

1 Leben, Verhalten und Motivation

1.1 Was ist Leben?

Was ist Leben? Leben ist das, was Menschen, Tiere und Pflanzen haben, nachdem sie gezeugt wurden und bevor sie sterben. Auch Bakterien und Viren würden die meisten Menschen Leben zusprechen, obwohl es da schon im Detail schwierig werden kann, wenn z. B. ein Wissenschaftler² an die neueren Ideen der infektiösen Proteine denkt. Aber sophistische Grenzfragen sollen hier nicht erörtert werden. Mir geht es hier um die klaren Fälle.

Wie häufig entwickelte auch zu dieser Frage schon etwa 340 v. Chr. Aristoteles als einer der ersten eine klare Definition, wenn er sagt, dass ein Lebewesen eine zusammengesetzte Substanz sei, die entweder Geist hat, oder fühlen kann, oder sich bewegen kann, sich ernähren muss und wachsen oder sterben wird (Aristoteles 2011). Moderne Definitionen sehen ganz ähnlich aus, wenn z. B. folgende Kriterien aufgestellt werden (Toepfer 2017):

1. Energie- und Stoffwechsel und damit Wechselwirkung mit der Umwelt.
2. Organisiertheit und Selbstregulation (Homöostase).
3. Fähigkeit, auf Reize der Umwelt zu reagieren.
4. Fortpflanzungsfähigkeit und Vererbung.
5. Wachstum, Entwicklung und Tod.

Im Buch BioLogik habe ich als Kriterien des Lebens Körperlichkeit, Zeitlichkeit, Geschichtsfähigkeit und Erkenntnisfähigkeit entwickelt (TvE 2003, Kap. 1), wobei der Punkt Körperlichkeit die o. g. Aspekte 1, 2+4 beinhaltet, Zeitlichkeit den Aspekt 5, Geschichtsfähigkeit die Aspekte 2+3 und Erkenntnisfähigkeit als Sonderfall der Geschichtsfähigkeit ebenfalls die Punkte 2+3.

Das Leben an sich ist ein faszinierendes und wunderbares Phänomen. Es ist schön und hässlich, liebevoll und grausam, fantastisch und banal, nicht zu fassen. Und dennoch versuchen wir es immer wieder – und so auch ich in diesem Buch.

2 Wenn im Folgenden von Wissenschaftlern, Lesern, Autoren o.Ä. die Rede ist, sind selbstverständlich immer Wissenschaftlerinnen, Leserinnen, Autorinnen usw. gleichermaßen gemeint. Um den Lesefluss des Textes nicht zu stören, wird der Einfachheit halber stets das generische Maskulinum verwendet.

Das Leben bleibt rätselhaft, auch wenn wir Menschen Teilespekte besser verstehen und sinnvolle Theorien über seine Werdensgeschichte entwickeln könnten. Rätselhaft bleibt der Anfang. Der Anfang des Lebens ist für mich genauso rätselhaft wie der Anfang des Universums. Mir sind zumindest keine überzeugenden Erklärungen oder Theorien bekannt.

Die Entwicklungsgeschichte des Lebens konnte dagegen durch die 1859 von Charles Darwin formulierte Evolutionstheorie überzeugend theoretisch erklärt werden. Viele Beobachtungen und Erkenntnisse fügen sich problemlos ein. Fundamentale Widersprüche sind nicht erkennbar. Eine erklärmächtigere und zugleich einfachere Theorie zur Entwicklungsgeschichte des Lebens ist nicht erkennbar, so dass sie nach den Prinzipien von William von Ockham als die mächtigste Theorie zur Entwicklungsgeschichte des Lebens anerkannt werden muss.

William von Ockham stellte fest, dass aus logischen Gründen die Theorie als die wirkmächtigste anerkannt werden müsse, die mit den wenigsten Annahmen den größten Umfang an empirischen Beobachtungen überzeugend und widerspruchsfrei erklären könnte (»Ockhams Rasiermesser«; vgl. Ockham 1999).

Und dennoch gibt es neben der Frage nach dem Anfang des Lebens eine weitere zentrale Frage, die in der Evolutionstheorie unbeantwortet bleibt bzw. axiomatisch, d. h. durch eine Setzung beantwortet wird.

