

Drinnen – nicht Draußen!?

Inklusion in der psychosozialen Arbeit

Vortrag beim PKSB-Fachtag der Diakonie Wetterau in Friedberg am 9.11.2011

Guten Morgen.

Ich danke Ihnen für die Einladung, mit Ihnen gemeinsam heute Morgen über das Thema „Drinnen – nicht Draußen!? Inklusion in der psychosozialen Arbeit“ nachdenken zu können. Das gemeinsame Nachdenken wird immer wieder durch Klaviermusik unterbrochen, um Zeit zu haben, das Gehörte zu verarbeiten.

Das Thema „Inklusion in der psychosozialen Arbeit“ ist auf der Tagesordnung – auch wenn dies angesichts brennender Finanzthemen in der breiten Öffentlichkeit nicht entsprechend wahrgenommen wird.

1.) Die psychosoziale Lage in Deutschland

Vor rund einem Jahr erschien ein „Aufruf zur psychosozialen Lage in Deutschland“ im Internet (www.psychosoziale-lage.de; 25.10.2010), den der ärztliche Direktor der Heiligenfeld Kliniken in Bad Kissingen, Dr. Joachim Galuska, initiiert hatte – ausgehend von einem Kreis von 21 Wissenschaftlern und Chefärzten verschiedener Kliniken in Deutschland. Der Aufruf wurde über Internet verbreitet und wurde bis heute von über 3.000 Ärzten und Wissenschaftler unterzeichnet. Darin bringen die Mediziner ihre „tiefe Erschütterung über die psychosoziale Lage unserer Gesellschaft zum Ausdruck In unseren Tätigkeitsfeldern erfahren wir die persönlichen Schicksale der Menschen, die hinter den Statistiken stehen. Seelische Erkrankungen und psychosoziale Probleme sind häufig und nehmen in allen Industrienationen ständig zu. Circa 30 % der Bevölkerung leiden innerhalb eines Jahres an einer diagnostizierbaren psychischen Störung. Am häufigsten sind Depressionen, Angststörungen, psychosomatische Erkrankungen und Suchterkrankungen. Der Anteil psychischer Erkrankungen an der Arbeitsunfähigkeit nimmt seit 1980 kontinuierlich zu und beträgt inzwischen 15 – 20 %.“

Die Zahlen, die des Weiteren aufgeführt werden, sind genauso erschreckend. Es zeigt sich hier eine Entwicklung, die sämtliche westliche Industrienationen betrifft – nicht nur Deutschland – und die für die zwei wesentlichen gesellschaftlichen Ursachen angegeben werden:

1. „Die psychosoziale Belastung des Einzelnen durch individuellen und gesellschaftlichen Stress, wie z. B. Leistungsanforderungen, Informationsüberflutung, seelische Verletzungen, berufliche und persönliche Überforderungen, Konsumverführungen, usw. nimmt stetig zu.“
2. „Durch familiäre Zerfallsprozesse, berufliche Mobilität, virtuelle Beziehungen, häufige Trennungen und Scheidungen kommt es zu einer Reduzierung tragfähiger sozialer Beziehungen und dies sowohl qualitativer als auch quantitativer Art.“

Viele Menschen in unserer Gesellschaft sind mit dem gegenwärtigen Lebensstil überfordert. Menschen verlieren ihre psychische Stabilität, wenn sie nicht ein Mindestmaß an inneren Werten und Sinnverbundenheit in sich tragen, des Seelischen, des Geistig-Spirituellen. Und Menschen brauchen ein Mindestmaß an sozialen Kontakten, die belastbar sind und tragfähig bei Problemen und Krisen.

Warum ist dies so? Der Mensch hat vor vielen tausend Jahren die Selbststeuerung durch Instinkte und Reiz-Reaktions-Mechanismen, denen die Tiere folgen, verlassen. Die Steuerung wurde durch soziale Konventionen und durch Konditionierungen, die qua Erziehung und Sozialisation weitergegeben werden, geleistet. Die Konditionierungen haben dabei die Aufgabe, das Individuum vom Druck zu entlasten, bei jeder Kleinigkeit erneut eine Entscheidung treffen zu müssen. Man tut Dinge so, weil man sie so gelernt hat. Fertig. Mit dem Zerfall klarer und eindeutiger Normen und Regeln, lastet auf jedem einzelnen Menschen bei unzähligen alltäglichen Fragen die Last, eine persönliche, abgewogene, qualifizierte Entscheidung zu treffen. Von der Sorte des Klopapiers im Supermarkt, über das Fernsehprogramm bis hin zu unzähligen Kontakten, die man über das Internet kennenlernen kann. Wir sind also in eine nächste Periode der Bewusstseinsentwicklung eingetreten: Nach der Steuerung durch Konditionierung folgt nun die Phase der Selbststeuerung durch die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse. Aber genau hier sitzt das Problem: Viele Menschen haben den komplizierten Selbststeuerungsmechanismus nicht in sich erworben, durch den sie spüren können, was ihnen gut tut, was zuviel ist, was sie brauchen, um sich wohl zu fühlen usw. Um diese Selbststeuerungskompetenz in sich zu erwerben, braucht es geschützte Räume, in denen man nicht permanent von äußeren Reizen überflutet wird und in denen es eine stabile, tragende, wertschätzende Beziehung gibt. Kinder brauchen Anleitung und Unterstützung in einem Schon-Raum, der dem kindlichen Entwicklungsstand angemessen ist, um nach und nach den inneren Abgleich mit dem eigenen Fühlen und der Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse zu lernen. Das ist in unserer Gesellschaft an vielen Stellen nicht gegeben.

