



Leseprobe aus Böhnisch, Lebensbewältigung,
ISBN 978-3-7799-7238-9 © 2023 Beltz Juventa in der
Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/
gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-7238-9](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-7238-9)

Inhalt

Einleitung	9
------------	---

Teil I

Die psychodynamische Sphäre der Lebensbewältigung

1	Warum tun die das? – Warum brauchen die das?!	12
2	Wie innere Hilflosigkeit Bewältigungsdruck erzeugt – Abspaltungen	18
3	Mit dem Bewältigungskonzept kommt die Tiefendimension der Verletzlichkeit in den Blick	33
4	Über die Notwendigkeit, Bewältigungsverhalten geschlechtsdifferent zu betrachten	41

Teil II

Die soziodynamische und die gesellschaftliche Sphäre der Lebensbewältigung

5	Auf die Familie kommt es immer noch an, vor allem aber auf die Schule und auf die Clique, in die man hineingerät – Bewältigungskulturen	60
6	Die neue Arbeitswelt erzeugt neue Bewältigungszwänge	74
7	Die digitalen Medien sind grenzenlos – Verdeckte Bewältigungsfallen	80
8	Professionelles sozialpädagogisches Handeln ist bewältigungsdynamischen Herausforderungen ausgesetzt	86
9	Auch die Jugendhilfe kann Hilflosigkeit erzeugen	90

10	Wie die Soziale Arbeit Zugang zur sozialstrukturellen Dimension finden kann – Lebenslagen und Bewältigungslagen	97
11	Eine Theorie der Sozialen Arbeit muss Handlungsaufforderungen enthalten	113
12	Ein bewältigungstheoretisches Konzept muss Anforderungen an die Organisationen der Sozialen Arbeit entwickeln können	139
13	Bewältigung und Bildung gehen ineinander über	144
14	Wie verhält sich das Bewältigungskonzept zum Konzept der Lebensweltorientierung, zum Capability Approach und zum Programm einer Sozialen Arbeit als Menschenrechtsprofession?	149

Teil III

Mit dem Bewältigungskonzept kann die Sozialisationstheorie als Bezugstheorie Sozialer Arbeit neu formuliert werden – Bewältigungslagen im Lebenslauf

15	Sozialisation kann heute auch als biografischer Bewältigungsprozess interpretiert werden	165
16	Schon die Kindheit steht in der Spannung zwischen entwicklungsgemäßigem Eigenleben und sozialem Bewältigungsdruck	171
17	Im Jugendalter lauern Bewältigungsfallen, in die vor allem sozial benachteiligte Jugendliche hineingeraten können	176

Teil IV

Die Soziale Arbeit erkennt soziale Probleme als Bewältigungslagen

18	Die Soziale Arbeit ist mit sozialen Problemen konfrontiert, die sich immer wieder neu formieren – Armut, Arbeitslosigkeit, Sucht, Obdachlosigkeit, familiäre Gewalt, Kriminalität und Migration als Bewältigungslagen	186
19	Alter(n) kann als Bewältigungslage und Bewältigungskultur neu verstanden werden	210
20	Das Bewältigungskonzept ermöglicht den sozialpädagogischen Zugang zu prekären Übergängen	215
21	Bewältigung als Konfliktgeschehen	221
22	Die Soziale Arbeit braucht eine Ethik, die sozialpolitisch greifbar ist – Ein bewältigungstheoretischer Zugang zur Gerechtigkeit	224
23	Kann die Soziale Arbeit von den sozialen Bewegungen profitieren?	229
24	Wie sich die Sozialpolitik bewältigungspolitisch öffnen kann	233
25	Eine Gesellschaft ohne Abspaltungszwang – Die Gesellschaft der Sorge (Care)	241
	Literatur	246

Leseprobe aus Böhnisch, Lebensbewältigung, ISBN 978-3-7799-7238-9

© 2023 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel

Einleitung

Das Konzept Lebensbewältigung versteht sich als Theorie-Praxis-Modell. Es entwickelt und systematisiert Hypothesen zum Betroffenen-Sein und zum Bewältigungsverhalten von Menschen in kritischen Lebenskonstellationen, die ja den hauptsächlichen AdressatInnenkreis der Sozialen Arbeit bilden. Es macht des Weiteren die so gewonnenen Erkenntnisse diagnostisch brauchbar und leitet daraus konkrete Handlungsaufforderungen an die Soziale Arbeit ab. Gleichzeitig ist es ein Konzept, das nicht beim Individuum stehen bleibt. Vielmehr ist es in der Lage, die sozial-interaktiven und gesellschaftlichen Bedingungen und Kontexte aufzuschließen, die das individuelle Bewältigungshandeln wie den sozialpädagogischen Zugang dazu beeinflussen. Dies macht die reflexive Qualität des Ansatzes aus, d.h., man ist zwangsläufig aufgefordert, immer wieder die Hintergrundbedingungen psychosozialer Arbeit zu diskutieren. Darin können auch die Möglichkeiten und Grenzen sozialpädagogischen Handelns reflektiert werden. Das Modell Lebensbewältigung entfaltet sich in drei Sphären, die in einem Zusammenhang miteinander stehen. In der Begrifflichkeit der ‚Sphären‘ ist diese Möglichkeit der gegenseitigen Durchdringung ausgedrückt.

