



---

## Der Helfer zwischen Haben und Sein

Rainer Funk

Vortrag beim Erich Fromm-Symposium *Der Mensch ist kein Ding*, das im Friedrich-Ebert-Krankenhaus in Neumünster am 17. und 18. April 1993 stattfand. Erstveröffentlichung in: J. Meier and F. Bremer (Hrsg.), *Der Mensch ist kein Ding! Das Gesundheitswesen zwischen Technik und Humanität*, Neumünster (Paranus Verlag) 1996, S. 37-62.

Copyright © 1993, 1996, and 2011 by Dr. Rainer Funk, Ursrainer Ring 24, D-72076 Tübingen; E-Mail: funk[at-symbol]fromm-online.com.

### 1. Anfragen an den Beruf des Helfers

Es gibt kaum einen Berufszweig, bei dem das berufliche Tun so sehr mit den Idealen der Menschlichkeit und des *menschlichen* Umgangs verquickt ist, wie in den helfenden Berufen. Insbesondere in den ärztlichen, pflegerischen und therapeutischen Berufen wird oft eine sinnvollere Alternative zum puren Geldverdienen gesehen. Hier gehe es noch um den *Menschen*, um seine Endlichkeit, Bedürftigkeit, Gebrechlichkeit. Eben weil es bei den helfenden Berufen um den Menschen und um seine Heilung gehe, seien diese Berufe sinnvoller und erfüllender. Und weil die helfenden Berufe mit dem Menschen zu tun hätten, so wird gerne hinzugefügt, darum seien sie auch *menschlichere* Berufe.

Genau diese Schlussfolgerung ist anzufragen: Die Tatsache des Umgangs mit dem Menschen bedeutet eben gerade noch keinen menschlicheren Umgang. Es gibt viele Hinweise darauf, dass auch in den helfenden Berufen der Umgang mit dem „Gegenstand“ der Arbeit - also der Umgang mit dem Kranken, Leidenden, Hilflosen - ebenso dinghaft, versachlicht, vergegenständlicht ist wie in Berufen, die nichts mit Menschen zu tun haben. Offensichtlich kommt es also nicht auf die Tatsache des Umgangs mit Menschen und der Bezogenheit auf Menschen an, sondern allein auf das Wie dieses Um-

gangs und dieser Bezogenheit. Menschen, die auf die Wirklichkeit in versachlichender und distanzierender Weise bezogen sind, zeigen dieses Bezogenheitsmuster oder - wie Erich Fromm sagt - diese Charakterorientierung auch im Umgang mit Menschen.

Auch wenn es stimmt, dass die helfenden Berufe dem „Zeitgeist“ in gleichem, wenn nicht gar in erhöhtem Maße erliegen, so geht es mir dennoch gerade nicht um die prinzipielle Infragestellung des Solidarischen und Helfenden, sondern um seine anthropologische Sicherung und Begründung. Gibt es so etwas wie eine „natürliche“ Neigung zum Helfen oder ist diese erst das Produkt eines Kulturprozesses und erzieherischen Wirkens (wie dies zum Beispiel auch Sigmund Freud annahm)? Oder ist es gerade umgekehrt so, dass die schon immer zum Menschen gehörende Neigung zum Helfen durch die aktuelle historische Entwicklung deaktiviert, verdrängt, gehemmt wird?

Es gibt zahllose wissenschaftliche Versuche, den kulturell bedingten feindseligen Umgang zu begründen. Meist wird hierbei ein Bild von der „Natur des Menschen“ gezeichnet, bei dem der Mensch nur dadurch sein Überleben besorgen und sichern kann, dass er aggressiv ist, kämpft, rivalisiert, stärker und erfolgreicher als die anderen ist und seine Ellbogen benützt, während zu helfen, Solidarität zu



üben, das Schwache zu stärken und zu schützen als ein Zeichen von Degeneration angesehen wird. Darwinismus und Sozialdarwinismus gibt es auch heute noch.

Nicht nur, dass derartige Argumentationen vor allem den Zweck verfolgen, die heute gelebte Feindseligkeit legitimieren zu müssen, sie sind auch noch weitgehend blind gegenüber den tatsächlichen zivilisatorischen Prozessen und der in ihnen wirkenden Psychodynamik. Das Ziel der gegenwärtigen Industriegesellschaft ist zwar formal auch der Überlebenskampf, doch der Weg dorthin führt heute nicht nur über das Ausschalten des Schwächeren, sondern weitgehend über das Ausblenden der Eigenkräfte des Menschen. Nicht nur der andere stellt eine Gefährdung dar, sondern in zunehmendem Maße wird das Eigene als die größte Gefährdung des Überlebens in dieser Gesellschaft erlebt. Wenn ich nicht so bin, wie andere mich brauchen können, dann bin ich ein Misserfolg. Also muss ich mein Eigenes überwinden, um mich ganz an dem zu orientieren, wie ich brauchbar bin.

Unser gegenwärtiges Wirtschafts- und Gesellschaftssystem braucht zu seinem Funktionieren den Menschen, der sich an jedes und alles anpassen kann und der durch kein Eigensein bei seinem konformistischen Streben gehindert wird. dass dieser Mensch ohne Gesicht und Charakter, dieser „Mann ohne Eigenschaften“, dieses chamäleonhafte Wesen, das immer die Farbe seiner Umwelt annimmt und seine Identität von dem her bestimmt, wie er beim anderen ankommen kann und darum erfolgreich und stark ist - dass dieser gegenwärtige Durchschnittsmensch nur eine, nämlich die heute favorisierte Möglichkeit von Menschsein darstellt, möchte ich nochmals eigens betonen. Die heute bevorzugte Art zu leben und mit Menschen umzugehen, macht uns als Helfer zwar faktisch immer unfähiger zu einem menschlichen Umgang, weil der Mensch - wir selbst als Helfer eingeschlossen - immer mehr zu einem Ding wird; trotzdem ist festzuhalten, dass jeder von uns die Möglichkeit zu einem menschlichen Umgang sozusagen von Natur aus hat und weiterhin in sich trägt.

