

Man sieht nur die im Licht sind: Helfen und seine Schattenseiten

Vortrag bei der Wilhelmsdorfer Herbsttagung
der Gotthilf-Vöhringer-Schule Wilhelmsdorf Marienberg
am 15. Oktober 2008

Thomas Schwinger

Dr. Thomas Schwinger, Psychologe, Psychodramatherapeut (DFP/DAGG), Supervisor (DGSv),
Professor für Sozialtherapie am Fachbereich Aufbau- und Kontaktstudium der Evangelischen
Fachhochschule Darmstadt, Privatdozent am FB 8 der Universität Münster.
www.beratung.efhd.de; www.efh-darmstadt.de

Für wertvolle Hinweise danke ich Stefan Weber.

Helfen und seine Schattenseiten

Standort

Lassen Sie mich zuerst sagen, dass ich kein Heilpädagoge bin, kein Heilerziehungspfleger, sondern ein freundlich zugetaner Außenstehender. Und erlauben Sie mir, aus dieser Außenposition über das Helfen und seine Schattenseiten sprechen.

Wenn ich damit beginne, stelle ich zuerst die ethische Position klar, von der ich dabei ausgehe.

- 1) Menschen mit Beeinträchtigungen sind nicht wie alle anderen auch.
- 2) Keiner ist wie alle anderen auch.
- 3) Menschen mit Beeinträchtigungen haben die gleichen Menschenrechte wie alle anderen auch.
- 4) Dazu gehört auch das Recht auf Würde
- 5) Würde verträgt sich nicht mit Mitleid.

Warum ist die Menschenwürde wichtig? Weil sie unteilbar ist. Denn: was dem Menschen mit Beeinträchtigungen, dem Ausländer, dem psychisch Kranken angetan wird, das tun wir immer auch uns selbst an. Wie das? Als Möglichkeit, vor der wir uns schützen müssen. So darf ich also nicht sein, sonst werde ich ausgeschlossen - das lernen wir ja schon früh. Fragen wir uns: Wie viel Angst erzeugt eine Gesellschaft der Ausschließung unter denen, die nicht ausgeschlossen sind, noch nicht ausgeschlossen sind...?

Ich werde auch von der Umwelt der Helfer sprechen, aber vor allem über die Schattenseiten des Helfens. Und die haben, wie ich meine, alle mit Angst zu tun. Die Schattenseiten des Helfens sind nicht schwarze Flecken, die es auszurotten gilt. Nein, es ist das mehr wie mit dem Geist in der Flasche, der durch lange Gefangenschaft böse wird. Wie gehen Helfer mit ihren Gefühlen um? Sie sind ja selbst verletzliche Menschen, um ihre Selbstachtung soll es gehen.

Ich füge den fünf Punkten noch zwei hinzu

- 6) HelferInnen, Pflegende, TherapeutInnen haben die gleichen Menschenrechte wie alle anderen auch. Dazu gehört auch das Recht auf Würde und dazu gehört auch Selbstachtung.
- 7) Dazu kommen sie nicht mit Gefühlsverboten.

Vom Ausschluss: Wenn er aber kommt, dann laufen wir davon

Die Anstalten, die ausschließen, die PLKs, die Heime, sie sollen uns vor Angst schützen. Das Verbotene, Furchterregende, Unerwünschte, Gefährliche, soll weit weg sein. Diese Anstalten sind ja auch meist abgelegen. Aber es hilft nichts: Wiederkehr des Verdrängten nennen die Psychoanalytiker das. Das Unerwünschte, das Angstmachende ist ja immer auch in uns. Und weil es heute und hier um Menschen mit Beeinträchtigungen geht, geht es um die Angst vor den eigenen Begrenztheiten, den eigenen Mängeln, vor der eigenen Vergänglichkeit, der eigenen Auflösung, dem eigenen Tod.

Weil es aber so ist, dass das Ausschließen die Angst nicht heilt, deshalb entsteht leicht eine Dynamik des "mehr vom gleichen". Wenn die Ausschließung nicht reicht, dann müssen noch mehr Abgrenzungen, Mauern, Gitter her, und wie weit das gehen kann, das ist in diesem unseren Lande gut bekannt.

Woher diese Angst?

Dazu zwei Bemerkungen

Begegnung und Angst

Die erste Bemerkung ist ganz grundsätzlich, anthropologisch: Wie eigentlich wird man ein Subjekt, wie gewinnt man Identität? Hat man die einfach, erarbeitet man sie sich ganz alleine?

Nein, eben nicht. Erst im Anderen entsteht das Ich, aus der Begegnung mit dem Du finde ich das Ich. Also: Aus der Verschiedenheit. Die gilt es anzuerkennen, dann erst entsteht Gemeinschaft.

