

Lothar Böhnisch

Lebensbewältigung

Ein Konzept
für die Soziale Arbeit

2. Auflage



E-Book inside

Lothar Böhnisch
Lebensbewältigung

Zukünfte

Herausgegeben von
Lothar Böhnisch | Wolfgang Schröder

Lothar Böhnisch

Lebensbewältigung

Ein Konzept für die Soziale Arbeit

2., überarbeitete und erweiterte Auflage

BELTZ JUVENTA

Der Autor

Lothar Böhnisch, Dr. rer. soc. habil., bis 2009 Professor für Sozialpädagogik und Sozialisation der Lebensalter an der Technischen Universität Dresden, lehrt Soziologie an der Freien Universität Bozen/Bolzano.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-7799-3878-1 Print

ISBN 978-3-7799-5002-8 E-Book (PDF)

2. Auflage 2019

© 2019 Beltz Juventa

in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Herstellung und Satz: Ulrike Poppel

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor_innen und Titeln finden Sie unter:

www.beltz.de

Inhalt

Vorwort	9
Erster Überblick	11
Teil I	
Die psychodynamische Sphäre der Lebensbewältigung	13
1 Warum tun die das? – Warum brauchen die das?!	14
2 Wie innere Hilflosigkeit Bewältigungsdruck erzeugt – Abspaltungen	20
3 Über die Notwendigkeit, Bewältigungsverhalten geschlechtsdifferenz zu betrachten	35
4 Das psychodynamische Bewältigungskonzept hat besondere historische Wurzeln	51
Teil II	
Die soziodynamische und gesellschaftliche Sphäre der Lebensbewältigung	59
5 Auf die Familie kommt es immer noch an, vor allem aber auf die Schule und auf die Clique, in die man hineingerät – Bewältigungskulturen	61
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	85

9	Auch die Jugendhilfe kann Hilflosigkeit erzeugen	89
10	Wie die Soziale Arbeit Zugang zur sozialstrukturellen Dimension finden kann: Lebenslagen und Bewältigungslagen	96
11	Eine Theorie der Sozialarbeit muss Handlungsaufforderungen enthalten	112
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 Sozialisations- theorie als Bezugstheorie Sozialer Arbeit neu formuliert werden – Bewältigungslagen im Lebenslauf	163
15	Sozialisation kann heute auch als biografischer Bewältigungsprozess interpretiert werden	164
16	Schon die Kindheit steht in der Spannung zwischen entwicklungsgemäßigem Eigenleben und sozialem Bewältigungsdruck	170
17	Im Jugendalter lauern Bewältigungsfallen, in die vor allem sozial benachteiligte Jugendliche hineingeraten können	175

Teil IV	
Soziale Arbeit hat eine sozialpolitische Dimension – soziale Probleme und ihre Bewältigungslagen, Sozialpolitik als Bewältigungspolitik	181
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	183
19 Die Soziale Arbeit braucht eine Ethik, die sozialpolitisch greifbar ist – ein bewältigungstheoretischer Zugang zu Gerechtigkeit	207
20 Kann die Soziale Arbeit von den sozialen Bewegungen profitieren?	212
21 Wie sich die Sozialpolitik bewältigungspolitisch öffnen kann	216
22 Soziale Arbeit sollte auch als Produktivkraft herausgestellt werden – die Bewältigungsseite des Wachstums und die soziale Nachhaltigkeit	221
Literatur	228

Vorwort

Das Konzept *Lebensbewältigung* hat inzwischen seine Entwicklungsgeschichte. Die begann Mitte der 1980er-Jahre mit der Veröffentlichung zusammen mit Werner Schefold (1985), als wir versuchten, das damals im psychologischen Fachdiskurs neue Coping-Konzept für die Sozialpädagogik anwendbar zu machen. Ich habe es dann in den folgenden Jahren im Zusammenhang mit meinen Arbeiten zur „Sozialpädagogik der Lebensalter“ und zum „Abweichenden Verhalten“ zu einem mehrdimensionalen Paradigma weiterentwickelt. Dass es nicht nur für die Soziale Arbeit, sondern auch für die Sozialisationstheorie taugt, wurde zusammen mit Karl Lenz und Wolfgang Schröer in dem Buch „Sozialisation und Bewältigung“ (2010) gezeigt. Vor allem war es dann Wolfgang Schröer, der zur Erweiterung des Konzepts („Bewältigungskulturen“) und vor allem auch seine Bezugsfähigkeit zum nationalen und internationalen Diskurs der Sozialen Arbeit beitrug (vgl. Böhnisch/Schröer 2014; vgl. auch Litau u. a. 2016). Es ist so zu einem Ansatz geworden, der die Herausforderungen, denen die Soziale Arbeit in der zweiten Moderne ausgesetzt ist, konzeptuell aufnehmen kann. Insofern halte ich es auch für die mittlere Zukunft unserer Profession für tragfähig.

