

selbsthilfegruppenjahrbuch 2003

**Deutsche Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen**

selbsthilfegruppenjahrbuch 2003

Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen

Redaktion:

Anita Jakobowski, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in
Nordrhein-Westfalen der DAG SHG e.V. (KOSKON),
Friedhofstr. 39, 41236 Mönchengladbach, Tel.: 02166/248567
Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V.,
Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641/99-45612
Wolfgang Thiel, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung
und Unterstützung von Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V. (NAKOS),
Wilmsdorfer Straße 39, 10627 Berlin, Tel.: 030/31018960

Umschlag:

Lutz Köbele-Lipp, Kubik, Berlin

Satz und Layout:

Focus Verlag GmbH, Gießen

Druck:

Druckkollektiv, Gießen

ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der
Redaktion wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher
Genehmigung der Redaktion und der Autoren.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des »selbsthilfegruppenjahrbuchs«
wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und
Jugend, von der »GlücksSpirale« und von folgenden Krankenkassen:

Deutsche Angestellten Krankenkasse – DAK, BARMER Ersatzkasse,
Gmünder Ersatzkasse – GEK, Kaufmännische Krankenkasse – KKH,
Hamburg-Münchner Krankenkasse, Hanseatische Krankenkasse – HEK,
Krankenkasse für Bau- und Holzberufe – HZK, BRÜHLER – Die Ersatzkasse,
Buchdrucker-Krankenkasse, KEH-Ersatzkasse, Techniker Krankenkasse.

Wir bedanken uns ganz herzlich!

*Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine
Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto Nr. 6.3030.05 bei der
Volksbank Gießen (BLZ 513.900.00).*

Ich bin doch nicht blöd!

Über den Wandel des Sozialcharakters und die Zukunft der Selbsthilfe

Im Jahre 1972 veröffentlichte der Frankfurter Psychoanalytiker Hermann Argelander unter dem prägnanten Titel »Der Flieger« eine Fallstudie, die über die Grenzen der Fachdisziplin hinaus bekannt wurde, weil in ihr der Behandlungsverlauf eines Patienten geschildert wird, auf den diese Bezeichnung eigentlich überhaupt nicht zutrifft: dem Mann fehlte nichts. Ob als Familienvater, Geschäftsmann oder Privatpilot, er ist in allen Sätteln gerecht, lebt weitgehend im Einklang mit sich selbst und investiert nur deshalb einen Haufen Zeit und Geld in die mehrjährige Sprechkur, weil er es leid ist, aus seiner engeren Umgebung und vor allem von seiner Frau immer wieder mit dem Hinweis behelligt zu werden, daß seine imponierende Fähigkeit, Menschen für sich zu gewinnen, in einem bemerkenswerten Kontrast zu der Angewohnheit stehe, diese Menschen nach Inanspruchnahme ihrer Fähigkeiten ebenso rasch wieder fallen zu lassen. Da es sich bei Psychoanalytikern um Zeitgenossen handelt, die durch ihr berufliches Selbstverständnis gehalten sind, spontane Äußerungen über die sich ihnen anvertrauende Klientel zu zügeln, bleibt es dem weniger befangenen Laien vorbehalten, diesen Menschen im Fortgang der Fallgeschichte als das zu erleben, was man gemeinhin unter einem Kotzbrocken versteht.

Daß der Flieger mit seinen Mitmenschen wie mit unbeseelten Gegenständen umgeht, die zwar in ihrem Nutzen für die eigenen Belange, nicht aber als eigenständige Wesen aus Fleisch und Blut wahrgenommen werden, muß er weder sich noch seinem Analytiker verbergen. Im Kernbereich der analytischen Methode, der freien Assoziation, steckt er gleich zu Beginn des Verfahrens seine Claims ab und hält sich sein Gegenüber vom Hals, indem er ihn ganz unverblümt zum bloßen Aufnahmegerät degradiert: »Da ich ständig von guten Einfällen überflutet werde«, läßt er seinen Therapeuten wissen, »müßte ich einfach jemanden haben, der meine Ideen laufend festhält. Dabei will ich mich ja gar nicht mit Goethe vergleichen, aber Sie wissen ja wohl, welche Rolle Eckermann bei ihm gespielt hat.« Seine Leidenschaft für das Fliegen begründet er im weiteren Fortgang mit dem Glücksgefühl, das sich regelmäßig einzustellen pflegt, wenn er unter schwierigen Witterungsbedingungen »allein und nur auf die Instrumente angewiesen« sei; ein rauschhaftes Empfinden, das sich allerdings auf enttäuschende Weise verflüchtigt, sobald er an die »Unabwendbarkeit der Landung« denke. Die kluge und hellsichtige Deutung Argelanders, daß sein Patient zwar in allen Lebensbereichen, in der Familie, im Unternehmen, beim Fliegen und in der Analyse, das Weite suche und die uneingeschränkte Lufthoheit beanspruche, aber dennoch auf die ständige »Rufbereitschaft« des verachteten Bodenpersonals angewiesen bleibe, hat für