Sodass Begegnung immer auch ein Moment von Angst enthält. Werde ich der sein können, der ich sein möchte, der ich bisher war? Wird der andere mich so sein lassen, wird er mich gelten lassen? Vertrautheit heißt, dass diese Angst immer geringer wird und wir uns sicher fühlen, dass es so kommen wird. Aber Garantien gibt es nicht. Wer sich in Liebesbeziehungen begibt, erfährt das glücklich und schmerzlich.

Das gilt auch für die Mitmenschen mit Beeinträchtigungen. Sie stellen diese Frage an uns – wohl nicht oft mit Worten. Und wir stellen sie ihnen: Kann ich so bleiben, wie ich bin? Das leitet über zur zweiten Bemerkung, einer konkreten.

Der Andere, Fremde vor uns

Menschen mit Beeinträchtigungen, Kranke, Sterbende konfrontieren uns mit Zeichen der Vergänglichkeit, die uns ängstigen: z.B. durch die ungewohnte Körperlichkeit, die unsere eigene Körperlichkeit in Frage stellt, uns zunächst einmal bedroht und Ängste vor eigenen Verletzungen, vor Abhängigkeit und Angewiesen sein, und damit verbunden auch oft Angst vor Aggressionen.

Vom Umgang mit der Angst

Nun werde ich über einige Formen sprechen, wie man mit solchen Ängsten umgehen kann und damit auch über die Schattenseiten des Helfens.

Erste Form des Umgangs mit der Angst: Helfen als Angstabwehr

Eine Form der Angstabwehr ist die Rollen-Umkehr: Nicht in mir ist die Schwierigkeit, das Unerträglich, Gefährlich, sondern im Anderen. Je sicherer ich dessen bin, desto schwächer wird mit dieser Sicherheit für eine Weile die Angst.

Ein Helfer zu werden oder zu sein, kann eine solche Umkehrung bedeuten: Den Blick auf den Klienten gerichtet, sehe ich es vor mir - und damit nicht in mir.

Ich finde dass eine Zeile aus einem Lied hier gut passt:

I'd rather be a hammer than a nail ¹

Wer einmal gehämmert wurde, ein Nagel war, der will sich in Sicherheit bringen, ein Hammer sein. "Nie mehr soll mir das geschehen." Wer tief verletzt wurde, nicht beachtet wurde, der wird durch Umkehrung zum Hammer, zum Verletzenden - so schützt er sich. Durch: "Nicht ich bin es, sondern du bist es".

Das hat verquere Folgen: die Hilfebedürftigkeit von Klienten wird dann zur eigenen Stabilisierung notwendig, ihre Fortschritte sind dann letztlich beunruhigend. Das Bedauerliche an solchen Formen des Umgangs mit der eigenen Begrenztheit und der Angst davor ist, dass sie nicht dauerhaft hilft. Es muss sozusagen die Dosis gesteigert werden, wie das Schmidbauer im Helfer-Syndrom² beschrieben hat: Eigene Schwäche, eigene Hilfsbedürftigkeit wird kaum oder gar nicht erlebt, gefühlt – sie wirkt aber weiter.

Wenn die Rollenumkehrung in Frage gestellt wird, weil der Klient Hilfe nicht wünscht, dann ist man nicht nur in seiner Zugewandtheit gekränkt, nein, mehr ist da verstört. Das Helfen verwandelt sich in Aufdrängen, in Strenge, Zwingen, in Aggression. Die eigene Bedürftigkeit, die eigene Begrenztheit und mangelnde Hilfe im Umgang damit, tritt sozusagen drohend auf: Und der Klient muss wieder der Hilfsbedürftige, der Beschädigte sein.

Zweite Form des Umgangs mit der Angst: Mitleid und weg-helfen

Nehmen wir das Helfen einmal in seiner alltäglichen Form. Helfen folgt oft aus Mitleid. Mitleid kann aber für den, der bemitleidet wird, leicht herabwürdigend sein – bin ich denn so schwach, so bedauernswert, so hilflos?

Das ist es. Hier spüren wir, wie der andere, der Helfende, uns seinen Ball zuspielt, seine Not. "Wegstreicheln" kann man das im Alltag nennen. In amerikanischen Fernsehserien sieht man das oft. Kaum zeigt da jemand Kummer, wird ihm gut zugeredet, wird er umhalst und dem folgt dann unweigerlich sofort die Frage "Geht's Dir jetzt besser?" und pflichtschuldigst wird da genickt.

Die Frage heißt: Wem wird denn da geholfen?

¹ Simon & Garfunkel: El Condor pasa

² Schmidbauer, W. (1977) Die hilflosen Helfer. Über die seelische Problematik der helfenden Berufe. Reinbek: Rowohlt.