Wenn Darwin im Titel seines Buches vom »struggle for life«, also vom Kampf um das Leben oder das Überleben spricht, so hat dies Generationen von Menschen wie auch mich überzeugt. Denn sie wissen aus ihren eigenen Erfahrungen, dass der Mensch und alle anderen Lebewesen leben wollen, überleben wollen, das Leben weiter geben wollen an die nächste Generation. Natürlich kennt auch jeder Mensch Beispiele von Menschen, die nicht mehr leben wollen und sich suizidieren. Das stellt aber den grundsätzlichen Drang des einzelnen Menschen und erst recht der Tiere und Pflanzen nach Leben und Überleben nicht in Frage. Dieser Drang scheint den Lebewesen innezuwohnen. Es ist der Lebenstrieb, der Trieb, als Individuum zu leben und in seinen Nachkommen zu überleben – seien es nun die eigenen Kinder oder die Nachkommen einer als zugehörig erlebten Gruppe.

Ohne diesen Überlebensdrang der Individuen und der Arten macht die Evolutionstheorie gar keinen Sinn. Denn das Selektionsprinzip der Darwin'schen Evolutionstheorie braucht den Drang des Lebens und der lebendigen Wesen nach Überleben und Weitergabe des eigenen Lebens als bewegende Grundkraft. Gäbe es diese Kraft nicht, würde das Selektionsprinzip offensichtlich nicht funktionieren. Umso wichtiger ist es zu erkennen, dass dieses Grundprinzip, der Drang nach Leben und Überleben, als Phänomen an sich unerklärt, rätselhaft, sakral und verborgen bleibt.

Warum ist das so, dass das Leben leben will? Eine nicht-axiomatische Erklärung innerhalb des empirisch-naturwissenschaftlichen Denksystems gibt es nicht. Der denkende Mensch verhält sich an dieser Stelle pragmatisch. Er gibt dem unerklärten Phänomen einen Namen, einen Begriff: den Lebenstrieb. Der Begriff macht das Phänomen scheinbar begreifbar. Man kann es greifen, mit ihm umgehen. Der Begriff funktioniert und wird dadurch zur Erkenntnis (TVE 2003). Aber dennoch sollte sich niemand täuschen lassen, dass gerade dieser zentrale Begriff

für die Erklärung der Werdensgeschichte des Lebens völlig unerklärt bleibt! Er ist eine Setzung, eine Grundannahme, ein Axiom.

An dieser Stelle ergänzen viele Menschen eine transzendenten Erklärung. Sie wählen einen neuen Begriff, der den Lebenstrieb erklären soll. Sie nennen ihn Gott. Der Begriff funktioniert für sie und wird dadurch für sie zur transzendenten Erkenntnis (ebd.).

In diesem Buch geht es nicht darum, diese Denkentscheidung zu bewerten. Vielmehr soll es darum gehen zu verstehen, wieso Menschen so denken, wie sie denken und was sie dazu bewegt, so zu denken, wie sie denken. Es geht also um die Struktur des Raums der Freiheit.

Aus rein empirisch-naturwissenschaftlicher Perspektive kann hier zunächst einmal Folgendes festgehalten werden:

1. Eine umfassende Definition des Phänomens Leben steht nach wie vor aus.
2. Die Dynamik der Werdensgeschichte des Lebens ist durch die Evolutionstheorie überzeugend darstellbar.
3. Die Frage nach dem Anfang des Lebens ist unbeantwortet.
4. Der Lebens- und Überlebenstrieb bilden die entscheidende Wirkkraft der Evolutionstheorie. Dieser Trieb ist eine Setzung, ein Axiom, eine unbegründete – vielleicht auch innerhalb der Naturwissenschaft unbegründbare – Grundannahme.

Leben ist ein körperliches, zeitliches (objektives) und geschichtliches (subjektives) Phänomen. Der Anfang des Lebens und die fundamentale Bewegkraft des Lebens (Lebenstrieb, d. h. warum das Leben nach Weitergabe und Diversifizierung zu streben scheint) sind unverstanden.

