

Vom seelischen Leiden am Unrecht
Eine psychotherapeutische Betrachtung

Jeder Mensch kann beurteilen, ob eine Situation oder ein Erlebnis ungerecht oder gerecht ist. Und so, wie er ein Ereignis beurteilt, so erlebt er es auch. Diese Fähigkeit ist gerade in extremen Lebenssituationen von entscheidender Bedeutung, weil sie Auswirkungen auf die Folgen, die Konsequenzen und auf die Qualität des weiteren individuellen Lebens hat.

Mit diesen Ausführungen soll ein erstes Verständnis aus psychotherapeutischer Sicht für Zusammenhänge und Abhängigkeiten von seelischen Leiden an Unrechtssituationen aufgezeigt werden. Dazu werden erst die Thematik Gerechtigkeit im individuellen Kontext betrachtet und anschließend gesellschaftliche Wechselwirkungen berücksichtigt. Dafür bietet sich ein Blick auf Grenzverletzungen in Mobbing-Situationen an. Abschließend sollen einige Vorschläge angedeutet werden, die Gerechtigkeit, Menschenrechte und gesellschaftliche Realitäten betreffen.

Anhand von zwei alltäglichen Szenen soll das Thema Gerechtigkeit beleuchtet werden, anschließend sollte der Leser sich fragen, wie er diese Abläufe beurteilen würde.

1. Szene:

Zwei Jungen sitzen zusammen im Schulbus. Sie schubsen und kabbeln sich. Es ist nicht eindeutig festzustellen, ob sie spielen oder schon streiten. Wenn einer den anderen schubst oder schon fast schlägt, schubst oder schlägt dieser wieder zurück. Das kann sich steigern und zu einer ernsthaften Auseinandersetzung führen, oder es verebbt so schnell, wie es begann. Warum schubst oder schlägt die betroffene Person zurück? Wie reagieren Sie, wenn Sie geschubst werden? Würden Sie sich in dieser Situation anders verhalten?

2. Szene:

Eine Freundin hat in ihrem Garten große Büsche gepflanzt, teilweise sehr nahe an der Grenze zum Nachbarn. Von dem erhält sie eines Tages einen Brief, in dem er ihr mitteilt, dass das nicht gehe, untermauert durch gesetzliche Regeln. Außerdem setzt er ihr eine Frist, um einen Teil der Büsche umzupflanzen, andernfalls werde er die Polizei einschalten. Ihre Freundin ist über den Brief sehr verärgert. Sie erzählt, dass der Nachbar ohne Baugenehmigung eine Garage gebaut hat. Die Freundin fragt Sie, was sie tun soll. Stellen Sie sich vor, Sie raten Ihrer Freundin, dem Nachbarn einen gleich lautenden Brief zurück zu schicken, in dem es statt um die Büsche um die Garage geht. Sie amüsieren sich, wenn Sie sich vorstellen, was der Nachbar dazu sagen wird. Geht es hier um eine gerechte Revanche?

Diese beiden Szenen sind beliebig und mühelos zu vervielfachen. Um einen Vorfall überhaupt bewerten zu können, greift jeder Mensch auf ein individuelles Wertesystem zurück. Dieses System hat er im Sozialisationsraum Familie gelernt, es trägt zu seiner individuellen „Weltsicht“ bei, die seine Lebenswirklichkeit abbildet. Darin sind Wahrnehmungs-, Bewertungs- und Handlungsorientierungen auf einem bestimmten Niveau eingespielt - gleichsam als Horizont einer individuellen Lebenswelt -, die als Erfahrungswerte im Alltag auftreten.¹

Für den Leser der oben genannten Szenen heißt das, dass er, um die Szenen beurteilen zu können, auf ein bisher für gültig erachtetes Wertesystem zurückgreift, ohne sich dessen unbedingt bewusst zu sein. Darin steckt neben den rationalen Aspekten auch eine Fülle von unbewussten emotionalen Anteilen. Aus dieser individuellen Mischung an Erfahrungswerten bekommen die Szenen erst ihre spezifische Bedeutung.

In beiden geht es um das Thema Gerechtigkeit. Mit ihr wird ein Maßstab an die zwischenmenschliche Dynamik angelegt, der entscheidend zur Emotionalisierung beiträgt.

Obwohl Gerechtigkeit dem Menschen als Fähigkeit angeboren ist, erfährt sie ihre individuelle Bedeutung in Abhängigkeit vom Bezugssystem, in dem das Individuum aufwächst. Aufgrund dieser subjektiven Prägung und Einzigartigkeit hat jeder Mensch ein Gefühl von gerecht und ungerecht, was wiederum in subjektive Erwartungen mündet.

