

## VON DER „LUST“ OPFER ODER HELFER/HEILER (HELD) ZU SEIN...

Obwohl Menschen Individuen sind, zeigen sie doch sehr ähnliche Verhaltensmuster - dies vor allem auch im Kollektiv. Ereignisbrüche greifen in das Leben von Menschen ein - kleinere und auch gravierendere Einbrüche verändern das Bild von sich, vom Leben, von der Vergangenheit und Zukunft... und vom Menschen ganz allgemein. Manchmal ist solch ein Ereignis aber auch Auslöser, um überhaupt erst ein „Selbst- und Weltbild“ zu ergründen. Ein traumatisierter Mensch ist auch dadurch gekennzeichnet, dass er *vorher* und *nachher* unterscheidet.

Die Entwicklungspsychopathologie (Cicchetti u. Garmezy, 1993, und auch Hetzer, 1937, wie Freud, A., 1969, Lösel, 1998...) haben danach gefragt, wie Menschen in und nach besonders belastenden Lebenslagen das Ereignis verarbeiten und daran reifen. Auch in einer eher populärwissenschaftlichen Publikation von Schneider (1992) beschäftigt sich dieser Autor mit den „Heldenmythen“ solcher Personen, die in unsere Geschichtsbücher eingegangen sind (diese Menschen waren zu ihrer Zeit übrigens ausgesprochene „Kotzbrocken“ für ihre Mitmenschen; ob nun Goethe, Napoleon,...ob es sich um Musiker oder andere Künstler handelt).

Menschen fasziniert das Schicksal anderer Menschen; man erzählt sich davon; oft noch nach vielen Generationen. Hierbei sind „Heldengeschichten“ sehr viel beliebter als „Opfergeschichten“. Haben wir nicht alle insgeheim den - oft eben nicht eingestandenen - Wunsch, „Held“ einer besonders dramatischen Geschichte zu sein? Oder genießen wir es eher, bedauert und getröstet zu werden? Vielleicht gelingt es aber - gerade in der Person eines/r Psychotherapeuten/in - auch beide Gefühle gleichzeitig zu erleben? Sind nicht „Heiler“ auch „Verwundete“? In ihren Systemen oder in ihren gesellschaftlichen Strukturen erlitten sie häufig massive individuelle Wunden. Sind ihre Karrieren

nicht oft Geschichten einer individuellen und gesellschaftlichen Wunde schlechthin? (Gathmann, Semrau-Lininger 1996 S. 43 ff). Als Helfer tröstet man Opfer durch den qualifizierten Beistand - und „genießt“ so gleich, vom anderen (Laien) für „diese schwere Arbeit“ bedauert oder vielleicht „nur“ bewundert zu werden...

Warum neigen Menschen dazu, so gern die Opferrolle einzunehmen und zu behalten? Wenden wir uns der Thematik „Opfer“ zu.

### DER MENSCH ALS OPFER

Wir sprechen heute sehr schnell von Opfern und nehmen diese Rolle auch für uns persönlich in Anspruch: Wir sind Opfer einer (verfehlten?) Gesetzgebung, wir sind Opfer der Umstände oder besonderer Lagen. Kinder werden Opfer brutaler Vergewaltigung oder Geldmacher; politische Opfer flüchten aus ihren Heimatländern und werden hier zugleich als Wirtschaftsflüchtlinge bezeichnet; Folteropfer, Verkehrsunfall-Tote und (noch viel mehr) Suizide klagen als Opfer die Gesellschaft an. Umweltkatastrophen und große Schadensereignisse „produzieren“ Opfer; und heute ist die Opferthematik PTSD (posttraumatische Belastungsstörung) en vogue. Zu solchen Opfern zählen sowohl Schwerverletzte wie deren Angehörige, Frauen nach Vergewaltigungen oder Menschen ganz allgemein nach Gewalterfahrungen, aber auch zunehmend Helfer, die mit ansehen und erleben mussten, wie Schreckliches geschah. Hier wird es besonders problematisch, wenn die Helfer nicht helfend eingreifen konnten.