1.2 Die Bewegkräfte von Leben und Verhalten

Was macht das Leben lebendig? Was unterscheidet Lebendiges von nicht Lebendigem? Und was bewegt das Leben? Sucht man nach Antworten auf diese Fragen in der Geistesgeschichte, kommt man wie so häufig an dem größten Theoretiker der Antike nicht vorbei, Aristoteles. Dieser entwickelte seine Sichtweise in dem Buch »Περὶ ψυχῆς«, lateinisch geschrieben »perí psychēs«, übersetzt »de Anima« oder zu Deutsch »Über die Seele« (Aristoteles 2011).

1.2.1 Was das Leben bewegt – über die Seele

Aristoteles sieht als Grund für das Leben und das Lebendige die Seele. Diese denkt er sich in Abgrenzung zu früheren griechischen Philosophen nicht als eine Substanz außerhalb des Körpers, sondern als ein Lebensprinzip, welches dem lebendigen Körper innewohnt. Damit setzt er sich von der Sichtweise seines Lehrers Platon ab. Dieser vertrat eine dualistische Weltsicht und glaubte, die Seele würde als eigene Substanz dem Körper zukommen und ihn dadurch beleben. Diese dualistische Sichtweise war und ist in der Geschichte sehr wirkmächtig und findet ihren Ausdruck etwa in mittelalterlichen Gemälden, in denen die Seele wie ein weißes Gespinst den Körper durch den Mund im Augenblick seines Todes verlässt. Aristoteles dachte sich die Seele zwar auch als das belebende Prinzip des Körpers, jedoch nicht substantiell als von diesem getrennt. Vielmehr sah er sie als ein dem Körper innewohnendes Wirkprinzip, seine »Entelechie« oder Zielursache. Dem Körper ohne Seele kommt Leben in seinem Denken nur als Möglichkeit, als Potenz, zu. Der lebendige Körper ist dagegen beseelt. Anders als in Platons dualistischem Denken kommt der Seele also kein eigenes, unabhängiges Dasein zu. Damit ist sein Denken viel anschlussfähiger an postmoderne, atheistische und wissenschaftliche Weltanschauungen, die jede Form existentiellen Daseins jenseits der konkreten Körperlichkeit meist negieren.³ Platon dagegen mit seiner dualistischen Weltsicht scheint vordergründig leichter vereinbar zu sein mit dualistischen Weltanschauungen und Jenseitsvorstellungen, wie sie etwa in den großen monotheistischen Religionen des Judentums, Christentum und Islam zum Ausdruck kommen.

Aristoteles unterschied verschiedene Seelenvermögen in der Welt des Lebens: den Pflanzen schrieb er die vegetative Seele zu, die Wirkursachen für die Funktionen Stoffwechsel, Wachstum, Fortpflanzung und Vermehrung. Die animalische, tierische Seele stellte er sich als das bewegende Prinzip hinter den Funktionen der Wahrnehmung, des Fühlens und der Bewegung vor, während der Verstand (Nous, auch Vernunft) Ausdruck des spezifisch menschlichen Seelenvermögens ist.

Als durchschnittlich gebildeter Mensch des 21. Jahrhunderts kommen einem diese Begriffe der vegetativen, animalischen und humanen Seele naiv und veraltet vor, was sie aber nur auf den ersten Blick sind. Die entsprechenden Begriffe repräsentieren lediglich nicht weiter erklärbare Wirkprinzipien in der Sprache und Begrifflichkeit ihrer Zeit. Ganz Ähnliches meinen die moderneren Begriffe wie Triebkraft oder Triebenergie, wie sie etwa von Freud oder der biologischen Psychologie der vergangenen Jahrhunderte und Jahrzehnte formuliert wurden.

³ Ob das der Aufklärung folgende moderne wissenschaftliche Denken zwingend atheistisch sein muss, wird mit dieser Formulierung suggeriert, bedarf aber einer eigenen Analyse, die an anderer Stelle erfolgt.