In der psychodynamischen Sphäre führt der Verlust an Selbstwert, sozialer Anerkennung und Selbstwirksamkeit in kritischen Lebenssituationen (Lebenskonstellationen) zur Hilflosigkeit des Selbst und daraus resultierendem unbedingtem Streben nach Handlungsfähigkeit. Bei Unfähigkeit zur Thematisierung innerer Hilflosigkeit kommt es zum Zwang zu äußerer oder innerer Abspaltung.

In der soziodynamisch-interaktiven Sphäre der Bewältigungskulturen werden die in ihnen enthaltenen Chancen der Thematisierung von Bewältigungsproblemen und -konflikten diskutiert. Als Bewältigungskulturen werden Familie, Gruppe, Schule, Arbeitswelt und Medien dargestellt.

In der gesellschaftlichen Sphäre werden das sozialpolitische Konzept Lebenslage und der sozialpädagogische Zugang dazu entfaltet. Diesen Zugang entwickle ich im Begriff Bewältigungslage mit den Dimensionen Ausdruck (Thematisierung), Abhängigkeit, Aneignung und Anerkennung.

Aus dem Bewältigungsmodell ergeben sich entsprechende *Handlungsaufforderungen* wie akzeptierende Haltung, bewältigungsdynamisches Verstehen, Reframing, funktionale Äquivalente und Milieubildung.

Teil I

Die psychodynamische Sphäre der Lebensbewältigung

1 Warum tun die das? – Warum brauchen die das?!

Es ist immer wieder dasselbe. Ein Junge macht mitten im Unterricht Faxen, gibt den Kasper, zeigt der Lehrerin den Stinkefinger. Die Klasse johlt. Die Lehrerin ist überrumpelt, scheint hilflos. Der Schüler, der sonst als leistungsschwach gilt, ist nun für drei Minuten oben, fühlt sich als der King. Was tun mit dem Jungen? Zum Schulpsychologen, in die Sonderzone der Schulsozialarbeit? Auf ihn einzureden nützt nichts. Er hat ja seinen Auftritt genossen. Wenn aber nichts mit ihm geschieht, wird sich die Szene in immer kürzeren Abständen wiederholen. Schnell hat er das Etikett des notorischen Störers weg. Manche sagen sogar, er sei „auffälligkeitssüchtig“.

Auf ihn einzureden, es ihm vorzuhalten fruchtet deshalb nicht, weil im Jungen dieses erlebte Hochgefühl noch nachlebt, er davon nicht runterwill. Er hat ja sonst nichts anderes, um auf sich aufmerksam zu machen. Es war auch nicht bewusst geplant, es ist in ihm aufgestiegen. Ein geiles Gefühl, so im Mittelpunkt zu stehen. „Anerkennung“ durch Auffälligkeit. Unbewusst aus einem leibseelischen Antrieb der Selbstbehauptung heraus.

Deshalb müssen wir die richtigen Fragen stellen. Nicht: Warum tut er das? Das führt schnell ins Normative, und dagegen ist er ja scheinbar gefeit. Vielmehr müssen wir fragen: Warum *braucht* er dieses Verhalten?! Hat er denn keine andere Möglichkeit, auf sich aufmerksam zu machen, Anerkennung zu bekommen? Die Schule bietet sie ihm wohl nicht. Uns verstört auch die Lust, die der Junge bei seinem auffälligen Auftritt zeigt, das Hochgefühl, seinen Frust vor anderen an anderen auslassen zu können. Kein Unrechtsbewusstsein. Deshalb müssen wir auf die Botschaften achten, die hinter diesem Verhalten stecken: in der Schule wenig Anerkennung, zu Hause oft sich selbst überlassen. Selbstbehauptung und Hilferuf gehen in eins über. In dieser Verstörung begegnen wir auch dem jungen Migranten in Jürgen

Leinwebers Film „Jung und böse“, der, von der Schule gefrustet, den Nächsten, den er auf der Straße antrifft und den er als schwächer einschätzt, anmacht und vielleicht sogar zusammenschlägt. Er hat das gebraucht, sagt er, es hat ihn entspannt. Er würde es wieder tun.

Viele dieser Fälle führen zurück in die Familie. Zu Vätern, die von Problemen ihrer Kinder nichts wissen wollen, zu Müttern, die überfordert sind. Meist sind es ja die Mütter, die der Beziehungsanker im familialen Sorgenalltag sein müssen. Wenn sie aber diesen Druck nicht mehr aushalten können, weil man mit innerer Hilflosigkeit nicht leben kann, dann ist ihnen oft der Weg nach außen versagt. Dann richten sich die aufgestauten Aggressionen gegen sie selbst. Autoaggressives Verhalten und entsprechende Akte findet man deshalb in den Statistiken überwiegend bei Frauen: Medikamentenmissbrauch, Selbstverstümmelungen, aber vor allem auch Depressionen, in denen man sich selbst stillstellt.

