

Die Neurobiologie der Tugend

Über Suchtverhalten, Tugenden und Laster referierten und reflektierten ein Mediziner und ein Philosoph beim 11. Euskirchener Symposium.

von Jürgen Brenn

Der Charme der Euskirchener Fortbildungsreihe besteht vor allem darin, dass am Anfang niemand genau weiß, wohin der Abend führen wird. Unter dem Titel „no risk, no fun?“ hat die Ärztekammer Nordrhein kürzlich einen Philosophen und einen Mediziner gebeten, über Suchtverhalten sowie über „richtiges“ und „falsches“, der Gesundheit abträglichen Verhalten zu reflektieren. Im Laufe des Abends wurde aus der biomedizinischen und philosophischen Betrachtung eine Fragestunde über die richtige Erziehung in puncto Drogen- und Medienkonsum.

Inflationärer Gebrauch des Begriffes

So wollte der Moderator des Euskirchener Symposiums und Geschäftsführende Arzt der Ärztekammer Nordrhein, Ulrich Langenberg, wissen, ob die Internet-Sucht, die besonders bei Jugendlichen stark zugenommen hat, ähnliche Abhängigkeiten auslöst wie etwa der Alkoholkonsum. Der Mannheimer Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Professor Dr. Falk Kiefer, stellte klar: „Verhalten, das häufig ausgeübt wird, muss erst einmal nichts mit Sucht zu tun haben.“ Für ihn ist der intensive Gebrauch von Smartphones und Co. ein Ausdruck des veränderten Kommunikationsverhaltens: Früher Telefon, heute WhatsApp.

Von Sucht werde gesprochen, „wenn sich ein bestimmtes Verhalten über Verstärkermechanismen immer weiter in den Vordergrund schiebt“, erläuterte Kiefer, der an der Ruprechts-Karls-Universität Heidelberg zu Suchtverhalten forscht. Deshalb würden Begriffe wie „Magersucht“ oder „Kaufsucht“ nicht zu den Suchtmechanismen passen. Die positive Message: Es gibt wenige Süchte in unserer Gesellschaft, als das verwendete Vokabular uns Glauben macht, so Kiefer. Vielmehr sollte von maßlosen Verhaltensweisen gesprochen werden, etwa

wenn der Nachwuchs beim Surfen im Internet kein Ende findet.

Der an der Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt/M. lehrende Philosoph Professor Dr. Martin Seel sagte: „Die Klage über den Mangel der Maßhaltung ist so alt wie die menschliche Kultur.“ Jede Generation von Philosophen oder Theologen habe immer den Mangel an Maßhaltung der Gesellschaft geißelt. „Im historischen Vergleich scheint mir die heutige Gesellschaft nicht maßloser als vorhergehende Generationen.“ Früher seien es der Roman, das Radio, das Fernsehen gewesen, heute das Internet und Handy, die angeblich den Untergang der Gesellschaft markierten. Mäßigung sollte nicht oberste Maxime unseres Lebens sein, mahnte der Philosoph. Ohne Ausschläge zur einen oder anderen Seite wäre das Leben langweilig. Die Kunst sei es, die beiden Pole Tugend und Laster auszutariieren. Wir Menschen haben die Fähigkeit, uns zu unserem Dasein zu verhalten, so Seel. „Der Mensch ist zur Freiheit verdammt“, zitierte er Jean Paul Sartre.

Tugenden stellten den Menschen Wegweiser bereit, wie sie sich selbst und ihren Mitmenschen gerecht werden könnten. Diese Orientierungen, so Seel, bedürfen einer beständigen praktischen Auslegung und Justierung im alltäglichen Handeln. Sie beschreiben „Charaktereigenschaften, für die man im Guten wie im Schlechten wenigstens teilweise etwas kann“, definierte Seel. Dabei könnten je nach Sichtweise Eigenschaften sowohl ein Laster als auch eine Tugend sein. Als Beispiel nannte Seel die Pünktlichkeit, die in Deutschland eine wichtige Tugend sei, aber in anderen Ländern eine ganz andere Konnotation habe und den Deutschen manchmal als Selbstzweck vorgehalten werde.

Fast alle Tugenden seien ambivalent und könnten ins Negative gleiten. Zum Beispiel könne sich Gerechtigkeit in Sturheit, Besonnenheit in Trägheit oder Neugier in Gier verwandeln, sagte der Philosoph. Hier jeweils die richtige Balance zu finden, sei die Herausforderung des Lebens. Eine bereits seit der Antike als wichtig erachtete Tugend ist die Mäßigung, um unsere Begierden im Zaum zu halten.

Wenn der Mensch nicht mehr in der Lage ist, seinen Gelüsten Einhalt zu gebieten, und sein Alltag sich immer mehr nach

dem einen Laster ausrichtet, dann muss von Sucht gesprochen werden, so der Suchtforscher Kiefer. Der Süchtige kann sein Verhalten nicht ändern, obwohl er weiß, dass es schädlich ist. Der Süchtige entwickelt eine „Präferenz für Verhaltensweisen, die vorher mit dem Konsum des Suchtmittels assoziiert waren“, sagte Kiefer.

Sucht beginnt im Kopf

Hinter diesen Verhaltensweisen steckt ein Belohnungssystem, das seinen biochemischen Ursprung im „mesolimbischen dopaminaren Belohnungssystem“ hat. Die Mechanismen seien in Tierversuchen erforscht worden. Belohnungsreize, die zu einer verstärkten Ausschüttung von Dopamin (DA) im präfrontalen Kortex führten, würden von Lebewesen schnell erlernt. Für die DA-Ausschüttung reiche es nach kurzer Zeit, dass ein charakteristischer Stimulus wahrgenommen wird. Das System sei adaptiv. Im Normalfall pegele sich der Erwartungsstimulus und die Belohnung im DA-System ein. Erwartete Belohnung und Belohnung gleichen sich im Gehirn an und die DA-Ausschüttung fällt ab, so Kiefer.

Genau diese Stabilität fällt beim Drogenkonsum weg. „Alkohol und andere Suchtstoffe wie Nikotin, Cannabis, Kokain, Amphetamin oder Morphin bewirken in diesem Belohnungssystem pharmakologisch stets eine DA-Ausschüttung“, so Kiefer. Das heißt, bei jedem Konsum hat man eine erhöhte DA-Konzentration im mesolimbischen Belohnungssystem. Es wird keine stabile Belohnungsvorhersage im Gehirn hergestellt, was zu einem Verstärkereffekt und letztlich zur Sucht führe.

Genau hier setzt die Suchttherapie an, erklärte Kiefer: Die Ärzte unterdrücken mit Arzneimitteln die DA-Ausschüttung. Mittels Verhaltenstherapien wird versucht, die Hinweisreize mit einer negativen Belohnung zu beeinflussen. Expositionstrainings nutzen diesen Mechanismus im Kopf: Patienten können ihr Lieblingsgetränk aussuchen, sie können das Glas einschenken und daran riechen, aber trinken dürfen sie nicht. Damit entstehe eine klassisch falsche Belohnungsvorhersage, die die DA-Ausschüttung nach unten korrigiert. Der Hinweisstimulus verliert an Attraktivität. Der Patient erhält seine Handlungsfreiheit zurück.