Aristoteles definiert die Seele als das belebende Wirkprinzip in der Biologie. Er unterscheidet eine vegetative Seele, die Stoffwechsel, Wachstum und Fortpflanzung bewirkt, eine animalische (tierische) Seele, die Funktionen wie Wahrnehmung und Bewegung begründet und eine humane Seele, die Wirkursache für den menschlichen Verstand ist. Anders als Platon, der als dualistisch denkender Mensch der Seele eine eigene, vom Körper des Lebewesens unabhängige Seinsweise zuschreibt, sieht Aristoteles die Seele als ein dem Körper des Lebewesens innewohnendes und davon nicht separat abgrenzbares Phänomen an.

1.2.2 Der Triebbegriff der biologischen Psychologie

Dieses Phänomen, d. h. die schwer zu erklärende Bewegkraft, die bewirkt, dass Lebewesen nach Leben, Überleben und Weitergabe des Lebens streben, wird im Denken der Menschen der letzten Jahrhunderte entweder metaphysisch-religiös interpretiert, ignoriert oder im wissenschaftlichen Denken der Neuzeit häufig mit dem Triebbegriff belegt. Was aber ist ein Trieb?

In der modernen Psychologie und Verhaltensforschung (Ethologie) wird zum Beispiel im Rahmen der Motivationspsychologie von Trieben (Englisch: »drive«) gesprochen. Sie werden definiert als jene psychologischen Prozesse, die zur bevorzugten Auswahl konkurrierender Verhaltensweisen führen (z. B. Nahrungsaufnahme versus Sexualität versus Ruhe versus Sport versus Lernen; Birbaumer & Schmidt 2010, S. 662). Da es hier um die Erklärung von konkreten Verhaltensweisen vor dem Hintergrund konkurrierender Verhaltensalternativen (ausruhen, essen, trinken, Sexualität, kämpfen, flirten, joggen etc.) geht, ist das Freiheitsthema offensichtlich schon berührt (TvE 2015; Kap. 7). Welche Bedeutung hat nun in diesem Zusammenhang die Annahme von Trieben wie etwa dem Sexualtrieb oder dem Trieb zu essen oder zu trinken?

Genau wie in der Evolutionstheorie kommen in der Motivationspsychologie die Triebe an der Stelle ins Spiel, an der die Bewegkräfte individueller Verhaltensweisen erklärt werden sollen. Die verschiedenen Einzeltriebe wie Sexualtrieb, Überlebenstrieb oder Ernährungstrieb werden in eine situationsabhängige Triebhierarchie gebracht, d. h. dass etwa bei einem verhungerten Tier der Ernährungstrieb wichtiger ist als der Sexualtrieb.

Dabei werden homöostatische und nicht-homöostatische Triebe unterschieden. Der Begriff Homöostase meint dabei die regulatorische Aufrechterhaltung eines Gleichgewichts wie z. B. der Blutzuckerkonzentration, der Körpertemperatur oder des Schlaf-Wach-Gleichgewichts. Homöostatische Triebe liefern also die Triebenergie für entsprechende Verhaltensweisen. Das bedeutet konkret, dass bei Menschen, die lange nichts gegessen haben, die Triebenergie für Nahrungssucherverhalten oder Essverhalten steigt – und ganz analog für andere homöostatisch-triebregulierte Verhaltensweisen wie Trinken, Schlafen usw. Homöostatische Triebe sind also bezogen auf vergleichsweise klar benennbare Soll- oder Zielwer-

te. Nicht-homöostatische Triebe sind dagegen bezogen auf variable Soll- oder Zielwerte. Sie hängen stärker von situativen Bedingungen und Lernprozessen ab. Beispiele sind der Sexualtrieb, der Explorationstrieb, der Wissens- und Erkenntnistrieb, der Bindungs- und Beziehungstrieb (Birbaumer & Schmidt 2010, S. 662).

Aus philosophischer Sicht muss darauf hingewiesen werden, dass der Begriff der Triebenergie hier offensichtlich bildhaft-metaphorisch benutzt und aus der technisch-physikalischen Fachsprache entliehen wird. Er suggeriert, dass die entsprechenden Prozesse bei der Erklärung des Verhaltens von Lebewesen in einer der Technik vergleichbaren Art und Weise erklärbar wären, was sicher nicht der Fall ist. Was »Triebenergie« genau sein soll, bleibt auch bei genauem Nachdenken unklar.

