

PSI-Impuls 5

*Die Würde eines Menschen zu achten ist einfach –
solange man nicht ihn vereinfacht.*
Julius Kuhl

Der Begriff der Würde ist mindestens so komplex wie der der Person. In der PSI-Theorie versuchen wir, die psychologischen Grundlagen dessen, was eine Person ausmacht, mit dem Begriff des Selbst zu beschreiben. Wir meinen mit dem Selbst ein ständig wachsendes Erfahrungsnetzwerk, das eng mit dem Körper und erlebten Emotionen verbunden ist und eine schier unendliche Ausdehnung hat („Extensionsgedächtnis“), die sich nicht vollständig (aber immerhin in Ausschnitten) mit der logischen Intelligenz (des „Ich“) erfassen lässt. Wir können sie allenfalls ganzheitlich „erfühlen“ (s. PSI-Impuls 1). Je umfassender man die Komplexität des eigenen oder eines fremden „Selbst“ erfühlen kann, desto mehr kann man sich selbst bzw. der anderen Person *gerecht* werden: Man über- oder unterfordert sich bzw. den anderen nicht, weil der Selbstzugang ermöglicht, die Fähigkeiten der Person abzuschätzen. Man ignoriert nicht die Bedürfnisse und Werte (weder die eigenen noch die der anderen Person), weil der Zugang zum eigenen oder fremden Selbst ein Gespür für ihre Bedürfnisse und Werte vermittelt. Man überschreitet nicht die Grenzen der Person (etwa, indem man allzu „Persönliches“ anspricht oder gar öffentlich macht), weil das Gespür für die betreffende Person ermöglicht abzuschätzen, wo für sie die individuelle Grenze zwischen dem Privaten und dem Öffentlichen verläuft. Schon gar nicht reduziert man sich oder eine andere Person auf einzelne Merkmale (z.B. wenn ein Lehrer nur die schlechten Leistungen eines Schülers sieht, ein Arzt nur die kranke Niere, die gerade sein Sprechzimmer betritt, ein Rassist nur die dunkle Hautfarbe, oder ein Anlagenberater nur die eigene Provision). Dass es trotz der Komplexität der Person ganz einfach sein kann, ihre Würde zu achten, lässt sich mit dem Funktionsprofil des Selbst erklären: Eine gesunde Selbstentwicklung beruht auf der Integration von neuen, oft fremden oder gar leidvollen Einzelerfahrungen in ein ständig wachsendes Netzwerk persönlicher Erfahrungen (s. PSI-Impuls 4). Wenn wir uns dieses Netzwerk als ein riesiges, parallel verarbeitendes neuronales Netzwerk vorstellen, wird klar, dass die Anwendung des in ihm gespeicherten „Wissens“, das wir im Alltag z.B. als *Urteilsstärke* beschreiben, ganz einfach ist: Bei der Parallelverarbeitung ist die Verarbeitungszeit praktisch unabhängig davon, wie viele Informationen gleichzeitig zu berücksichtigen sind: Die Anwendung des erworbenen Wissens ist einfach, anstrengungsarm und schnell (s. PSI-Impuls 1).

Aber: Gerät der Fokus auf das (objektive) „Funktionieren“ (des Selbst) nicht mit dem Respekt vor der Würde der Person in Konflikt? Erfordert dieser Respekt nicht, dass wir uns auf einer subjektiven Verstehensebene auf sie einlassen, wie Peter Bieri es in seinem sehr facettenreichen Buch über die Würde des Menschen beschreibt? Kurze Antwort: Das tut es nicht, wenn wir die Kriterien erlernen, nach denen man entscheiden kann, wann subjektives Verstehen angebracht ist und wann es wichtig ist, auf die objektive Ebene funktionierender „Mechanismen“ umzuschalten. Sehr treffend hatte es eine Teilnehmerin der ersten Selbsthilfegruppe Zwangserkrankter hier in Osnabrück formuliert: Als ich etwas allzu behutsam erklärte, welche Teile des Gehirns bei Zwangskranken nicht gut funktionieren, blieb die befürchtete Stigmatisierungsabwehr aus. Sie meinte: „Herr Professor, können Sie das nicht mal meinem Mann sagen? Der sagt immer, ich sollte mich mehr zusammen nehmen“. Das hat mich auf das entscheidende Entscheidungskriterium gebracht: Ob ich der Würde einer Person mehr auf der subjektiven Ebene des Verstehens oder auf der objektiven Ebene funktionierender Systeme gerecht werde, hängt davon ab, ob die betroffene Person das betreffende Verhalten wirklich (d.h. „objektiv“) kontrollieren kann. Wenn sie es nicht kann, hilft nicht Ermutigen, Fordern oder Verstehen, sondern die Unterstützung beim Aufbau objektiver Kompetenzen

