

Altruismus, die heilende Wirkung des Helfens - Chancen in der Suchthilfe

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kolleginnen und Kollegen,

ich begrüße Sie ganz herzlich auch im Namen der Vorbereitungsgruppe, der neben Stefan Bürkle auch Wolfgang Ehreiser, Udo Röser, Rainer Hoffmann und Dr. Heidegger angehören.

Wir haben wiederum versucht, Themen aus aktuellen Strömungen und aus unterschiedlichen Wissensbereichen für die Arbeit mit Suchtkranken zu adaptieren.

„Altruismus – die heilende Wirkung des Helfens“ haben wir unser diesjähriges Thema genannt.

Denken wir an Menschen, die wie mit dem Begriff des Altruismus in Verbindung bringen, dann denken wir an ganz besonders edle, menschenfreundliche, friedliebende Menschen, die wir für ihr Handeln bewundern und die unseren ganzen Respekt verdienen. Uns fallen vielleicht Menschen ein wie Lorenz Werthmann, den Gründer der Caritas, oder Albert Schweitzer, das Vorbild der Kindertage der älteren Generation, oder an Mutter Theresa, die uns allen noch im Gedächtnis ist, oder an Martin Luther King, der die Welt veränderte, oder an Mahatma Gandhi mit seiner friedlichen Revolution, oder Sandor Ferenczi, den großen Psychoanalytiker aus der Zeit Freuds oder auch an den weniger bekannten Henry Dunant, den Gründer des Roten Kreuzes. Die Liste von Menschen dieser Art ist lang bis zurück zu Jesus von Nazareth, wie er uns überliefert ist.

Allen diesen Menschen gemeinsam ist das Eintreten für Menschenliebe, für Menschenrechte und für den Frieden. Und gerade diese Menschen haben tausende und Millionen in ihren Bann gezogen, sie haben Nacheiferer gefunden, die die Idee des Eintretens für den anderen zum Maßstab auch ihres eigenen Handelns gemacht haben. Die Friedensbewegungen aller Zeiten, die Menschenrechtsbewegungen aller Zeiten sind ohne solche Menschen überhaupt nicht denkbar, auch nicht das ehrenamtliche Engagement in den Hilfeorganisationen, von der Caritas über die Malteser bis zum Roten Kreuz.

Diese Strömung war und ist auch Grundlage vieler Sozialarbeiter-Generationen. Die klinische Sozialarbeit, also die therapeutische Arbeit im psychosozialen Feld, steht ebenfalls in dieser Tradition.

Die Professionalisierung Sozialer Arbeit auch mit Suchtkranken – hat diese Wurzeln sozialer Arbeit zumindest hinterfragt.

Die qualifizierenden Weiterbildungen, auch die therapeutischen Schulen und Richtungen, die Grundlagen therapeutischer Weiterbildungen sind, haben diese Phänomene des Altruismus nur sehr zögerlich aufgenommen oder ignoriert:

Die Nächstenliebe sei – so Sigmund Freud – die stärkste Abwehr der menschlichen Aggression und ein ausgezeichnetes Beispiel für das unpsychologische Vorgehen des Kultur-Über-Ichs. Das Gebot (der Nächstenliebe) ist undurchführbar; eine so großartige Inflation der Liebe kann nur deren Wert herabsetzen, nicht die Not beseitigen“ (Zitat aus: Freud, Kulturhistorische Schriften). Für Freud und seine unmittelbaren Nachfahren hatte der Altruismus in erster Linie die Funktion der Triebregulation.

Die Gestalttherapie eines Fritz Perls hat auch keine Theorie tätiger Präsenz für Andere entwickelt, statt dessen soll er gesagt haben „Hütet euch vor jederart von Helfern, Helfer sind Betrüger“ Schmidbauer unterstellt den Helfern grundsätzliche eigene Hilflosigkeit und Behandlungsbedürftigkeit, weil das Helfen geradezu dazu angelegt sei, auszubrennen und am Elend anderer Menschen krank zu werden. Anders steht es bei Moreno oder Rogers, anders auch bei Viktor Frankl und Virginia Satir. Aber allen therapeutischen Schulen ist es bisher nicht gelungen, wirklich eine konsistente Theorie des Mitmenschlichen, eine Theorie des Friedens, eine Theorie der Menschenrechte, eine Theorie des Altruismus zu entwickeln oder ihre Ansätze in diese Richtung so auszurichten, dass sie tatsächlich die Menschen aus dem Prekariat, aus benachteiligten Schichten erreicht. Die Reichweite von Konzepten dieser Art in den therapeutischen Verfahren ist begrenzt. Und gleichzeitig sind alle Verfahren ausgerufen, das Thema des Altruismus und der tätigen Mitmenschlichkeit in ihre ganz konkrete Behandlungspraxis umzusetzen.