## 2. Die Alternative „Haben oder Sein“

Erich Fromm hat seit Anfang der dreißiger Jahre die in der Gesellschaft jeweils favorisierten Bezugsmuster analysiert und ihre Triebdynamik mit Hilfe des Begriffs der Gesellschafts-Charakterorientierung zu fassen versucht. Dabei kam er zu der Erkenntnis, dass es zwei grundsätzlich verschiedene Triebdynamiken - und das heißt auch zwei grundsätzlich verschiedene Modelle des Menschseins - gibt; das eine Modell des Menschseins ist durch eine produktive Orientierung gekennzeichnet, das andere durch eine nicht-produktive Ausrichtung. Mit „produktiv“ meint Fromm, dass die im Menschen ansatzweise vorhandenen körperlichen, geistigen und seelischen Bezugskräfte zu Wachstum und Entfaltung gelangen, also „hervorgeführt“ - pro-ducere - werden, während es bei der nicht-produktiven Orientierung zu keiner solchen Entfaltung der eigenen Bezugskräfte kommt, sondern zu deren Hemmung oder zu ihrer Verkehrung ins Destruktive oder zu einem Verlust der Eigenkräfte.

Am Ende seines Lebens hat er die beiden Triebdynamiken mit den Begriffen „Orientierung am Sein“ und „Orientierung am Haben“ gefasst. (Vgl. E. Fromm, 1976a und 1989a sowie E. Fromm, 1993b.) Mit dem Wort „Haben“ hat er zugleich jene Dynamik „begreifbar“ gemacht, die das leidenschaftliche Streben des gegenwärtigen Menschen kennzeichnet: Der Mensch bestimmt seine Identität nicht aus dem, was er als Mensch ist und potentiell werden kann; vielmehr bestimmt er sein Sein und seine Identität von dem her, was er hat. Tatsächlich lassen sich die verschiedenen nicht-produktiven Charakterorientierungen des gegenwärtigen Menschen und auch des Helfers kaum besser fassen als mit dem Begriff der Haben-Orientierung.

Der am Haben orientierte Mensch ist nur insofern, als er hat. Der Gegenstand des Habens - das Objekt - begründet sein Sein - das Subjekt. Natürlich macht sich die Orientierung am Haben gerne auch an materiellen Dingen fest (etwa am Besitz eines eigenen Hauses), aber das ist nicht der entscheidende Aspekt der Habenorientierung. Es geht bei der Habenorientierung auch nicht um die Frage, dass und



ob jemand etwas hat. Entscheidend ist vielmehr die Funktion, die das Haben oder auch das Nicht-Haben für den Betreffenden hat: ob mit dem Haben eine Materialisierung und Verdinglichung des Menschen einhergeht, so dass er sich zur Ware macht und sein Sein vom Haben bestimmter Attribute her definiert. Der Habenorientierte macht sich zu einer Ware, zu einem Ding, das kein eigenständiges Leben in sich hat. „Wenn ich nicht bin, was ich habe, gibt es mich nicht.“ Nicht nur das Besitzen ist die eigentliche Triebkraft für die Orientierung am Haben, sondern die Notwendigkeit, sämtliche Bezüge, in denen ein Mensch steht - der Bezug zu Gegenständen, zu anderen Menschen, zu geistigen, spirituellen, kulturellen Werten, zur Natur, zur Arbeit, zu Gott sowie der Bezug zu sich selbst -, so zu benützen und zu funktionalisieren - eben zu verdinglichen -, dass sie sein verlustbedrohtes und entleertes Sein und Selbsterleben konstituieren können.

Die eigentliche Problematik des am Haben Orientierten ist seine existentielle Abhängigkeit von den Gegenständen, die sein Selbst und Subjektsein notdürftig begründen müssen. Deshalb werden auch nicht-materielle Werte als Gegenstände des Habens gesucht: das Haben von Recht, von Wahrheit, von Sorge, von Wissen, vom rechten Glauben, von Bildung, von einem Partner, von Kindern, von einem guten Gewissen, von Gottes Gnade, von Erfolg, von einem guten Image, von Erfahrung, von Gesundheit, von Krankheit usw. Es gibt nichts, was nicht in der Weise des Habens gehabt werden könnte. Auch die Großzügigkeit des Spenders und die Selbstlosigkeit des Helfers können im Dienste der am Haben orientierten Existenzweise stehen.

Dem am Haben Orientierten droht immer mit dem Entzug dessen, woran er sein Herz hängt, der Verlust seiner selbst: Er verliert den Boden unter den Füßen und droht zu dekomensieren. Ob jemand das, was er hat, in der Existenzweise des Habens oder in der des Seins hat, lässt sich für jeden einzelnen relativ leicht überprüfen, indem er sich einmal vorstellt, dass ihm das, was er hat, weggenommen wird oder verloren geht. Wird ihm mit dem Verlust dessen, was er hat, der Boden unter den Füßen entzogen oder der Mittelpunkt seines Lebens genommen, dann hat er es in der Existenz-

weise des Habens gehabt, und kommt es mit dem Verlust des geliebten Objekts zu einem Selbstverlust. In der Existenzweise des Seins zu haben, heißt nicht, sich an einem asketischen Ideal des Nicht-Habens zu orientieren, sondern zu haben, als hätte man nicht. Die Alternative zur Orientierung am Haben ist nicht die Orientierung am Nicht-Haben, sondern die Orientierung am Sein.

