

Inhalt

Macht
Macht, soziales
Melancholie
Monotomie

Macht

In der Bibel ist auf vielschichtiger Art von Macht die Rede. Es wird deutlich, dass Menschen zwar Macht haben können, gleichwohl steht Gottes Allmacht darüber. Besonders das Buch Daniel ist voll von packenden Beschreibungen der Macht Gottes. Immer wieder wird klar gemacht, dass der Mensch selbst keine Macht hat (2Kö 18,20; Jes 36,5).

Gott ist es, der dem Menschen Macht in verschiedener Form geben kann (Ps 118,14; Mk 6,7; Lk 9,1; 10,19; Eph 6,10).

Für den Menschen ist es schwer verständlich, dass Gott auch negative Macht schickt. Dies zeigt aber noch deutlicher seine Allmacht und Souveränität auf (2Thess 2,11).

Macht in Psychotherapie und Seelsorge/Beratung

Seelsorge/Beratung und Psychotherapie sollen in diesen komplexen Rahmen gestellt werden. In der Psychotherapie ist oft die Rede von Allmachtsvorstellungen von Therapeuten. Schmerzvoll ist aber, zu erkennen, dass „bloße Worte nicht genügen als Rat und Macht“. Guter Rat und machtvolle Hilfe bestehen offenbar aus mehr als bloßen Worten. Aus der alltäglichen Psychotherapieerfahrung kann dies nur bestätigt werden. A.T. Beck meinte, dass er psychotherapeutisch neue Wege zu suchen begonnen habe, als er Patienten nach einer mehrjährigen Psychoanalyse fragte, was ihnen nach ihrer eigenen Empfindung geholfen habe. Eine Frau soll ihm geantwortet haben, sein ermutigender Kommentar zu ihrer neuen Frisur sei eines der wenigen Dinge und gleichzeitig das wichtigste, was ihr von einer mehrjährigen Psychoanalyse geblieben sei und ihr, ihrer Beurteilung nach, entscheidend geholfen habe, eine Veränderung zu erleben. Dies bewog Beck, das Konzept der kognitiven Verhaltenstherapie zu entwickeln. Es zeigt gleichzeitig, dass das Praktische, das Lebensnahe und das Konkrete im Gespräch wichtige Eckpfeiler darstellen. Diese Art, auf Menschen zuzugehen, lässt sich auch aus den verschiedenen in der Bibel beschriebenen Begegnungen zwischen Jesus und vielen Menschen ableiten. Psychotherapie und Seelsorge/Beratung müssen immer wieder der Prüfung unterzogen werden, ob sie nicht nur bloße Worte sind. Unsere Macht ist nicht groß, und wir bleiben immer abhängig von Gott, ob wir dies anerkennen oder nicht, ob wir dies wissen oder nicht.

Machtmissbrauch in Psychotherapie und Seelsorge/Beratung

Als weiterer Aspekt der Macht soll deren Missbrauch ernst genommen werden. Besonders in christlichen Kreisen wird menschliche Macht eingesetzt, um Menschen an sich und/oder an eine Gemeinschaft/Kirche zu binden. Noch subtiler ist der Machtmissbrauch in Psychotherapie und Seelsorge/Beratung. In einer Beziehung mit einem eindeutigen Machtgefälle sind Hilfesuchende besonders gefährdet. Doch auch die Helfer können der Versuchung erliegen, die ungleichen Machtverhältnisse auszunutzen. Diese Problematik tritt in den letzten Jahren immer häufiger ins Blickfeld; allerdings wurde sie in christlichen Kreisen bislang noch wenig diskutiert.