Wir sprechen von Opfern der Steuerreform, der „Vereinigung“, der Bebauungsplanregelung in einer Gemeinde, der globalen Wirtschaftsentwicklung oder der Politik und der Missachtung der Menschenwürde ganz allgemein... Frauen erleben sich als Opfer in einer Männergesellschaft und die Arbeitslo-

sen werden hingenommen (also: geopfert?!), damit die Ökonomie stimmt. Wir haben heute mehr Mobbingopfer als je... und die Opferbetreuungsorganisationen sprießen wie Pilze aus dem Boden...

### HISTORISCHES ...

Opfer - „operai“ war ursprünglich: einer Gottheit zu dienen, sie also gnädig zu stimmen. Man brachte Opfer dar - und tut es auch heute noch. Sachen, Pflanzen, aber eben auch Menschen oder Menschenteile wurden dargebracht; Kriegsgefangene und Jungfrauen, Kinder und Witwen wurden und werden geopfert, um Vorteile zu erheischen. Im Christentum soll durch das Opfer des Kreuztodes Jesu ein- für allemal die menschliche Sünde vergeben sein.

Dieses Verständnis von Opfer ist in unserer heutigen Zeit eher abgelöst von der Vorstellung „unschuldig“ etwas erlitten zu haben oder (noch) zu erleiden, gegen das man sich vehement zur Wehr setzen möchte.

Wer Leben lebt, es „konsumiert“ oder durch ein plötzliches (unerwartetes und überstarkes) Ereignis „aus der Bahn“ geworfen wurde oder wird, erlebt - psychologisch betrachtet - eine tiefe Kränkung und Verunsicherung; die Folge kann sein: Leid, Schock, Kontrollverlust und das Empfinden des Ausgeliefertseins. Man erlebt sich als Opfer. Irgend etwas ist in das Leben des Menschen eingebrochen, was die Kontinuität aller Abläufe durcheinander bringt. Der „Ereignisbruch“ wird seinen Knotenpunkt im Leben dieses Menschen - und seine weitere, seelische Befindlichkeit, sein Wohlbefinden und seine Leistungsfähigkeit in Zukunft davon abhängig machen, wie er dieses Ereignis in seine Biographie einbauen kann und will.

Im Gegensatz zum Menschen früherer Jahrzehnte und Jahrhunderte scheint der „moderne Mensch“ ein Verständnis von Leben entwickelt zu haben, das darin gipfelt, dass er eigentlich alles beherrschen und dass alles „ordentlich“ sein müsse. Alles soll vorhersagbar sein und den selbsterstellten Regeln gemäß funktionieren... Ohne die oben angesprochenen, sehr unterschiedlichen „Opfer-Typen“ in einen Topf werfen zu wollen, ist aber wohl doch eine Gemeinsamkeit festzustellen: Andere Menschen bzw. der Staat sollen das Geschehen verur-

teilen, die Folgen mindern und die „Täter“ bestrafen, zumindest die auslösenden Bedingungen „humanisieren“. Übernationale Menschenrechtsorganisationen weisen immer wieder auf elementare Verletzungen der Menschenrechte durch jene hin, die solche Resolutionen ja selber unterschrieben haben! Armut und Kindersterblichkeit, aber auch (Kinder-) Kriminalität könnten besser bewältigt werden; denn kriegerische Auseinandersetzungen schaffen rund um den Erdball täglich Tausende von unschuldigen Opfern. Wirtschaftsgiganten vertreiben Eingeborene, weil in oder unter ihren Wäldern Rohstoffe schlummern... Bäume, Landschaften, aber eben auch Menschen werden geopfert! Die Plünderer rechtfertigen ihre Taten durch die Duldung der Öffentlichkeit! Hilflose Opfer finden kaum ins Wort oder ins Bild, wenn ihnen nicht Hilfsorganisationen dazu verhelfen. Nicht nur die einzelnen Menschen, sondern auch Parteien und Regierungen scheinen zunehmend hilflos zu sein gegen verantwortungslose „Beutemacher“.