Der am Haben orientierte Mensch bedient sich immer einer Krücke statt der eigenen Füße. Er bedient sich eines Gegenstandes außerhalb von ihm, um zu sein, selbst und etwas zu sein. Die Metapher von den Krücken, die die eigenen Füße ersetzen, macht zugleich anschaulich, was mit der Orientierung am Sein gemeint ist. So wie der Mensch die körperliche Fähigkeit zum Selbststand hat, die er - im Notfall - durch Krücken ersetzen kann, so hat der Mensch auch psychische Fähigkeiten zum Selbststand: seine Fähigkeit zur Liebe, seine Fähigkeit zur Vernunft und seine Fähigkeit zu produktivem Tätigsein.

Liebe, Vernunft und produktives Tätigsein sind deshalb Eigen- oder Wachstumskräfte, weil sie nur in dem Maße entstehen und wachsen, als sie praktiziert werden; in dieser Eigenart sind sie zum Beispiel der körperlichen Muskelkraft vergleichbar. Auch sie steht nur zur Verfügung und trägt zur Entfaltung von Körperkraft bei, wenn sie praktiziert wird. Auch sie bildet sich zurück, wenn sie nicht geübt wird. Gleiches gilt für Liebe, Vernunft und produktives Tätigsein. Sie lassen sich nicht konsumieren, kaufen, aneignen, sondern nur praktizieren, üben, wagen, tun, vollziehen. Anders als für seelischen Kräfte, die im Dienste einer nicht-produktiven Charakterorientierung stehen und die in dem Maße aufgebraucht werden, als sie gebraucht werden, gilt für Liebe, Vernunft und produktives Tätigsein, dass sie wachsen und mehr werden, wenn sie geteilt und gebraucht werden.

Die Orientierung am Sein ist gleichbedeutend mit der produktiven Orientierung. „Der reife und produktive Mensch“, sagt Fromm in *Psychoanalyse und Ethik* (1947a, GA II, S. 50), leitet „das Gefühl seiner Identität davon her, dass er sich als ein Handelnder erlebt, der im Tun mit seinen Kräften eins ist. 'Ich bin, was ich tue', das ist, kurz gesagt, der Inhalt dieses Selbstgefühls.“ Und in *Wege aus einer*



*kranken Gesellschaft* (1955a, GA IV, S. 103) formuliert er:

„Das Selbstgefühl entstammt der Erfahrung von mir selbst als dem Subjekt *meiner* Erfahrungen, *meiner* Gedanken, *meiner* Gefühle, *meiner* Entscheidungen, *meines* Urteilens und *meines* Handelns. Es hat zur Voraussetzung, dass meine Erfahrung wirklich meine eigene ist und kein entfremdetes Erlebnis. Die *Dinge* besitzen kein Selbst, und Menschen, die zu Dingen geworden sind, können kein Selbst besitzen.“

Der am Sein Orientierten baut auf das, was er ist und was mit seinem Menschsein als Möglichkeit gegeben ist. Er kann lieben, teilen, hergeben, ohne auf etwas verzichten zu müssen. Er selbst ist es, der hört, lacht, liebt, denkt, sich freut, weint, fühlt, liest, redet, arbeitet - er selbst ist der Akteur all dieser Tätigkeiten. Das Handlungszentrum liegt in ihm und nicht außerhalb von ihm. Er ist von innen heraus aktiv und auf die Welt bezogen. Orientierung am Sein meint keinen Rückzug in die Innerlichkeit, sondern Offensein, Wachsein, Kritikfähig-Sein, Interessiert-Sein, Engagiertsein, Bezogensein auf die Wirklichkeit, bedeutet Nähe und Verbundenheit zu Wirklichkeit.

Welche Relevanz die produktive, am Sein orientierte Bezogenheit für uns hat, wird deutlich, wenn wir uns fragen, welches die Quelle der Energie ist, aus der wir leben. In einer Vorlesung aus dem Jahr 1953 sagt Fromm:

„Es gibt eine Energiequelle, die rein physischer Natur ist. Sie wurzelt in der Chemie unseres Körpers. Von dieser Energiequelle wissen wir, dass sie etwa ab dem 25. Lebensjahr langsam wieder abnimmt. Aber es gibt noch eine andere Energie. Diese entspringt unserem Bezogensein auf die Welt, unserem Interessiertsein. Man kann sie manchmal wahrnehmen, etwa wenn man mit jemandem, den man liebt, zusammen ist, oder wenn man etwas ganz Interessantes, Aufregendes liest. Man wird dann nicht müde. Man spürt eine Energie aufkommen, die nicht erwartet wurde. Man spürt ein tiefes Gefühl von Freude. ... Freude, Energie, Glück - sie alle hängen vom Grad unserer Be-

zogenheit und Interessiertheit ab, das heißt, sie hängen in erster Linie davon ab, inwieweit wir mit der Realität unserer Gefühle und mit der Realität anderer Menschen in Berührung sind und diese nicht als Abstraktionen wie Waren auf dem Markt wahrnehmen. Zweitens erleben wir in diesem Prozess des Bezogenseins uns selbst als eigenständige Größe, als ein Ich, das auf die Welt bezogen ist. Ich werde eins mit der Welt in meinem Bezogensein auf sie und zugleich nehme ich mich als ein Selbst, als eine Individualität, als etwas Einzigartiges wahr, weil ich bei diesem Prozess des Bezogenseins gleichzeitig das Subjekt dieses Tätigseins, dieses Prozesses, dieses Mich-Beziehens bin. Ich bin ich und ich bin der andere Mensch. Ich werde mit dem Objekt meines Interesses eins, doch nehme ich mich bei diesem Prozess selbst auch als Subjekt wahr.“ (E. Fromm, *Die Pathologie der Normalität* (1991b), S. 75-76.)

Die Beschreibung der beiden Orientierungen mag genügen, um plausibel zu machen, dass es tatsächlich zwei verschiedene Grundarten leidenschaftlichen Strebens als Modelle des Menschseins gibt, die eine gegensätzliche Ausrichtung haben, auch wenn sie im konkreten Menschen meist in einer bestimmten Mischung auftreten.

