

Psychologie heute 08, 2007

Herr im Reich der verdunkelten Seelen

Dörthe Binkert

Die Straße führt nicht frontal, sondern von der Seite her auf den imposanten Gebäudekomplex zu, die geschwungene Auffahrt zum Haupteingang ist links und rechts von Rosenrabatten gesäumt. Die Fassade macht Eindruck und ist trotzdem schlicht und schmucklos: gutes zwinglianisches Zürich. Man stellt etwas dar, aber man zeigt es nicht: die Psychiatrische Universitätsklinik Zürich, das berühmte Burghölzli, in dem von Beginn seines Bestehens an Psychiatriegeschichte geschrieben wurde. Große Namen sind mit diesem Gebäude verbunden: Auguste Forel, der von der Hypnose fasziniert war und sie als Behandlungsmethode einführte, Eugen Bleuler, C. G. Jung, Ludwig Binswanger, Gaetano Benedetti und viele andere, die die Psychiatrie geprägt haben. Seit 1991 ist Daniel Hell hier, im Reich der verdunkelten Seelen, klinischer Direktor.

Das warme Sienarot der Decke in der Eingangshalle tut gut. Der große Blumenstrauß sagt: Hier ist man freundlich. Gut zu wissen, denn niemand kehrt in diesem Haus auf dem Hügel mit seiner bewaldeten Kuppe wirklich gerne ein. Noch vor eineinhalb Jahrzehnten wurden 70 Prozent aller Patienten zwangseingeliefert. Jetzt hat sich das Verhältnis umgekehrt. Nur noch 30 Prozent kommen gegen den eigenen Willen hierher.

So wie in Krankenhäusern der körperliche Schmerz zu Hause ist, ganz gleich wie frisch und luftig sie wirken, hängt in diesem Gebäude das Wispern und Jammern, das Toben und die stumme Qual von Generationen von Seelen in der Luft. Wer diese Klinik leitet, trägt viel auf den Schultern, nicht nur den Glanz und die Reputation einer berühmten Forschungsstätte.

Daniel Heils Büro im Hauptgebäude ist der ehemalige Arbeitsraum Eugen Bleulers, Klinikdirektor von 1898 bis 1927. Bleuler gewährte als Erster Freuds Theorien Einlass in eine psychiatrische Universitätsklinik, erprobte die neuen Erkenntnisse, entwickelte sie weiter und blieb der Psychoanalyse in Zeiten großer Anfeindung kritisch-freundschaftlich verbunden. Bleuler war es auch, der den Begriff der Schizophrenien in die Psychiatrie einführte. Eine Treppe führte zu Bleulers Zeit direkt vom Büro zum Schlafzimmer hinauf. Daniel Hell ist der erste Leiter der Klinik, der nicht mehr hier wohnt: direkt über dem Haupteingang, mit Blick auf die andere Seite des Zürichsees. Der alte Ofen steht aber immer noch im ehemaligen Salon.

Von Beginn an lebten Direktor und Ärzte mitsamt ihren Familien, lebten Wärter und Wärterinnen (erst viel später waren es ausgebildete Pfleger und Psychiatrieschwestern) mit den Kranken in der Klinik zusammen, umgeben von einer hohen Mauer: Selbst verheiratete Wärter durften nur einmal pro Woche nach Hause und hatten um zehn Uhr abends wieder da zu sein. In den Anfangszeiten schlief das Pflegepersonal in den Krankenschlafsälen und auf Pritschen in den Korridoren. Sie bewachten, bändigten und versorgten die Patienten in den Wachsälen und den vergitterten Isolierzellen praktisch für Gotteslohn und ohne Ferien. Diese Zustände änderten sich unter Eugen Bleuler, Bestand jedoch hatte die ursprüngliche Vorstellung der natürlichen Gemeinschaft mit den Patienten und die Devise, dass die Kranken in eine frohe und tätige Gemeinschaft eingegliedert werden sollten. Das Gesunde im Kranken ansprechen, diese hochmoderne Überzeugung machte die Pionierleistungen am Burghölzli möglich.

Daniel Heils Büro ist bescheiden. Ein großer Schreibtisch mit einigen Besprechungsstühlen, zwei rote Sessel, die am Fenster stehen. Eine Pflanze, ein paar Bücherregale, nicht bis zur Decke, Bilder, Postkarten. Er selbst: schlank, alterslos, die glatten, grauweißen Haare fallen jugenhaft ins Gesicht. Unauffällige Brille, blaue Augen. Daniel Hell ist wie die Fassade des Burghölzli: protestantisch schlicht, auch wenn er etwas darstellt. Die Veränderungen, die er hier als Direktor durchgesetzt hat, sind beeindruckend. Sie sind Teil eines Reformprozesses, den Daniel Hell von Studienzeiten an beharrlich betrieben hat und dem er mit seinen Überzeugungen bis heute treu geblieben ist.

