. Wir haben dieses Individuum heute in der Tat, aber es hat nicht die Kraft des Herren, es ist zerbrechlich, es ist von seiner Souveränität erschöpft, es beklagt seine Erschlaffung, es ist depressiv und süchtig. Depression und Abhängigkeit sind scheinbar die unerbittlichen Kehrseiten des Menschen, der angetreten ist, sein eigener Herr zu werden. Die Depression befällt nicht mehr den Menschen, der schlecht gehandelt hat, sondern den, der nicht handeln kann. Sie ist nicht mehr das Drama der Schuld, sondern die Tragödie der Unzulänglichkeit. Ödipus hat Narziss den Stab übergeben. Die Depression und die Sucht sind die Vorder- und Rückseite derselben Krankheit des Ungenügens.

#### IV

Wie konnte es dazu kommen, dass sich das emanzipierte Subjekt heute unter der Last der Autonomie und der Autorenschaft für sein eigenes Leben beugt und die Kraft für den Lebenskampf verliert? Wieso sind die Hoffnungen, die mit den Aufbruch in den 60er Jahren verknüpft waren, enttäuscht worden und warum haben nach der Befreiung vom Drama der Schuld und des Gehorsams heute die Dramen der Verantwortung und des Handelns den gesellschaftlichen Schauplatz erobert? Um auf diese Fragen eine Antwort zu finden, will ich eine kleine Geschichte der kapitalistischen Gesellschaft und eine kleine Geschichte von Kapital und Arbeit erzählen. Man kann über die gegenwärtige Ausbreitung der Depression nicht reden, wenn man vom zeitgenössischen Kapitalismus schweigt. Heute ist so was Gottseidank wieder möglich, ohne dass man gleich von den Hohenpriestern des öffentlichen Diskurses belächelt wird.

## V

Seit den 90er Jahren hat sich eine postmoderne Erleichterung über das Ende der Utopien und der großen gesellschaftlichen Projekte ausgebreitet. Ich teile sie nicht, weil sie auch das Ende des gesellschaftlichen Zusammenhalts, ja vielleicht der Gesellschaft überhaupt ankündigt. Die bürgerliche Utopie, die die Gesellschaft in der Vergangenheit bewegt hat, war die Konstituierung des in Sonderinteressen gespalten Gemeinwesens als Solidargemeinschaft, die linke, Alternativen zum Kapitalismus zu denken und zu entwickeln. Diese Utopien waren konfliktträchtig und gerade das hat die Gesellschaft zusammengehalten. Der Konflikt integriert, indem er die sozialen Beziehungen strukturiert. Politisch hat das in Form des ‚Klassenkampfes‘ und der Erfindung des Sozialen stattgefunden. Durch diese Innovation ist das Abgleiten in den Bürgerkrieg vermieden worden; der Sozialstaat war eine lohnende Investition vor allem für die Reichen, eine Versicherung davor, dass ihnen die Armen ans Leder wollen - ein Zusammenhang, den die Westermächte dieser Republik in ihrer dummsten Kampagne gegen die Opfer des Kapitalismus tumb ignorieren. Was für

den Konflikt als Regulator der Gesellschaft galt, galt auch für den Konflikt als Regulator des Individuums. Das individuelle Projekt in der Vergangenheit war die Kompromissbildung zwischen individuellem Begehren und gesellschaftlichen Zwängen und Regeln, die, wenn sie misslang, zur Neurose geführt hat. Seit das sozialdemokratische Zeitalter zu Ende ist, funktionieren diese Vergesellschaftungs- und Individuationsmuster nicht mehr. In der Gesellschaft hat sich als allgemein verbindliches Handlungsmodell der Unternehmer durchgesetzt. Das Motto lautet nicht mehr wie in und nach der Revolte ‚Mach dich an die Eroberung deiner Identität‘, sondern ‚Erziele persönliche Erfolge durch persönliche Initiative‘ oder einfacher ‚Bereichere dich‘. Und die dazu gehörige Liturgie des Managements heißt Initiative, Verantwortung, Motivation, Flexibilität, Kompetenz, also nicht mehr Unterwerfung, sondern Mobilisierung der Affekte und geistigen Fähigkeiten. Aus dem eingehegten Kapitalismus, in dem bestimmte gesellschaftliche Bereiche vor dem Profitprinzip geschützt waren, wird der totale Kapitalismus, die Kapitalisierung und Ökonomisierung aller Lebensbereiche. Die letzten 20 Jahre ist eine unheimliche Beschleunigung in die Welt gekommen, eine permanente Veränderung, aber es hat keinen zivilisatorischen Fortschritt mehr gegeben; es ist ein rasender Stillstand, weswegen auch der Reformbegriff einen so schalen Beigeschmack bekommen hat. Vom Optimismus des Aufbruchs in den 70er Jahren ist nichts mehr übrig geblieben. Eher breitet sich das Gefühl aus, an der Gesellschaft zu zerschellen, es herrscht eine unheimliche Geschlossenheit der materiellen Lebensbedingungen, eine bizarre Zuspitzung der sozialen Ungleichheit, eine Abkoppelung der sozialen Schichten voneinander bis hin zur Exklusion der ‚Überflüssigen‘. Der Konflikt ist zwar nicht aus der Gesellschaft verschwunden, aber er hat keine politische Form mehr. Im formlosen Konflikt laufen die Fronten wild durcheinander und manchmal gehen sie durch ein- und denselben Körper. Das mobilisierte Individuum, das das Evangelium der persönlichen Entfaltung hinter sich hat,