Kann man die Würde eines Menschen verletzen, wenn man ihn versucht zu verstehen? Verstehen bedeutet meist, dass wir uns auf der Ebene des subjektiven Erlebens einer Person bewegen. Wir haben Verständnis für das, was sie tut und respektieren sie als Subjekt und Urheber ihres freien Handelns. Das schließt den Respekt vor den subjektiven Überzeugungen und vor der Verantwortung für das eigene Handeln ein. All dies scheint wirklich der Königsweg zum Respekt vor der Würde eines Menschen zu sein, wie es der Philosoph Peter Bieri in seinem Buch „Eine Art zu leben“ an Hand zahlreicher Beispiele aus der Literatur und dem Alltag erläutert. Wie sehr das subjektive Erleben und die Überzeugungen eines Menschen, seine Gefühle, sein Handeln bis hin zu seiner Gesundheit beeinflussen, wurde insbesondere durch systemische Ansätze in der psychologischen Beratung und in der Psychotherapie aufgezeigt. Optimismus, das Erleben von Selbstwirksamkeit, positive Interpretationen widriger Erfahrungen können Motivation und Handeln positiv beeinflussen. Das ist nicht nur der Kerngedanke der sogenannten „Positiven Psychologie“, sondern auch die Kernannahme, die der systemischen Psychologie zugrunde liegt, deren philosophischer Hintergrund als „radikaler Konstruktivismus“ bezeichnet wird. Der Konstruktivismus geht davon aus, dass wir nie ein „objektives“ Bild der Wirklichkeit gewinnen können: Wahrnehmung, Denken und Fühlen beruhen auf subjektiven Konstruktionen wie Kontrollüberzeugungen („Ich schaffe das“), Interpretationsneigungen („Misstrauen ist besser als Vertrauen“) und Bewertungen („das war eine kränkende Bemerkung“). Subjektive Konstruktionen beeinflussen unser Fühlen und Handeln (z.B. wer glaubt, dass er es schaffen kann, versucht es mit größerer Ausdauer und schafft es eher als jemand, der meint, die Kontrolle verloren zu haben). Die psychologische Intervention richtet sich deshalb auf die Beeinflussung der subjektiven Konstruktionen und hat auf diese Weise enorme Erfolge erzielt (vgl. Bamberger: „Lösungsorientierte Beratung“).

Ein Beispiel für die radikale Auslegung des Konstruktivismus ist die Frage an einen schizophrenen Patienten, der Wahnvorstellungen und Halluzinationen hat: „Wann haben Sie sich entschieden, schizophren zu sein“. Selbst mit solchen paradoxen Formulierungen kann man unter Umständen verborgene Potenziale in einem Menschen aktivieren, die ihm neue Kontrollmöglichkeiten erschließen. Natürlich kann man nicht sicher sein, dass das Suggestieren persönlicher Verantwortung und Kontrollierbarkeit, Patienten dazu verhilft, Halluzinationen zum Verschwinden zu bringen. Einem depressiven Patienten direkt oder indirekt zu verstehen zu geben: „Sie müssen nur an sich glauben“, befreit ihn nicht automatisch von seinen Symptomen, selbst wenn er sich von dem Optimismus seines Gegenübers anstecken lassen könnte. Die erwähnte Patientin, die an Zwangssymptomen litt (sie hatte den Zwangsgedanken, sie müsse ihr Baby – das sie von Herzen liebte – mit dem Küchenmesser erstechen), erlebte einen Motivationsschub und neues Vertrauen nicht dadurch, dass ihr eingeredet wurde, sie könne ihre Zwangsgedanken kontrollieren, sondern dadurch dass die Therapie an objektiven Kontrollkompetenzen ansetzte. Der Konstruktivismus in seiner radikalen Form passt zwar gut zum Zeitgeist der Postmoderne, der den Begriff der objektiven Wahrheit relativiert, indem verschiedene Sichtweisen auf die Wirklichkeit als gleich gültig betrachtet werden (manchen Kritikern zufolge mündet dieses „gleich gültig“ nicht selten in ein „gleichgültig“). Aus der Sicht der PSI-Theorie erscheint es sinnvoll, die Beeinflussung subjektiver Überzeugungen und die Förderung objektiver Kompetenzen zu kombinieren. Subjektive Überzeugungen sollten immer möglichst an den Entwicklungsstand objektiver Kompetenzen gekoppelt sein. In der psychologischen Intervention ist, ganz ähnlich wie im Alltag des zwischenmenschlichen Miteinanders, der subjektive Blick des verstehenden Gegenübers, der positive Kontrollüberzeugungen stärkt, umso mehr angezeigt, je eher die von der betroffenen Person gewünschten Veränderungen durch sie kontrollierbar ist. Sobald die subjektive Kontrolle überfordert ist, kommt es zunehmend darauf an, Mut machende Überzeugungen an die Fortschritte in der Entwicklung objektiver Kompetenzen zu koppeln.