Was der Aufruf offen ausspricht, das ist, dass die hochentwickelten Industrienationen in eine tiefgreifende Krise schlittern, weil die Anforderungen einer immer komplexeren, sich immer mehr beschleunigenden Welt und der Zerfall der tragenden Sozialstrukturen die Selbststeuerungsfähigkeit vieler Menschen überfordert. Diesem Zerfallsprozess zugrunde liegt ein wirtschaftliches und gesellschaftliches Handeln, das den anderen Menschen nur noch als Mittel zur Erfüllung eigener Zwecke sieht. Bei der Einführung von Waren, Medien, neuen Technologien ist das Ziel nicht, ein vorhandenes Bedürfnis zu erfüllen, sondern ein nicht vorhandenes Bedürfnis zu erzeugen, um dadurch neue Waren absetzen zu können. Kinder und Menschen mit nicht ausreichender Selbststeuerungskompetenz sind diesem Angriff auf ihr Selbstkonzept fast hilflos ausgeliefert. Und genau dies wird in vielen Filmen und Shows vermittelt: Dort zeigen sich Menschen mit einer Persönlichkeitsstruktur, die aus der eigenen psychischen Bedürftigkeit und dem eigenen seelischen Hunger heraus den anderen ausbeuten oder verzehren. Diese Menschen haben nicht gelernt, Verantwortung für die eigenen Gefühle zu übernehmen, sie haben nicht gelernt, sich selbst zu steuern, sie haben nicht gelernt, Grenzen zu ihrem eigenen Wohl zu setzen. Deshalb ist diese psychisch unreife Form der fast grenzenlosen Bedürfnisbefriedigung so breitenwirksam und so leicht eingängig.

Was ich Ihnen hier vortrage, ist keine moralische Beurteilung. Es geht mir nicht darum, dieses unreife Menschenbild, das die Medien transportieren, von einer höheren, z.B. der christlichen Ethik her zu verwerfen. Vielmehr will ich einer anthropologischen Grundeinsicht in die psychische Grundstruktur des Menschen das Wort reden: Menschen werden selbststeuerungsfähig, indem sie zu einem gewissen Maße satt geworden sind in einer liebevollen, verständnisvollen, aber auch begrenzenden und echten Umgebung. In diesem Umfeld können die inneren Mechanismen für eine wirkungsvolle, intakte Selbststeuerung erworben werden. Wer diese nicht erworben hat, wird immer neu andere Menschen für die Erfüllung der eigenen Bedürfnisse benützen und ausbeuten. Ein Teufelskreis ist in Gang gesetzt, in dem sich Menschen gegenseitig benutzen, ausbeuten und verzehren; ein Teufelskreis, der den Erwerb von mitfühlendem und mitmenschlichem Handeln verhindert. Genau dies aber - Mitgefühl und Mitmenschlichkeit – sind die Bewusstseinserrungenschaften der letzten zweitausend Jahre.

2.) Die Entwicklung der Sozialarbeit und die Psychosoziale Beratung in der Gegenwart

In diesem Zeitraum nämlich - vor rund zweitausend Jahren - hat sich in den großen Weltreligionen eine Grundeinsicht Bahn gebrochen, und sie war ein Durchbruch in der Geschichte des menschlichen Bewusstseins, dass nämlich die Fähigkeit zu mitfühlendem, mitmenschlichem Handeln – gerade auch mit dem fremden Menschen, der nicht zum eigenen Volk oder Stamm gehört -, den Menschen wahrhaft menschlich macht. In Europa wurde diese Grundausrichtung geistesgeschichtlich durch das Judentum, das Christentum und den Humanismus transportiert. [Ich setze hier das Christentum nicht mit den institutionalisierten christlichen Kirchen gleich! Sie alle wissen, ein wie langes Ringen es war, bis sich diese Einsicht in den christlichen Kirchen wirklich durchsetzte: Das Doppelgebot der Liebe – Gott und den Nächsten zu lieben - (zwei ursprünglich jüdische Texte!) und die Botschaft aus dem Gleichnis vom barmherzigen Samariter (dem Fremden am Wegrand zu helfen, weil er hilfsbedürftig ist) – zwei Grundgedanken der Botschaft Jesu - gehören zu den ethischen Maximen, die sich über Jahrhunderte nur mit großer Mühe gegen die Institution Kirche – und leider nicht durch sie - durchsetzen konnten.]