*Psychobiologisch* sind Opfer „Ballast“ für die jeweilige Sozietät. Wenn auch bei allen höheren Tieren instinktive Programme zur Verteidigung der Jungen greifen, werden doch diejenigen, die „nicht mehr zu retten sind“, fallen- oder allein gelassen. Der Verletzte oder Gehunfähige Sippenangehörige wird als Behinderung des Kollektivs erlebt... Angegriffene werden dann in sinnvoller Solidarität verteidigt, wenn sie für die Horde noch attraktiv und wichtig sind, oder wenn sie besonderen Respekt erfuhren - hat er sich aber ggf. fahrlässig, unvorsichtig oder gegen die Regeln aus dem Schutz der Herde bzw. des Schwarms begeben, wird er in der Natur, die wir „verlassen“ haben und zu der wir doch gehören! „geopfert“ (vgl.: Gespräch „mit Lida Cosmides“). Ist das Opfertier eben zugleich auch das Beute- und Nahrungstier des potenziellen Feindes, der davon lebt. Und es scheint so, als würde unser unausgesprochenes Denken, dass selber schuld hat, wer sich nicht rechtzeitig „in Sicherheit bringt“, daher rühren? oder: Wer sich in Gefahr begibt, muss damit rechnen, in ihr umzukommen...? Eine merkwürdige Gleichgültigkeit gegenüber Opfern fände hier eine bedingte Erklärung (Aids-Kranke berichten über diese Einstellung genauso wie Opfer von Flutkatastrophen,

Vergewaltigungen oder von Kriminalität in Slums südamerikanischer oder indischer Großstädte...).

In unserer (immer noch) *christlich* geprägten Welt hat das Opfer eben auch eine ganz andere Bedeutung: durch das Kreuzigungsopfer Jesu hat das Opfer etwas Heiliges, zumindest Bewundernswertes, Bewundernswürdiges bekommen. Im politischen Bereich muss man sich nur den „Opfer-Kittel“ überstreifen, um volle Aufmerksamkeit und ggf. Solidarität zu erfahren. Medien-Moderatorinnen spielen mit fremdem und sogar mit eigenem Leid, um die Einschaltquoten zu erhöhen. Opfer erfahren - aus der Ferne betrachtet - zurzeit hohe Aufmerksamkeit. (Wir sehen am sicheren Ufer des Stroms stehend, einem Ertrinkenden zu. Er kämpft um sein Leben - und wir wünschen ihm von Herzen, dass er's schaffen möge. Aber - bitte sehr - er möge sich ja nur ans andere, nicht an unser Ufer retten...! Ist daran etwas „christlich“?!).

Sich an der (Staats- oder Konzern-) Spitze als Opfer von Verleumdungen, übler Machenschaften oder gar rassistischer Verfolgung zu präsentieren, garantiert zunehmend, dass Mitleid geäußert wird und dass Gerichte den „Beschuldigten“ vielleicht mit besonderer Vorsicht behandeln. Steuersünder sind sich (nach Robin-Hood-Ideologie) der Solidarität der Massen in Deutschland sicher. Wer Unterdrückung und System-Verfolgung glaubhaft machen kann, wird mit Samthandschuhen angefasst... (natürlich ist hier die Gratwanderung zu den Asylsuchenden äußerst heikel und schwierig).

Selbst in der Psychologie greifen wir immer wieder (vor Gericht) das - Entschuldigungsprinzip - der „schlechten Kindheit, der schwierigen Verhältnisse...“ auf, um damit einiges zu entschuldigen. Meines Erachtens ist aber dadurch manches zu erklären, nicht aber unbedingt zu entschuldigen!

Daneben gibt es besonders opferlatente Berufe: Not-Ärzte und Rettungspersonal, Polizisten, Soldaten, Piloten und Bankangestellte, Löwenbändiger und Berufskraftfahrer, Bergsteiger und Rennfahrer... Auch wenn diese Berufsgruppen oft hoch professionell sind, zeigen sie doch genau so oft Handlungs-Defizite, wenn ihnen denn etwas „Schlimmes“ widerfährt. Dann sollen Versi-

cherungen, „der Staat“ oder die Solidargemeinschaft für den Schaden aufkommen!