An dieser Stelle geht es aber nicht darum, die Details der Motivationspsychologie und -physiologie zu erörtern. Vielmehr möchte ich darauf hinweisen, dass, ebenso wie in der Evolutionstheorie, auch auf der Ebene der Erklärung individuellen Verhaltens von Menschen der Triebbegriff nicht hergeleitet, sondern gesetzt wird. Bei den Trieben handelt es sich um Axiome. Es sind Begriffe, die gesetzt werden, um die Beobachtung offensichtlich zielgerichteter Verhaltensweisen von Lebewesen zu erklären.

Warum zeigen fast alle Menschen Sexualverhalten? Weil es einen Sexualtrieb gibt! Warum erkunden Menschen ihre Umgebung? Weil es einen Explorationstrieb gibt! Warum wollen Menschen alles Wissen und verstehen? Weil es einen Wissenstrieb gibt! Warum wollen Menschen Freundschaft und Beziehung? Weil es einen sozialen Trieb gibt!

Die argumentative Struktur ist dieselbe wie bei der Evolutionstheorie: Warum gibt es den Darwin'schen Lebenskampf (»struggle for life«)? Weil es einen Lebenstrieb gibt. Es ergeben sich ebenfalls weitgehende Parallelen zu Aristoteles' Seelenbegriff: Warum haben Pflanzen einen Stoffwechsel? Warum streben sie nach Wachstum und Fortpflanzung? Weil die vegetative Seele dies bewirkt! Warum haben Tiere ein Empfinden, bewegen sich? Weil dies Folge der Wirkkraft der animalischen Seele ist!

Der Triebbegriff der biologischen Psychologie ist in all seinen Variationen ebenso wie Aristoteles' Seelenbegriff eine axiomatische Setzung. D.h. er wird postuliert, um die Bewegkraft hinter musterhaft beobachtbaren Verhaltensphänomenen zu erklären. Weil fast alle Lebewesen zumindest in bestimmten Lebenssituationen musterhaft ähnliches Sexualverhalten zeigen, schließe ich auf die Existenz einer dies erklärenden Bewegkraft, dem Sexualtrieb. Der Triebbegriff an sich wird nicht logisch zwingend hergeleitet oder begründet. Der Trieb ist also eine Setzung!

Gut erkennbar gibt es auch eine theoretische Hierarchie zwischen den verschiedenen konkreten Triebbegriffen. Die übergeordnete Triebannahme ist die des Lebenstriebes des einzelnen Lebewesens und verbunden damit die Annahme eines Überlebenstriebes der Art. Aus diesem Grundaxiom der Evolutionstheorie speisen sich die Annahmen der untergeordneten Detailtriebe auf individueller Ebene, seien es nun die homöostatischen Triebe (Essen, Trinken, Schlaf) oder die nicht-homöostatischen Triebe (Sexualität, Exploration, Wissen, Bindung). Sie alle

dienen mehr oder weniger unmittelbar dem übergeordneten Trieb des eigenen Überlebens oder des Überlebens der Art.

Tribe sind unbeweisbare Grundannahmen (axiomatische Konstrukte), die im überzeugenden Fall plausible Bewegkräfte (Triebenergie) als zielgerichtete Ursachen hinter beobachtbarem Verhalten von Lebewesen postulieren. In der Motivationspsychologie und Verhaltensforschung werden homöostatische Triebe (Essen, Trinken, Schlafen) und nicht homöostatische Triebe (Sexualität, Exploration, Wissen, Beziehung) unterschieden.

1.2.3 Die Triebtheorie nach Freud

Die Triebtheorie nach Freud (1856–1939) hat das Denken des letzten Jahrhunderts so stark geprägt, dass man sie nicht außer Acht lassen kann, wenn von Trieben und deren Bedeutung für die Erklärung von beobachtbarem Verhalten die Rede ist.