den Flieger durchaus nichts Verstörendes oder gar Kränkendes: Nach drei Jahren auf der Couch ist es ihm gelungen, diese konfrontativen Interventionen derart perfekt in sein Abwehrmuster, sein Geschäftsgebaren und seine Strategie der Menschenführung einzuarbeiten, daß er sein erklärtes Therapieziel, nicht mehr arbeiten zu müssen, erreicht hat.

Dreißig Jahre später stellt sich Frage, ob die von Hermann Argelander entwickelte These der »ich-syntonen Objektmanipulation« seines Patienten, die man unter Laien als bis zur moralischen Abstumpfung aufgeblasene Selbstgefälligkeit bezeichnen würde, mittlerweile einen über die klinische Sphäre hinausweisenden, historisch neuen Modus gesellschaftlich anerkannter Machtausübung darstellt. Neuere Erkenntnisse der Soziologie und Psychoanalyse gelangen auf getrennten Wegen zu einer gemeinsamen Diagnose der Gegenwart. Die soziale Mobilität des erfolgreichen, jugendlichen, hochqualifizierten, *flexiblen Menschen* verlangt die ständige Bereitschaft zum kurzfristigen Wechsel von Betrieb, Arbeitsplatz und Wohnort und erzeugt damit einen Spezialisten, für den die Kopfarbeit zum einzigen festen Punkt in der Welt wird. Die Angehörigen dieser neuen Klasse kreativer Nomaden beziehen ihre brüchige Identität aus der sprunghaften Steigerung des Einkommens und des Sozialprestiges. Im schroffen und kränkenden Gegensatz zu Habitus und Ideal des autarken Kreativen steht die Nichtigkeit lebensgeschichtlicher Erfahrung, die latente Infragestellung von Kompetenzen, der permanente Zwang zur Selbstvermarktung und die demütigende Sicht auf die Altersgrenze: Mit 40 ist der profitable Leistungsträger entweder ganz oben oder tot. Diese Irrealisierung der Welt- und Selbsterfahrung erscheint dem amerikanischen Soziologen Richard Sennet als Folge des Ausdünnens langfristiger Bindungen. Der Triumph des Erfolgreichen sei ebenso illusionär wie der Selbsthaß des Versagers. Beides folge dem Phantasma der Grandiosität und führe zu einer fortschreitenden Isolierung vom anderen. Der Psychoanalytiker André Green übersetzt diesen Vorgang in die Sphäre der inneren Objekte, indem er den Prozeß des Rückzugs von der Welt als »*Desobjektalisierung*« beschreibt. Die Dynamik dieser Pathologie drängt auf eine narzißtische Besetzung des Ich, indem das Gefühl der eigenen Erhabenheit und Einzigartigkeit die Einfühlung in das äußere Objekt zum Erlöschen bringt. Sofern die Außenwelt nicht zur Spiegelung der eigenen Größenvorstellungen taugt, wird sie als fremd, versagend, feindselig oder verfolgend erlebt. In der Gegenbewegung zu diesem Rückzug findet eine Selbstidealisierung statt, in der sich das bedrohte Ich mit der wahnhaften Hervorbringung der Vollkommenheit gegen die kränkende Wirklichkeit panzert.

Da es kaum noch Arbeitsbereiche gibt, die nicht dem Primat der Ökonomie unterliegen, findet in Teams, Direktorien und Betriebseinheiten eine Fremd- und Selbstzuordnung nach Gewinnern und Verlierern statt, die nicht unbedingt an den objektiven Leistungen des Einzelnen zu messen ist, sondern der Definitionsmacht der Gewinner und der Unterwerfungsbereitschaft der Verlierer unterliegt. Weil »die da oben« an »die da unten« nach dem Herr-Knecht-