In unserer Medien-Welt sind Opfer natürlich auch immer interessant; als Interview-Partner und Talkshow-Gäste sind sie hochwillkommen. Ihnen gehört die gesamte Aufmerksamkeit - und an ihrem Schicksal kann man den „bösen“ Gegenpart erkennen, den man - natürlich - bekämpfen muss. Diese Opfer „verdienen“ unser Mitgefühl; der Schadenersatz ist ihnen - materiell - sicher! Auch Rundfunk- und Fernsehgesellschaften zahlen Opfern und Katastrophenbeteiligten oft Unsummen für ihre „Story“. Natürlich gibt es auch unverschuldete Opfer. Was geschieht mit ihnen in unserer Gesellschaft? Der „Weiße Ring“ macht sich - wie auch andere Opferorganisationen - zum Fürsprecher der „Verbrechens-Opfer“. Aber ist das denn nicht eigentlich fürchterlich? „Organisationen“ müssen tun, was uns menschliche (und christliche) Pflicht sein sollte?! Oder ist es doch nicht sehr natürlich, dass Betroffene, Angehörige und besonders sensible Mitmenschen solche Hilfs-Dienste organisieren? Ist hier nicht das uralte Prinzip der Solidargemeinschaft voll funktionsfähig? Sind wir als Einzelne nicht letztlich völlig überfordert, allen Opfern um uns herum Hilfe zuteil werden zu lassen? Ist nicht die scheinbare Herzlosigkeit doch nur ein Ergebnis totaler Überforderung? Und erwächst uns nicht - urmenschlich - eine „klammheimliche Freude“, wenn es denn einen anderen und nicht uns traf? Noch dazu, wenn wir in eben diesem anderen einen möglichen - Mit-Verursacher für unser Nicht-So-Wohlbefinden sehen oder gezeigt bekommen?

Da unser Wirtschaftssystem ständig mit der Unzufriedenheit als Wachstums-Anreiz operiert, muss man auch ständig „Behinderer der Zufriedenheit“ ausmachen und benennen. Dabei geschieht überall dasselbe: Man zeigt mit dem Finger auf „die da“ und merkt nicht, dass gleichzeitig drei Finger auf einen zurückweisen! Die Polizei, „der Staat“... werden verantwortlich gemacht, wenn das Schlimme geschieht. Die Gewerkschaften oder „die Arbeitgeber“... sind schuld! Im internationalen Geschäft werden ebenfalls ständig „Sündenböcke“ gefunden und gejagt! Und es ist die einfachste Form, den Verursacher zu externalisieren! Das schlechte Gewissen, das ja in Wirklichkeit nur das

„gute Gewissen“ ist, wird in Unverantwortlichkeit verwandelt. Das Prinzip der Mit-Verantwortlichkeit für alle gesellschaftliche Prozesse geht in breiten Gesellschaftsschichten zunehmend verloren. Modelle „in Industrie- und Politik, bei Versicherung und Behörden“ sorgen als „Cleverles“ erst einmal für das eigene Fettwerden! Führungspersönlichkeiten als „moralische Wegweiser“ in Politik, Wirtschaft und Wissenschaft sind absolut rar!

So werden - z. B. bei Spendenaffären - immer mehr schuldig und decken Schuldige, damit sie selber nicht aus der Deckung gerissen werden! Die in der Gesellschaft „produzierten Opfer“ sind oft die Folgen von unendlichen Schlampereien und Nachlässigkeiten, von Überheblichkeit und arroganter Gleichgültigkeit. Die leidgeplagten Opfer warten, leiden; sie beginnen sich zu schämen, geraten in Zorn und Wut, ziehen sich zurück... oder sie erarbeiten sich ihrerseits eine „Selbstbedienungs-Mentalität“, manche werden kriminell. Und wer sieht, wie Opfer „von Staats wegen“ behandelt werden, sieht zu, ja nicht selbst Opfer zu werden - es sei denn, es würde sich wirklich - lohnen -. Dies ist das „doppelte Spiel“: einerseits gebietet uns unser humanes Selbstverständnis, dass wir uns um „unschuldige“ Opfer kümmern und andererseits soll das System nicht durch „zu gute Behandlung Nachahme-Opfer“ heranbilden!