Auch Freud folgte der klassischen Auffassung, nach der Triebe entscheidende postulierte Wirkkräfte des menschlichen Verhaltens sind (Freud 1915). Gemäß psychoanalytischer Theorie kann der Triebbegriff folgendermaßen definiert werden:

»Unter einem Trieb versteht man einen dynamischen, innerseelischen Vorgang, der mit organismischen Vorgängen in Verbindung steht und der in seiner zielgerichteten Dranghaftigkeit die Grundlage von motivierten (emotionalen und motorischen) Aktionen einer Person abgibt.« (Butzer 2014)

Als Triebe werden also die Kräfte angesehen, die dem Handeln die Richtung geben (Dranghaftigkeit). Sie sind damit zentrale Faktoren der Motivation, von Emotionen und konkretem motorischem Verhalten.

Freud unterteilte die Triebe weiter nach ihrer Entstehung in Primär- und Sekundärtriebe und nach ihrer Funktion in Lebens- und Todestriebe. Die fundamentalen Triebe oder Primärtriebe dachte er sich als lebenslang bestehende Wirkkräfte, die der Erhaltung der Art und des Individuums dienen. Hier ist unschwer die völlig analoge Setzung (axiomatisches Konstrukt) des fundamentalen Lebenstriebes zu erkennen, die auch der Evolutionstheorie zugrunde liegt. Konkret zählte Freud zu diesen Trieben die Bedürfnisse nach Ernährung, Trinken, Sauerstoff, Schlaf und Ruhe, Sexualität usw. Dies sind die auch in der modernen Motivationspsychologie verwendeten Grundannahmen, die dort aber noch in die homöostatischen und nicht-homöostatischen Triebe (s. o.) unterteilt werden.

Darüber hinaus identifizierte Freud sog. Sekundärtriebe wie z. B. das Bedürfnis nach Leistung und Anerkennung, die sich Freuds Denken zufolge erst im Laufe der ersten Lebensjahre entwickeln, während die Primärtriebe ihm zufolge bereits bei einem Säugling vorhanden sind. Die Entwicklung der Sekundärtriebe ist im Freud'schen Denken also eng verwoben mit der Entwicklung des psychobiologischen Erkenntnisapparats. Diese fällt ebenfalls in diese Zeitspanne, ist

aber sicher noch nicht mit zwei Jahren abgeschlossen. Nach Freuds Auffassung würde ein Mensch, der keine Sekundärtriebe entwickelt, auf dem Niveau eines Kleinstkindes stehen bleiben. Sekundärtriebe sind in seinem Denken also zwangsläufige (immanente) Folge der Entwicklung der emotionalen und kognitiven Möglichkeiten eines Menschen.

Weiter unterscheidet Freud nach der Funktion der Triebe den Lebenstrieb, den er Eros nennt, und den Todestrieb namens Thanatos. Beide sieht er als sich polar entgegengesetzte Wirkkräfte des Lebens, die aber im Detail vielfach und komplex miteinander interagieren (ebd.).

Was die neurobiologische Einbettung der Freud'schen Triebtheorie anbelangt, kann festgehalten werden, dass sie Triebe als psychosomatisches Phänomen zwischen Körper und Psyche stehend auffasste (ebd., Storck 2018). Freud ging davon aus, dass die Triebenergie und der Triebdrang ihren Ursprung in der körperlichen Verfasstheit der Lebewesen haben und sich stetig, auch nach Triebbefriedigung, wieder erneuern und neu aufbauen. Hier klingt das etablierte Denkmodell des homöostatischen Triebs an, welches auch in der modernen Motivationspsychologie seinen Widerhall findet. Freud nahm an, dass diese Triebkraft auf einer vorbewussten Ebene des Ich-Bewusstseins einwirkt, ohne dass es vom Individuum voll erfasst und begriffen werden kann. Die Triebenergie kann so Entscheidungen des Ich-Bewusstseins beeinflussen, ohne dass dies vom Subjekt zwingend und komplett bewusst erkannt werden muss.

Weitere wichtige Begriffe im psychoanalytischen Denken sind Libido und Lustprinzip (Hirschmüller 2014, Wiesse 2014). Der Begriff Libido meint dabei in Freuds Frühwerk die sexuelle Triebenergie im engeren Sinne, die z.B. gesellschaftlichen, normativen Verboten triebhaften Sexualverhaltens entgegensteht. In seinem Spätwerk beschreibt der Begriff auch Bewegkräfte außerhalb des engen Bereichs des Sexualverhaltens und wird gelegentlich mit dem Lebenstrieb oder Eros weitgehend gleichgesetzt (Mertens 2014).