Frauen, die sich immer wieder zurücknehmen. Eine Sozialarbeiterin erzählt von einer Frau, die unter wiederholten psychischen Störungen leidet und deshalb krankgeschrieben wird. Dennoch hat die Frau den Eindruck, dass sie von ihrer Chefin, der sie das mitteilt, unausgesprochene Signale erhält: Wenn du die nächsten Tage nicht kommst, kann ich dir – bei unserer derzeitigen betrieblichen Situation – nicht garantieren, dass wir dich behalten können. Die Frau spürt, dass ihr die Krankentage guttäten, sucht die Autorität der Ärztin und hat gleichzeitig nicht nur Angst, dass ihr eventuell gekündigt wird, sondern diese Angst verquickt sich mit dem Verständnis für die Lage der Chefin und des Betriebes. Die Frau nimmt alle Schuld auf sich: dass sie krank ist, dass sie den Betrieb im Stich lässt, dass sie am besten gar nicht auf der Welt wäre. Sie nimmt noch mehr Medikamente.

Ein weiteres Fallbeispiel aus der Familienhilfe: Vernachlässigung. Die Mutter kommt aus einer Familie, in der sie wenig Zuneigung und Anerkennung erfahren hat, von Eltern, um die sie sich aber nun mit deren zunehmendem Alter kümmern muss und, aus ihrem Verständnis der Frauenrolle heraus, auch kümmern will. Die Liebe, die ihr entgangen ist, sucht sie nun bei ih-

rem Kind, spürt aber, dass sie überfordert ist, keine richtige Mutter sein kann. In der gleichzeitigen Sorge um die Eltern und dem Schuldgefühl, keine gute Mutter sein zu können, kann sie ihre Sorge um sich selbst nicht ausleben und versinkt deshalb in Depressivität. Auch hier wieder weibliche Bedürftigkeit – es ist ihr verwehrt, eine gute Mutter zu sein, obwohl sie es gern möchte – und der Zwang, sich selbst noch mehr zu belasten.

Und dann die Mädchen, die in Notdiensten Zuflucht suchen, weil sie sich aus ihrer Familie getrieben fühlen. Die mit sich, mit ihren Versagensängsten und ihrem Körper nicht zurechtkommen, von Eltern bedrängt, die sie nicht verstehen können oder wollen. Mit einer Mutter, die sie überfürsorglich und zugleich schuldgedrängt umklammert und zudeckt, einem Vater, der von Problemen in „seiner“ Familie nichts wissen will. Sie fühlen sich dann selbst schuldig, hassen sich dafür, Essstörungen sind nicht weit.

Aus Frauenhäusern wird von geschlagenen Frauen berichtet, die sich nicht wehren, die eher die Schuld bei sich selbst suchen, es nach innen wegdrücken, wo es dann weiterschwelt. Männer die ihre Frauen geschlagen haben, beteuern vor Gericht oder in der Beratung meist, dass sie wohl einen „Aussetzer“ hatten, sie liebten doch ihre Partnerin. Nun kommt bei der häuslichen und – weitergehend – sexuellen Gewalt von Männern das dazu, was man als „Bedürftigkeit“ bezeichnet: Man hält es nicht aus, dass einem die Partnerin Gefügigkeit verwehrt, worauf man als Mann doch ein Recht zu haben glaubt. Männliche Bedürftigkeit ist in Zonen häuslicher Gewalt immer anzutreffen.

In den Männerberatungsstellen tauchen sie immer häufiger auf: Männer als Verlierer von Ehescheidungsprozessen, bei denen es darum geht, wem die Kinder zugesprochen werden. Die Fronten sind längst klar. Der Mann – in Sachen Vormundschaft faktisch immer noch benachteiligt – aktiviert gegenüber seiner Frau maskuline und sexistische Gefühle, die er während der Ehe nie kannte. Der früher partnerschaftlich-empathische Gatte einer gleichberechtigt ausgehandelten Beziehung stürzt nun in das dunkle Loch der Hilflosigkeit, aus dem ihm die bisherigen Beziehungsmuster nicht mehr heraushelfen. Um aus dieser Hilflosig-

keit herauszukommen, klammert er sich an das verborgene „archaisch Maskuline“ in sich, das ihm seiner Empfindung nach noch als einziges bleibt und ihn stärkt: Die Frau wird auf einmal abgewertet, die Kinder werden zum väterlichen Besitz deklariert. Der Mann hat alle Leidensstationen – Feindschaft zur Frau, Spaltung des Freundeskreises, Anwalt – hinter sich, die Männerberatung, so widerwillig er dem Tipp folgt, ist die letzte Möglichkeit. Er sucht Lösungen und will doch Bestätigung. Er versucht, den Berater in seine Version einzustimmen, Hilflosigkeit, die er nicht verbergen kann, und Dominanzstreben beherrschen gleichzeitig die Szene. Der Mann führt einen Kampf um Prinzipien, gegen Frauen, gegen das Unrecht, das Männern zugefügt wird, letztlich einen Kampf gegen sich selbst. Er muss stark sein, und die Hilflosigkeit, die alles aus ihm heraus antreibt, darf nicht sichtbar werden – Hilflosigkeit wäre gerade jetzt Schwäche.