sieht sich jetzt mit der Neuen Offenbarung der persönlichen Initiative und der Unterwerfung unter die Normen der Leistungsfähigkeit und des Erfolgszwangs konfrontiert und es ist ob all dieser Veränderungen und ob all der Selbstregierung und Selbstführung müde geworden. Die Depression ist mithin nicht die Krankheit des Unglücks und des Verlustes, sondern die der Veränderung und die einer Persönlichkeit, die versucht, sie selbst zu werden. Der Depressive hat die Suggestion, jeder könne zur Eroberung seines Lebens aufbrechen, ohne dafür einen Preis entrichten zu müssen, geglaubt und er muss jetzt entdecken, dass er Subjekt im doppelten Sinne, Souverän und Untertan, geblieben ist.

## VI

Er spürt dies am schmerzhaftesten im Unternehmen, bei der Arbeit. Man kann es sich kaum mehr vorstellen, aber Arbeit war einmal in grauer Vorzeit eine halbwegs glückliche Angelegenheit, eine glückliche Beziehung zwischen dem Ich und der Welt, zwischen Anstrengung und Belohnung, zwischen Empfindung und Erfahrung. Dann kam der kapitalistische Sündenfall und Arbeit wurde Zwang und Pflicht, Ausbeutung und Entfremdung, Betrug. Aber selbst als Lohnarbeit behielt sie ihren sinnstiftenden Wert: man spürte den Körper und den Effekt der Arbeit, man erarbeitete sich die Gemeinschaft, die Identität, den Stolz auf das Geleistete, man arbeitete an seinem Fortkommen. Ohne Frage verbrauchte die Arbeit den Menschen, aber der humane Kapitalist und der Staat sorgten dafür, dass sie es nicht allzu schnell und allzu dramatisch tat. Heute gibt es keine humanen Kapitalisten und keinen fürsorglichen Staat mehr und an ihrer Stelle herrschen die spekulativen Kapitalisten und der aktivierende Staat, was weitreichende Folgen für die Arbeit hat. Ein wie großes Problem die Arbeit geworden ist, kann man allein daran sehen, dass kaum mehr jemand von ihr im positiven Sinne erzählen kann, es sei denn, seine Arbeit besteht darin, seine Arbeit darzustellen, was heute in den Unternehmen immer mehr überhand

nimmt. Wir erleben die paradoxe Situation, dass immer weniger Menschen die Arbeit machen, die einfach gemacht werden muss und immer mehr Menschen fiktionale Arbeit machen. Diese Verschiebung findet eine Parallele im Verhältnis von produktivem und fiktivem Kapital. Das spekulative Kapital hat längst das produktive penetriert und zwingt ihm seine perverse Logik auf, derzufolge nur ein entlassener Arbeiter ein guter Arbeiter ist. Nach jeder Verschlingung eines Unternehmens steigen die Aktienkurse. Von daher interessiert sich der Fabrikherr nicht mehr für seine Arbeiter und die Arbeiter haben keinen sozialen Ort mehr; eigentlich gibt es sie beide nicht mehr als Sozialfiguren und Sozialcharaktere, sondern nur noch ein alles durchrauschendes Kapital. Die Ressourcen, die die Lohnarbeit erträglich gemacht haben, sind abgeschmolzen und übrig geblieben ist nur eine: das persönliche Fortkommen, die Arbeit als Investition, als Spekulation. Solche Spekulationsarbeit verrichten nicht alle Beschäftigtengruppen in gleicher Intensität. Diejenigen, die die Arbeit ausführen, die getan werden muss, sind am wenigsten den Risiken der Spekulationsarbeit ausgesetzt. Sie stehen unter einem anderen Druck, was sich in den sog. Bagatellkündigungen manifestiert, in der Vergiftung der sozialen Beziehungen und der Verwandlung der Belegschaften in lauter kleine IMs. Natürlich geht es bei den Bagatellkündigungen nicht ums Prinzip, wie die Gerichte behaupten, sondern um ein Schauspiel, um symbolische Politik: die Arbeit unten ist die totale Unterwerfung. Geführt wird nicht wie bei der Arbeit in der Mitte und oben der Produktivitätsdiskurs, sondern der blanke Machtdiskurs. Die Spekulationsarbeit ist die Domäne der ‚Mittelschichten‘ oder in der Terminologie des Managementsprechs der ‚Leistungsträger‘. Sie behandeln ihre Arbeit wie eingesetztes Kapital bis hin zu ‚Leerverkäufen‘, zu Wetten auf den Verlust anderer Arbeit, sie machen Performance statt Arbeit. Dass dies alles andere als ein ‚leichter Job‘ ist, zeigt sich, wenn sie scheitern. Sie werden nicht einfach krank, sondern sie arbeiten sich zu Tode, bringen sich um, kriegen einen Herzinfarkt, eine Depression oder