Dass soziales Handeln, Nächstenliebe und Mitgefühl den Menschen zum Menschen machen (in religiöser Sprache formuliert: ein Mensch, der sich so verhält, ist Gott recht), das hatte im Mittelalter in der Gründung von Hospizen und in den sozialen Aktivitäten der Klöster seinen Niederschlag gefunden. Die Reformation legte einen wichtigen Schwerpunkt auf die Armenpflege und den Aufbau von Hospitälern; sie beförderte aber auch die Sozialdisziplinierung, den Zwang zur Arbeit und die Gründung von Arbeitshäusern. Mitte des 19. Jahrhunderts war die Bewegung der Inneren Mission und der Caritas mit der Gründung hunderter mildtätiger Vereine eine wichtige Reaktion auf die Verelendung vieler Menschen im Zuge der Industrialisierung; parallel dazu begannen die staatlichen Sozialreformen, die vom Geist der Französischen Revolution und der Aufklärung, mehr noch vom Kampf der Arbeiterschaft und der Frauenbewegung erzwungen wurden. Die **moderne Sozialarbeit** hat ihren Ursprung zu Beginn des 20. Jahrhunderts in den Großstädten und war insbesondere von Frauen getragen. 1908 gründete Alice Salomon die erste akademische Ausbildungsstätte für Soziale Arbeit, die Soziale Frauenschule in Berlin. Die moderne professionelle Sozialarbeit war geboren.

Psychosoziale Beratung ist heute ein niederschwelliges Beratungsangebot, das psychisch kranke und sozial randständige Menschen in ihrer Lebensführung unterstützen möchte. Es kommen Menschen mit einer schwierigen Biografie, mit schweren Traumatisierungen in ihrer Lebensgeschichte (Gewalt, Missbrauch, Vergewaltigung); mit schweren Defiziten in der Kindheit und Jugend, mit Erkrankungen und Unfällen.

Ein erstes Fallbeispiel (die Fallbeispiele stammen von Mitarbeiter/innen der Beratungsstellen; die Klient/innen haben ihre Zustimmung zur Veröffentlichung gegeben und die Personendaten wurden so verändert, dass die Klientinnen nicht identifizierbar sind):

„Frau M., 70 Jahre alt, ruft im Herbst 2007 in der Beratungsstelle an, weil sie Unterstützungsmöglichkeiten für ihre 40jährige Tochter sucht, die wahrscheinlich eine Essstörung hat. Am Telefon wird bereits deutlich, dass die Tochter selbst keine Unterstützung möchte. Da Frau M. verzweifelt ist, vereinbart die Beraterin einen Termin, um persönlich zu besprechen, wie sie mit dem Verhalten ihrer Tochter umgehen kann.

Es wird deutlich, warum es ihr schwer fällt, sich der Tochter gegenüber konsequenter zu verhalten. Frau M. hat eine Lebensgeschichte, in der Krankheit und Tod eine große Rolle spielen. Frau M. hatte eine herzkrankte Mutter, eine Schwester stirbt an Magenkrebs. Ihr erster Ehemann stirbt bei einem Autounfall, sie bleibt mit den beiden Kindern, 3 Jahre und 1 Jahr alt, zurück. Der zweite

Ehemann hat eine chronische Bronchialerkrankung, gemeinsam bekommen sie eine Tochter, für die sie jetzt Unterstützung sucht. Ein Kind aus erster Ehe kommt bei einem Unfall mit 12 Jahren ums Leben. Sie selbst hat eine Krebserkrankung überstanden. Eine Psychotherapie möchte Frau M. nicht machen. Seit 2007 kommt sie ca. alle 6 Wochen zum Gespräch in die Beratungsstelle, sie fühlt sich dadurch sehr entlastet. In der ersten Zeit sind die Inhalte der Gespräche hauptsächlich auf ihre Tochter bezogen, erst nach einigen Monaten kann sich Frau M. ihren eigenen Problemen zuwenden. Nach 2 Jahren kann sie das erste Mal über den Unfall ihres 12jährigen Sohnes sprechen und ihre damit verbundenen Schuldgefühle.“

Die psychosoziale Beratungsarbeit gründet auf dem Respekt vor der Selbstverantwortung des Menschen, vor seiner Entscheidungsfreiheit und auf dem grundsätzlichen Vertrauen in die Fähigkeit seiner Selbstbestimmung. Die Beratungsarbeit geht davon aus, dass ratsuchende Menschen denk-, lern-, einsichts-, entscheidungs- und handlungsfähig sind - wenn man ihnen einen Raum der wertschätzenden, empathischen und kongruenten Begegnung zur Verfügung stellt. Die Fähigkeiten von Menschen zu ihrer Selbststeuerung können graduell unterschiedlich ausgeprägt sein, sie können verschüttet oder durch eine momentane Krise eingeschränkt sein. Aber grundsätzlich geht jede Beratung davon aus, dass Menschen bei hilfreichen Bedingungen die Fähigkeit zur Selbststeuerung besitzen.