Dazu gibt es eine Anekdote: Ein Schnorrer kommt zu einem Reichen und schildert ihm seine Notlage ausführlich und eindringlich und steigert sich dabei – sein Haus ist abgebrannt, der Sohn wurde in die Armee gepresst, er selbst ist schwer krank. Dem Reichen ist Rührung und Mitleid anzusehen. Der Schnorrer beginnt zu hoffen. Der Reiche klingelt mit Tränen in den Augen seinem Diener und sagt ihm "Franz, schmeiß ihn hinaus, er bricht mir das Herz." Leider ist das nicht nur eine Geschichte – auch im Alltagsleben wird den Menschen in Not und Leid oft ausgewichen, schreibt man ihnen zu, sie wären selbst schuld – und das oft aus der Not, es nicht mit ansehen zu können.

Helfen aus Mitleid ist in einer schwierigen Nähe zur eigenen Stabilisierung und es ist leicht herabwürdigend. Mitleid ist "eine gefährliche Gefühlsreaktion für den Bemitleideten, weil es auf Dauer eine kränkende Provokation darstellt", so Fredi Saal.³ Der Wunsch nach eigener Stabilisierung kann auch einen destruktiven Weg nehmen, aber sich weiter Mitleid nennen: Den Bemitleideten abzuwerten, ihm Schuld an seiner Lage zuzuschreiben⁴ und schließlich sogar ihm aggressiv zu begegnen⁵.

Mitleid mit einem Menschen mit Beeinträchtigung kann "dem Bestreben Raum [geben], den Auslöser dieser beunruhigenden Empfindungen aus dem allgemeinen Gesichtskreis zu verbannen." – so Fredi Saal. Es war möglich, dass Ärzte, die an der Ermordung von Menschen mit Beeinträchtigungen beteiligt waren, angaben, bloß aus Mitgefühl gehandelt zu haben und dafür auch freigesprochen wurden.⁶

Es wird Zeit, dass ich beginne, Wege zu zeigen.

Ein Ausweg: Empathie

Wie könnte es denn gehen, sich nicht so im eigenen zu verlieren?

Ich kann mich fragen, wie hätte das mir geschehen können. "Indem ich mich in die Möglichkeit versetze, dass ich es hätte sein können, der diesen Bedingungen ausgesetzt war, wird aus dem ‚Fall von‘ des oder der Anderen nunmehr ein Fall von Meinesgleichen. Indem ich mich in dem Anderen als Möglichkeit meiner eigenen Existenz spiegele, werde ich für einen Augenblick emotional überwältigt, berührt."⁷ Dazu gehört aber immer auch eine reflexive Haltung.

Das ist mein Hauptpunkt: Nicht die Ängste, das Mitleid, das sich bestätigen wollen im Helfen sind schlecht. Man sollte sie sich nicht abgewöhnen, sie nicht ablegen, abtrainieren, unterdrücken, verbieten. Vielmehr kommt es darauf an, sich seinem eigenem Erleben zu stellen und sich ihm nicht auszuliefern, sondern es auch zu reflektieren. Auch die Möglichkeit einer Fehleinschätzung zu prüfen. Keiner ist mir ganz zugänglich.

³ Saal, F. (2002). Recht auf Leben und auf Würde ist unteilbar. Vorüberlegungen zum Traum von einer menschlichen Stadt. Behinderte in Familie, Schule und Gesellschaft Nr. 4/5/2002 (http://www.paranus.de/edition_hoddiss/edition_hoddiss_seiten/warum_sollte.html)

⁴ Eisenberg, N. (1987). Empathy and its development. Cambridge, UK: Cambridge Univ. Press.
Hoffman, M.L. (1990). Empathy and justice motivation. Motivation and Emotion, 4, 151-172.

⁵ Lerner, M. Goldberg, J.H., Tetlock, P.E (1998). Sober second thought: the effects of accountability, anger, and authoritarianism on attributions of responsibility. Personality and Social Psychology Bulletin, 24, 563-574.

Bischof-Köhler, D. (2006). Empathie - Mitgefühl - Grausamkeit und wie sie zusammenhängen. Berliner Debatte, 1/2, 14-20.

⁶ Dörner, K. (2002): Tödliches Mitleid. Neumünster: Paranus Verlag (erstmal erschienen 1988).
Müller, I. (1989). Furchtbare Juristen – die unbewältigte Vergangenheit unserer Justiz, München: Knauer.

⁷ Jantzen, W. (1996). Diagnostik, Dialog und Rehistorisierung, in: Jantzen, W. & Lanwer-Koppelein, W. Diagnostik als Rehistorisierung, Berlin: Marhold. (S. 26)

Empathie ist keine individuelle Angelegenheit, sondern erweist sich erst in der gelingenden zwischenmenschlichen Abstimmung. Anders gesagt: Aus dem Annehmen, dass wir vieles nicht verstehen, im Einräumen der Hindernisse, nähern wir uns.