### SICHERHEITSGEFÜHL UND OPFER

Hersteller von Autos versprechen immer mehr Sicherheit und eine psychologische Konsequenz daraus ist, dass immer riskanter gefahren wird. Große Hotels oder Fährschiffbetreiber suggerieren, dass nichts geschehen könne - also ist man auch nicht mehr besonders vorsichtig! Hochgebirgs- oder Wüstendurchquerungen, Gipfelbesteigungen oder Trekking-Touren werden mit Führern oder Animatoren angeboten: Jetzt glaubt jeder „Depp“ mitgehen zu sollen; denn „die da“ haben ja gefälligst die Verantwortung zu übernehmen. Und wenn ich einen teuren Golf-Trainer „miete“ und bezahle, möchte ich auch die Garantie haben, dass mir das was bringt - ob ich mich nun anstrenge oder nicht, darf ja wohl nicht das einzige Kriterium sein! Wir glauben, Sicher-

heit „kaufen“ zu können. Wir meinen, dass „die Regierung“ uns vor allen Widrigkeiten zu schützen habe. Und so werden jene Opfer der Gesellschaft, die „denen da oben“ glauben, dass der Wohlstand weiter wächst, dass die Arbeitslosenzahl innerhalb kürzerer Jahre zu halbieren sei, dass die Renten sicher seien, dass man die modernen Seuchen in Kürze im Griff haben wird usw.... Vielen Menschen wird schlichtweg ihr schlichter Glaube zerstört; und „die Kirche“ ist auch nicht besser!...

Die Mehrheit in unserer Gesellschaft scheint sich zunehmend in einer „Opfer-Rolle“ zu erleben. Das äußert sich wohl vorwiegend in der Handlungs-Unwilligkeit oder -Ohnmacht! „Was soll ich denn da tun?!“ Und diese Opferrolle wird dann auch gleich noch gekoppelt mit einer „Rechthaber-Mentalität“; nichts ist so zersetzend wie selbstgerechte Selbstgefälligkeit! Aus diesem Gefühl heraus glaubt man dann auch kritisieren und angreifen zu dürfen. Die Attribuierungstheorie beschreibt diese „Zuschreibungs-Ideologie“ als das Ablenken von sich selber: Die anderen haben schuld!

Es gibt keine Sicherheit! Jeder kann Opfer werden!

### WENN OPFER TÄTER ODER TÄTER OPFER WERDEN

Wir sind von unserem allgemeinen Verständnis so darauf „programmiert“, dass Täter und Opfer zwei gänzlich unterschiedliche Personen sein müssen - dass wir dann auch diese Trennung vornehmen: Der Täter ist böse und das Opfer sei gut, zumindest zu bedauern. Da wir klare Strukturen wünschen, wollen wir auch gar nicht wahr haben, dass Täter und Opfer sehr wohl in einer Person zugleich oder doch zumindest nacheinander vorkommen (können). Die Victimologie (Lehre vom Opfer) lehrte uns, dass Opfer sehr wohl Täter werden können und dass eben manch ein Täter zuvor in derselben Sache Opfer war. Dieses Dilemma ist viel alltäglicher als wir annehmen.

- Ein LKW-Fahrer übermüdet kurz vor Feierabend, fährt nach - zigtausend km unfallfreiem Fahren - in eine Fußgängergruppe; dabei sterben drei Kinder, eine Frau, mehrere Personen sind schwer verletzt.

- Der seit Jahren von seinem Vater gequälte, gedemütigte und seelisch „verkrüppelte“ Sohn erschlägt diesen Vater, als er wieder einmal im Alkohol-Rausch die Mutter schlägt.
- Im Krieg zwischen Israel und Palästinensern kann man längst nicht mehr unterscheiden, wer Täter und wer Opfer ist.
- Ist nicht auch ein Mobbing-Opfer „in vielen Fällen“ (zumindest anfangs!) mitbeteiligt an dem üblen Geschehen, was die Gruppe veranstaltet?
- Wo man das Gerücht über „das Böse“ (weiter) streut und dann selber Opfer wird....
- Kindersoldaten...

In unserem naiven Verständnis gehört unsere Sympathie immer dem Opfer - und den „Täter“ verurteilen wir längst, bevor seine wirkliche Täterschaft bewiesen ist. In allen Lebenssituationen neigen wir dazu, in „Schwarz-Weiß-Kategorien“ zu denken: Die große Grauzone der Vermengung von Erleiden und Tun ist uns unheimlich. Je schlichter jemand geistig strukturiert ist, um so eher möchte er „klare Verhältnisse“!