Gehen wir aus der Familie heraus auf die Straße. StreetworkerInnen versuchen, Cliques zu befrieden. Cliques halten oft durch provokante Aktionen zusammen. Man beweist sich gegenseitig. Ausgrenzung anderer schafft Zusammenhalt. Das zeigt sich im kleinen Gruppenleben des Alltags genauso wie in den Extremsituationen der Gewalt. Jungen, die mit ihrer Hilflosigkeit nicht zurechtkommen, werden von solchen Cliques magisch angezogen. Sie erhalten Selbstwert, Anerkennung und Wirksamkeit als Gruppenmitglieder, die Gruppe wird zum emotionalen Rückhalt und zur Rechtfertigung ihres Verhaltens.

Was bei der Begegnung mit gewalttätigen Jugendlichen immer wieder überrascht, ja verstört, ist ihre offensichtliche Lust an der Gewalt. Es überkommt sie wie ein Schauer und danach macht sich Entspannung und Wohlgefühl bei ihnen breit. Einer der jungen Männer in Leinewebers Film sagte: „Wie nach einem Orgasmus“. Der Körper übernimmt die Regie, eine somatische Dynamik, wie sie in der Stressforschung immer wieder beschrieben wird. Das versperrt den pädagogischen Zugang. Aufklären, die Jugendlichen mit ihrer Tat konfrontieren wollen, geht erst einmal gar nicht. Sie haben ja das für sie Positive, Entspannende am eigenen Leib gespürt. Sie haben Aufmerksamkeit auf sich gezogen, die Umwelt hat Wirkung gezeigt. Und jetzt kommen die

SozialarbeiterInnen und wollen ihnen das nehmen, ins Negative, ja Verabscheuungswürdige drehen. Diesem Misstrauen begegnen SozialarbeiterInnen oft.

Immer dort, wo Menschen die soziale Orientierung verloren haben, sich wertlos fühlen und keine soziale Anerkennung bekommen, wo sie wenig Möglichkeiten haben, etwas zu bewirken, auf sich aufmerksam zu machen und – vor allem – ihre innere Hilflosigkeit nicht aussprechen können, setzt ein somatisch angetriebener psychosozialer Bewältigungsmechanismus der Abspaltung ein, der antisoziale oder selbstdestruktive Züge annehmen kann und die Betroffenen zur Klientel werden lässt. Ob das nun in überforderten Familien passiert, die nicht mehr der Lage sind, ihren Alltag zu regeln und sich dadurch sozial isolieren, bei Kindern, die an der Schule scheitern, bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen, denen der soziale Übergang nicht gelingt, bei Erwachsenen, die die Arbeit verloren haben oder von den Umbrüchen der Arbeitsgesellschaft überfordert, die von Armut und sozialem Ausschluss bedroht sind oder von Beziehungsverlusten heimgesucht werden – überall wirkt dieser Grundmechanismus.

Wenn ich im Folgenden immer wieder den international gebräuchlichen Begriff „antisozial“ (antisocial personality disorder) verwende, so verstehe ich ihn wie den bei uns auch üblichen Begriff „dissozial“. Damit werden in der sozialpädagogischen Literatur Menschen bezeichnet, die nicht (mehr) in der Lage sind, nach sozialen Regeln zu leben, sozialen Pflichten nachzukommen, die oft bindungsschwach sind, sich schwer in andere hineinversetzen können, andere eher abwerten, darüber kein Unrechtsbewusstsein entwickeln können und ihr Verhalten zu ihrem aktuellen Vorteil zu rationalisieren versuchen. Gewalt ist zwar immer wieder im Spiel, eher aber aggressive Haltungen (auch gegenüber SozialarbeiterInnen), oft aber regressives (Rückzugs-)Verhalten.

Wir müssen aber nicht in den Zonen der sozialen Ausgrenzung oder des antisozialen Verhaltens bleiben. Auch im Alltag der Jugendarbeit, in den Jugendzentren und Jugendprojekten geht es vielen Jugendlichen darum, auf sich aufmerksam zu machen, anerkannt zu werden. Deshalb schätzen sie auch die Pro-

jekte, in denen sie mitmachen, sich zeigen können. Vielen Verantwortlichen der Jugendförderung ist noch gar nicht so richtig bewusst, dass gerade die offene Jugendarbeit nicht nur Freizeitort, sondern auch Bewältigungsort ist, wo den Jugendlichen, sozialer Druck weggenommen wird, wo sie zu sich kommen, ihre Befindlichkeit anzeigen und aussprechen und prosoziale Bezüge aufbauen können. Ein Ort der Alltagsberatung, wenn man Beratung als Hilfe versteht, innere Bedrängnis und Hilflosigkeit zu thematisieren. Das kommt vor allem Jungen zu zugute, die es oft schwer haben, das, was in ihnen ist, auszusprechen und daher leicht unter Druck geraten, das, was sie im Inneren bedrängt, nach außen aggressiv zu kompensieren. Davon profitieren aber auch die Mädchen, die sich in entsprechenden Jugendprojekten eigene Räume aneignen, eigene Öffentlichkeiten schaffen und sich nicht dauernd zurücknehmen müssen (vgl. Kap. 4). Jugendarbeit wird damit auch zum sozialen Bildungsort, an dem Lebenskompetenzen vermittelt werden. Seine innere Bedrängnis aussprechen und sich in andere hineinversetzen können, gehört zu den basalen Lebenskompetenzen. Das läuft alltäglich ohne großes Aufsehen ab und man möchte der Jugendarbeit raten, diese Seite ihrer jugendpädagogischen Bedeutung stärker öffentlich zu machen.