Die psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle nimmt diese Beratungsaufgabe wahr, indem sie Klienten einen Erstzugang zu Hilfesystemen ermöglicht, anonym und ohne Kostenträgerschaft, indem sie als Ansprechpartner in Krisen zur Verfügung steht, Präventiv- und Öffentlichkeitsarbeit betreibt mit Vorträgen und Seminaren, Angehörigengespräche anbietet und den Gemeindeclub Knospe betreibt.

Ein Blick in die Geschichte zeigt, dass noch vor 200 Jahren ein Menschenbild, das auf die Selbstregulations-, Selbstbestimmungs- und Selbstheilungskräfte des Menschen setzt, keineswegs selbstverständlich war. Es war ein mühsames und zähes Ringen bis sich die Grundeinsichten der Aufklärung und auf der politischen Ebene die Grundsätze der Französischen Revolution nach und nach durchsetzten: Freiheit, Gleichheit, Geschwisterlichkeit. Sozialprofessionelle Beratung hat an dieser Bewusstseinsentwicklung Anteil, weil sie immer auf der Grundlage der Achtung und des Schutzes der Menschenwürde und der Menschenrechte geschieht.¹

3.) Inklusion und die UN-Menschenrechtskonvention „Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderung“ 2006

Im Jahr 2006 verabschiedeten die Vereinten Nationen eine Menschenrechtskonvention mit dem Namen „Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderung“. Der Begriff Inklusion bezeichnet in der Konvention „die volle und wirksame Teilhabe an der Gesellschaft und Einbeziehung in die Gesellschaft“.² Die Konvention greift auf die vorangehenden Konventionen und besonders auf die Allgemeine Deklaration der Menschenrechte von 1948 zurück. Die Teilhabe an der Gesellschaft – die Inklusion - wird in der Behindertenrechtskonvention eng mit den Menschenrechten und mit dem Begriff der Menschenwürde verknüpft. Die Konvention ist quasi eine Fortschreibung der bisherigen Menschenrechtskonventionen mit Blick auf behinderte Menschen.

¹ Vgl. dazu: Qualitätsbeschreibung Sozialprofessionelle Beratung. www.dbsh.de

² Vgl. zum Nachfolgenden: Heiner Bielefeldt: Zum Innovationspotential der UN-Behindertenrechtskonvention. Berlin 2009 (Deutsches Institut für Menschenrechte, Essay No. 5)

Bei den Menschenrechten geht es immer um zwei Impulse, die die Würde des Menschen schützen sollen: einmal richten sie sich gegen die **Vereinnahmung** des Individuums durch übermächtige Kollektive, das andere Mal gegen die **unfreiwilligen Ausgrenzung** des Einzelnen aus der Gemeinschaft/Gesellschaft.

Dem Begriff der **Menschenwürde** kommt dabei eine besondere Bedeutung zu. Menschenwürde ist ein Wertanspruch „...der dem Menschen kraft seines Menschseins zukommt, unabhängig von seinen Eigenschaften, seinem körperlichen oder geistigen Zustand, seinen Leistungen oder sozialem Status.“³ Dieser Wert- und Achtungsanspruch ist in der Konvention wiederholt als Gegenstand notwendiger Bewusstseinsbildung angesprochen. Es geht sehr stark darum, dass die Menschen selber ein Bewusstsein ihrer Würde ausbilden, ein Bewusstsein, das eng mit der Selbstachtung verbunden ist. Um Selbstachtung zu entwickeln, müssen Menschen soziale Achtung erleben. Es bedarf der Spiegelung der eigenen Würde im Verhalten und in der Reaktion des Gegenübers, damit das Gefühl der eigenen Würde sich im Selbstkonzept verankert und zu einem festen Teil des eigenen Selbstbildes wird. Deshalb nimmt die Konvention die Staaten in die Pflicht, Programme für die gesellschaftliche Aufklärung und Bildung zu entwickeln, die die soziale Achtung befördern.

Ausgehend von der Behindertenrechtskonvention hat der Begriff „Inklusion“ in den letzten Jahren in Deutschland, das diese Konvention ratifiziert hat, in zweierlei Hinsicht Bedeutung gewonnen: Einmal wird „Inklusion“ als pädagogischer Reformbegriff benützt. „Inklusion“ wird dann abgegrenzt gegen „Integration“. Inklusive Pädagogik wertschätzt die Vielfalt (Diversität) in Bildung und Erziehung. Sie plädiert für eine Schule, in der Bildungs- und Erziehungsbedürfnisse aller Schüler wahrgenommen und befriedigt werden. Das betrifft dann behinderte Schüler in gleichem Maße wie z.B. hochbegabte Kinder. Es verknüpft sich damit ein ganzes Schulkonzept, auf das ich hier nicht näher eingehe.