Und wir sprechen rasch von Schuld und „verhängen“ Strafen über den, den wir für schuldig halten. Wir glauben sogar, dass es ein „gesundes Volksempfinden“ gäbe und/oder, dass es eine „göttliche Gerechtigkeit“ geben könnte! Das sind eher Hoffnungen und Wunschvorstellungen als Realitäten. Das Leben ist nicht so einfach, nicht so gerecht, nicht so harmonisch... Die Menschen sind nicht so (gerecht, schön, hilfreich, edel..., aber auch nicht so schlecht, böse, gemein...), wie uns das manche „Experten“ weis machen wollen!

Die Verflechtung von Täter- und Opferschaft ist viel komplizierter, als wir das manchmal verstehen. Ein Wechselspiel, dessen Melodie wir nicht so recht erkennen - aber deswegen durchaus spüren, dass sie vorhanden ist. Und gruselt nicht jeder Organisation insgeheim vor den Dämonen, die sie selbst geschaffen hat? Gerüchte und „Hexen-Verbrennungen“, die Inquisition wie die Denunziation in autoritären Systemen... Noch nie haben solche Systeme des Terrors langfristig überlebt! Wo Regierungen als Täter gegen ihr eigenes Volk auftreten, werden die „Opfer“ solcher Willkür über kurz oder lang sich erheben.

## HELDEN, HEILER, HELFER

Helden, Heiler, Helfer... jede Sozietät benötigt Helden. Helden werden vorgegeben - aus grauer Urzeit bilden sie das „lebende Beispiel“ dafür, dass die Welt der Finsternis entrissen wurde. Helden haben ihr Volk vor der Übermacht der Feinde gerettet - und der eingesetzte Führer bekam (und bekommt immer noch!) einen „Vertrauensvorschuss“, der ihn fast verpflichtet, Leistung zu bringen. Auch der einzelne Mensch will Helden; Jungen wollen Helden werden (und Männer wollen solche sein!), Mädchen wollen ihren Helden möglichst heiraten...(?) Ein Clan, eine Sippe, eine Horde, ein Volk... benötigt Helden, auf die sie das Starke, Gute... projizieren können.

Der Mensch ist im Extremfall zu zwei grundsätzlichen Verhaltensweisen anderen Menschen gegenüber fähig: „Hosianna oder kreuzigt ihn“: Helden werden „vergöttert“ oder als „Anti-Held“ „verteufelt“. Helden sind Objekte der Ehrung (Ver-Ehrung), sie sollen Ordnung und Sicherheit stiften und haben zunehmend in unserer Unterhaltungs- und Fun-Kultur auch Ablenkungscharakter und sollen positive Projektionsflächen bilden. Nicht immer sind Helden politische Führer; im Gegenteil: Politische Führer machen „Helden“; geht eine von ihnen verantwortete Mission schlecht aus, werden die Toten posthum zu Helden (Kriegseinsätze, Challenger- und Columbia-Flüge, Martyrer...) erklärt. So werden dann Helden eigentlich die Opfer von verantwortungslosen „Tätern“!

Psychoanalytisch gesehen will jede menschliche Sozietät einen Führer oder Verführer, man möchte anhimmeln... Der Tüchtige, die Schöne, der Starke oder das Außergewöhnliche, das Geheimnisvolle... wird verehrt. Immer hat man versucht „Lichtgestalten“ nachzuzeichnen. Alle Gruppierungen in allen Gesellschaften pflegen ihre kleinen und großen Helden - mögen das politisch aktive Menschen (gewesen) sein, Intellektuelle/Wissenschaftler, Sport- oder Musikstars... Die gelaufenen Castings im Fernsehen für „Jungstars“... bringen diese Tendenz zu einem zwischenzeitlich lächerlichen Höhepunkt...

Die eingesetzten „Helden“ kennzeichnet oft, dass sie im Allgemeinen gar keine Helden sein wollen. Ihnen ist aber auch ge-

meinsam, dass sie „ihre Sache“ voll, ausschließlich und in Meisterschaft betreiben (in unserer Mediengesellschaft werden allerdings auch Vorzeige-Helden promotet und kommerziell missbraucht...).

Wir vergessen leicht die „alltäglichen Helden“ (wenn das in sich nicht ein Widerspruch ist!?) in unserer unmittelbaren Umgebung: die Sonderschullehrerin, die auch noch ihre gelähmte Mutter pflegt; die in ihrem Heimatland gefolterten Asylsuchenden, die jetzt unter primitivsten Umständen versuchen, ihr Leben und das ihrer Kinder trotz Anfeindungen würdig zu gestalten; den Polizeibeamten, der die eigene Lebensbedrohung bewusst zur Rettung eines Menschen nachordnet... Alle „Retter“ unter schwierigen Umständen werden fast unhinterfragt zu „Helden“. Das kann öffentlich geschehen, bleibt aber oft auf die Berufssparte bezogen.