Mit Modellen der Transaktionsanalyse - und auch anderer psychologischer Modelle – lässt sich feststellen: Helfer sind oft Helfer aufgrund eigener, unbearbeiteter Konflikte. Sie bieten Hilfe an, ohne darum gebeten worden zu sein, was auf tiefgreifende symbiotische Bedürfnisse hinweist – Versuch, andere an sich zu binden, ohne dass diese davon etwas merken sollen; Missachtung der Autonomie des anderen. Eine helfende Tätigkeit – und dazu gehören

Seelsorge/Beratung und Psychotherapie – wächst oft auf dem Boden eigener Bedürftigkeit, eigener innerer Vereinsamung, eigener innerer Angst und Unsicherheit. Sie verschiebt sich das Ziel der Hilfe weg von der Not des Betroffenen und hin zur Not des Helfenden. Dies kann sich über Jahre so verhalten, ohne dass beide Seiten dies realisieren. Es ist möglich und wahrscheinlich eher häufig, dass sich Helfer dieser eigenen Problematik gar nicht bewusst sind. Die Folge einer solchen Therapiekonstellation ist, dass nicht mehr an einer Lösung für das ursprüngliche Problem – die Not des Hilfesuchenden – gearbeitet wird. Es ist deshalb wichtig, als Helfer die eigenen Motive zu kennen, warum man gerade diese Tätigkeit ausüben möchte.

Dr. Peter Buess-Siegrist, CH-Binningen

Macht, soziales

(vgl. Macht)

Der Grad an sozialer Macht ist dadurch bestimmt, inwieweit ein Individuum dank seiner Position oder seinem Status innerhalb einer bestimmten Gruppe die Fähigkeit oder den Einfluss besitzt, andere Individuen derselben Gruppe zu kontrollieren, ihnen bestimmte Verhaltensweisen vorzuschreiben und Gehorsam abzuverlangen.

Neuere Forschungen haben ergeben, dass das Ausmaß an sozialer Macht weniger durch bestimmte Persönlichkeitsmerkmale bestimmt ist, sondern mehr von spezifischen sozialen Beziehungsmustern innerhalb der Gruppe. Auch umgekehrt bestimmt soziale Macht die Wege der sozialen Kommunikation und die Verteilung sozialer Belohnungen und Aufgaben. Wir können drei Merkmale herausarbeiten, die das Ausmaß sozialer Macht bestimmen:

Die Vielfalt der materiellen und immateriellen Mittel, die einem bestimmten Individuum innerhalb der Gruppe zur Verfügung stehen, um mit ihnen Belohnungen zu verteilen und Aufgaben einzufordern. Je mehr Mittel einem Individuum zur Verfügung stehen, umso größer ist seine soziale Macht. Der jeweils von anderen Individuen derselben Gruppe zugemessene Wert dieser Mittel wird bestimmt durch die *Abhängigkeit* der Gruppenmitglieder von diesem Individuum. Diese Abhängigkeit ist wiederum bestimmt von der *Anzahl der möglichen Alternativen*, die für Gruppenmitglieder quasi als Ersatzbelohnung oder als alternative Betätigungsfelder zur Verfügung stehen. Je mehr alternative Betätigungsfelder oder Belohnungen einem Individuum zur Verfügung stehen, desto weniger empfindet es die soziale Macht eines anderen.

Das Ausmaß der sozialen Macht eines Sektenführers begründet sich beispielsweise dadurch, dass dieser die Möglichkeit hat, Aufgaben an bestimmte Gruppenmitglieder zu delegieren und Belohnungen – beispielsweise in Form von Beförderungen, Lob vor der Versammlung, Steigerung des Lebenskomforts eines bestimmten Mitgliedes usw. – zu verteilen. Die Sektenmitglieder sind in hohem Maße vom Führer abhängig, was seine soziale Macht steigert, weil es für sie – beispielsweise aufgrund ihrer Isoliertheit von anderen Gruppen – keine alternativen Belohnungsmöglichkeiten oder Betätigungsfelder gibt.