Warum und wie Gerechtigkeit Erfahrungswerte fokussiert, erläutert Peseschkian:

(Gerechtigkeit ist)...die Fähigkeit, im Verhältnis zu sich selbst und anderen gegenüber Interessen abzuwägen. Als ungerecht empfindet man dabei eine Behandlung, die von persönlicher Zu- und Abneigung oder Parteinahme statt von sachlichen Überlegungen diktiert wird... Jeder Mensch besitzt einen Gerechtigkeitsinn. Die Art, wie Bezugspersonen ein Kind behandeln, wie gerecht sie zu ihm, zu seinen Geschwistern und zueinander sind, prägt das individuelle Bezugssystem für die Gerechtigkeit. ²

Das heißt, dass mit Gerechtigkeit individuelle Erwartungen in Bezug auf sachliche Verhältnisse taxiert und optimal nach allgemeingültigen (kulturabhängige Normierung) Kriterien, die auch in der Gesetzgebung

¹Vgl. Heinze, Thomas (1992): Qualitative Sozialforschung. Opladen, Westdeutscher Verlag, S. 18)

²Peschkian, Nossrat (1977): Positive Psychotherapie. Fischer Taschenbuchverlag. S. 417

verankert sind, beurteilt werden. Würde Gerechtigkeit sich nur auf einen sachlichen Kontext konzentrieren, könnte sie eine eher harte (und emotionslose) Werthaltung sein, die dann recht stabil wirkt. In Wechselwirkung mit dem individuellen Erleben, Erwarten und den emotionalen Aspekten zwischenmenschlicher Auseinandersetzung ist Gerechtigkeit aber eher das Gegenteil, nämlich recht instabil.

Wie instabil Gerechtigkeit im subjektiven Erleben sein kann, soll an folgendem sozialpsychologischen Versuch veranschaulicht werden:

Die Versuchspersonen wurden Zeuge, wie eine Gruppe von Halbwüchsigen einen Jungen hänselte und quälte, der ihnen allem Anschein nach nichts getan hatte. Der Junge weinte, konnte sich aber nicht befreien. Die Zuschauer hatten keine Möglichkeit, in diese Szene einzugreifen. In dem Konflikt zwischen Mitleid und der Unfähigkeit, zu helfen, lösten die Versuchspersonen diese Situation auf ihre Art. Sie begannen, ohne dass es ihnen bewusst wurde, das Opfer mit anderen Augen zu sehen. Wenn sie ihn am Anfang noch als sympathischen Jungen einstufen, der ungerecht behandelt wurde, fanden sie mit der Zeit immer mehr unsympathische Züge an ihm. Schließlich waren sie davon überzeugt, dass es ihm schon ganz recht geschehe und er selbst daran schuld sei. Die Versuchspersonen hielten sich bei Versuchende für genauso gerecht wie zu Beginn. Der offenkundige Widerspruch ihres Gesinnungswandels kam ihnen nicht zu Bewusstsein.

Diese Wandlung hat eine Schutzfunktion. Mit dem tatenlosen Zusehen, zu dem die Versuchspersonen verurteilt waren, konnten sie das Mitleid nicht vereinbaren - andernfalls hätten sie eingreifen müssen. Um die Situation für sich erträglich zu gestalten, das Ich zu schonen und weitere Schuldgefühle zu vermeiden, stellt man einfach die Situation um: Der Angegriffene, so sagt man, war selbst schuld.³

Grenzverletzung persönlicher Rechte - gleich Ungerechtigkeit?

Wenn man Gerechtigkeit als eine menschliche Grundfähigkeit versteht, verdient die Schnittstelle zur Gesellschaft besondere Beachtung. Die individuelle Wertetradition vollzieht sich in einer Gesellschaft, deren Komplexität ständig zunimmt und in einer Pluralität, in der a) gesellschaftliche Verantwortlichkeit zur Beliebigkeit für die Bedürfnisse von einzelnen machtvollen Interessengruppen tendiert und b) die individuelle Freiheit höher eingestuft wird als das gesellschaftliche Wohl. Gesamtgesellschaftlich gesehen fehlen Werte, die einen allgemeingültig sinnstiftenden und einenden Charakter haben, der sowohl die Individuen aller Rassen dieser Erde als auch gesellschaftliche Interessengruppen auf verbindliche ethische Maximen im Umgang miteinander festlegt. Gerade das Fehlen dieser Maximen erschwert die Beurteilung von gerechter und ungerechter Behandlung, da die Kriterien jeweils aus dem spezifischen Kontext abgeleitet werden. So bleibt es dem Individuum überlassen, seine Grenzen und seinen Handlungsspielraum zu beschreiben. In diesem Zusammenhang lassen sich Ungerechtigkeiten als Grenzverletzungen übersetzen. Im Erleben heißt das, jemand oder etwas wirkt auf ein Individuum von außen ein und überschreitet eine subjektive Grenze, die dann als Grundlage für das Gefühl der Verletzung interpretiert wird. Voraussetzung dieser Verletzung von Grenzen ist das Erleben von Einschränkung in der persönlichen Entscheidungsfreiheit.