Die Menschen, die wir mit dem Begriff des Altruismus verbinden, von Jesus von Nazareth bis zu Menschen heutiger Tage, haben die erlebten Schrecken in

menschlichen und politischen Auseinandersetzungen, in Elend und Armut, besonders in den Kriegen, als Aufruf zum Handeln begriffen. Sie stellen an uns die Frage, was wir in einer Welt von Kriegen, Hungersnöten, Naturkatastrophen, Unrecht und Verelendung denn tun müssen als Mitmenschen, als Mitbürger, als sozial und therapeutisch Tätige. Welche Werte müssen wir vertreten?

Die Menschen, die uns in dieser Hinsicht Vorbild sind, haben allesamt eine komplexe „Achtsamkeit“ vertreten und gelebt, die sich nicht in der Sensibilität für sich selbst erschöpft, sondern die ganz auf die Mitmenschen und die Weltverhältnisse gerichtet ist. Diese komplexe Achtsamkeit für uns selbst und für unsere Mitwelt können wir entwickeln, weil in ihr ein großes Potential für das Wohl jedes Einzelnen und für das Gemeinwohl enthalten ist.

Altruismus ist mitmenschliche Praxis der Hilfeleistung, ist Eintreten für Menschenrecht, ist Friedensarbeit für den Frieden in der Welt und für die Friedfertigkeit, die ich lebe.

Die moderne Psychotherapieforschung hat es uns nahegebracht, dass empathisches Erfassen und Annehmen des anderen Menschen ein zentraler Heilfaktor ist, wenn nicht sogar der wichtigste. Auch ein Blick auf die neuen Ergebnisse der entwicklungspsychologischen Primatenforschung zeigt, dass Menschen über starke – wahrscheinlich genetische - Programme verfügen, anderen zu helfen, und das schon – wie Michael Tomasello zeigte – im Alter von 14 – 18 Monaten. Er konnte zeigen, dass Kinder eine natürliche Neigung haben, Mitgefühl zu zeigen und durch ihr natürliches Mitgefühl zum Helfen motiviert werden.

Diese Erkenntnisse von Tomasello und anderen bestätigen die Phänomene der vielfältigen Hilfen, wie sie in ehrenamtlichem Engagement, im Einsatz für andere Menschen millionenfach auf der Erde praktiziert werden. Wir könnten ohne diesen Einsatz von Menschen für andere Menschen nicht überleben.

Die mächtige Forschungsrichtung der sozialen Neurowissenschaften zeigt, wie stark wir durch andere Menschen gerade in ihrem Leid angesprochen werden und dass positive Nahraumbeziehungen eine heilsame Kraft haben. Die Erkenntnisse der

psychologischen Attributionsforschung, der klinischen Trostarbeit und die Ergebnisse der Altruismusforschung zeigen eines gemeinsam auf: **Helfen ist heilsam!**

Qualitäten der Mitmenschlichkeit wie Trost, Mitgefühl, Empathie, Sympathie und helfendes Engagement werden mehr und mehr in ihrer Bedeutung für das menschliche Wohlbefinden erkannt. Joachim Bauer mit seinem Buch „Prinzip Menschlichkeit“ oder Frans des Waal mit seinem „Prinzip Empathie“ sind nur einige Beispiele aus der neueren Literatur.

Das Tagungsthema geht von diesen grundlegenden Gedanken aus, von der Wirksamkeit von Nähe und Sympathie in (helfenden) Beziehungen. Es folgt der These einer „neuen“ Balance der Gestaltung der Zwischenmenschlichkeit in der therapeutischen / beratenden Beziehung zwischen Helfer und Klient, wie es schon Sandor Ferenczi in seinem Klinischen Tagebuch von 1934 beschrieben hat: „Ohne Sympathie keine Heilung!“

In den Vorträgen und Seminaren greifen wir diese unterschiedlichen Dimensionen in vielfältiger Form auf. Wir freuen uns auf die Referent(inn)en, die einen interessanten Zugang zur Thematik versprechen und auf einen gewinnbringenden Austausch mit Ihnen im Verlauf der Tagung.