Von den Mühen mit der Empathie

Was ist eigentlich mit Empathie gemeint? Es gibt ein ganzes Bündel von psychischen Vorgängen, die damit gemeint werden – zwei will ich nennen, die häufig vermischt werden:

- das unmittelbare Erfasst-werden von Gefühlen eines anderen, das heißt in der Fachsprache „Gefühlsansteckung“
- das sich-in-den-anderen-hinein-versetzen – in der Fachsprache „Perspektivenübernahme“

Empathie ist Einfühlung und nicht Eindenkung: Es geht bei Empathie um die emotionale Teilhabe am Erleben eines anderen.⁸ Sich in den anderen hineinversetzen ist dagegen eine gedankliche Bemühung: Man verwendet alle verfügbaren Informationen um sich ein Bild davon zu machen, was der andere erlebt – was er wahrnimmt, was er denkt und zuweilen auch was er fühlt.⁹ Ob damit Gefühle verbunden sind und wenn ja, welche ist zunächst offen. Beides muss keineswegs fürsorglich sein.

Empathie mit einem Leidenden führt nicht notwendig zu Mitleid: Das Leid eines anderen zu fühlen, kann so unangenehm sein, dass man den Kontakt vermeidet oder im Extremfall diesen anderen abwertet, ihm Schuld an seinem Leiden zuschreibt¹⁰ oder aber Schadenfreude empfindet, Empathie mit der Freude eines anderen muss nicht zu Mitfreude führen, sondern kann auch Neid auslösen. Es hängt ganz wesentlich von der eigenen Beziehung zum anderen ab, welche Motivation den Umgang mit der Empathie antreibt.

Das gilt auch für die Perspektivenübernahme: Die Perspektive eines anderen kann man aus sehr verschiedenen Gründen übernehmen: Um sich mit ihm zu verständigen - aber auch, um ihn zu überlisten, etwa bei einem Wettspiel. Und man kann sich auch in jemand hineinversetzen um dessen Gefühle zu verstehen, ohne dass man an diesen teilhat, sozusagen „kalt“¹¹. Sich in einen anderen hineinversetzen, muss nicht zu Einfühlung

⁸ Bischof-Köhler, D. (1998) Zusammenhänge zwischen kognitiver, motivationaler und emotionaler Entwicklung in der frühen Kindheit und im Vorschulalter. In: H. Keller (Hrsg.), Lehrbuch Entwicklungspsychologie, Kap. IV.1. (S. 319-376). Bern: Huber.

Bischof-Köhler, D. (2006). Empathie - Mitgefühl - Grausamkeit und wie sie zusammenhängen. Berliner Debatte, 1/2, 14-20.

⁹ Neuf, H. (1997). Determinanten des Eindenkens in andere Personen. Der Perspektivenwechsel im Reaktionszeitexperiment. Münster: Waxmann.

¹⁰ Batson, C.D. (1991). The altruism question: Toward a social-psychological answer. Hillsdale, N.J: L. Erlbaum.

Batson, C.D., FultJ. & Schoenrade, P.A. (1987). Distress and Empathy: Two Qualitatively Distinct Vicarious Emotions with Different Motivational Consequences Journal of Personality, 55, 19-39

Davis, M.H. (1996). Empathy. A social psychological approach. Boulder, Colorado: Westview Press

¹¹ McIlwain, D. (2003). Bypassing empathy: A Machiavellian theory of mind and sneaky power In B.Repacholi & V. Slaugther (Eds.), Individual differences in theory of mind. Implications for typical and atypical development (29-68). New York: Psychology Press.

Paal, T., Bereczkei, T. (2007). Adult theory of mind, cooperation, Machiavellianism: The effect of mindreading on social relations Personality and Individual Differences 43 (2007) 541-551

Repacholi, B, Slaughter,V. & Pritchard, M & Gibbs, V. (2003). Theory of mind, Machiavellianism, and social functioning in childhood In B.Repacholi & V. Slaugther (Eds.), Individual differences in theory of mind. Implications for typical and atypical development (69-98). New York: Psychology Press.

führen. Etwa wenn man überlegt, wie man einem anderen schmeichelt oder ihn einschüchtert. Manchmal kann auch eine „kalte“ Perspektivenübernahme durchaus fürsorglich sein – ein guter Zahnarzt wird sich in Schmerzen und Angst seiner Patienten hineinversetzen können, aber er wird es vermeiden, selbst Angst und Schmerzen zu empfinden, um handlungsfähig zu bleiben.¹²

Sicherlich ist das Erfasst-werden von Gefühlen eines anderen eine Grundlage für Empathie¹³, aber es besteht kein Automatismus, dass das Wahrnehmen von Gefühlen anderer zu gleichartigen Gefühlen führt und zu fürsorglichen Reaktionen.

Auch bei einer grundsätzlich pflegerischen, fürsorglichen Motivation erlaubt erst ein reifer, reflektierter Umgang mit der Wahrnehmung der Gefühle anderer und den damit einhergehenden eigenen Gefühlen jene Haltung, die Carl Rogers als Empathie beschreibt: eine kognitive Aktivität, „die private Welt des Klienten zu erleben, als ob es die eigene wäre, aber ohne dabei diese Eigenschaft des als ob aufzugeben“¹⁴. das ist also ein Zusammenwirken von Empathie im Sinne emotionaler Resonanz und Perspektivenübernahme, die getragen ist von unbedingter Wertschätzung und Echtheit.¹⁵ Und es geht dabei immer auch um die Kommunikation der Empathie. Sie zeigt, dass man sich auch irren, täuschen kann, dass man seine Hypothesen prüft¹⁶).