Grenzverletzung versus Freiheit und Gerechtigkeit

Beispiel

Ein gut aussehender Mann spricht auf der Straße eine Frau an und macht ihr Komplimente.

Möglichkeit 1:

Die Frau genießt die Komplimente. Da sie den Mann nett und freundlich empfindet, fällt es ihr leicht.

Möglichkeit 2:

Die Frau fühlt sich genötigt und erlebt die Handlung des Mannes als Übergriff.

Obwohl der Mann sich freundlich verhält, weiß er nicht, ob sein Verhalten auf Zustimmung oder Ablehnung stößt. Die Frau wird es - abhängig von ihrer persönlichen Deutung - bewerten, und wenn sie es als unangenehm empfindet, dann auch als Grenzverletzung. Hätte sie darüber selbständig entscheiden können, dass der Mann sie anspricht, dann hätte sie subjektiv das Gefühl, immer noch die Kontrolle über ihre Grenzen zu haben und es käme ihr nicht in den Sinn, das als Grenzverletzung zu interpretieren. Mit anderen Worten: Ob eine Situation als Grenzverletzung erlebt wird oder nicht, hängt hauptsächlich davon ab, wie selbständig ein Mensch über die individuelle Unfreiheit bestimmen kann. Das trifft auch für Partnerschaften zu, die normalerweise aufgrund von eigenen Entscheidungen eingegangen werden und somit eine selbstentschiedene Unfreiheit darstellen. Gerade weil man sich selbst für die Unfreiheit (Abhängigkeit) entscheidet, wird sie nicht als solche wahrgenommen.

Grenzen des individuellen Gerechtigkeitssinns

Am Beispiel von Mobbing als Grenzverletzung

³Lerner, M.J., C.H. Simmons (1966): Observer's Reaktion to the Innocent Victim. In: Compassionier Rejection P.J. Pers. Soc. Psych. 4, S. 203-210; vgl. Auch Peseschkian (1977): Psychotherapie des Alltagslebens. Fischer Taschenbuch, S. 154.

Am Beispiel von Mobbing, das bevorzugt in komplexen Systemen (Unternehmen, Verein, Gesellschaft) auftritt, soll die Grenze im Umgang individueller Gerechtigkeit an einem Fall verdeutlicht werden. Ein leitender Angestellter klagte vor Gericht gegen seinen Vorgesetzten wegen Mobbing. In der Entscheidung faßte der Richter⁴ wichtige Erläuterungen zusammen:

„... bejaht das Arbeitsgericht die Erfüllung dieser tatbestandlichen Voraussetzungen und führt aus, dass der Kläger als Bankdirektor eine gewisse Reputation in der Gesellschaft und auch im innerbetrieblichen Bereich Statusmerkmale für sich in Anspruch nehmen könne. ... Das Selbstverständnis des Klägers sei auch durch die Anordnung des Beklagten mit dem Abfordern der täglichen Tätigkeitsnachweise im Halbstundentakt sowie die Benennung der Gesprächspartner unter Angabe des Gesprächsgrunds schwerwiegend infragegestellt worden. Der Beklagte ... habe dabei nicht bedacht, dass der Kläger aufgrund seiner vertragsgemäß abgesicherten Position kein Mitarbeiter sei, der wie ein Berufsanfänger unterständiger Kontrolle und Beobachtung stehen müsste. Der Kläger sei leitender Angestellter gewesen und habe deshalb auch Anspruch auf eine angemessene Behandlung.“

Hier wird vom Gericht bestätigt, dass der Kläger vom Vorgesetzten in schwerwiegender Weise infrage gestellt worden ist, was man als systematische Grenzverletzung des Vorgesetzten bezeichnen kann. Dieses andauernde Verhalten erlebte der Kläger als Mobbing. Durch die Erläuterung des Richters wird nicht nur der Tatbestand des Mobbing klar, sondern er spricht dem Kläger einen Rechtsanspruch auf berufliche Entscheidungsfreiheit zu. Hier wird deutlich, dass die individuelle Freiheit, Situationen in Systemen als gerecht und ungerecht zu beurteilen, noch von der Macht abhängt und damit auch von der Frage, wer definiert wen und / oder was? Deswegen gibt es beim Mobbing wesentliche Besonderheiten, die sich von der individuellen Entscheidungsfreiheit unterscheiden:

Individuen, die Mobbing praktizieren, entziehen sich verbindlichen zwischenmenschlichen Regeln, dazu noch der Kontrolle und der Verantwortlichkeit ihres Handelns. Da das meist unterschwellig, heimlich und verdeckt abläuft, wird eine offene und faire Auseinandersetzung nicht möglich. Die Angriffe erfolgen zum Beispiel durch üble Nachrede, mit Halbwahrheiten oder gezielter Desinformation. Für die Opfer ist das Unerträgliche und Krankmachende, dass sie in eine hilflose Rolle gedrängt werden, in der sie Unrecht erfahren, ohne dass es offiziell als solches geoutet wird⁵ und sie sich nicht wehren können.

Dies wird besonders von Popp⁶ beklagt und er verlangt:

Ein System, das Mitmenschen frustriert, anstatt sie zu motivieren, das auffallend häufig Minderheiten und unbequeme Zeitgenossen beleidigt, anstatt sich argumentativ auseinanderzusetzen, muss als Hauptursache krankmachender Bewusstseinsstörung mit all den fatalen Folgen lokaler Störungen der Mitmenschen erkannt und „geoutet“ werden, bevor aus der Diagnose die rechte Therapie abgeleitet werden kann.

Mangelt es daher an Transparenz oder Kontrolle über Beziehungen, in denen gemobbt wird, gelingt es kaum, zwischen gerecht und ungerecht zu unterscheiden. Daher erleben sich Mobbing-Opfer in einem Machtgefälle, dem sie zunehmend hilflos ausgeliefert sind.

Um Mobbing-Opfer zu verstehen und ihnen zu helfen - sie übernehmen in der Regel die Sündenbock-Rolle, bedarf es - wie von Popp gefordert - des „Outens“ des Systems, in dem Mobbing auftritt.

Gerechtigkeit, Menschenrechte und gesellschaftliche Realitäten

Durch die individuelle und soziale Kompetenz kann das Individuum zwar seinen Spielraum gestalten. Doch sobald die Frage nach gerecht oder ungerecht im Kontext von machtabhängigen Strukturen steht, wird die individuelle Entscheidungsfreiheit wesentlich eingeschränkt.

Das hängt damit zusammen, dass Bewertungen von gerecht oder ungerecht individuell motiviert und im Erleben von der subjektiven Wertetradition des Individuums abhängig sind. Im gesellschaftlichen Kontext muss deswegen die Machtkomponente von Systemen berücksichtigt werden. Diese Macht ist als Definitionsmacht über Situationen und Deutungsmuster zu verstehen. Hier ist für das Individuum schnell die Grenze seines individuellen Gestaltungsspielraumes erreicht, das heißt, es ist auf einen verbindlichen und gerechten Kontext angewiesen, der sowohl als Maßstab einer ordnenden und gerechten Kraft dient als auch für alle am Kommunikationsprozess Beteiligten eine Art Kompass ist. Erst dann entsteht eine ordnende Gerechtigkeit und entfaltet sich Freiheit als positiver Faktor, der Persönlichkeitsentwicklungen fördern kann und gleichzeitig Grenzen berücksichtigt (Freiheit ohne Ordnung führt schnell zum Recht des Stärkeren).

⁴Landesarbeitsgericht Thüringen: 1. Musterentscheidung vom 10.04.2001, Az.: 5 Sa 403/2000

Landesarbeitsgericht Thüringen: 2. Musterentscheidung vom 15.02.2001, Az.: 5 Sa 102/2000

⁵Die Opfer werden (und fühlen sich) systematisch in ihrer Rolle und Situation allein gelassen, isoliert und bleiben auch mit dem subjektiven Empfinden für die ungerechte Behandlung alleine, die objektiv geleugnet, bagatellisiert oder nicht wahrgenommen wird. Dies führt in einen „verrückt-machenden-Kreislauf“.

⁶F.A. Popp (1998): Bewusstsein über Bewusstsein. In: CO`med, Nr. 5, Juni 1998, S. 8.

Dr. Gunther Hübner, Psychotherapeut
Poststr. 2, 65719 Hofheim

Für Menschenrechte und Gerechtigkeit bedeutet das, dass man sich auf gesamtgesellschaftliche Werte einigen muß, die allgemeingültig und sinnstiftend sind und einenden Charakter haben. Erst dann können die Menschenrechte von Individuen wie von Rassen gerecht behandelt werden. Das erfordert zusätzlich, dass sich einzelne Menschen wie gesellschaftliche Gruppen auf verbindliche ethische Maximen im Umgang untereinander festlegen müssen, die dann keiner Beliebigkeit einer machtabhängigen Struktur unterliegen dürfen.