Der Begriff Lustprinzip beschreibt die Gesetzmäßigkeiten, die Freud im Hinblick auf die Wirkung der Triebe glaubte erkannt zu haben. Das Lustprinzip bedeutet dabei, dass das Verhalten eines Lebewesens durch den Drang nach Lustgewinn gesteuert wird. Lustgewinn wird dabei als Spannungs- oder Energieabbau verstanden. Ein Beispiel aus dem Bereich des homöostatisch triebhaften Verhaltens wäre, dass etwa eine Spannung durch zunehmenden Hunger beim Fasten aufgebaut wird, die durch Essen im Sinne eines Lustgewinns einen Spannungsabbau erfährt. Ein weiteres Beispiel wäre der Spannungsabbau beim Orgasmus des Sexualverhaltens.

Bei höheren Lebewesen, insbesondere Menschen, wird das Lustprinzip im Freud'schen Denken durch das Realitätsprinzip überformt. Dieses folgt zwar grundsätzlich auch der Bewegkraft des Lustprinzips, beinhaltet aber, dass einsichtsfähige Menschen unlustverknüpfte Umwege in Kauf nehmen können, um später einen höheren Lustgewinn zu erzielen. Ein Beispiel wäre ein Verhalten, bei dem tagsüber gefastet wird, um abends für ein besonderes Essen mehr Hunger zu haben.

Schlussendlich muss an dieser Stelle noch der Begriff der Sublimierung erläutert werden. Dieser meint im psychoanalytischen Denken, dass libidinöse Ener-

gie (also sexuelle Triebenergie), weil sie in der kulturellen Wirklichkeit nicht nach Belieben ausgelebt werden kann, umgelenkt wird und zur motivationalen Kraft für kulturelles oder wissenschaftliches Schaffen wird (Hirschmüller 2014). Anders als die unbewussten Verdrängungsmechanismen denkt Freud sich dabei die Sublimierung als eine bewusste Leistung, die den Ich-Funktionen des Menschen entsprechen (► Exkurs 1.1).

Exkurs 1.1: Das Ich und sein Selbst: Was sollen die Begriffe bedeuten?⁴

An dieser Stelle sollten die Begriffe »Ich« und »Selbst« in der allgemeinen Psychopathologie geklärt werden. Was soll das überhaupt sein, das Selbst? Und in welchem Verhältnis steht dieser Begriff zu einem weiteren eng verwandten Konzept, dem Ich?

In der Tradition der deutschen Psychopathologie bedeutet »Ich« all das, was dem eigenen psychischen Raum als zugehörig zugeordnet wird (Peters 2011). Beispiele wären die Wahrnehmungen, die als eigene Wahrnehmungen erlebt werden, die Gedanken, die als eigene Gedanken erlebt werden, und die Gefühle, die als eigene Gefühle erlebt werden. Davon abgegrenzt gibt es natürlich auch Wahrnehmungen, Gefühle und Gedanken anderer. Diese werden aber von den meisten Menschen als fremd und nicht der eigenen Person zugehörig bewertet. Bei schizophrenen Formen von Denkstörungen kann es dagegen dazu kommen, dass Menschen das Gefühl haben, das eigene Wahrnehmen, Fühlen und Denken werde von außen manipuliert. Man spricht dann zumindest in der deutschen Psychopathologie von Ich-Störungen.

Im psychoanalytischen Strukturmodell der Psyche nach Freud steht das »Ich« für das Realitätsprinzip des Alltagsbewusstseins. Es wird abgegrenzt von dem »Es«, welches den Trieb- und Lustbereich repräsentiert, und dem »Über-Ich«, welches als verinnerlichte moralische Instanz gedacht wird, die Wert- und Normvorstellungen repräsentiert und damit oft in einen Konflikt zum Es gerät (Mertens 2014). Das Ich muss diese widerstrebenden Impulse in einem alltäglichen situativen Prozess an die Wirklichkeiten der Gegenwart anpassen, austarieren und der jeweiligen Umwelt angepasste Kognitionen, Emotionen und Verhalten generieren. Auch im psychoanalytischen Denken repräsentiert das Ich also einen komplexen psychobiologischen Apparat, der aus neurowissenschaftlicher Perspektive am ehesten mit dem alltäglichen Bewusstseinssystem gleichgesetzt werden kann. Hier müssen die situativen Wahrnehmungen und Emotionen, die triebnahen Impulse, die innere vegetative und animalische Homöostase und die internalisierten Wert- und Normvorstellungen zusammengebracht werden, situationsgerechte Verhaltensziele und -strategien entwickelt und schlussendlich konkretes motorisches Verhalten organisiert werden. Eine genauere Unterscheidung der verschiedenen psychobiologischen