Einerseits verträgt das „Heldische“ in unserer Vorstellung nichts Inflationäres, andererseits steckt in uns allen dieser unklare Wunsch, uns von allen anderen Menschen zu unterscheiden; ja besser zu sein, als jene, auf die wir gerne herabschauen würden... Der Hinweis auf Eliten sei hier gestattet.

So wird der Held wohl im Wesentlichen von den anderen „gemacht“ oder „eingesetzt“. Es sind Menschen, die aus dem Mittelmaß herausstraten; *Helfer und Heiler sind meist selber „Verwundete“ in ihrer Kindheit und Jugendzeit gewesen (vgl. Gathmann u. Semrau-Lininger). Aus eigener Erfahrung wollen sie Schmerz und Leid lindern. Sie verlangen von sich – und von ihnen wird erwartet – dass es ihnen gelingt, schwierige menschliche Situationen zu begleiten und zu meistern. Der Therapeut soll auf schmerzhaftes Fragen Antworten finden; durch das intuitive Spüren seiner eigenen Verwundbarkeit und der Angst, den Anforderungen nicht voll zu entsprechen, wird er immer wieder angetrieben, den aufgeworfenen Fragen nachzugehen und sie – mit dem Klienten – einer „Lösung“ zuzuführen (in weiten Bereichen der heutigen Medizinkultur werden Mediziner, aber keine Heiler ausgebildet!). In einem uralten, umfassend mythologischen Sinn ist der Helfer eben immer auch philosophierender Heiler. „Richtige“ Heiler sind süchtig. Mit dem Ziel, anderen Menschen zu helfen, vergessen sie zuweilen die Sorge um sich selbst und erleiden dazu – sensibel – die*

*Wunden, die unsere Organisationsstrukturen den anderen Menschen schlugen als besonders schmerzlich.*

*Sind ihre Karrieren nicht oft Geschichten dieser individuellen und kollektiven Verwundung? Ständig Zuwendung zu schenken, aber dabei seelisch leerzubluten, in einer verantwortungslosen „Unterfürsorglichkeit“ sich zu wenig um sich selber zu sorgen, ist „der Königsweg“ zum Burnout, dem Gefühl der eigenen Austauschbarkeit, das Nicht-Mehr-Wahrnehmen der eigenen Wünsche und Bedürfnisse... Damit hier solche Karrieren nicht in phantasierten Größenwahn hinübergleiten oder aber sich im Zusammenbruch oder Suizid äußern, wäre es dringend erforderlich, Heilern, Helfern und Therapeuten ein Sabbatjahr zuzubilligen, bzw. qualifizierte Supervision zur Pflicht aufzuerlegen!*

*Wird somit der Heiler, Helfer (der Held) Opfer seiner Profession oder ist er aus Unachtsamkeit Täter?*

Jeder „Helfer-Profi“ weiß, wie rasch er in diesem sogenannten Drama-Dreieck gefangen ist: Im Flechtwerk von Täter-Opfer-Retter-Beziehungen kommen m. E. mehr Menschen seelisch zu Schaden, als die Betroffenen das selber wahrnehmen (wollen). Sie wählen sich ihre Rolle... Held oder Opfer! Vielleicht müssen wir unser Tun benennen, müssen uns in unserem Selbstverständnis einen Namen geben – vielleicht müssen wir das alles aber auch gar nicht?! Vielleicht sind Diagnostiker (Benenner/Etikettierer...) immer in der Gefahr, zu pathologisieren – bei anderen und bei sich selbst?

Nachdem wir alle mühsam, die harten Dichotomien aufgegeben haben und dem „Sowohl-als-Auch“ huldigten, wäre zu überlegen, ob nicht auch eine Haltung „es-ist-wie-es-ist“ hilfreich ist, um zu klären, ob man es so lassen will (ohne es zu pathologisieren!), oder ob man Energie in die Veränderung stecken möchte.