Und zweitens wird der Begriff „Inklusion“ für **einen sozialen Tatbestand** benützt – und in diesem Zusammenhang ist er auch für die Psychosoziale Beratung von Bedeutung. Soziale Inklusion beschreibt einen Zustand, in dem jeder Mensch „in seiner Individualität von der Gesellschaft akzeptiert wird und die Möglichkeit hat, in vollem Umfang an ihr teilzuhaben. Unterschiede und Abweichungen werden ... bewusst wahrgenommen, aber in ihrer Bedeutung eingeschränkt oder gar aufgehoben. Ihr Vorhandensein wird von der Gesellschaft weder in Frage gestellt noch als Besonderheit gesehen.“⁴

Soziale Inklusion beschreibt somit die rechtliche und soziale Gleichwertigkeit eines Individuums in der Gesellschaft. Es gibt keine Normalität, an der der Einzelne gemessen wird. Als normal gilt das Vorhandensein von Unterschieden. Aufgabe der Gesellschaft ist es, die Voraussetzungen und die Strukturen dafür zu schaffen, dass sich alle Menschen in die Gesellschaft einbringen können und auf die ihnen eigene Art einen Beitrag leisten können. Die Bundesrepublik hat sich durch Ratifizierung verpflichtet, diesen Prozess der Inklusion zu fördern, und die Fortschritte auf diesem Gebiet durch das Deutsche Institut für Menschenrechte überprüfen zu lassen. Es geht darum, die bestehenden Verhältnisse, Rechte, Gesetze, Strukturen, Institutionen und Organisationen so umzugestalten, dass sie Menschen mit psychischen, seelischen, geistigen oder körperlichen Einschränkungen mehr Teilhabe am gesellschaftlichen und politischen Leben ermöglichen.

³ Art. Menschenwürde. In: www.wikipedia.de

⁴ Art. Soziale Inklusion. In: www.wikipedia.de

4.) Inklusion als Thema der psychosozialen Beratung

Fallbeispiel 2:

„Frau R. ist heute Mitte 40. Als Kind ist sie mit ihrer Mutter und ihrer Schwester aufgewachsen. Der Vater war wegen einer bipolaren Störung zehn Jahre in der Psychiatrie. Nach einem Versuch, die Familie umzubringen (damit sie für immer zusammen bleiben könnten), ließ sich die Mutter von ihm scheiden. Da die Mutter arbeiten musste, ist Frau R. bei ihren Großeltern aufgewachsen. Die Familie wohnte in einem Hochhaus. In dem Foyer dieses Hauses wurde Fr. R. als 13- und als 17jährige vergewaltigt. Mit 15 Jahren zog sie von zuhause aus, und machte eine Berufsausbildung als Büroassistentin. Mit 19 Jahren war sie heroinabhängig. Abends verdiente sie sich das Geld für die Drogen und tagsüber ging sie ihrem Beruf nach. Seit einer Entziehungskur im Jahre 1995 ist Frau R. abstinent.

Frau R. fand eine Arbeitsstelle. Dort arbeitete sie fünf Jahre. Weil sie sich schlecht abgrenzen konnte, erkrankte sie am Burnout-Syndrom und weiteren multiplen Krankheiten, fand keine Arbeit mehr, wurde depressiv und alkoholabhängig

Im Frühjahr 2010 kam Fr. R. in die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle: Sie leide unter Ängsten, Isolierung und Schlaflosigkeit. Die Beraterin erarbeitete mit Frau R. verschiedene Maßnahmen: Kontakt mit der Knospe, Beantragung von EU-Rente; Eintragung des Merkzeichens „G“ in ihrem Behindertenausweis - und die Maßnahmen griffen.

Der Besuch des Gemeindeclubs Knospe brach die soziale Isolation von Frau R.; die EU-Rente wurde genehmigt; das Merkzeichen G eingetragen. Zugleich hörte Frau R. zu rauchen auf und ihr Gesundheitszustand verbesserte sich. Fr. R. verwandelte sich in eine fröhliche und offene Frau, die aus der Knospe nicht mehr wegzudenken ist.“

Das Beispiel verdeutlicht, dass psychosoziale Beratungsarbeit einen wichtigen Beitrag zur Inklusion randständiger Menschen in unserer Gesellschaft leistet. Die Akzeptanz eines Menschen mit seiner Lebensgeschichte und seinem außerhalb der gängigen Norm liegenden Verhalten ist eine Grundvoraussetzung für Inklusion. Die Unterstützung der Klientin, Zugang zum sozialstaatlichen Hilfesystem zu bekommen, ist ein wichtiger Beitrag, um Hilfe materiell werden zu lassen und über das Gesprächsangebot hinaus zu greifen. Das niederschwellige Beratungsangebot für Menschen, die nicht in die Raster der Leistungsträger passen, weitet den Beratungsansatz über Therapie und Lebensberatung hinaus. Der offene Treff Knospe, ein weltoffener Ort für Kontakt, wirkt der Ghettobildung entgegen und hält Menschen in Beziehung mit der Gesellschaft und untereinander. Die Selbstregulationskräfte der Klient/innen werden unterstützt und gefördert. Die psychosoziale Beratung arbeitet nachhaltig, weil sie keine schnellen Effekte nachweisen muss (wie z.B. Beratung in einer Rehabilitationseinrichtung), sondern den Veränderungsprozessen in den Klient/innen die Zeit lassen kann, die deren Seele dafür braucht. Psychische Veränderungsprozesse lassen sich nicht erzwingen. Die Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle unterstützt ein würdevolles Leben am Rande der Gesellschaft, wo Menschen für sich kein Lebensziel mehr definieren können – und sie nimmt damit einen wichtigen Auftrag aus der letzten Menschenrechtskonvention wahr, nämlich Menschen an der Grenze der Gesellschaft in der Ausbildung eines Bewusstseins der eigenen Würde zu unterstützen – durch Spiegelung im Verhalten der Beraterin und des Beraters.