Eine schwierige Balance-Übung also – von Einfühlung und reflexiver Distanz. Das kann einen leicht überfordern.

Dritte Form des Umgangs mit der Angst: Verleugnung

Zuweilen sieht der Umgang mit der Angst so aus, dass die Unterschiedlichkeit einfach geleugnet wird. Gleichmacherei ist die Folge.

Verleugnung findet sich in Einrichtungen der Behindertenhilfe selten. Wohl aber im Alltag: Bei den zufälligen, unerwarteten Begegnungen mit Menschen mit Beeinträchtigungen zeigen viele Menschen ein Verhalten, das die Forscher Sympathieeffekt¹⁷ nennen: Unsicherheit und ein aktives Hinwegsehen über die Beeinträchtigung und ein etwas gezwungenes Lächeln, meist gefolgt von schneller Flucht. Dieses "da ist doch gar nichts" hilft aus der Schwierigkeit heraus.

¹² Anders als der Zahnarzt Dr. Brecht in Thomas Manns Roman „Buddenbrooks“ – über ihn heißt es: „das eigentlich Entsetzliche an ihm bestand darin, dass er nervös und selbst den Qualen nicht gewachsen war, die zuzufügen, sein Amt ihn zwang.“

¹³ Hoffman, M.L. (1994). Empathy, role taking, guilt, and development of altruistic motives. In: Bill Puka (Ed). (1994). Reaching out: Caring, altruism, and prosocial behavior. (pp. 196-218). New York, NY, US: Garland Publishing.

¹⁴ Rogers, C.R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change Journal of Consulting Psychology, 21, 95-103 - S. 99, Übers. vom Verf.

¹⁵ Kann empathische Kommunikation im Widerspruch zur Echtheit liegen? Wenn der Klient z.B. fortwährend klagt und der Berater sich gelangweilt, oder verärgert, enttäuscht fühlt – tritt dann ein solcher Widerspruch ein? Dann, wenn man Empathie mit Nach- und Miterleben gleichsetzt – nicht, wenn man das „als ob“ bedenkt, also auch die Unterschiede zwischen Eigen- und Fremderleben, dann ist dieser Widerspruch geringer. Eine mögliche empathische Reaktion ist z.B. „Sie haben keine Hoffnung mehr und glauben, dass auch die Beratung keinen Sinn hat“. Rogers meint, dass es zur Kongruenz gehört, solche Gefühle mitzuteilen, wenn sie denn lange aufrecht bleiben (1966, S. 185). Echtheit verlangt diese Mitteilung aber eben auch auf wertschätzende Art – also nicht „Sie sind langweilig“, sondern „wenn ich Ihnen so zuhöre, merke ich, dass ich müde werde.“ Achtet der Berater nicht auf sein eigenes Erleben, dann vergisst er das „als ob“.

¹⁶ Clark, A.J. (2007). Empathy in counseling and psychotherapy: Perspectives and practices. Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum.

¹⁷ Scheier, M.F., Carver, C.S., Schulz, R., Glass, D.C. & Katz, I. (1978). Sympathy, self-consciousness, and reactions to the stigmatized. Journal of Applied Social Psychology, 8, 270-282.

Professionelle Helfer finden dieses Verhalten wenig erfreulich. Man sollte aber bedenken, dass es schlicht an Übung, an Vertrautheit fehlt. Die Auseinandersetzung um die Integration ist noch lange nicht abgeschlossen. Noch ist sie für viele Bürger ein quälendes Hin und Her zwischen Verleugnung der Unterschiedlichkeit und Ausgrenzung der Unterschiedenen. Es ist aber nicht nützlich für die Integration der Menschen mit Beeinträchtigungen, wenn wir die Bürger ob solcher Unbeholfenheiten moralisch anklagen oder gar verurteilen.

Umkehr gegen die Mitbürger

In eigenen Untersuchungen habe ich festgestellt, dass Studierende der Heilpädagogik und Schüler der Heilerziehungspflege eine Tendenz haben, den Mitbürgern negative Einstellungen gegen Menschen mit Beeinträchtigungen zu unterstellen¹⁸. Und zwar erheblich negativere Einstellungen, als sie eine große Bevölkerungsstichprobe zeigt¹⁹ - das ist in der Abbildung 1 dargestellt.