Es gilt nun, die spezifische Problematik des Helfers zwischen der Orientierung am Haben und am Sein näher zu betrachten. Dies soll in drei weiteren Abschnitten geschehen. Die beiden ersten handeln vom Helfen in der Orientierung am Haben, präzisiert am autoritären und am narzisstischen Helfer; der letzte dann vom Helfen in der Orientierung am Sein.

### 3. Der am Haben orientierte Helfer

Wer sein Leben am Haben orientiert, der bestimmt sich selbst, seine Existenz, seinen Lebenssinn, seine Lebenspraxis von dem her, was er hat, haben kann und mehr haben kann. Dies gilt für den Helfer ebenso wie für alle anderen Menschen. Das Besondere des Helfers ist darin zu sehen, dass er sich meist



FUNK-Online

nicht in erster Linie am Haben von Reichtum, Geld, Häusern, Wissen, Wahrheit, Recht, Körperlichkeit usw. festmacht, sondern bevorzugt am Haben anderer Menschen, nämlich der auf ihn Angewiesenen, um seine Existenz, sein entleertes Selbst zu sichern. Natürlich sagt man nicht, dass man einen anderen Menschen in Besitz nimmt und als sein Eigentum ansieht. Man ist da etwas „rücksichtsvoller“ und spricht lieber davon, dass man für andere Sorge und die Verantwortung hat. Aber bekanntermaßen hat der, der die Verantwortung trägt, auch das Recht, über den anderen zu verfügen. Und so dienen Kinder, Behinderte, Alte, Kranke, Therapiebedürftige zur Definition des eigenen Selbstseins. Der Helfer macht nicht nur die auf ihn Angewiesenen zu einem Ding, sondern auch sich selbst über sein Sorge- und Fürsorge-Haben für die ihm Anvertrauten zu einer Ware, zu einem Ding, das sein fehlendes Selbstsein ersetzen muss.

Diese beiden Aspekte der Verdinglichung des Helfens, die Verdinglichung dessen, dem geholfen wird - der Galle von Zimmer 15 -, und die Verdinglichung des Selbst des Helfers - dem Spezialisten für Gallenblasenoperationen -, sollen beispielhaft verdeutlicht werden an zwei Gesellschafts-Charakter-Typen, die im Bereich des Helfens besonders häufig anzutreffen sind. Die erste Ausprägung des am Haben orientierten Helfers ist der autoritäre Helfer.

#### a) Der autoritäre Helfer

Der Helfer mit einem autoritären Charakter manifestiert sich vornehmlich in zwei unterscheidbaren Erscheinungsformen: entweder er beherrscht offen durch Macht über den auf ihn Angewiesenen oder verdeckt durch bevormundende Fürsorglichkeit. Auch wenn sich das Autoritäre in paternalistischer oder sonstwie gutgemeinter Fürsorglichkeit zeigt, es geht doch immer um Herrschaft und Unterwerfung, Macht und Ohnmacht, Befehlen und Gehorchen, Vorgeben und Ausführen. Die Tatsache, dass der, der Hilfe braucht, auf einen Helfer angewiesen ist, macht die helfenden Berufe besonders anfällig für ein autoritäres Bezogenheitsmuster. Zu diesem gehört immer eine Herrschaft ausübende Seite und eine sich unterwerfende Seite. Letztere wird meist

vom Hilfsbedürftigen wahrgenommen, so dass der Helfer seiner Überlegenheitsrolle sicher sein kann.

Der autoritäre Charakter mit seiner Grundstrebung, zu herrschen und zu bevormunden, resultiert aus einer sozial-ökonomischen Situation, die durch autoritäre und hierarchische Wirtschafts-, Macht- und Gesellschaftsstrukturen gekennzeichnet ist. Autoritäre Strukturen sind immer durch Herrschaft gekennzeichnet: Der eine beherrscht den anderen, wobei es eine klare Hierarchie der Macht gibt. Wer immer jemanden über sich hat, muss sich dieser Macht beugen. Wer noch jemand unter sich hat, kann diesem befehlen und über ihn Macht ausüben. Für alle im Mittelbereich gilt: nach oben buckeln, nach unten treten.

Das, was das autoritäre Bezogenheitsmuster im Besonderen kennzeichnet und für die nicht-produktive Habenorientierung prädestiniert ist ihre *sympiotische* Qualität: wer Herrschaft ausüben will, ist existentiell auf jene angewiesen, die sich ihm unterwerfen müssen, und wer sich der Autorität unterwerfen will, hat ein sehnsüchtiges Verlangen nach einer starken Macht und nach repressiven Herrschaftsstrukturen. Symbiose bedeutet hier also, dass „beide in eine völlige Abhängigkeit voneinander geraten“ (E. Fromm, 1941a, GA I, S. 310). Aus eben diesem Grund stellt eine Bedrohung der Autorität des Helfers und eine Bedrohung des Settings (hier der Herr Doktor - dort der Patient; hier der Psychoanalytiker im Sessel - dort der Analysand auf der Couch; hier der Berater am Schreibtisch - dort der Klient auf dem Stuhl; hier der Lehrer am Pult - dort der Schüler in der Bankreihe; hier der Pastor auf der Kanzel - dort das Schäflein im Kirchenraum) eine existentielle Bedrohung für den Helfer dar. In Wirklichkeit ist nicht sein Selbst bedroht, sondern sein mit dem Haben von Hilfsbedürftigen kompensiertes Ego.