Verhältnis kollusiv gekettet sind, beruhen die auf diese Weise zustande gekommenen Arbeitsbündnisse nicht auf einer Übereinkunft von Gleichen, sondern werden gestiftet durch Abhängigkeit, Verführbarkeit und Erlösungsverprechen, also durch einseitige, asymmetrische Verheißungen. Das spezifisch Narzißtische derart agierender Persönlichkeiten bleibt den in Abhängigkeit gehaltenen Gruppenmitgliedern verborgen, weil deren Selbstinszenierung immer etwas Zauberhaftes und Glanzvolles anhaftet, an dem die anderen Gruppenmitglieder im Sinne einer vorübergehenden Steigerung des eigenen Selbstwertgefühls partizipieren. Das Trägerische dieses unbewußten Manövers wird sichtbar, wenn die in dieser Weise strukturierten »Führer« den Raum verlassen haben. Am Ende des rhetorischen Feuerwerks entdecken die Zurückgebliebenen, daß ihrer Belebung die Nachhaltigkeit verwehrt bleibt, und sie fühlen sich leer und orientierungslos, ohne daß sie diese Empfindungen auf die Leere und Einfühlungsverweigerung der abwesenden Führungsfigur zurückführen könnten. Der Dichter Thomas Mann sprach in einer hellsichtigen Beschreibung dieser zu seiner Zeit seltener anzutreffenden Charakterformation von Menschen, »die recht haben, solange sie sprechen.« Diese narzißtische Variante der Herrschaftsausübung in Gruppen zerstört zwar auf lange Sicht die Gruppenkultur und die Organisationsziele, aber eine Zeit lang, vor allem in Perioden der von außen kommenden oder nach außen projizierten Bedrohung, stellt sie für alle Beteiligten eine Art von kurzzeitig zuverlässig wirkender Droge dar, mit der das bedrohliche Gefühl von Ineffizienz, Schwäche und Unzulänglichkeit kollektiv abgewehrt und in Schach gehalten werden kann. Es läßt sich also vermuten, daß Argelanders auf den »Flieger« gemünzte Feststellung, daß dieser seltsam beschwerdefreie Patient nicht *trotz*, sondern *wegen* seiner Störung beruflich erfolgreich ist, auch auf im wirtschaftlichen Wettbewerb stehende Gruppen anwendbar ist: Unter dem Damoklesschwert der deregulierten Globalisierung sind sie auf ein großes Potential von pathologischem Narzißismus angewiesen, um ohne störende moralische Hemmungen das Ziel der kollektiven Machterweiterung und der Renditesteigerung verfolgen zu können.

Weil es sich bei Gesprächs-Selbsthilfegruppen zweifelsfrei um keine Zusammenschlüsse handelt, die dem Konkurrenzkampf und der Gewinnmaximierung dienen, scheint die Frage, ob auch diese, auf der Solidarität der Betroffenen basierenden sozialen Gebilde, von einem „neuen, narzißtisch strukturierten Sozialisationstypus« (Thomas Ziehe) in ihrem Zusammenhalt gefährdet sein könnten, auf den ersten Blick überflüssig oder doch sehr weit hergeholt. In den von der Frankfurter Selbsthilfe-Kontaktstelle und von der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen herausgegebenen Leitfäden für die Gruppenarbeit sind die Prinzipien formuliert, die sich in der Praxis der weltweit agierenden Selbsthilfebewegung millionenfach bewährt und zur körperlichen und psychosozialen Rehabilitation ihrer Mitglieder beigetragen haben. Dieses tradierte Regelwerk beruht auf den Grundsätzen der Eigenverantwortlichkeit, der Freiwilligkeit, der Kontinuität, der Verschwiegenheit, der Krankheitseinsicht und vor allem der strikten Selbststeuerung der Mitglieder