Es ist keine sehr populäre Entscheidung, Psychiater werden zu wollen. Medizin, das ist eine Wahl, bei der alle mit dem Kopf nicken, aber die Psychiatrie ist nicht sehr angesehen, ein Stiefkind der Medizin. Mich interessierte aber gerade die Überschneidung von Natur- und Geisteswissenschaft in diesem Fach. Ich wollte den Menschen als Ganzes sehen und erforschen, nicht nur als biologisches, körperliches Wesen, sondern auch in seiner weit darüber hinausreichenden geistigen und seelischen Dimension. Es gibt ja nie nur das eine. Es gibt immer auch ein anderes. Es ist wie ein roter Faden in meinem Leben: dass ich versuche, Polaritäten auszuhalten und zu verbinden. Das Materielle und das Geistige, das Körperliche und das Seelische, das Innen und Außen.

An seinen Geburtsort Uzwil, ein Industriestädtchen zwischen Wil und Sankt Gallen, erinnert er sich kaum noch. Der Vater war Pfarrer, die Mutter stammte aus einer Familie mit Gewerbetradition. Sie war eine schöne Frau, ich sehe wohl eher meinem Vater ähnlich. Sie war groß, eigenwillig. Er denkt nach. Meine Eltern lebten eine traditionelle Ehe, wie das damals üblich war, bildeten eine unverbrüchliche Einheit. Trotzdem führte meine Mutter auf eine Art ihr eigenes Leben, das darüber hinausging. Sie nähte für sich und andere schöne Kleider, hatte genaue Vorstellungen, zu welchem Lehrer ich in die Schule gehen sollte. Sie war offen, herzlich, sehr emotional, sie liebte Literatur. Das habe ich von ihr, das Interesse an der Kunst. Er macht eine Pause. Ich konnte sie sehr gut spüren. Und sie verstand viele meiner Kindernöte.

Man hört gern zu, wenn Daniel Hell spricht, auch die Polarität trägt er ständig aus: Was sage ich, was

nicht? Das macht sein Sprechen nachdenklich, authentisch, bei aller Vorsicht ehrlich. Man nimmt das Denken dahinter wahr.

Der Vater war dominant, aber in seinem Handeln bewundernswert tolerant. Er war sehr gläubig, aber er war immer glaubwürdig dabei und schlussendlich mit mir und auch sonst mit der Welt sehr liberal und offen. Über ihn und seinen Beruf kam ich schon als Kind mit komischen Menschen zusammen. Es war immer Platz an unserem Tisch für Obdachlose, auch für Spinner. Ich fand diese Menschen faszinierend, damals schon. Mein Elternhaus war ein sicherer Hafen, und weil man immer wieder dahin zurückkonnte, ging ich gerne raus. Die Zeit in Uzwil war kurz, den Großteil seiner Kindheit hat Hell in Zürich verlebt, in einem einfachen Quartier, wo es viele Arbeiterkinder gab. Ich war immer draußen, Fußball war meine große Leidenschaft. Mein Kindertraum war, ein Fußballstar zu werden, das große Tor zu schießen. Er lacht, es liegt immer noch viel Zustimmung zu seinem Traum in seinem Lachen.

Er ging bei den andern Kindern zu Hause ein und aus, und es war ihm immer etwas peinlich, dass sein Vater als Pfarrer etwas Besonderes war. Das war mir unangenehm. Wie Kinder halt so sind. Als die Familie nach Basel zog, veränderte sich das soziale Umfeld. Die Schule wurde wichtiger als die Straße. Die Klassenkameraden kamen aus bürgerlichen, wohlhabenden Familien. Mathematik, die naturwissenschaftlichen Fächer wurden zum Lieblingsfach, aber da war eben auch die deutsche Literatur, die Geschichte. Der liebevollen Enge im Elternhaus traten jetzt als neuer, anderer Pol die sich öffnende Welt der Wissenschaft, auch Leistungsdruck und Konkurrenz entgegen. Ehrgeizig bin ich schon, sagt Daniel Hell, gut, dass nicht auch noch meine Eltern mir Druck gemacht haben.

Schon im Studium, in der zweiten Hälfte der 1960er Jahre, gehörte er zu den Reformern. Er setzte sich für ein Mitspracherecht der Studierenden ein, organisierte eine Unterschriftensammlung für die vom späten Franco-Regime Verfolgten, gewann Max Frisch und Friedrich Dürrenmatt für sein Anliegen. Er strahlt, wenn er davon erzählt.