Wie sehr in Wirklichkeit der autoritäre Helfer vom Haben seiner Angewiesenen lebt, zeigt sich, wenn wir einen Blick auf typische Charakterzüge des autoritären Helfers werfen: Autoritäten wollen bewundert und idealisiert werden (als Götter in Weiß oder als ach so weise, durchanalysierte und mit dem Unbewussten vertraute Therapeuten); sie fordern eine Ergebenheitshaltung (indem sie drei



FUNK-Online

Stunden im Wartezimmer auf sich warten lassen und allen Respekt von der Chefvisite fordern); sie halten zur Pflichterfüllung an (indem sie auf der Einhaltung der Anweisungen bestehen oder just so träumen, wie es der Deutekunst des Therapeuten entspricht); sie laben sich an der Dankbarkeit ihrer Klientel (obwohl sie doch mindestens das 2,3-fache des Abrechnungssatzes genommen haben und der Chefarzt den Patienten nie zu Gesicht bekommen hat); sie sprechen bevorzugt von ihrem Dienst (obwohl das Dienen vom Angewiesenen verlangt wird); sie halten gerne an der Tradition und der überbrachten Werteordnung fest (und lassen sich mit Titeln anreden und benötigen eine Uniform zur Ausübung ihres Berufs); sie betonen die sozialen Unterschiede (mit der Automarke, der Grundfläche, auf dem die Villa steht oder beim Therapeuten mit der soften Lederkleidung oder dem Seidenjacket); sie wehren sich gegen jede Kritik an ihnen (und deuten sie gleich als Widerstand oder als Verweigerung des notwendigen Arbeitsbündnisses, so dass sie sich ihrer leichter entledigen können); sie lieben die Gnadenhandlungen und sind von ihrer ärztlichen oder therapeutischen Kunst überzeugt (und meiden Patienten und Klienten, die glauben, einen Rechtsanspruch zu haben); sie lieben das Schwache nur, solange es ihnen ergeben ist und zu ihrer eigenen Größe und Überlegenheit beiträgt, ansonsten aber verachten sie es und deponieren ihre eigenen Schwäche, Fehlbarkeit und Hilfsbedürftigkeit am liebsten beim Angewiesenen.

Das autoritäre Bezogenheitsmuster bei den helfenden Berufen ist nur eines von einer ganzen Reihe von habenorientierten Weisen des Umgangs mit Angewiesenen. Seine Bedeutung ist im Schwinden; vielleicht ist es am stärksten noch bei den Mediziniern und hier wiederum in den hierarchisch organisierten Kliniken anzutreffen. In vielen therapeutischen und sozialen Helferberufen dominiert hingegen ein anderer Gesellschafts-Charakter-Typus des Helfers: der narzisstische Helfer.

## b) Der narzisstische Helfer

Um die Eigenart narzisstischer Bezogenheitsmuster besser verstehen zu können, bedarf es zunächst der

Klärung dessen, was Narzissmus in Anschluss an Fromm bedeutet und in welchen Weisen er habitualisiert als Charakter auftritt. Dabei lassen sich zwei Erscheinungsweisen des narzisstischen Charakters unterscheiden: der leicht narzisstische Charakter und der stark ausgeprägte Narzissmus, wobei letzterer zwar nur die Potenzierung des ersteren darstellt, sein Erscheinungsbild aber doch in wesentlichen Punkten anders ist. In beiden kommt es auf Kosten des Wirklichkeitsbezugs und des interessierten Umgangs mit anderen zu einer Überbetonung des Umgangs mit sich.

Der leicht narzisstische Charakter zeichnet sich dadurch aus, dass er den anderen nicht in seinem Anderssein wahrnimmt, aber doch in seiner Nützlichkeit und Brauchbarkeit für die eigenen narzisstischen Zwecke, während der stark ausgeprägte narzisstische Charakter den anderen nach Möglichkeit gar nicht mehr wahrnimmt oder nur noch in entwertender Weise, um sich selbst als einzig Beachtenswerten zu erleben. Ich werde mich hier auf die Darstellung des leicht narzisstischen Charakters bzw. Helfers beschränken, weil er jene Helferpersönlichkeit zur Anschauung bringt, die meines Erachtens heute am verbreitetsten ist. Wie kommt es zur narzisstischen Charakterorientierung?

Jeder Mensch hat nicht nur das Bedürfnis, auf andere bezogen zu sein, sondern auch das unabdingbare psychische Bedürfnis nach einem Identitätserleben. Damit ist gemeint, dass jeder Mensch einen Bezug zu sich selbst haben muss, der sich einerseits in dem Bild, das er von sich selbst hat, andererseits in einem gefühlsmäßigen Selbsterleben und in seinem Selbstwerterleben manifestiert. Dieses Identitätserleben, also das Bild, das Gefühl und die Wertschätzung, die wir von uns selbst haben, ist dabei relativ unabhängig von der aktuellen Befindlichkeit unseres Ichs. Wir können momentan in unserem Icherleben zum Beispiel durch eine Krankheit oder durch ein Leid, das uns zustößt, erschüttert werden, dennoch wirft uns dieses aktuelle Icherleben nicht um; es zerstört nicht unser Identitätserleben und unser Urvertrauen in uns selbst oder - wie der psychologische Fachbegriff hierfür heißt - unsere Selbstrepräsentanz. Wir sind und bleiben trotz der misslichen Umstände, wer wir sind. Es gibt also ein



FUNK-Online

Selbsterleben, das zu unserem unzerstörbaren Persönlichkeitskern gehört und das der Grund dafür ist, dass wir uns unserer selbst trotz widriger Umstände sicher sein können und uns mit uns identisch fühlen können.

Neben diesem Urvertrauen in uns selbst gibt es noch einen ähnlich gearteten Persönlichkeitskern. Dieser betrifft unsere Bezogenheit auf die natürliche und menschliche Umwelt, also auf Objekte. Auch hier gibt es eine sogenannte Objektrepräsentanz oder ein Urvertrauen in andere in uns, das der Grund dafür ist, dass wir in unserer Bezogenheit auf die Welt und andere Menschen trotz aktueller bedrohlicher Ereignisse nicht das Vertrauen in eben diese Objekte einbüßen, sondern trotz der aktuellen negativen Beziehungserfahrungen grundsätzlich in einer vertrauensvollen Bezogenheit verbleiben können.