Auch sonst überwiegen die eher stillen Beispiele in der Sozialen Arbeit. Die alltägliche Begleitung, die SozialarbeiterInnen für sozial gescheiterte und sozial resignierte KlientInnen organisieren, fällt kaum auf. Und doch läuft auch hier eine ähnliche Dynamik ab, wie in den markanten Fallbeispielen: das Streben der Betroffenen in ihrer Hilflosigkeit, trotz allem etwas wert zu sein, irgendwie doch anerkannt zu werden, sich nicht aufzugeben. Dass dies nicht, wie in den lauten Beispielen, in Selbsterstörung oder sozialer Aussichtslosigkeit mündet, sondern aussprechbar, beziehbar und darin bewältigbar bleibt, dass der Abspaltungsdruck genommen, die antisoziale Kompensation aufgelöst werden kann, beschreibt den Zugang und die Leistung der Sozialen Arbeit.

2 Wie innere Hilflosigkeit Bewältigungsdruck erzeugt – Abspaltungen

Nun ist es aber an der Zeit, diesen Grundmechanismus der Bewältigung in seiner Wirkungsweise eingehender zu erklären. Unter (*Lebens-*)*Bewältigung* verstehe ich das Streben nach psychosozialer Handlungsfähigkeit in kritischen Lebenskonstellationen. Lebenssituationen und -konstellationen werden dann als *kritisch* bezeichnet, wenn die bisherigen eigenen Ressourcen der Problemlösung versagen oder nicht mehr ausreichen und damit die psychosoziale Handlungsfähigkeit beeinträchtigt ist (vgl. Filipp 2008). Die Soziale Arbeit hat es mit solchen kritischen Lebenskonstellationen zu tun, es ist ihr Alltagsgeschäft: Scheitern, Verlust Erfahrungen, Anerkennungsprobleme und Versagensängste scheinen in den meisten der ihr zugewiesenen Fälle durch. Am Beispiel der Arbeitslosigkeit lässt sich die Dramatik kritischer Lebenskonstellationen zeigen: Der Arbeitslose verliert seine bisherigen Ressourcen psychosozialer Handlungsfähigkeit, denn über die Arbeit hat er Anerkennung, Lebenssinn und Selbstwirksamkeit erhalten, hat soziale Kontakte aufgebaut und einen sozialen Status erreicht. Das ist nun zusammengebrochen, und dieses Ungleichgewicht muss bewältigt werden.

Psychosoziale *Handlungsfähigkeit* ist ein Konstrukt im Magnetfeld des Selbstkonzepts. Ich bin in diesem Sinne handlungsfähig, wenn ich mich sozial anerkannt und wirksam und darüber in meinem Selbstwert gestärkt fühle. Das Streben nach Handlungsfähigkeit, das erst einmal in uns allen ist, macht sich also besonders in kritischen Lebenskonstellationen bemerkbar, wird über sie „freigesetzt“. Wenn es uns entsprechend schlecht geht, macht sich der Selbstbehauptungstrieb, gleichsam als Grundantrieb des Menschen, bemerkbar. Dieser ist so stark, so existenziell, dass Handlungsfähigkeit – also Selbstwert, Anerkennung und Selbstwirksamkeit – um jeden Preis gesucht werden muss.

Wenn dies nicht mit sozial konformem Verhalten erreichbar ist, dann eben auch mit abweichendem Verhalten. Antisoziales, aber auch selbstdestruktives Verhalten ist in diesem Sinne Bewältigungsverhalten. Dahinter stecken „Botschaften“ der Hilflosigkeit, des Unvermögens, sich mit seinem gestörten Selbst auseinanderzusetzen zu können. Es muss einfach – und das ist ein unbewusster Vorgang – abgespalten werden. Damit sind wir beim Modell der äußeren Abspaltung.

Äußere Abspaltung

Im Mittelpunkt steht das bedrohte Selbst in seiner Hilflosigkeit. Der Begriff des *Selbst* bezeichnet hier sowohl den inneren, emotionalen Pol des Selbstkonzepts, den *Selbstwert*: wie spüre ich mich und wie schätze ich mich ein? Sowie den sozialen Pol: wie sehen mich die anderen, erhalte ich *Anerkennung*? Und schließlich – gleichsam als Resultante – die emotionale wie kognitive Einschätzung der *Selbstwirksamkeit*: habe ich Zutrauen in meine Fähigkeit, unterschiedliche Lebenssituationen in den Griff zu bekommen. Das Selbst bewegt sich also im Magnetfeld von Selbstwert, sozialer Anerkennung und Selbstwirksamkeit. Mangelnde Anerkennung verbunden mit geringer bis fehlender Selbstwirksamkeit führt zu dieser Hilflosigkeit des Selbst. Wir erleben dies alltäglich, es muss nicht gleich ein katastrophaler Zustand sein. Man ist von sozial negativen Erlebnissen gefrustet, und das geht nicht über den Kopf, sondern vor allem über den Bauch. Man fühlt sich mies, es entsteht ein körperlich-seelischer (somatischer) innerer Druck, den man loswerden muss. Man kann nicht mit dieser Bedrückung schlafen gehen. Entlastung ist möglich, wenn man mit jemandem darüber sprechen, ihm oder ihr das belastende Problem erzählen kann. Im Bewältigungsmodell wird dies mit dem Begriff der *Thematisierung* umschrieben. Beratung ist in diesem Sinne nichts anderes als Hilfe zur Thematisierung. Wenn ich es jemandem anderen, z.B. einem Freund oder einer Freundin, erzähle, sprechen wir von Alltagsberatung. Wenn ich aber jemanden brauche, der mir dabei helfen