Als junger Mediziner machte Daniel Hell ein Praktikum in Prag, erlebte den Prager Frühling, war aber auch Zeuge, als russische Panzer in Prag einrollten. Nicht zuletzt dieses Erlebnis sorgte dafür, dass er in der Zukunft immer ein moderater Reformier, ein Neuerer mit Maß sein würde, dafür aber mit Beharrlichkeit und Engagement seinen Überzeugungen treu und über ein ganzes Leben lang auf Kurs bleiben sollte.

Dem jungen Assistenzarzt wurde 1971 im Burghölzli eine Abteilung mit Schwerkranken zugeteilt. Die Verhältnisse waren ernüchternd. Die Zimmer der Abteilungen, auf denen ärmere und kränkere Patienten untergebracht waren, ähnelten Gefängniszellen, Tische und Stühle waren festgeschraubt, Blumenvasen und Bilder aus Sicherheitsgründen verboten. Gummizellen hat es im Burghölzli nie gegeben, aber die geschlossenen Abteilungen waren deprimierend. Noch immer gab es Säle, in denen schwer erregte Patienten einander ertragen mussten und rund um die Uhr bewacht wurden. Daniel Hell hatte Sympathien für die Antipsychiatrie Franco Basaglias, verfolgte jedoch eine eigene Reformlinie. Er ist

kein Mitglied von Bewegungen, kein Mensch, der sich einer Gruppe und ihren Zielen verschreibt. Aber er ist entschlossen, die psychiatrischen Anstalten, in denen er arbeitet, grundlegend zu verändern. Er will Demokratisierung von der Basis her, und er will Menschenwürde und Freiheit für die Kranken, soweit es nur geht.

Die Patienten, für die er zuständig war, lebten zum Teil schon 30 Jahre hier. Es waren die hoffnungslosen Fälle, die Eingeschlossenen auf Lebenszeit. Daniel Hell organisierte ein Ferienlager in den Flumser Bergen mit Patienten und Pflägern, ein Novum in dieser Zeit und ein gewaltiges Erlebnis für die Kranken. Alle durften darüber abstimmen, was gemacht wurde. Als die Patienten das Pflegepersonal einmal überstimmten, sorgte das für erhebliche Irritation. Aber das Team hielt zu seinem jungen Arzt. Als sie aus den gemeinsamen Ferien zurückkehrten, waren sie überzeugt: Diese Menschen dürfen wir nicht wieder einschließen nachdem sie einmal die Freiheit gespürt haben. Und Hells Vorstöße hatten rasch Erfolg: Die Station wurde geöffnet. Nach und nach gab es Nachttische mit individuellen Lampen. Vom damaligen Klinikdirektor Klaus Ernst wurden Messer und Gabeln auf allen Abteilungen eingeführt, die restlichen Fenstergitter wurden entfernt. Die Briefzensur wurde aufgehoben. Weitere Abteilungen wurden geöffnet, die Trennung zwischen Frauen- und Männertrakten aufgehoben.

Um mehr über die Lebensumstände und die möglichen Krankheitsursachen seiner Patienten zu erfahren, ging Daniel Hell mit seinen Patienten am Wochenende nach Hause. Den Patienten tat das gut, aber noch besser tat es den Familienangehörigen, dass auch mal jemand nach ihnen fragte. Es waren die Mütter, die am meisten Schuldgefühle hatten, und Heils Erfahrungen entlasteten sie: Es gibt kein Familienmuster, das Geisteskrankheiten allein verursacht. Jede Familie, die er besuchte, war anders. Die Informationsveranstaltungen für Angehörige bewährten sich, die Patienten kamen seltener in die Klinik zurück.