Beide Persönlichkeitskerne, die Objektrepräsentanz und die Selbstrepräsentanz, bilden unser Selbst. Sie sind innere Größen, die im Laufe der ersten Kindheitsjahre entstehen, eine gewisse Beständigkeit und Unabhängigkeit von den aktuellen Icherfahrungen haben und für unser Vertrauen in uns selbst und in andere Menschen verantwortlich sind.

Um die Schwäche oder um die Gefährdung und Verletzung dieser inneren Kerne unseres Identitätserlebens geht es, wenn wir von Narzissmus sprechen. Die Kerne können dabei schon immer labil und von Kindheit an nicht gefestigt sein; sie können aber auch sekundär durch entwertende und das Selbsterleben entleerende Erfahrungen geschwächt werden. Ob noch nie gefestigt oder ob erst sekundär eine Selbstentfremdung stattfindet: immer besteht die Gefahr, dass die inneren Kerne brüchig werden. Stehen diese inneren Kerne aber nicht mehr für unser Selbst- und Objekterleben zur Verfügung, dann sind wir zur Stabilisierung unseres gefährdeten Selbst oder mangels eines Selbst auf die aktuellen Icherfahrungen mit uns selbst und mit anderen Menschen angewiesen.

Dieses Angewiesensein bedeutet eine ungeheure Abhängigkeit von aktuellen und realen Beziehungserfahrungen und Ichzuständen, die uns in unserem Akzeptiertsein und Selbstwerterleben stabilisieren. Ohne diesen guten Erfahrungen können wir

nicht das Vertrauen in die Welt und in andere Menschen haben. Ohne sie gibt es auch kein positives Identitätserleben. Werden wir mit etwas Negativem konfrontiert, etwa dass sich jemand von uns zurückzieht oder dass jemand uns kritisch infragestellt und angreift, fühlen wir uns in unserem Selbsterleben verletzt und gefährdet. Das kleinste Ereignis kann uns den Boden unter den Füßen entziehen. Um dem zuvorzukommen, versuchen wir, unsere aktuellen Ich- und Beziehungserfahrungen nur noch positiv zu gestalten. Wir finden uns und andere ganz großartig; wir idealisieren uns und sie und machen vor möglichen negativen Erfahrungen einfach die Augen zu. Der narzisstische Mensch findet sich ganz großartig und gestaltet seine Beziehungen zu anderen Menschen so, dass diese nur ideal sind und er der Wertschätzung durch den oder die anderen sicher sein kann.

Vor diesem Hintergrund lässt sich die Psychodynamik des leicht narzisstischen Charakter benennen: Der leicht narzisstische Charakter stabilisiert sein gefährdetes Selbst dauerhaft dadurch, dass er Aspekten von sich selbst eine überhöhte Bedeutung verleiht und den Umgang mit anderen zur Stärkung seines Selbsterlebens verzweckt.

Im Zusammenhang mit der Frage der helfenden Beziehung interessiert uns hier weniger, wie solche kompensatorischen Überbetonungen und Funktionalisierungen von Aspekten des Ichs des Helfers aussehen. Vielmehr interessiert vor allem, in welcher Weise der andere, also in unserem Falle der auf die Hilfe Angewiesene, narzisstisch verzweckt wird. Zwei Arten von Verzweckungen lassen sich unterscheiden: Der auf den Helfer Angewiesene soll entweder den Helfer spiegeln oder ihn komplementär ergänzen.

Hat der, dem die Hilfe gilt, eine spiegelnde Funktion für das Selbsterleben des Helfers, dann wird er die besondere Aufmerksamkeit des Helfers erhalten, wenn er sich als Patient, Klient oder Schüler für die gleichen Überzeugungen, Theorien, Heilverfahren interessiert wie sein Therapeut, Arzt oder Seelsorger. Er liest die Bücher und Veröffentlichungen von ihm und tut es dem Therapeuten gleich, indem er seine Umwelt therapiert. So bildet sich der Therapeut oder die ärztliche und therapeutische



Schulrichtung einen Chor, der mit seinem Echo den Helfer stabilisiert. Die das Selbsterleben des Helfers spiegelnde und stärkende Funktion des Helfers zeigt sich aber nicht nur in solchen imitatorischen Reaktionen und in dem Bedürfnis nach Gefolgschaft und Schulbildung.

Der auf die Hilfe Angewiesene erfüllt vor allem und in erster Linie darin seine spiegelnde Funktion, dass er den Arzt, Therapeuten, Gottesmann in seiner heilenden, wirkkräftigen und großartigen Fähigkeit spiegelt. Das Bedürfnis des Helfers ist deshalb immens, durch den auf ihn Angewiesenen bestätigt zu werden; er will in Erfahrung bringen, dass die Medikation anschlägt, dass der Kranke seine Krücken wegwerfen kann, dass die Symptome verschwinden, dass der Schüler einen Preis bekommt, dass der Strafgefangene nicht wieder straffällig wird usw. Wie sehr der Helfer sich mit Hilfe des auf ihn Angewiesenen spiegeln und bestätigen will, wird sofort erkenntlich, wenn ihn dieser enttäuscht: Der Helfer fühlt sich dann entwertet, hat keine Lust mehr mit diesem Patienten, fand schon immer, dass der Patient es nicht wert war, sich um ihn zu bemühen, glaubt jetzt auch, dass es eben ein hoffnungsloser Fall ist usw. Das Versagen der Hilfe ist in Wirklichkeit ein Angriff auf das Selbsterleben des Helfers; nicht der, dem nicht geholfen werden kann, ist der Leidtragende, sondern der Helfer ist gekränkt, weil er den Hilfsbedürftigen schon immer als einen Teil von sich erlebt und vereinnahmt hatte.