Betroffene in der Psychotherapie und Beratung

Opfern überstarker Machtausübung kann häufig dadurch geholfen werden, dass man in einen der drei o.g. Punkte, die soziale Macht bewirken, eingreift und den Teufelskreis, den sie bewirken, unterbricht. So könnte eine Hilfestellung lauten, Möglichkeiten für Betroffene zu suchen, wie sie alternative soziale Belohnungen erlangen können. Es könnte auch dadurch geschehen, dass man den Einfluss der missbrauchenden Person oder die Qualität der Mittel, die diese einsetzt, beispielsweise in einer Kognitiven Therapie mindert.

Melancholie

Das Wort Melancholie – Schwarzgalligkeit – deutet auf die Herkunft aus der klassisch-griechischen Medizin hin. Hippokrates – ca. 460-377 v.Chr. – hatte mit seiner Humoraltheorie sowohl eine Krankheitslehre als auch eine Temperamentenlehre entwickelt. Er nahm an, dass die damals bekannten Körpersäfte – Blut, schwarze Galle, gelbe Galle und Schleim – bestimmten Persönlichkeitstypen zuzuordnen seien, die auch im Zusammenhang mit den klimatisch-geographischen Umweltbedingungen zu sehen sind. Die Mischungen, = Temperamente -, die dann besonders von Galen – 129-199 n.Chr. – beschrieben worden sind, führten zu 4 idealtypischen Persönlichkeitstypen mit bestimmten Merkmalen: Sanguiniker – optimistisch, emotional positiv gestimmt, gesellig -, Melancholiker – pessimistisch, negativ gestimmt, ungesellig -, Choliker – leicht erregbar, unbeherrscht, aktiv – und Phlegmatiker – schwer erregbar, langsam, untätig. Entsprechend der Humoralpathologie führt die krankhafte Vermehrung der schwarzen Galle zu seelischem Leiden.

Im Mittelalter kam es zu einer bis heute in manche christlichen Kreise hineinreichenden schwerwiegenden Fehldeutung der Lehre von den Körpersäften: Weil bei melancholischen Menschen oftmals auch der Glaubensleben durch die Gefühlsstimmung verändert ist, war für die Mystikerin Hildegard von Bingen die schwarze Galle kein natürlicher Körpersaft mehr, sondern ein diabolisches Gift, das durch die Adern rinnt, und Thomas von Aquin weist der Melancholie einen Platz unter den Todsünden zu, weil sie das geistliche Leben aufhebt, das in der Liebe gründet, durch die Gott in uns wohnt. Vor diesem Hintergrund gesehen ist erklärbar, warum die Melancholie bzw. insbesondere auch ihre schwerere Ausprägungsform, die Depression, heute noch oftmals im Zusammenhang mit Sünde gesehen wird. Immer wieder taucht aber auch – im Anschluss an Theophrast – die Kombination bzw. Verschränkung zwischen Melancholie und Genialität auf. Man kann außerordentliche Leistung verbunden mit gleichzeitigem Weltschmerz sowohl in der Literatur als auch der Kunst oder in der Musik leicht nachweisen.

Offenbar hat Hippokrates ein einsichtiges Modell der Persönlichkeitsstruktur dargestellt, denn es hat sich bis in unser Jh. hinein in groben Zügen erhalten, und es gibt auch eine Reihe von Persönlichkeitstests, die sich auf diese Grundideen beziehen – z.B. das Eysenck-Persönlichkeitsinventar oder Teile des bekannten Freiburger Persönlichkeitsinventars usw.