Beim Gang durch die Abteilungen und die einzelnen Gebäude führt Daniel Hell durch sein Reich auf dem Hügel. Die Gebäude sind noch die alten. Hier waren früher die vergitterten Zellen, sagt er. Über der Tür eine Öffnung, damit man die Kranken hören konnte. Offene Toilettenschüssel, ein Eisenbett. Das war noch 1971 so, als ich hier anfang. Jetzt gibt es Zweibettzimmer, immer noch klösterlich schlicht; manchmal, bei Überbelegung, muss ein drittes Bett dazugestellt werden, aber das ist die Ausnahme. Die Zimmer sind jetzt mit Duschen ausgestattet, die Patienten müssen nicht mehr in den alten Waschsaal mit dem trostlosen grauen Kachelboden. Manche Abteilungen haben sogar eine Veranda, die Patienten können Tischtennis spielen. Aufenthaltsräume haben die Wachsäle abgelöst, es gibt freundliche Therapieräume und Esszimmer und sogar Einzelzimmer für Privatpatienten. Außerdem wurden Spezialabteilungen errichtet, für traumatisierte Frauen, Suchtkranke, Angst- und depressive Patienten; und es gibt eine Mutter-Kind-Einheit, vornehmlich für Frauen, die an postnataler Depression leiden. Die zeitweise geschlossenen Abteilungen unterscheiden sich von den offenen nur durch das diskrete Lämpchen bei der Tür. Grün ist offen. Rot geschlossen. Es ist sehr ruhig auf den Gängen und in den Aufenthaltsräumen. So ist es nicht immer, sagt Daniel Hell.

Ursprünglich haben ihn die Psychosen fasziniert, die Schizophrenien, der Wahn. Es ist die Welt, die wir nicht denken können, die den Menschen ins Unbegreifliche erweitert. Das hat die Menschen seit je gefesselt, die Vorstellung von Genie und Wahn, auch ihn. Und doch hat er sich mit der Zeit speziell den Depressionen zugewandt. Heute verbindet man seinen Namen fast automatisch mit der Depressionsforschung. Depression ist die Krankheit, die man letztlich besser verstehen und nachempfinden kann, sagt er, bei den Psychosen bleibt immer etwas offen. Man könnte auch sagen: den Außenstehenden verschlossen.

Wenn Depressive ihr Leid schildern, weiß er, wovon sie sprechen, wenigstens ansatzweise. Muss, wer sich so lange mit diesem Krankheitsbild beschäftigt, diesen Absturz in die Leere kennen, zumindest in seinen schwächeren Formen? Er sagt es, ohne gefragt zu werden: Natürlich, etwas davon kenne ich selbst, seit meiner Jugend. Und fügt hinzu: Wir haben kein Vertrauen mehr in die Momente, in denen das Nichts uns überfällt, wir ertragen diese Zustände nicht mehr, weil wir uns nicht mehr getragen fühlen. Alles Deprimierende muss verhindert und aus dem Weg geräumt werden. Dabei ist es gar nicht so, dass in den Zeiten einer depressiven Verstimmung nichts geschieht. Unter der Erstarrung, unter dem Eis ist Bewegung; das fasziniert mich an der Depression.

Während die Zahl der schizophrenen Erkrankungen konstant bleibt und ihre Prognose nicht so schlecht ist, wie oft angenommen wird, nimmt die Zahl der Erkrankungen und die Chronifizierungstendenz bei Depressionen eher zu. An unserer Klinik ist in den letzten 15 Jahren die Zahl der Depressionskranken um das Vierfache gestiegen. Und die langfristigen Prognosen, was die Heilung und den Verlauf angeht, werden heute weltweit eher ungünstiger als früher beurteilt, auch wenn sich die kurzfristigen Prognosen verbessert haben.

Gab es in den letzten Jahrzehnten wirkliche Fortschritte in der Behandelbarkeit der Depression? Kurzfristig gesehen haben die Antidepressiva eine Besserung gebracht. Aber was den langfristigen Verlauf angeht, sind wir damit nicht wesentlich weitergekommen. Langfristig ist eine psychotherapeutische Behandlung wohl wirksamer, wenn man nur Medikamente mit nur Psychotherapie vergleicht. Es ist sinnvoll, beides anzuwenden. Aber es ist nicht so, dass die Medikamente die Depression auf Dauer heilen können. Es sind übrigens immer noch mehr Frauen, die an Depression erkranken. Interessant scheint mir in diesem Zusammenhang, dass Homosexuelle gleich hohe Depressionsraten aufweisen wie Frauen.

Gibt es eine Prävention gegen die Depression? Hell antwortet, ohne zu zögern. Das eigene Erleben zulassen. Traurigkeit, Enttäuschung, Verzagtheit und Deprimiertheit gehören zum Leben, genauso wie Freude und Zufriedenheit. Auch in diesen Gefühlen spüren wir uns, sind wir, die wir sind. Je mehr man das zulassen kann, umso eher schwächt eine Depressionstendenz sich im Normalfall ab. Ich stelle immer wieder fest, dass in dem Moment, in dem ein Mensch diese Gefühle akzeptiert und sich nicht mehr dagegen stemmt, der Teufelskreis unterbrochen wird. Je mehr ein Mensch es wagt, auch in

diesem elenden Zustand seine Gefühle, soweit sie noch da sind, wahrzunehmen, umso besser die Prognose. Und andersherum: Je weniger ein Mensch sie zulassen kann, umso gefährdeter ist er. Es gibt natürlich Fälle, wo das alles nichts nützt. Aber öfter, als man denkt, klingen die Symptome von allein wieder ab. Nur, wer gibt uns heute die Zeit, solche Stimmungen einfach auszuhalten und zu durchleben, die Welle über uns rollen und ausklingen zu lassen, uns verschlingen und wieder emportauchen zu lassen? Wir müssen doch immer funktionieren, flexibel, einsatzbereit sein. Die Depression ist etwas, was quer zum Zeitgeist liegt.