in einer Gruppe ohne Leiter. Überall dort, wo Menschen gehalten sind, ein Prinzip anzuerkennen oder einem Ideal zu folgen, läßt sich allerdings feststellen, daß Prinzipien unterlaufen und Ideale mißachtet werden, sei es, weil die Ideale zu hoch hängen, sei es, weil der Mensch als konstitutionelles Mangelwesen Zeit seines Lebens mit allen Idealen auf dem Kriegsfuß steht. Diese nicht unerhebliche Differenz zwischen Theorie und Praxis wird in Selbsthilfegruppen in ihrer Gründungsphase besonders deutlich. Obwohl die Initiatoren gehalten sind, sich nicht als Leiter ihrer Gruppe zu betrachten und als solche zu agieren, ist es wohl eher die Regel als die Ausnahme, daß die Initiatoren sowohl von der Gruppe in die Rolle des Leiters gedrängt werden als auch alles daransetzen, diese anfängliche Führungsposition nicht mehr räumen zu müssen. Im Gegensatz zu den oben beschriebenen ökonomisch motivierten Gruppen der Erwerbssphäre unterliegen Selbsthilfegruppen deshalb einer spezifischen Polarisierung, in der sich die psychische Dynamik am neurotisch eingefärbten Konflikt zwischen progressiven und regressiven Positionen entfaltet. Dieser von Wolfgang Schmidbauer bereits vor fünfundzwanzig Jahren im klinischen Begriff des »Helfer-Syndroms« gefaßte Vorgang, schlägt sich im Erfahrungshorizont von Supervisoren und Gruppenberatern in der ständigen Wehklage der Gruppenmutter und Gruppenväter nieder, die von sich sagen, daß sie andauernd für die Einhaltung der Termine zuständig sind, pausenlos Tagesordnungen erstellen, Kaffee kochen, Wunden verbinden, Trost spenden und rund um die Uhr ein offenes Ohr für die Sorgen und Nöte ihrer Lieben haben, und dafür nichts ernten außer Unzufriedenheit, Mäkelei und patzige Widerworte. Man kann dieses an einem sehr traditionellen Familienmodell orientierte Hantieren der Akteure aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten. Es ließe sich mühelos nachweisen, daß der sekundäre Krankheitsgewinn für die unter Tränen lächelnden und permanent am Rande des Nervenzusammenbruchs stehenden SippenführerInnen erheblich ist – von der Projektion ihrer eigenen Schwäche auf die in Unmündigkeit gehaltenen Gruppen-«Kinder» wollen sie um keinen Preis lassen. Ebenso leicht wäre es, dieser hemmungslosen Fremdhilfe den Verstoß gegen Geist und Buchstaben der selbsthilfespezifischen Grundregeln vorzuhalten. In einer freundlicheren Sicht jedoch wäre nicht nur anzuerkennen, daß diese altruistischen Frauen und Männer den Laden zusammenhalten, sondern daß sie in ihrem neurotischen Treiben unbewußt dafür sorgen, daß der innere Konflikt zwischen Autonomie und Abhängigkeit als unbewußtes Thema virulent bleibt und die Gruppe in einem immerwährenden Aufeinanderprallen der Generationen vor dem Stillstand schützt.

Dieses gleichermaßen labile wie bewährte Gleichgewicht ist aus meiner womöglich beschränkten Perspektive durch das lautlose, weil gesellschaftskonforme Vordringen des eingangs beschriebenen »narzißtischen Charakters« akut bedroht. Weniger dramatisch ausgedrückt: Mitarbeiter von psychologischen Beratungsstellen, psychosozialen Ambulanzen und Selbsthilfe-Kontaktstellen berichten vermehrt von telefonischen Erstgesprächen, bei denen die Ratsuchenden nicht in der Lage oder willens sind, ihr Leiden oder ihr An-

liegen zu thematisieren, sondern das Gespräch mit der unangenehm berührenden Aufforderung einleiten: »Sagen Sie mir erst Mal, welche Gruppen Sie denn so im Angebot haben«. Wenn die sofortige Ausbreitung des Warenkorbes verweigert wird, ist es nicht selten so, daß der Anrufer den Druck erhöht und sein Gegenüber daran erinnert, daß er schließlich auch von seinem Steueraufkommen bezahlt werde und deshalb verpflichtet sei, ihm uneingeschränkt Rede und Antwort zu stehen. Der Verdacht, daß es sich bei diesen fernmündlich vorgetragenen Unverschämtheiten um mehr handeln könnte als um die verbalen Entgleisungen querulierender Einzelgänger oder psychotischer Irrläufer, wird durch die Erfahrungen bestätigt, die ich als teilnehmender Beobachter in verschiedenen Selbsthilfeorganisationen wie der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft, der Sklerodermie-Selbsthilfe und dem Verein der Lebertransplantierten Deutschland sammeln konnte. Was im Erstkontakt mit den informellen Gruppenleitern dieser vom Krankheitsbild und dem Selbstverständnis her deutlich zu unterscheidenden Organisationen ins Auge sprang, war das schätzungsweise von Mitte 50 bis Mitte 70 reichende fortgeschrittene Alter der Gruppenrepräsentanten. Diese Menschen, die als von der jeweiligen Erkrankung Betroffene seit bis zu 20 Jahren unverzagt den Gruppenkarren ziehen, indem sie Fachärzte einladen, Sponsoren gewinnen, Freizeitaktivitäten steuern und Fahrdienste für Kranke und deren Angehörige organisieren, ließen im Fortgang der Gespräche erkennen, daß ihre Gruppen trotz der kontinuierlicher Zunahme von Neuerkrankten und Transplantationspatienten im Wartestatus vom Aussterben bedroht seien: Die Jungen wollen nicht mehr. Ein würdiger alter Herr im Rollstuhl, der in einer Kleingruppe des Gruppenleiterforums der DMSG Rheinland-Pfalz auf anrührende und diskrete Weise andeutete, daß er aufgrund der rapiden Verschlechterung seines Gesundheitszustands in absehbarer Zukunft ein Pflegefall sein werde und die Leitung der ihm an Herz gewachsenen Gruppe abgeben müsse, bilanzierte seine Begegnungen mit den Neuerkrankten in einer Mischung aus Resignation und Fassungslosigkeit: »Sie tauchen nach Mitteilung ihrer Diagnose in der Gruppe auf, versorgen sich mit unserer Anteilnahme und unserem medizinischen Fachwissen und verschwinden ebenso schnell wie sie gekommen sind. Sie haben keinen Blick für sich selbst, geschweige denn für die Gruppe und lassen die Menschen die ihnen Aufmerksamkeit und Einfühlung haben zuteil werden lassen, achtlos fallen wie ausgequetschte Zitronen.« Wenn man diese Äußerungen nicht als Bekenntnisse eines gekränkten und verbitterten Gruppenpatriarchen im Augenblick seiner Abdankung diskreditiert, zeichnet sich womöglich eine unangenehme Wahrheit ab, die zwei Botschaften enthält: Die vielbelächelten Helfer sterben aus und mit ihnen verschwindet das ihnen zugeordnete neurotische Syndrom. Die auf einer reziproken Struktur des fließenden wechselseitigen Gebens und Nehmens beruhende Gruppenkultur der Gesprächsselbsthilfe verarmt zugunsten eines psychisch unverbundlichen Systems von Angebot und Nachfrage: Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfegruppen offerieren gesundheitliche Dienstleistungen, und der Kunde, mal als König, mal als Schnäppchenjäger, bedient sich je nach ökonomischem Vorteil und individuellem Bedarf: »Ich bin doch nicht blöd!«