5.) “Die Vermenschlichung des Menschen” - Inklusion und die Weiterentwicklung des menschlichen Bewusstseins

Es gibt keinen Automatismus dafür, dass das Projekt des menschlichen Lebens auf der Erde gelingt. Nur wenn man dieser Tatsache ins Auge blickt, wenn man zur Kenntnis nimmt, dass in der letzten Milliarde der Erdgeschichte schon verschiedene Lebensformen entstanden und wieder ausgestorben sind, dass es heute ein nie gekanntes Potential zur Selbsterstörung des

menschlichen Lebensraumes gibt und dass es deshalb aller Kräfte der Selbststeuerung in eine konstruktive und selbst begrenzende Richtung im Menschen bedarf, nur dann erkennt man die Aufgabe, dass wir alle miteinander das menschliche Bewusstsein weiter entwickeln müssen, um der menschlichen Gattung das Weiterleben zu sichern.

Die Aufgabe, die dabei zu bewältigen ist, lässt sich einfach beschreiben, ist aber nur schwer lösen: Es ist die Entwicklung des menschlichen Bewusstseins in die Richtung, dass es in der Lage ist, immer mehr anderes Bewusstsein einzuschließen. Wir nennen das dann Mitgefühl, Empathie, Nächstenliebe, Perspektivübernahme – je nach unserer Herkunft und dem Stand unserer Erkenntnis. Immer geht es dabei um die Fähigkeit, einen anderen Menschen mit seinen Gedanken und Überlegungen, mit seinem Erleben, seinen Gefühlen, seinen Erfahrungen, seinem momentanen Lebensgefühl in sich hineinzulassen so, dass man davon wirklich berührt ist. In psychologischer Sprache ausgedrückt: Die Erfahrungen und das Erleben eines anderen Menschen werden zu eigenen Selbsterfahrungen. Ich lasse mich von einem anderen Menschen, seinem Schicksal, seinen Gefühlen, seiner Lebenssituation berühren.

Man kann in der Kürze drei verschiedene Stufen der Bewusstseinsentwicklung unterscheiden:

1.) Die Perspektivenübernahme: „Ich erkenne, was es für dich bedeutet.“

Auf dieser Stufe ist man in der Lage, sich in die Situation eines anderen Menschen kognitiv und intellektuell hineinversetzen, seine Sicht der Dinge wahrnehmen, seine Argumentation nachvollziehen, die Auswirkungen, die das eigene Handeln auf sein Leben hat, mit bedenken. In diesen Bereich gehört es etwa, sich zu verdeutlichen, was es für die Bewohner der Südsee-Inseln bedeutet, wenn der Spiegel der Weltmeere sich um zwei Meter heben sollte und ihre Inseln überflutet und damit unbewohnbar macht. Oder: sich zu überlegen, was es für einen Menschen mit Rollstuhl bedeutet, wenn die Bürgersteige an den Straßenkreuzungen nicht absenkt sind, und er ohne fremde Hilfe keine Straße überqueren kann.

2.) Kognitive Empathie: „Ich erkenne, wie du fühlst.“

Die kognitive Empathie ist die innerliche Rekonstruktion des Fühlens eines anderen Menschen. Nun geht es nicht mehr nur – wie bei der Perspektivübernahme – um die äußeren Auswirkungen, sondern um das Innenerleben eines anderen Menschen. Wir lernen kognitive Empathie durch Nachahmung und insbesondere dadurch, dass uns selbst jemand empathisch begegnet: z.B. unsere Eltern oder eine Ausbilderin in einer Beratungsausbildung. Wenn man geübt ist, kann man blitzschnell durch Wahrnehmung der Körperhaltung, durch Gesichtsausdruck und Stimmresonanz das Gefühl eines anderen Menschen erkennen. Man ist in der Lage, diese Informationen innerlich zusammensetzen zu dem Gefühl, das der andere gerade vermutlicht fühlt. Durch Aussprechen des Gefühls kann man dann überprüfen, ob diese Rekonstruktion stimmig ist oder nicht.