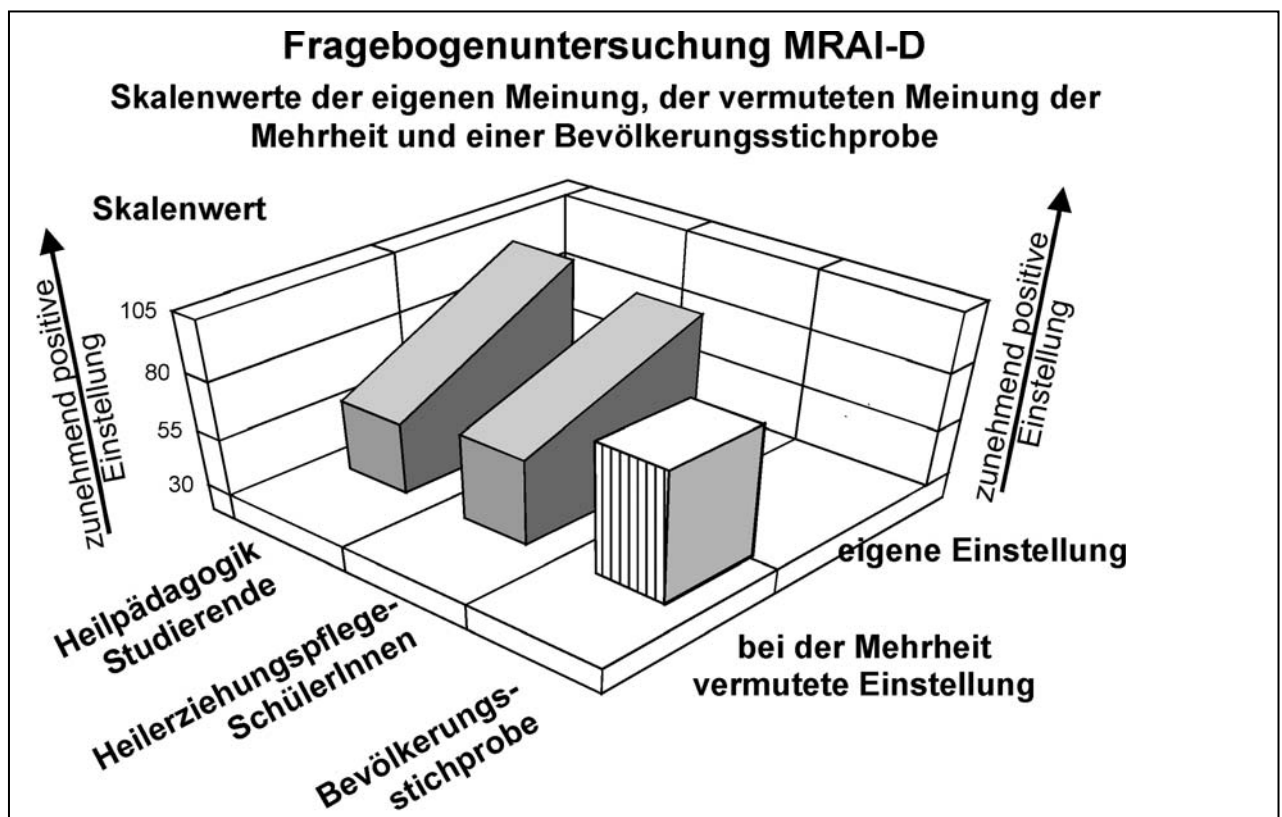


Abbildung 1: Eigene Einstellungen gegenüber Menschen mit einer geistigen Behinderung und bei der Bevölkerungsmehrheit vermutete Einstellung

Aus vorliegenden Untersuchungen ist bekannt, dass die Mehrheitsmeinung je nach eigenem Kontakt mit geistig Behinderten eingeschätzt wird: Bei intensivem Kontakt ist die vermutete Mehrheitsmeinung negativer als bei geringem Kontakt²⁰. Der Bevölkerung

¹⁸ Schwinger, T. (2007). Einstellung zu geistig Behinderten. Arbeitspapiere aus der Evangelischen Fachhochschule Darmstadt, Nr. 8.

¹⁹ Kreuz, A. (2000). Einstellungen gegenüber Menschen mit einer geistigen Behinderung. Analyse und Weiterentwicklung von Einstellungsinstrumenten. (Universität Wien: Dissertation) Wien: WUV.

²⁰ Harrelson, L.E., Horn, H. & Jordan, J.E. (1972). Einstellungen zu Intelligenzbehinderten in der Bundesrepublik Deutschland. In W. Thimm (Hrsg.), Soziologie der Behinderten. (99-117). Neuburgweier: Schindele.

wenig positive Einstellungen zu unterstellen, mag der Aufwertung der eigenen Berufsidentität dienen, gerade während der Ausbildung. Es ist das aber kaum nützlich für die Integration der Menschen mit Beeinträchtigungen. Es fehlt den Bürgern schlicht an Kontakt.