kann, suche ich eine professionelle Beratung auf. Unter Thematisierung verstehe ich dabei nicht nur den sprachlichen Akt, sondern vor allem auch den sozial-interaktiven Vorgang des *Mitteilens* und damit des Anknüpfens von Beziehungen bis hin zum Eintreten in soziale Netzwerke.

Dazu muss ich aber in der Lage sein, die Fähigkeit haben, meine innere Hilflosigkeit zum Sprechen zu bringen. Es gibt aber genug Menschen, die dies nicht können, in ihrer bisherigen Biografie nicht die Chance hatten, nie gelernt haben, das, was in ihrem Inneren ist, aussprechbar, thematisierbar zu machen. Darauf werde ich in den Kapiteln zu den Bewältigungskulturen (Kap. 4–7) näher eingehen. Sie stehen aber unter somatischem Druck, die Spannung muss gelöst werden, der Körper fordert das, der emotionale Drang zur Entspannung bekommt die Oberhand. Da die Hilflosigkeit nicht thematisiert werden kann, muss sie herausgedrängt, also *abgespalten* und kompensiert werden. Die Kompensationen können vielfältig sein. Sie äußern sich in unterschiedlichen Inszenierungen und Aktivitäten der Entlastung, Ablenkung oder des Umleitens der inneren Bedrängnis. Für die Soziale Arbeit kommen aber nur die antisozialen Kompensationen in Betracht. Sie sind ja der Ausgangspunkt für Interventionen und Hilfen. Auch hier kann man unterschiedliche Formen beobachten, die von der Verweigerungshaltung bis zur Gewalttätigkeit reichen. Eine immer wieder anzutreffende Form ist die der Projektion der eigenen Hilflosigkeit auf andere. Man lässt seine Hilflosigkeit und den damit verbundenen Frust an anderen aus. Das kann in körperlicher Gewalt ausarten, oft aber sind es psychische Gewaltformen. Dass letztere mehr von Mädchen und Frauen ausgehen, erstere mehr von Jungen und Männern, und dass Männer eher nach außen abspalten, soll im dritten Kapitel näher betrachtet werden.

Indem diese Ablaufdynamik von *innerer Hilflosigkeit – Unfähigkeit zur Thematisierung – Abspaltung durch Projektion/Kompensation* einem nicht bewusst, sondern somatisch angetrieben ist, entzieht sich auch das Abspaltungsverhalten der Selbstkontrolle. Man weiß in dem Moment nicht, was man da tut. Dieser Vorgang wird in der Psychoanalyse mit dem Begriff der *Abstrak-*

tion umschrieben. Abstraktion meint die Abwesenheit des Konkreten, das (zeitweise) Verschwinden des realen Verhaltens im Bewusstsein der Handelnden. Gewissermaßen ein Blackout. Nehmen wir das Gewaltbeispiel, daran kann man es am besten deutlich machen. Es überkommt, „übermannt“ den Täter („überfraut“ gibt es bezeichnenderweise nicht), er kennt sich nicht mehr und – vor allem – er hat dadurch keinen Bezug zu dem Opfer. Er kennt es vielleicht gar nicht. Das Opfer ist gewissermaßen *Träger seiner eigenen Hilflosigkeit*. Auf die schlägt er ein. Er meint sich selbst.

Aber das Gewaltbeispiel ist nicht so weit weg vom Alltag. Denn auch im alltäglichen Umgang mit anderen Menschen spitzen sich nicht selten Situationen zu, in denen man seine eigene Hilflosigkeit, seinen Frust an anderen ablässt, sie demütigt. Und dann über sich selbst erschrocken ist, dass es einen so wegtragen konnte, dass man den anderen nicht mehr erkennt, ihn oder sie so runtergemacht und abgewertet hat. Das muss ja nicht unbedingt in körperliche Gewalt ausarten, es können genauso gut psychische Demütigungen sein.

Gerade das macht den Vorteil des Bewältigungskonzepts aus, dass es sich nicht auf eine Sonderwelt bezieht. Die Übergänge aus dem Alltag heraus in kritische Zonen hinein sind fließend. Wir entdecken vieles im Kleinen bei uns selbst. Es ist ein Zugang, der die Betroffenen nicht ausgrenzt, sondern sie trotz allem unserer Welt weiter zugehörig sieht.