Oft hat der Hilfsbedürftige keine spiegelnde Funktion, sondern eine komplementäre Funktion für den Helfer. Hier lässt sich dann von einer regelrechten Kollusion zwischen Helfer und Hilfsbedürftigem sprechen, bei der der Hilfsbedürftige das zu repräsentieren hat, was der Helfer bei sich überhaupt nicht akzeptieren kann. Meist geht es in helfenden Beziehungen um des Helfers eigene Hilflosigkeit, um seine Schwäche, Gebrechlichkeit, Kriminalität, Schlechtigkeit, Neurose, Abhängigkeit, Gier, Ängstlichkeit, Fehlbarkeit, Süchtigkeit, die auf den Hilfsbedürftigen projiziert und an ihn delegiert ist. Helfer und Hilfsbedürftiger zusammen bilden dann sozusagen erst die ganze Persönlichkeit des Helfers. Die Attraktivität des Helferberufs liegt gerade darin, dass ich mit diesen, von mir als negativ erlebten,

Seiten über den Hilfsbedürftigen dennoch in Kontakt bin, ohne sie als zu mir gehörig erleben zu müssen. Werden solche Helferpersönlichkeiten ihres Hilfsbedürftigen beraubt oder wird ihnen ihre Helferfunktion (zum Beispiel der Arbeitslosigkeit oder Pensionierung) streitig gemacht, bricht das gesamte psychische System dieses Helfers zusammen. Aber auch wenn die Kollusion zwischen Helfer und Hilfsbedürftigem fortbesteht, ist sie „heil-los“ und bringt sie dem Angewiesenen keine Hilfe, weil der Helfer der eigentlich Hilfsbedürftige ist, der sich zur Stabilisierung seines brüchigen Selbsterlebens des Hilfsbedürftigen bedient.

Der narzisstische Helfer lebt vom Haben des Hilfsbedürftigen; er ist existentiell abhängig von ihm und deshalb ein besonders eindrückliches Beispiel für die Orientierung am Haben. Lassen Sie mich abschließend auf die am Sein orientierte Helferpersönlichkeit zu sprechen kommen.

#### 4. Der am Sein orientierte Helfer

Mit der Erkenntnis, dass die Orientierung am Sein ein mögliches und in sich stimmiges Modell von Menschsein ist, auch wenn es in unserer am Haben orientierten Industriekultur alle Mühe hat, sich realisieren oder gar durchsetzen zu können, lassen sich auch Aussagen über die Eigenart und über die Erfahrungen seinsorientierten Helfens machen. Wenigstens ein paar Merkmale eines unverzweckten, nicht-verdinglichten Helfens möchte ich nennen:

- Die Beziehung zwischen dem Helfer und dem auf ihn Angewiesenen ist durch *Interessiertheit, solidarische Nähe und Respekt* gekennzeichnet. Mit Interessiertheit ist gemeint, dass ich tatsächlich „inter-esse“, beim anderen sein und ihn empathisch wahrnehmen kann und keine Angst und Abwehr aufbauen muss. Geteiltes Leid ist halbes Leid. Das, was ihn oder sie zu mir kommen lässt, darf mir selbst nichts Fremdes und Ängstigendes sein. Solidarische Nähe besagt, dass der Unterschied zwischen ihm und mir höchstens ein gradueller ist und dass sein Leiden auch potentiell mein Leiden ist. Respekt kennzeichnet die Achtung vor seiner Würde und Autonomie, auch





wenn diese - wie zum Beispiel bei manchen Suchtkranken oder Psychotikern - durch seinen Leidenszustand oft gemindert erscheint. Zu diesem Respekt vor dem der Hilfe Bedürftigen gehört auch, dass ich ihn sein Heil auch woanders suchen lasse. Hilfe kann nie sein, dass ich die Verantwortung für das Leben des anderen übernehme oder ihm gar Entscheidungen abzunehmen versuche.

- Ein weiteres Merkmal produktiven Helfens ist die eigene *Unabhängigkeit vom Patienten und das Ertragen von Entwertung*. Viele Helfer projizieren ihr eigenes Angewiesensein auf Zuwendung und Hilfe auf den Hilfsbedürftigen und wehren sich mit allen Mitteln gegen ein Gesundwerden, Erwachsenwerden, Autonomwerden des Patienten, Schülers oder Kindes. Seinsorientiertes Helfen braucht und gebraucht den Angewiesenen nicht und fühlt sich durch die Aufkündigung der Hilfsbedürftigkeit des Angewiesenen auch nicht entwertet und gekränkt. Anders ausgedrückt: Die Unabhängigkeit vom Angewiesenen zeigt sich darin, dass man sich auch ohne Ausübung des helfenden Berufes wohl fühlt, dass das Helfen nicht die einzige Weise der Bezogenheit auf andere ist und dass man innerhalb der Berufsausübung abstinenter sein kann, das heißt seine eigenen Wünsche, Bedürftigkeiten und Ansprüche zurückstellen kann. Nur in diesem Sinne von Abstinenz ist die Selbstlosigkeit des Helfers etwas Erstrebenswertes. Selbstlosigkeit jedoch, die auf Kosten meines Selbst, auf Kosten meiner Wachstumskräfte Vernunft und Liebe geht, schadet dem, dem ich helfen will. Wie soll der auf mich Angewiesene auf seine eigenen Wachstumskräfte vertrauen können, wenn ich sie selbst nicht realisiere?
- In diesem Zusammenhang ist ein weiteres Merkmal zu nennen: Seinsorientiertes Helfen zielt immer auf *die Auflösung des Angewiesenseins und die Förderung der Wachstumskräfte des der Hilfe Bedürftigen*. Mag sein, dass dies als Binsenweisheit erachtet wird, doch trifft es das zentrale psychische Problem aller helfenden Berufe, dass der Helfer sich - meist unbewusst - vom Haben seiner Helferrolle her definiert und

insgeheim die Abhängigkeit des Klienten, Patienten, Kindes befördert. Alles, was der Helfer tun kann, ist nur Hilfe zur Selbsthilfe. In sehr vielen Fällen setzt eine wirksame Hilfe die Fähigkeit voraus, Trennung, Aggression, Konflikte, Autonomiewünsche, Entwertungen aushalten zu können, weil sich nur so die Wachstumskräfte Bahn brechen können. Seinsorientierte Hilfe ist Sterbehilfe, um zur Selbstgeburt zu kommen.