Zu einem angstreduzierenden Kontakt gehört: Der Kontakt muss freiwillig sein, nicht erzwungen, nicht überraschend. Dann reduzieren sich Vorurteile. Das ist ein Umlernprozess – er braucht Zeit, Erfahrung.

Ich fasse zusammen: Menschen mit Beeinträchtigungen sind nicht wie alle anderen auch. Keiner ist wie alle anderen auch. Im Umgang mit der Angst vor der eigenen Bedrohung (Vergänglichkeit, Leid, Versehrtheit) meldet sich sozusagen ihr Gegenteil: Die Allmächtsphantasie. Was nicht passt, gibt es nicht (Verleugnung), oder wird entfernt (Ausgrenzung).

Vierte Form des Umgangs mit der Angst: Kampf dem Übel und Spaltung

Weil das Bedrohliche, das Furchterregende nicht wahr sein darf, muss es zum Verschwinden gebracht werden. Leicht dreht sich der Kampf gegen das Bedrohliche, das Übel, hier die Beeinträchtigung, um in eine Bekämpfung der KlientInnen selbst um – in ihnen das Übel auszurotten. Schuldgefühle begleiten das und halten den Kreislauf in Schwung.

Ganz ungefährdet sind hier aber auch Professionelle nicht. Wo die Pflege, die Therapie aufgenötigt wird, Entwicklung gefordert und nicht gefördert wird, Umwege nicht geduldet werden, Ziele nicht mit vom Klienten ausgehend und mit ihm gemeinsam bestimmt werden, kann ein Förderaktionismus eintreten, der unterschwellig wohl Kampf ist.²¹

Der Kampf entsteht leicht aus dem labilen Gleichgewicht, dem quälenden Hin und Her zwischen Verleugnung und Ausgrenzung. Wie sieht das in den Einrichtungen der Behindertenhilfe (so heißen sie im Gesetz) heutzutage aus? Institutionen werden von den Menschen leicht wie Familien erlebt.²² Das hat auch seine Schattenseiten. Als Kinder waren für uns die eigenen Familien das Gute, die Geborgenheit – das Bedrohliche war draußen. Das kann uns in Institutionen auch geschehen: Sie, die Einrichtung ist die heile Familie und die täglich selbst erlebten psychischen Verwirrungen, Strapazen sind dann etwas Fremdes, etwas von Draußen. Nun ist das ja auch nicht einfach falsch. Wir leben noch nicht in einer integrativen Gesellschaft, die Unterschiedlichkeit und Beeinträchtigung freundlich aufnimmt. Aber im Kampf um die eigene Balance gerät die Außenwelt dann leicht zu einer der Behindertenfeinde. Ein Beispiel:

In einer Pressemitteilung einer (anderen) Heilerziehungspflegeschule gab es einen von den SchülerInnen verfassten Text – in dem es schließlich hieß "Nichts ist so grausam wie die Welt dort draußen". Dass die anderen, die draußen, Behindertenfeinde sind, ist so sicher nicht richtig. Den Menschen fehlt es schlicht an Kontakt, an Erfahrungen, speziell an positiven Erfahrungen. Skandalisierende Sozialforschung verstärkt das noch, wenn mehr den Vorurteilen nachgeforscht wird, als den Möglichkeiten der Begegnung.

Das Gleichgewicht zwischen guter Einrichtung und böser Außenwelt ist labil. Und so kann es in der Einrichtung umschlagen in eine Spaltung im Team in Gute und Böse oder

²¹ Milani-Comparetti, A. (1986). Von der "Medizin der Krankheit" zu einer "Medizin der Gesundheit". In: Paritätisches Bildungswerk Bundesverband e.V. (Hrsg.): Von der Behandlung der Krankheit zur Sorge um Gesundheit. Frankfurt.

²² Erdheim, M. (1984). Die gesellschaftliche Produktion von Unbewusstheit. Eine Einführung in den ethnopsychoanalytischen Prozess. Frankfurt: Suhrkamp

Können und Nichtskönnen. Eine heftige Spaltung dieser Art in Teams kommt in Feldern der psychosozialen Hilfe immer wieder vor. Sie ist ein Zeichen dafür, dass die eigene Auseinandersetzung mit der Bedrückung, der Bedrohung, dem Schmerz zu kurz gekommen ist und durch Verleugnung oder kämpferischen Aktivismus stillgelegt wurde.

Ich würde missverstanden, wenn die nächste Auseinandersetzung im Team mit Vorwürfen der Spaltung geführt würde. Zuerst gilt es, sich der eigenen Begrenzten Möglichkeiten der Hilfe bewusst zu werden, die eigenen Ängste anzunehmen. Dann erst kann ein vernünftiger Dialog begonnen werden. Nicht das Schwelgen in negativen Gefühlen meine ich, sondern ihr waches Einräumen um dann einen Umgang damit zu finden. Gefühlsverbote müssen den Raum der Einfühlung verengen, verkleinern. Und sie erhöhen den Druck. Der aber führt in der Konfrontation mit Bedrohung und eigenen begrenzten Möglichkeiten zu erheblichem Druck. Und genau dann ist Spaltung wahrscheinlich – Gute da, Böse dort.