Erster Überblick

Das Konzept Lebensbewältigung versteht sich als Theorie-Praxis-Modell. Es entwickelt und systematisiert Hypothesen zum Betroffensein und zu dem entsprechenden Bewältigungsverhalten von Menschen in kritischen Lebenskonstellationen, die ja den hauptsächlichlichen Adressatenkreis der Sozialen Arbeit bilden. Es macht des Weiteren die 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 aufzuschließen, die das individuelle Bewältigungshandeln wie den sozialpädagogischen Zugang dazu beeinflussen. In all diesen drei Dimensionen des Modells spiegelt sich die Grundkomponente gelingender Bewältigung – die Chance der Thematisierung, des Aussprechen- und Mitteilens innerer Hilflosigkeit und Ohnmacht – wider. Diese Mehrdimensionalität 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. Die Begriffe Sozialpädagogik und Sozialarbeit verwende ich in ihrem einander ergänzenden Bezug, für den ich den Rahmen in meiner „Sozialpädagogik der Lebensalter“ (2018) abgesteckt habe.

Das dreidimensionale Modell „Lebensbewältigung“

Psychodynamische Dimension. Verlust an Selbstwert, sozialer Anerkennung und Selbstwirksamkeit in kritischen Lebenssituationen (Lebenskonstellationen) – unbedingtes Streben nach Handlungsfähigkeit – Unfähigkeit zur Thematisierung innerer Hilflosigkeit – Zwang zur äußeren/inneren Abspaltung

Soziodynamische/interaktive Dimension. Bewältigungskulturen und die in ihnen enthaltenen Chancen der Thematisierung des bedrohten Selbst: Familie, Gruppe, Schule, Arbeitswelt, Medien

Gesellschaftliche Dimension. Sozialpolitisches Konzept Lebenslage – sozialpädagogischer Zugang zur Lebenslage: Bewältigungslage mit den Dimensionen Ausdruck (Thematisierung), Abhängigkeit, Aneignung, Anerkennung

Handlungsaufforderungen. Akzeptierende Haltung – bewältigungsdynamisches Verstehen – Reframing – funktionale Äquivalente – Milieubildung – geschlechtshomogene Gruppenintervalle – Krisenintervention

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

Leinewebers 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 Leinwebers 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

aus der Sozialarbeit 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 ma-

chen, anerkannt zu werden. Deshalb schätzen sie auch die Projekte, 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, dass 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. 3). 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 Selbstzerstörung oder sozialer Aussichtslosigkeit mündet, sondern aussprechbar, beziehbar und darin bewältigbar bleibt, dass der Abspaltungsdruk 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, Verlusterfahrungen, 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 Selbstwerts. 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 selbst-destruktives Verhalten ist in diesem Sinne Bewältigungsverhalten. Dahinter stecken „Botschaften“ der Hilflosigkeit, des Unvermögens, sich mit seinem gestörten Selbst auseinandersetzen 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 den inneren, personalen Pol der Identität: Wer bin ich, wie spüre ich mich und wie schätze ich mich ein (im Verhältnis zu anderen)? Das Selbst bewegt sich im Magnetfeld von Selbstwert, sozialer Anerkennung und – damit verbunden – Selbstwirksamkeit (als der eigenen Erwartung, soziale Situationen im Griff zu haben und entsprechende soziale Resonanz dafür bekommen zu können). 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. 5–7) 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 körperliche 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 *Abstraktion* 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 Hilfslosigkeit*. 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 Hilfslosigkeit, 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 Hilfslosigkeit 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 Hilfslosigkeit 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