laufen auch hin und wieder Amok. Robert Enke, an dessen Tod die ganze Gesellschaft Anteil genommen hat, die zahlreichen Selbstmorde in französischen Unternehmen und der Tod durch Überarbeit in japanischen Firmen, das sog. Karoshi, sind nur einige prominente Beispiele. Die Betroffenen brechen unter der Last der Karriere, der Erwartungen und der Performance zusammen. Hier geht es um etwas anderes als um den sog. Burnout. Der Burnout ist etwas für Sozialarbeiter, Krankenschwestern, Lehrer, er gehört zur alten Mittelschicht und er ist eine Erschöpfung im Dienst an der Sache. Die Spekulationsarbeiter der neuen Mittelschicht sind anders drauf: sie ordnen alles der Karriere unter und verfallen in den Workaholismus. Wenn sie scheitern, dann wählen sie einen starken, einen grandiosen Abgang. Sie scheitern, weil sie -angetrieben von ihren Karriereperspektiven- viel mehr an Arbeit auf sich nehmen als sie bewältigen können, aber gleichzeitig von den Vorgesetzten hören, das sei doch Pipifax. Sie lassen sich auf ein maßloses Spiel ein, in dem sie nur verlieren können. Denn die Firma verlangt das Leben, die Familie als Opfer, die Familie verlangt die Firma als Opfer. Bei alledem müssen sie so viel lügen, so viele Demütigungen einstecken, dass sie mit niemandem mehr über ihre Arbeit reden können und oft nur noch den einen Ausweg sehen. Reden wir noch von denen, die unfreiwillig von dieser Art von Arbeit befreit sind, den Arbeitslosen. Ein großer Teil von ihnen ist vor solchen Psychodramen und -katastrophen geschützt, weil sie vom Glauben an die Heilsversprechungen und einen return on invest der Arbeit abgefallen sind. Ihre Erschöpfung rührt eher von der Perspektivlosigkeit ihres Daseins und von den Aktivierungsstrategien des Staates her, der nicht die Arbeitslosigkeit, sondern die Arbeitslosen bekämpft und sie zum ‚Handeln um jeden Preis‘ treiben möchte.

Die Depression ist die Signatur des entgrenzten und spekulativ gewordenen Kapitalismus. Die Gesellschaft ist durch das Überhandnehmen dieser Krankheit aufgeschreckt worden und sie redet jetzt darüber. Ihr Diskurs ist allerdings verräterisch. Sie setzt ihre Hoffnung auf die neuen Wunderpillen, die heutzutage auch Nichtdepressive zur Leistungssteigerung einsetzen -die Psychopharmaka sind die am schnellsten wachsende Arzneimittelgruppe - und sie arbeitet an der Widerständigkeit der Subjekte - das Schlagwort, das Sie in der nächsten Zeit immer öfter hören werden, heißt Resilienz. Hirnforschung, pharmazeutische Forschung und Verhaltenstherapie sind die Leitplanken, an denen sie sich entlang hangelt. Darüber nachzudenken, ob wir in Wirtschaft und Gesellschaft so weitermachen sollen wie bisher, steht nicht auf der Diskursagenda. Stattdessen ist die Wartung der Person, ihre Befähigung, ihre Betreuung und wenn das alles nichts nützt, ihre Reparatur und Wiederherstellung angesagt. Aus der Mikroperspektive des krank gewordenen Menschen ist dagegen nichts einzuwenden. Aus der Makroperspektive gesellschaftlicher Prävention treten wir damit auf der Stelle. Es wird immer mehr Menschen geben, die ihr Kampf, sie selber werden und den maßlosen Anforderungen des Kapitals genügen zu sollen, erschöpft. Vielleicht sollten wir aber gar nicht dramatisieren. Auch wenn es der Depressive in seinem akuten Stadium nie und nimmer annehmen kann, die Depression ist auch ein Handlungsstil, mit dem sich der Mensch schützt. Es ist in gewisser Weise sinnvoll, nach Niederlagen und Verlusten deprimiert zu sein. Es schützt davor, sich gleich wieder ins Gewühl zu werfen und dieselben Fehler zu machen. Der depressive Mensch ist alles andere als ein kraftloser Mensch. Er wendet seine Kraft nur völlig falsch an, nämlich gegen sich. Im Prinzip hat er die Kraft, seine Krankheit zu besiegen. Im Regelfall aber hat er sie nicht von alleine: er braucht den Therapeuten, die Klinik, die Selbsthilfegruppe oder das Antidepressivum, denen er seine eigene Stärke zuschreiben kann. Sie sind die Transmittoren seiner eigenen Heilung. Ach, ehe ich es vergesse: 90% der Bevölkerung sind nicht depressiv. Vielleicht sollten wir anfangen, darüber

nachzudenken, was die Leute gesund hält statt darüber zu grübeln, was sie krank macht.