Der Schweizer Psychoanalytiker Arno Gruen (1992) hat die These aufgestellt, dass Männer mit innerer Hilflosigkeit schlechter umgehen könnten als Frauen, die aufgrund ihrer Gebärfähigkeit eine besondere Nähe zur inneren Natur des Menschen entwickeln könnten. Männer dagegen seien eher gedrängt, diese Hilflosigkeit nach außen abzuspalten. Wenn sie dabei gewalttätig werden, dann sind die Opfer in der Öffentlichkeit vor allem Männer, im häuslichen Bereich eher Frauen. Diesem Muster der äußeren Abspaltung begegnen wir aber nicht nur in den Zonen der physischen und psychischen Gewalt. Wir sind ihm im Beispiel des randalierenden Jungen in der Schule genauso begegnet, wie wir es immer auch dort finden, wo versucht wird, auf Kosten anderer aus eigenen Lebensschwierigkeiten herauszukommen,

Selbstwertprobleme antisozial zu kompensieren. Das können auch Rationalisierungen, Lügen, können Ausflüchte auf Kosten anderer sein. Ohne Unrechtsbewusstsein, weil auch hier das Abstraktionsprinzip wirkt. Und andere *abzuwerten* gehört zu den alltäglichen kleinen Übungen der Selbstaufwertung. SozialarbeiterInnen erzählen immer wieder, dass ihre KlientInnen nahezu alles abwerten, was um sie herum ist.

Und noch einmal: Diese Abspaltungsdynamik ist emotional aufgeladen, bringt Entspannung, das antisoziale Verhalten, das wir als negativ bewerten, wird von den Betroffenen als positiv, als entspannend empfunden, als (oft letztes) Mittel eben, Anerkennung, Selbstwirksamkeit und Selbstwert zu erlangen. Deshalb kann man es ihnen nicht einfach ausreden, muss ihnen Möglichkeiten anbieten, in denen sie mit der *Zeit spüren* können, dass sie nicht mehr auf dieses Verhalten angewiesen sind. Ich werde im Abschnitt zu den *funktionalen Äquivalenten* (Kap. 11) näher auf solche Möglichkeiten eingehen.

Innere Abspaltung

Ich habe in den einleitenden Beispielen von Frauen und Mädchen erzählt, die in Konflikten die Schuld eher auf sich nehmen, Probleme bis zur Selbstzerstörung auszuhalten versuchen. Wir haben es hier mit Abspaltungen von Hilflosigkeit zu tun, die nach *innen* gerichtet sind. Wir sprechen dann von *Autoaggression*, Gewalt gegen sich selbst. Wir finden sie in den verschiedenen Formen der Selbstverletzung, der Ernährungsstörungen, aber auch des Medikamentenmissbrauchs und der Depressivität. Sie sind – statistisch gesehen – vor allem eben unter Mädchen und Frauen verbreitet. Wir sind beim Muster der *inneren Abspaltung*.

Im Mittelpunkt steht wieder die Hilflosigkeit des Selbst vor dem Hintergrund mangelnder sozialer Anerkennung, fehlender Selbstwirksamkeit und darin gestörtem Selbstwert. Dieses Selbst aber ist nun gespalten, von Selbsthass gezeichnet. In der klinischen Psychologie spricht man von „Dissoziation“, es sind gleichsam zwei Selbste, die gegeneinanderstehen. Das Ich und sein

Körper. Ich versuche das immer wie folgt den Studierenden anschaulich zu machen, rede vom „intradialogischen Selbst“: Bevor ihr morgens den Bus besteigt, die Uni oder eure Arbeit erreicht, habt ihr schon mehr mit euch selbst gesprochen als vielleicht den ganzen Tag über mit anderen: „Wie sehe ich heute wieder aus, hoffentlich treffe ich die/den nicht, wie werde ich das wieder durchstehen“ etc. Dabei kann man sich auch selbst hassen („Ich kann mich nicht mehr sehen“). Das sind wiederkehrende Anflüge. Problematisch wird es, wenn es sich zur Gewalt gegen sich selbst, am eigenen Körper entwickelt.

Dieser autoaggressive Selbsthass setzt den entsprechenden Projektionsvorgang in Gang. Die Betroffenen sind sich der Selbstverletzung nicht bewusst, für sie zählt, dass sie die Aufmerksamkeit anderer auf sich ziehen können. Gefühlte Anerkennung durch extreme Auffälligkeit. Es sind in der Mehrzahl Mädchen und junge Frauen, die in ihrem bisherigen Leben meist Abwertung erfahren und keine Anerkennung bekommen haben. In psychotherapeutischen Befunden spiegelt sich diese innere Abspaltungsdramatik wider: „Der Körper kann durch die Dissoziation wie ein äußeres Objekt verwendet werden. [Er] tritt an die Stelle des damals misshandelten Kindes. [...] Da sich die Aggressivität nur gegen einen abgespaltenen Teil des Selbst richtet, kann das Selbst als Ganzes erhalten bleiben“ (Hirsch 2002: 41). Was ich als Kind erlitten habe, muss ich in mir abtöten.

Dass mit Selbstverletzungen Aufmerksamkeitsserregung und darin Entschädigung für entgangene Anerkennung gesucht wird, wird auch in der therapeutischen Praxis bestätigt: „Selbstverletzungen werden in der Regel in offener Weise durchgeführt. Diese Offenlegung lässt selbstverletzende Akte als eine Körper- und Aktionssprache erkennen“ (ebd.: 164). Die Betroffenen schämen sich nicht, auch wenn die Umwelt entsetzt reagiert. Sie fühlen ja Entspannung und erhalten gleichzeitig dramatische Aufmerksamkeit.