Ein Gebäude dient im Burghölzli der Forschung. Bescheiden sieht das aus. Kleine Büros. Computer. Abbildungen von Hirnstrommessungen. Tabellarische Darstellung mit Verlaufskurven. Was deprimiert Daniel Hell persönlich? Wie sich herausstellt, ist die Forschungsabteilung gerade am rechten Ort für diese Frage. Es deprimiert mich, wenn ich sehe, in welche Richtung die Entwicklung läuft. Ich beschäftige mich selbst mit Neurowissenschaften, aber es ist fragwürdig, dass heute fast alle Forschungsgelder in die Neurobiologie fließen. Es ist gut zu wissen, was in unserem Gehirn geschieht, wenn wir psychisch erkranken. Aber der Mensch ist damit nicht erklärt und sein Leiden damit weder verstanden noch geheilt. Eigentlich könnten die verschiedenen Forschungsrichtungen sich sinnvoll ergänzen. So ist es aber nicht. Obwohl erwiesen ist, dass die positive Beziehung zwischen Patient und Therapeut die höchste Wirksamkeit in der Behandlung hat, werden die unspezifischen psychotherapeutischen Verfahren mehr und mehr zurückgedrängt und weniger finanziert. Das ist noch zusätzlich schmerzlich, wenn man daran denkt, dass am Burghölzli gerade in der Psychotherapie Pionierleistungen erbracht worden sind, die international von großer Bedeutung waren. Dabei weiß man: Je besser diese Beziehung, umso besser die Prognose, unabhängig davon, welche Symptome vorliegen!

Dieses Thema erregt ihn sichtlich. Hell ärgert sich über die Gesundheitspolitik, die auf schnell wirksame, eindimensionale, spezifische Verfahren setzt und gerne vergisst, dass sich die Verhältnisse an den psychiatrischen Kliniken nicht nur durch die Entdeckung und Einführung der Neuroleptika verbessert haben. Die Veränderung kam mit einer Veränderung des Bewusstseins, einer Demokratisierung des Denkens und den Neuroleptika und vor allem mit einer wirtschaftlich prosperierenden Zeit, die Geld auch für die Psychiatrie übrig hatte. Jetzt, wo das Geld knapper wird, setzen die Gesundheitsbehörden und die Controller in den Kliniken den Stift an und streichen vieles von dem, was hart errungen worden ist. Durch diese Sparmaßnahmen wird all das, was wir an Verbesserung erreicht haben, infrage gestellt, das deprimiert mich.

Bei all dem Engagement für seine Patienten und sein Fach wie ist es da um die berühmte *work-life-balance* bestellt? Für mich sind Arbeit und Leben keine Gegensätze, das durchdringt sich. Ich versuche ganz biblisch einen Tag in der Woche auszuspannen, gehe joggen, wandern, auch hochalpin, weil meine Partnerin das gerne macht. Ich bin noch immer ein Bewegungsmensch. Aber ich erhole mich auch beim Lesen, es gibt Bücher, die mich aufbauen. Er macht eine Pause, sagt dann: Es ist mir wichtig, dass ich in beiden Bereichen achtsam bin, spüre, wie ich mich fühle, jetzt, in diesem Augenblick.

Wie würde er vor dem Hintergrund all seiner Erfahrungen Glück definieren? Daniel Hell meint abwehrend: Schon der Versuch einer Definition widerspricht dem Glück. Glück *geschieht*. Glück kann man nicht erzwingen. Und zum Lebensglück kann viel Leid gehören. Er denkt nach, setzt noch einmal an. Bei sich ankommen. Mit sich leben können. Ein adäquates Selbstbild von sich haben, ein Bild von sich selbst, das den eigenen Möglichkeiten entspricht. Das ist Glück. Ich sehe so viele Menschen, die an ihrem eigenen Selbstbild scheitern. Und dann, eher beiläufig, fügt er noch hinzu: Auch das Glück in Beziehungen gehört natürlich dazu.