4 Dieser Kasten wurde in modifizierter Weise dem Buch »Vom Anfang und Ende der Schizophrenie« (TvE 2017) entnommen.

Teilleistungen dieses komplexen psychobiologischen Apparates »Ich« wurde dabei in der psychoanalytischen Tradition noch nicht entwickelt.

Der Begriff »Selbst« repräsentiert verschiedene zum Teil recht unterschiedliche Bedeutungen je nach Autor. So meint er bei C. G. Jung die Gesamtheit aller psychischen Eigenschaften eines Menschen (vgl. Peters 2011). Andere Autoren wie K. Horney verstehen darunter die Persönlichkeit eines Menschen. Autoren wie O. Kernberg betrachten das Selbst als eine intrapsychische Struktur, die einen Teil des Ichs darstellt (vgl. Peters 2011). In diesem Denken ist also das Selbst eine psychobiologische Struktur bzw. eine Erkenntnis, welche vom Ich hervorgebracht wird (TvE 2003, S. 56). Diese in meinen Augen überzeugende Konzeption passt auch gut zu der Art und Weise, wie in der Alltagssprache Begriffe wie Selbsterfahrung, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl etc. gebraucht werden. Denn all diese Begriffe verweisen auf eine Erkenntnisbildung einer Person im Hinblick auf den eigenen Körper.

Das Ich kann dann verstanden werden als der psychobiologische Apparat, mit dem Erkenntnisse überhaupt gebildet werden, insbesondere in Form der bewussten Informationsverarbeitung.⁵ Insofern, als dass sich diese Erkenntnisbildung nicht auf die Außenwelt, sondern auf das Funktionieren des eigenen Körpers bezieht, entstehen Selbsterfahrungen, die dann Grundlage für ein sich darauf aufbauendes Selbst-Bewusstsein, Selbst-Bild und eines Selbstwertgefühls sind.

In dieser Konzeption der Begriffe beschreibt das Ich also den weitgehend neurobiologisch determinierten Apparat der bewussten Erkenntnisbildung, während das Selbst das inhaltliche Ergebnis dieser Erkenntnisbildung im Hinblick auf Eigenschaften, Stärken, Schwächen und die Werthaftigkeit des eigenen Körpers repräsentiert.

In diesem Sinne werden auch Begriffe aus der Alltagssprache wie Selbsterkenntnis, Selbstbild oder Selbstwert gebraucht.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass Freud eine differenzierte Triebtheorie vorlegt. Dabei folgt er der Tradition, Triebe als unbeweisbare Setzungen (axiomatische Konstrukte) zu beschreiben, die als Erklärung für die Bewegkräfte von beobachtbaren Verhaltensmustern von Lebewesen – insbesondere Menschen – dienen. Von herausragender Bedeutung insbesondere in seinem Frühwerk sind der Sexualtrieb und die zugehörige Sexualenergie (Libido). In diesem Trieb und seiner kulturellen Unterdrückung in der modernen Gesellschaft sieht er die Hauptenergie zur Motivation menschlichen Verhaltens. In Form der Umwandlung dieser sexuellen Triebenergie (Sublimierung) glaubt er auch eine Erklärung für fast alle Formen kulturellen Schaffens wie Kunst, Musik, Architektur, Religion und Wissenschaft erkannt zu haben.

⁵ Diese Konzeption vom Ich entspricht weitgehend der Begriffsdefinition des »Subjekt« in früheren Texten (TvE 2003, S. 155). Hier soll aber beim Begriff des Ich geblieben werden, um den Gedankengang nicht zu verkomplizieren.