Gerade die Essstörungen der Magersucht und Bulimie lassen sich nach diesem Modell rekonstruieren. Hier spielen ebenso massive Selbstwert- und Anerkennungsstörungen eine ausschlaggebende Rolle. „Dabei kann Nahrung bei den Betroffenen nach

psychoanalytischem Verständnis auch für Sehnsucht nach Austausch in Beziehungen, Wertschätzung [...] stehen“ (Subkowski 2003: 113). Dass die Betroffenen eher aus der Mittelschicht stammen, weist darauf hin, dass es die dort eher verbreiteten neurotischen Erziehungskonstellationen sein können, die zur Überforderung der Mädchen führen. Dass inzwischen auch – zu einem wesentlich kleineren Teil – Jungen von solchen Essstörungen heimgesucht werden, lässt darauf schließen, dass die Suche nach Männlichkeit heute in dem Maße fragiler geworden ist, in dem die Männerrolle in unserer Gesellschaft ihre frühere selbstverständliche Dominanz und damit Orientierungssicherheit eingebüßt hat. Gleichzeitig fühlen sich nicht wenige Jungen und junge Männer durch das neue weibliche Selbstbewusstsein ihnen gegenüber irritiert und darin ambivalenten Erwartungen ausgesetzt (gleichzeitig maskulin und beziehungsfähig zu sein), zu deren Erfüllung es keine alltagskonkreten Vorbilder gibt.

Wieder habe ich die spektakulären Beispiele gewählt, um das Ablaufmodell innerer Abspaltung verdeutlichen zu können. Im Alltag der Sozialen Arbeit überwiegen aber die weniger spektakulären, oft verdeckten, aber deshalb nicht weniger problematischen inneren Abspaltungsformen: Das Sich-Entwerten, die erzwungene Selbstisolation, die Unterwerfung bis in die Co-Abhängigkeit, das Aushalten von Demütigungen oder überhaupt der Zwang zum Schweigen über die eigene innere Not. Das sind psychische Abspaltungsmuster, die aber nicht selten in die physische Form des Medikamentenmissbrauchs münden können. Sie laufen nach dem Modell ab, wie es im Beispiel Magersucht geschildert wurde: Es kommt zur Spaltung des Selbst, die innere Hilflosigkeit wird unbewusst an sich selbst ausgelassen, die Illusion temporären Ausgleichs zieht auf. Manche Betroffene klammern sich deshalb an diese Abspaltungsdynamik und sind schwer davon wegzubringen. Dass es eher Frauen sind, bei denen man dieses nach innen gerichtete Abspaltungsmuster beobachten kann, hängt vor allem mit immer noch wirkenden Besonderheiten weiblicher Sozialisation und der Stellung der Frau im Geschlechterverhältnis zusammen. Viele der KlientInnen der Sozialen Arbeit sind noch in traditionellen Geschlechterkontexten ge-

fangen. Die Betroffenen stehen unter innerem Abspaltungsdruck, da ihnen die Thematisierung ihrer inneren Not geschlechtstypisch verwehrt ist. Dieser Zusammenhang wird in der Begrifflichkeit der weiblichen „Symptomatik der Verschwiegenheit“ im dritten Kapitel näher beleuchtet.

Abspaltung „per Delegation“

Abspaltung innerer Hilflosigkeit und ihre Projektion auf Schwächere kann auch dadurch geschehen, dass man sich einer Gruppe anschließt, zu deren Programm und Gruppenzusammenhalt es gehört, antisozial zu sein. Man „delegiert“ – freilich unbewusst – die Abwertung von anderen an die Gruppe und geht damit in ihr auf. Man tut die antisozialen Handlungen für die Gruppe, für deren Zusammenhalt eben, in einem emotional erhebenden und darin entspannenden Wir-Gefühl. Da kann kein Unrechtsbewusstsein entstehen. Nicht das Opfer steht im eigenen Fokus der Wahrnehmung, sondern die Gruppe. Übrigens: Die meisten Delikte, die vor allem männliche Jugendliche und junge Erwachsene begehen, werden aus Cliquen heraus begangen.

In dieser Logik kann auch rechtsextreme Gewalt bzw. Gewaltbereitschaft als besondere Form extremen Bewältigungsverhaltens interpretiert werden, indem sich auch hier Abspaltung und Projektion nicht nur direkt auf konkrete Einzelne richten, sondern im Magnetfeld eines Programms verortet werden können. Rechtsextremistische Programme bieten eine Projektionsfläche für die Abspaltung von biografisch verfestigten Selbstwert- und Anerkennungsstörungen. Ihre ethnozentrische bis rassistische Programmatik bietet nicht nur die Möglichkeiten der Abwertung anderer und damit der Selbsterhöhung der eigenen Person an, sondern offeriert auch ihre kollektive Einbindung und Bestätigung in gleichgesinnten sozialen Gruppen. Wilhelm Heitmeyer sieht im Rechtsextremismus eine Form der Verarbeitung von Desintegrationserfahrungen. Im Mittelpunkt dieser dem Bewältigungsansatz nahen These steht die Annahme von der Umformung „erfahrener Handlungsunsicherheit in Gewissheitssuche, [...] von Ohn-