3.) Emotionale Empathie: „Warum ich fühle, was du fühlst.“⁵

Hier geht es um ein unmittelbares Sich-Einschwingen in das Fühlen des anderen Menschen. Man verbindet sich mit dem inneren Strom des Erlebens des anderen. Man betritt die persönliche Wahrnehmungswelt eines anderen und ist völlig in ihr zu Hause. Man ist empfindsam für die wechselnden Gefühlsbedeutungen, die in diesem anderen Menschen strömen, für Angst oder Wut, Zärtlichkeit oder Verwirrung oder was auch immer er oder sie gerade an Erleben erfährt. Man lebt zeitweise in seinem Leben. Carl Rogers schreibt dazu: „Mit einem anderen Menschen in dieser Weise [empathischen Weise] zusammen zu sein bedeutet, dass du in dieser Zeit die Sichtweisen und Werthaltungen, an die du dich selbst hältst, beiseite legst, um ohne Vorurteil die

⁵ Joachim Bauer: Warum ich fühle, was du fühlst. Hamburg 2005

Erlebniswelt des anderen zu betreten.“⁶ Die Erfahrung von emotionaler Empathie ist eine sehr seltene und sehr bewegende Erfahrung. Ich selbst war 26 Jahre alt, als ich zum ersten Mal wirkliche emotionale Empathie mir gegenüber erlebte – und diese Erfahrung veränderte meine Sicht auf die Welt. Meine Interesse an Seelsorge und Psychotherapie, an persönlicher Weiterentwicklung und an wirklicher Begegnung durch inneres Verstehen war geweckt und sollte nicht mehr verschwinden.

Die Aufgabe ist also hoch gesteckt und die Widerstände dagegen sind groß. Das erste Problem ist, dass man Empathie am eigenen Leib durch nahe Menschen erleben muss, um Empathie zu entwickeln – und wirkliche Empathie erlebt man in unserer Gesellschaft nur sehr selten. (das ist in anderen Kulturen anders z.B. Hopi-Indianer, Hawai).

Das zweite Problem ist, dass die meisten Menschen in den westlichen Gesellschaften sich spätestens in der Pubertät einen emotionalen Panzer zulegen, der sie am wirklichen Fühlen hindert – sowohl am Fühlen von sich selbst als auch am Fühlen anderer. Hermann Hesse beschreibt dies sehr treffend: „Wenn man zusieht, wie zwei moderne Durchschnittsmenschen, die sich eben durch Zufall kennenlernen und eigentlich gar nichts Materielles voneinander begehren – wie diese zwei sich gegeneinander benehmen, dann fühlt man es beinahe sinnlich, wie dicht jeder Mensch von einer zwingenden Atmosphäre, von einer Schutzkruste und Abwehrschicht umgeben ist, von einem Netz, gewoben aus lauter Ablenkungen vom Seelischen, aus Absichten, Ängsten und Wünschen, die alle auf unwesentliche Ziele gerichtet sind, die ihn von allen anderen trennen. Es ist, als dürfe die Seele nur ja nicht zu Wort kommen, als sei es notwendig, sie ganz mit hohen Zäunen zu umgeben, mit Zäunen der Angst und der Scham.“⁷

Das Fremde ist eine mögliche Bedrohung der persönlichen Identität, die man sich in der Pubertät zulegt. Es stellt einen, so wie man geworden ist und lebt, in Frage Man muss innerlich ziemlich stabil sein, um dieser Bedrohung standzuhalten. Einen anderen Menschen gefühlsmäßig in sich herein zu lassen, verändert einen. Empathie bleibt nicht folgenlos. Man sieht die Welt plötzlich mit den Augen des anderen, weil man sie anders fühlt. Der Psychologe Carl Rogers schreibt: „In gewissem Sinne heißt dies, dass du [scil. wenn du empathisch bist] dein Selbst zurückstellst, und dies kann nur jemand, der in sich selbst stabil genug ist, um zu wissen, dass er sich selbst nicht verlieren wird in der Erlebniswelt des anderen, die sich als fremd und bizarr herausstellen kann, und dass er ohne Schwierigkeiten in seine eigene Welt zurückkehren kann, wann er es will.“⁸

Und wahr ist: Inklusion kostet auch ökonomisch ihren Preis. Wenn nicht nur die Menschen, die zur Mittelschicht gehören – materiell, intellektuell, von ihren körperlichen Fähigkeiten – an der Gesellschaft teilhaben sollen so, wie sie sind, sondern auch die besonders Hochbegabten, die körperlich Eingeschränkten, die seelisch Angeschlagenen, die geistig Behinderten und die sozial Benachteiligten, dann braucht man Geld dafür. Inklusion fragt nicht danach, wie gut verwertbar, verkäuflich oder medienwirksam der Beitrag eines Menschen zur Gesellschaft ist. Spitzensportler werden gefördert, weil man sich von ihnen später eine hohe Aufmerksamkeit für das Land erhofft, wenn sie sportliche Siege erringen. Inklusion geht es um den Menschen als Menschen – egal ob sein Beitrag von der Mehrheit der Gesellschaft besonders toll gefunden wird oder nicht. Es geht

⁶ Carl R. Rogers: Eine neue Definition von Einfühlung.(1976), zitiert nach: Eva-Maria Biermann-Ratjen / Jochen Eckert / Hans-Joachim Schwartz: Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen. Stuttgart 9/2003, 16f.