Versucht man einige Kriterien zur Beschreibung des melancholischen Menschen zu finden, dann zeigt sich immer wieder die Nähe zur Depression. Vereinfacht könnte man davon ausgehen, dass es eine stetige Zunahme der Symptome ist, die vom traurigen Menschen über den seelisch verstimmt zum melancholischen bis hin zum depressiven führt. So gesehen fällt es schwer, eine präzise Abgrenzung zur Melancholie zu finden. Man findet zwar in der diagnostischen Literatur – z.B. dem ICD 10 bzw. DSM IV – Kriterien zur Beschreibung der Depression, nicht jedoch für die Melancholie. Tellenbach gibt für den Typus Melancholicus eine Zusammenfassung, indem er auf die Klärungsversuche einzelner psychologischer Schulrichtungen eingeht. So zeigt die Psychoanalyse bei der Melancholie eine erhöhte Schuldempfindung des Gewissens und rückt sie mit den Merkmalen Ordnung, Reinlichkeit, Eigensinn und Trotz, im Wechsel mit abnormer Nachgiebigkeit und Übergüte, in die Nähe der zwangsneurotischen Persönlichkeitsstruktur. Kretschmer beschrieb Arbeitsstreu, Gewissenhaftigkeit und Fleiß, verbunden mit der Gefährdung, durch kritische Situationen in Melancholie zu fallen. Der Japaner Shimoda sieht eine bestimmte Prädisposition zur Melancholie dadurch gegeben, dass der Melancholiker die Neigung hat, an den Gedanken und Gefühlen haften zu bleiben, was ihn dazu führt, angefangene Pflichten höchst verantwortliche durchführen zu müssen, vorbildlich, ordentlich, ehrlich und ernst zu sein – bis an den Rand der

Erschöpfung. Man kann hier recht deutlich auch einen Zusammenhang der Melancholie mit dem Typus value achievement – Wertleistung – entdecken, von dem objektive Ergebnisse seiner höheren Leistungsmotivation bekannt sind. Weitere Kennzeichen der Melancholie sind die engen und oftmals symbiotischen Beziehungen zu nahestehenden Menschen, so dass eine Trennung – Tod, Scheidung, Trennung von Kindern, Auszug aus der Wohnung usw. – als sehr schmerzhaft empfunden wird. Der Schwerpunkt dieser Beziehung liegt jedoch nicht in einer selbstlosen Nächstenliebe, sondern in der Leistung und Erfüllung der Normen begründet – der ständig arbeitende Vater, die sich aufopfernde Mutter. Deshalb ist dann auch die eigene Krankheit bedrohlich, weil die Einhaltung der selbst vorgegebenen Ordnungen nicht mehr möglich ist. Man kann bei einer derartigen Überidentifikation im Sinne des Dienens geradezu von einer Flucht in die Rolle sprechen, bei der der Fliehende jedoch seine persönliche Identitätsentwicklung hinter sich lässt.

Mit den Ergebnissen der neueren Forschung sind Zusammenhänge zwischen Melancholie und Kodependenz bzw. Suchtverhalten deutlich sichtbar, auch im Sinne des hilflosen Helfers oder „Wenn Frauen zu sehr lieben“.

Zusammengefasst gesehen ist Melancholie keine Krankheit, wohl aber eine Gefühlsdisposition, die in Richtung der Depression führen kann. Mit den heutigen Erkenntnissen ist es nicht möglich, von einer eindeutigen Beschreibung des Melancholikers auszugehen, weil jeder Mensch mehr oder weniger diese Persönlichkeitsanteile zeigt und alle Übergangsformen möglich sind. So gesehen sind auch Beschreibungen von biblischen Persönlichkeiten wenig hilfreich, weil die Extremausprägungen nur äußerst selten vorkommen. Zur psychologischen Beratung wird auf den Abschnitt Depressionen verwiesen.

Monotonie

(monotony)

1. Eintönigkeit des Erlebens bzw. Verhaltens, z.B. Sprechen ohne Veränderung des Tonfalls oder der Geschwindigkeit.
2. Bezeichnung für den Umstand, einer Situation ausgesetzt zu sein, die sehr wenige oder gar keine Veränderungen aufweist bzw. Bezeichnung für die Förderung nach einem fortdauernden Handeln oder Reagieren in ein und derselben Weise über längere Zeit hinweg. Es kommt dabei zu einem Abfall der psychischen Wachheit bzw. zu ermüdungsähnlichen Erscheinungen und Sättigungsphänomenen.

(Quelle: Psychologie)