## SCHLUSSBETRACHTUNG

Dort wo Leben nicht in normalen Bahnen läuft, wo das die Normalität zertrümmernde Ereignis für jeden Beteiligten den Bruch in der Kontinuität der Zeit markiert, entstehen Knotenpunkte in jeder Biographie. Hier entscheidet sich, ob jemand eher vom Typus „Held“ oder vom Typus „Opfer“ ist. In un-

serer heutigen Zeit werden menschliche Katastrophen- und Schicksalsschläge sehr schnell publikumswirksam und populistisch zum Tummelplatz für Medien und zuweilen auch für Wissenschaft. An den modernen Tingstätten/Thingstätten oder Thinkstätten des smarten Talks und der interessanten Unterhaltung versammeln sich nur zu leicht jene, die meinen, die Zweitverwertungsrechte einer neuen Schauerlichkeit erworben zu haben... Den sterbenden Interviewpartnern wurde noch ein üppiges Honorar versprochen und nur (?) ständig überzogene Untergangs- und Katastrophen-Lust lässt die Einschaltquote und Werbeeinkünfte fließen...

Und wie ist das so schön eklig-gemütlich, wenn wir wieder mit heiler Gänsehaut davongekommen sind! Dauern uns nicht nur jene Krokodilstränen derer, die an der schlechten Welt, an ihren Katastrophen und ihren Folgen verzweifeln?

Wohl immer müssen Verheißungspropheten *und* Bedrohungsprediger zusammenwirken, um den utopischen *und* apokalyptischen Weltenhorizont zu zeichnen! Im Kleinen wie im Großen. Beides gehört zusammen. Die Opfer sind „nur“ die Katalysatoren gesellschaftlicher Erkenntnis. Die Helden sollen als Orientierung und herausgehobene „Lichtgestalten“ gelten, um Orientierung und Hoffnung zu vermitteln.

Katastrophen und Katastrophieren sind wichtig für die Erfassung von Welt und Leben – zunehmend mehr Menschen erleben erst in der überwundenen Katastrophe Sinn! Wer hier noch mutig – auch als Opfer – den Boden seiner persönlichen Erfahrung zugunsten von menschlichen Visionen verlassen kann, besiegt unsere kollektive Angst vor dem, was geschehen kann – jederzeit!

*Für das Thema bedeutet es, sich weder als Opfer noch als Held oder Heilenden und auch nicht ausschließlich als Täter zu wähen. Wir sind nichts weiter als Menschen, die in einer bestimmten Lebenssituation etwas tun/erleben konnten oder mussten. Das ist alles. Wir sind ohne Leid und ohne Stolz, ohne Größe oder Kleinheit...„nur“ lebendig und dankbar.*

## LITERATUR

1. Cicchetti D, Garmezy N (1993) Editorial, Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology*: 497-502
2. Hetzer H (1937) *Kindheit und Armut*; 2. Auflage. Leipzig: Hirzel
3. Freud A (1969) *The writings of Anna Freud: Vol. 5: Research at the Hamstead Child-Therapy Clinic and other papers*. New York: International Universities Press
4. Lösel F (2003) Vulnerabilität und protektive Faktoren: Schutz- und Risikofaktoren der gesunden Entwicklung von Kindern und Jugendlichen in der Familie und deren Umfeld. In: Buchmann (Hrsg.) *Resilienz, Psychohygiene, Salutogenese*; Texte Nr. 33 – Schriftenreihe der Hochschule für Polizei in Baden-Württemberg
5. Gathmann P, Semrau-Lininger C (1996) *Der verwundete Arzt - Ein Psychogramm des Heilberufs*. Kösel München
6. Cosmides L (2003) Die Werkzeuge im Kopf. Gespräch in *Psychologie heute* 5: 68 f.
7. Buchmann KE (2000) Trauma - Schnitt in die Biographie. In: Buchmann KE, Hermanutz M (Hrsg.) *Trauma – Opfer oder Helden*, Texte Nr. 27/2000 der Hochschule für Polizei in Baden-Württemberg

PROF. DR. KNUD EIKE BUCHMANN  
 Fachhochschule Villingen-Schwenningen  
 Koordinierungsstelle Konflikt-hand-  
 habung/Krisenintervention  
 Sturmbühlstr. 250  
 D-78054 Villingen-Schwenningen