- Seinsorientiertes Helfen zeichnet sich durch innere *Lebendigkeit, Wachheit, und Kurzweil* aus. Wem es bei der Therapie langweilig wird, wer auf die Uhr schaut, wann endlich die Stunde herum ist, wer den Feierabend herbeisehnt und sich zu sehr auf das Wochenende freut, der ist nicht wirklich auf seine Arbeit, spricht auf den Angewiesenen bezogen. Produktives Bezogenheit lässt keine Langeweile aufkommen. Im Gegenteil: Konzentrationsmangel, Schläfrigkeit, Einfalllosigkeit sind oft ein Indiz dafür, dass es zu keiner unmittelbaren Nähe und Bezogenheit kommt, dass Angst und Abwehr die Beziehung bestimmen, dass dem Eros zu helfender Bezogenheit die Flügel beschnitten sind und er deshalb lahmt.
- Helfen, das am Sein orientiert ist, lässt sich als *Teilen und Mitteilen* der eigenen Bezogenheits- und Wachstumskräfte beschreiben, bei dem einem *Energie zuwächst*, die belebend ist und eine innere Freude und Zufriedenheit ermöglicht. Es scheint heute kaum mehr glaubhaft, dass das Geben aus menschlichen Fähigkeiten heraus, also ein Geben von Liebe, von Zärtlichkeit, von Wahrheit, von Zuneigung, von Interessiertheit, dass ein solches Geben immer ein Mehrwerden zur Folge hat und Energie freisetzt. Sicherlich gibt es eine physische Erschöpfung nach einem Tag Klinikarbeit, Therapie oder Sozialarbeit, aber es gibt gleichzeitig auch eine Lebendigkeit und Wachheit trotz aller physischen Ermüdung. Sicherlich gibt es auch Arbeitsbedingungen, die ein Teilen und Mitteilen gar nicht möglich machen, weil die Strukturen zu hierarchisch oder zu feindselig sind oder weil die Mittel und die Zeit zu knapp bemessen sind oder weil der Leis-



tungsdruck gar keine Bezogenheit zulässt. Sicherlich gibt es Angewiesene, die die eigenen Kräfte überfordern, so dass es in der Bezogenheit auf sie zu keinem Zuwachs von Energie kommen kann, weil zum Beispiel eine Reihe verhaltensgestörter Kinder in der Klasse ein Teilen und Mitteilen von vornherein vereiteln oder - um ein anderes Beispiel zu machen - weil ich nicht anders kann, als gegen die auf mich projizierten psychotischen Ängste mit Abwehr zu reagieren. Trotz all dieser möglichen Einschränkungen gilt, dass für seinsorientiertes Helfen typisch ist, dass einem Energie zuwächst.

Bei manchen mag die Aufzählung der Merkmale seinsorientierten Helfens Kritik und Widerstand auslösen: Dies sei doch alles idealistisches und ideologisches Geschwätz, blauäugige Selbsttäuschung und an der Wirklichkeit vorbeigeredet. Ja, das Letztere mag stimmen, dass die Erfahrungen, die mit diesen Merkmalen bezeichnet werden, tatsächlich mit der eigenen Wirklichkeit und mit dem, was man heute als „Wirklichkeit“ ansieht, nichts zu tun haben. Das ist schlimm und kennzeichnet das ganze Elend des Helfers und das Elend, dem der Helfer heute ausgesetzt ist. Und doch hoffe ich, dass die Erfahrung von Teilen, Geben, Mitteilen, Nähegeben, Überfließen, Mitleiden, Mitfühlen wenigstens ansatzweise nachvollziehbar ist und nichts Fremdes bleibt. Wer verliebt ist, hat zu all diesen seinsorientierten Wahrnehmungen einen Zugang, vorausgesetzt er ist nicht nur in sich selbst verliebt. Beim seinsorientierten Helfen lassen sich ähnlich Erfahrungen machen: Es ist möglich, sich in den anderen einzufühlen; es gibt

das Bedürfnis, dem anderen zuzuhören, sein Leben und Leiden zu teilen; es ist möglich, den anderen innerlich wahrzunehmen und zu verstehen; es gibt ein Helfen aus Liebe und es ist möglich, ganz bei anderen zu sein, ohne sich selbst zu verlieren oder den anderen vereinnahmen zu müssen.

#### Literaturnachweise

- Fromm, E.: *Gesamtausgabe* (GA), herausgegeben von Rainer Funk, Stuttgart 1980/81 (Deutsche Verlags-Anstalt); München 1989 (Deutscher Taschenbuch Verlag):
- 1941a: *Die Furcht vor der Freiheit* (*Escape from Freedom*), GA I, S. 215-392.
  - 1947a: *Psychoanalyse und Ethik. Bausteine zu einer humanistischen Charakterologie* (*Man for Himself*), GA II, S. 1-157.
  - 1955a: *Wege aus einer kranken Gesellschaft* (*The Sane Society*), GA IV, S. 1-254.
  - 1976a: *Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft* (*To Have Or to Be?*), GA II, S. 269-414.
  - 1989a: *Vom Haben zum Sein. Wege und Irrwege der Selbsterfahrung* (Schriften aus dem Nachlass, herausgegeben von Rainer Funk, Band 1), Weinheim und Basel (Beltz Verlag) 1989.
  - 1991b: *Die Pathologie der Normalität. Zur Wissenschaft vom Menschen* (Schriften aus dem Nachlass, herausgegeben von Rainer Funk, Band 6), Weinheim und Basel (Beltz Verlag) 1991.
  - 1993b: *Leben zwischen Haben und Sein*, herausgegeben von Rainer Funk, Freiburg - Basel - Wien (Herder Verlag) 1993.