⁷ Hermann Hesse: Von der Seele. (1917). In: Ders.: Mein Glaube. Frankfurt am Main (Suhrkamp) 1971/1980, 13

⁸ Carl R. Rogers: Eine neue Definition von Einfühlung.(1976), (siehe Anm. 6) 15f.

um Teilhabe für alle Menschen, denn das Projekt, dem sich die Inklusion verpflichtet weiss ist die „Vermenschlichung des Menschen“.

6.) Bewusstseins-Inklusion und die soziale Lage in Deutschland

Der Kreis schließt sich. Wirkliche Inklusion – eine das Äußere und Innere umschließende Inklusion – ist nur möglich, wenn man nicht nur formale Strukturen ändert – so wichtig das auch ist - , sondern wenn es zu einer fortschreitenden Ausweitung des menschlichen Bewusstseins kommt.

Joachim Galuska und die anderen mitunterzeichnenden Ärzte haben in ihrem „Aufruf zur psychosozialen Lage in Deutschland“ vor allem die äußere Seite dessen beschrieben, wie Inklusion zu einem Grundpfeiler des Zusammenlebens in Deutschland werden kann. Sie benennen die Notwendigkeit einen gesellschaftlichen Dialog über die Bedeutung des Seelischen und des sozialen Miteinanders zu führen; sie wollen einen neuen Ansatz in der Prävention von Krankheiten; sie fordern Gesundheitsbildung in der Schule; sie plädieren für eine ganzheitliche psychosomatische Medizin; sie wünschen sich Sinn- und Lebensorientierung in der Wirtschaftswelt; sie suchen nach einem integrierenden Umgang mit dem Alter; sie wünschen sich eine respektvolle, Grenzen achtende Medienwelt; und schließlich fordern sie ein politisches Handeln, das die Auswirkungen auf die Betroffenen reflektiert und berücksichtigt.

Dieser Aufruf trifft ins Mark der Störungen, die unsere Gesellschaft durchziehen, und er ist eine Bestärkung für die Psychosoziale Beratungsarbeit, die den Grundsatz der Inklusion bereits in ihren Mittelpunkt gestellt hat.

Viele Jahre der Erfahrung als Ausbilder von psychologischen Beratern und Therapeuten machen mich allerdings skeptisch, was die grundsätzlichen Veränderungen angeht, wenn mit diesen Vorschlägen nicht auf das Herz der Menschen gezielt wird – und das geht immer zusammen mit dem Bewusstsein. Es geht um das Wecken einer intrinsischen Motivation, einer aus der eigenen Entscheidung, dem eigenen Wollen, der eigenen Einsicht, der eigenen Leidenschaft, der eigenen Liebe zu den Menschen und zur Welt hervorgehenden Motivation für einen inklusive Weltsicht, die den anderen Menschen ein- und nicht ausschließt – und daraus wachsen dann auch die richtigen Entscheidungen und Handlungen. Für dieses Wecken einer eigenen, selbst gesteuerten Motivation braucht es Raum zur Begegnung, Verstehen, Zeit, Empathie, bedingungsfreie Wertschätzung für einen anderen Menschen, ein ehrliches Miteinander. All das sind Dinge, die Menschen unter anderem in Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen oder Kontaktcafés erfahren können.

Der Religionsphilosoph Alan Watts schreibt über die Bewusstseins-Inklusion: „Es ist eigentlich unmöglich, das Eigene vom Anderen oder die Selbstliebe von der Liebe zum Anderen zu trennen. Alles, was man über das Eigene weiss, weiss man auch über das Andere. Ich stelle fest, dass das Eigene und das Andere, das Bekannte und das Fremde, das Innere und das Äußere, das Vorhersehbare und das Unvorhersehbare sich gegenseitig bedingen. Das Eine ist der Suchende, das Andere der Versteckte. Je mehr ich mir bewusst werde, wie sehr die Gegensätze einander bedingen, desto stärker empfinde ich, dass sie eins sind, und fühle eine sonderbar liebevolle Intimität mit allem, was mir bisher fremd schien. In dem, was das Fremde, Drohende, Schreckliche, Unverständliche und Entfernte ausmacht, erkenne ich nun mich selbst. Doch dieses ‚ich selbst‘ ist etwas, an das ich mich aus einer weit entfernten Vergangenheit zu erinnern schein – es ist nicht mein empirisches Ego von gestern und auch nicht meine gefällige Persönlichkeit.“⁹

Deshalb: Drinnen – nicht Draußen!

⁹ Allan W. Watts: Kosmologie der Freude. Abenteuer in den Welten des Bewusstseins. Aarau (AT Verlag) 2000, Seite 60