Und Spaltung verhilft nicht zu Integration. Die Moralkeule auf die vorurteilsvolle Gesellschaft niedersausen zu lassen, ist leider eine Art Spiegelbild der Aussonderung.

Für Spaltung und die darin enthaltene Irrationalität ein Beispiel aus einem anderen Bereich: Zu Zeiten des Kriegs im damaligen Jugoslawien wurden Bomben auf Belgrad geworfen. Im Vorwärts, der Zeitung der SPD fand ich einen Leserbrief, in dem es hieß, dass Krieg unmenschlich und daher verabscheuungswürdig sei. Dass ferner die Unmenschlichkeit des Herrn Milosevic Hitlersche Ausmaße angenommen habe und dass schließlich deshalb nur ein Ausweg bleibt: Belgrad zu bombardieren. Ich war zuerst betäubt vor Unverständnis, dann zu Spott bereit - bis mir klar wurde, dass diese Leserin vielleicht ebenso wie ich geplagt wurde von der erlebten Hilflosigkeit, dieser Zerstörung Einhalt zu gebieten – dem Krieg und was mich an geht, der Zerstörung von allem, was zukunftssträchtig an diesem Staat war.

Wie mit Schattenseiten umgehen? Keine Gefühlsverbote!

Lassen Sie mich dazu etwas vorlesen²³

Da ward Jesus vom Geist in die Wüste geführt, auf dass er von dem Teufel versucht würde. ...

Da führte ihn der Teufel mit sich in die Heilige Stadt und stellte ihn auf die Zinne des Tempels und sprach zu ihm: "Bist du Gottes Sohn, so las dich hinab; denn es steht geschrieben: Er wird seinen Engeln über dir Befehl tun, und sie werden dich auf Händen tragen, auf dass du deinen Fuß nicht an einen Stein stoßest." Da sprach Jesus zu ihm: "Wiederum steht auch geschrieben: 'Du sollst Gott, deinen HERRN, nicht versuchen.'"

Wiederum führte ihn der Teufel mit sich auf einen sehr hohen Berg und zeigte ihm alle Reiche der Welt und ihre Herrlichkeit und sprach zu ihm: "Das alles will ich dir geben, so du niederfällst und mich anbetest." Da sprach Jesus zu ihm: "Hebe dich weg von mir Satan! denn es steht geschrieben: 'Du sollst anbeten Gott, deinen HERRN, und ihm allein dienen.'"

Man kann sich nun folgendes fragen: Jesus ist doch für uns ein zutiefst moralischer Mensch. Warum sagt er nicht: "Ach Satan, das ist aber ein dummer Vorschlag - wenn ich hinunterspringe, werde ich mich schwer verletzen." Wie kommt es, dass er offenbar zornig wird? "Hebe dich weg von mir, Satan!" Weil er die Versuchung spürt – er

²³ Matthäus, 4, 10

verleugnet sie nicht! Er weist darauf hin, was geschrieben steht – das heißt: er reflektiert und dann entscheidet er sich.

Wenn Sie also Versuchungen verspüren, einen dieser Wege der Angstbewältigung zu gehen, die ich geschildert habe – dann seien Sie nicht zu streng mit sich. Sie haben keinen charakterlichen Fehler. Verleugnen Sie ihre Angst nicht. Akzeptieren Sie sie, wie auch Ihre eigenen Begrenztheiten. Dazu verhilft Ihnen Supervision und Intervision.

Supervision wird oft als Aufsicht missverstanden. Für eine förderliche Kultur kann es aber nicht zwei Eingänge geben: Einen, auf dem einen steht „Mit Mühsal Beladene, tretet ein – nur für KlientInnen“ und einen zweiten mit dem Schild „Nur für Starke- Schwächen, Zweifel usw. sind am Eingang abzugeben – Eingang für MitarbeiterInnen.“ Eine förderliche Kultur von Einrichtungen der psychosozialen Hilfe verbietet keine Schwächen, sondern trachtet, daraus Förderungsmöglichkeiten zu entwickeln. Es geht um die Unterstützung von professionellen psychosozialen Helfern in ihrem mühsamen Weg der Selbstfindung in Nähe und Distanz, Mitgefühl und Reflexivität.²⁴

Entscheiden Sie sich. Entscheidung heißt im Leben und Arbeiten mit Menschen mit Beeinträchtigungen: Begrenztheiten akzeptieren, mühsame, disziplinierte Schritte akzeptieren, auf Gemeinschaft setzen, aus Fehlern lernen und sich selbst achten.

²⁴ Schwinger, T. (1984). Zur Funktion der Supervision für Mitarbeiter psychosozialer Einrichtungen - am Beispiel therapeutischer Wohngemeinschaften. Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik, 19, 334-344.