Daß man sich mit einer solch düsteren Prognose dem Vorwurf der radikalen Einseitigkeit aussetzt, kann nicht ausbleiben. Er ist berechtigt. Ein Einwand, dem man sich schwerlich verschließen kann, besteht möglicherweise in dem Hinweis, daß es sich bei den Verbrauchern neuen Zuschnitts ja schließlich auch um problembeladene, unter seelischen oder körperlichen Erkrankungen leidende Mitmenschen handelt, die – Narzißmus hin, Narzißmus her – unser Interesse verdienen. Obwohl es nicht leicht ist, sich dem Vorwurf mangelnder Menschenfreundlichkeit auszusetzen, möchte ich mich von diesem Bedenken doch nicht allzu sehr anrühren und zur Umkehr bewegen lassen. Auch der durch die Fallgeschichte vertraute, mit einem treffenden Decknamen versehene »Flieger« war und blieb trotz seines manipulativen und ausbeuterischen Verhaltens aus der Perspektive seines Analytikers in erster Linie ein behandlungsbedürftiger Patient. Die eine Frage ist, ob er das selbst wußte oder je für sich in Erfahrung bringen durfte, die zweite, eher grundsätzlich Frage lautet, wie bereichernd oder sinnvoll der Umgang mit Menschen empfunden werden kann, die dem anderen jede innere Beteiligung verweigern müssen, weil sie ob im Alltag, auf der Couch oder in der Selbsthilfegruppe immer auf dem Sprung, also immer woanders sind. Mit dieser Flexibilität leben sie, die Flieger nicht weniger als die Nomaden der Selbsthilfe, im Einklang mit der auf Kurzfristigkeit und Elastizität angelegten Form des uns umgebenden Wirtschaftslebens. Ob dieser mobile und disponible Zeitgenosse nicht in einen unauflösbaren Konflikt mit dem menschlichen Charakter gerät, der auf Langfristigkeit, Verlässlichkeit und Dauer angelegt ist, wird abzuwarten sein. Die Beantwortung dieser Frage wird für alle Formen des menschlichen Zusammenlebens entscheidend sein. Auch für die Selbsthilfe.

Günter Franzen ist Diplom-Pädagoge und Gruppenanalytiker. Nach früherer Tätigkeit an der Psychosozialen Ambulanz in Frankfurt bei Prof. M. L. Moeller arbeitet er jetzt an einer Psychologischen Beratungsstelle in Hanau. Dieser Artikel geht zurück auf sein Referat in der von ihm geleiteten Arbeitsgruppe »Selbsthilfe und (Psycho-)soziales« auf der Fachtagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen am 11. Juni 2002 in Gießen.