

## Trauma und Würde

Luise Reddemann

Wenn es eine Erfahrung gibt, die unmittelbar mit Entwürdigung zu tun hat, so ist es ein Trauma, das uns ein anderer Mensch zufügt. Traumata, die andere uns zufügen, gehen regelhaft mit einer Entwürdigung der Opfer einher, ja, diese ist oft sogar ausdrücklich gewollt, z.B. bei Folter.

„O dass nicht Einer Tod meine, wenn er Leben sagt -  
und nicht Einer Blut, wenn er Wiege spricht“ mahnt Nelly Sachs in ihrem Gedicht „Völker der Erde“. Mit so einem Verrat, nicht zuletzt an unserer Menschenwürde, werden wir schwer fertig.

Um den Begriff nicht zu überdehnen, möchte ich ein Psychotrauma als etwas definieren, das unser psychisches System vollkommen überwältigt und einher geht mit Empfindungen von Ohnmacht, Hilflosigkeit, Panik und einem Gefühl der Bedrohung an Leib und Leben. Aus meiner Sicht entwürdigt man Traumaopfer, wenn man alltägliche Belastungen als Traumata bezeichnet, wie das immer häufiger vorkommt.

In den letzten Wochen waren wir mit häufigen Nachrichten über traumatische Erfahrungen konfrontiert, so z.B. dem Einsturz des Stadtarchivs in Köln, dem Amoklauf von Winnenden, der Geschichte der Familie Fritzl aus Amstetten in Österreich. Wenn ich diese drei aufzähle, wird bereits klar, dass es die unterschiedlichsten Traumata gibt, und dass das Würde-Thema eine je unterschiedliche Rolle dabei spielt.

Was wird unter Würde verstanden? Auch wenn dieser Begriff in unserem Grundgesetz an erster Stelle steht, so ist er doch schwer fassbar. PhilosophInnen und Rechtsgelehrte machen sich immer wieder Gedanken, den Begriff zu definieren:

In Meyers Lexikon ist nachzulesen: Würde, die einem Menschen kraft seines inneren Wertes zukommende Bedeutung; auch Bezeichnung für die dieser Bedeutung entsprechende achtungsfördernde Haltung (Menschenwürde).

Nach dem Philosophen Mathias Wenke geht es in Anlehnung an Kant um die Entscheidung zwischen dem Menschen als Mittel zum Zweck oder dem Menschen als Zweck in sich selbst, einem Wesen mit unantastbarer Würde.

(Wenke 2008, S. 11) Diese Einsicht in den Selbstzweck des Menschen ist eine quasi eidetische Einsicht a priori und kann nicht aus empirischen Daten abgeleitet werden. (Eidetisch bedeutet in der *Philosophie* das Wesen als anschauliche Gegebenheit, a priori, das, was als Bedingung und Grundlage des Wissens von der Erfahrung als solcher unabhängig ist.) Anders ausgedrückt: Ein selbstgesetzter Zweck kann nur vom Subjekt selbst erfahren werden und ist für Dritte nicht erkennbar oder messbar. (Wenke S. 196) Eine wichtige Aussage. Das heißt, wir haben diesen selbstgesetzten Zweck zu respektieren. Mir ist klar, dass dieser Gedanke Widerspruch provoziert.

In Zeiten, in denen die Schere sozialer Ungleichheit immer stärker zunimmt und die Gewissheit einer sozialen Grundsicherung schwindet, wird es immer schwieriger, den qua Grundgesetz garantierten Würdeanspruch glaubhaft zu machen. Manche, wie der Psychoanalytiker Reinhold Bianchi aus Freiburg sprechen daher auch von einer massenhaften Traumatisierung durch das neoliberale Wirtschaftssystem, und Claudia von Werlhof weist darauf hin, dass der Neoliberalismus im Sinne einer umgekehrten Wirtschaftsethik, die diesen Namen nicht verdient, den Altruismus, das uneigennützige Helfen, das Versorgen anderer und das Verantwortungsbewusstsein verhöhnt, das heisst massenhaft entwürdigt.

Im Kontext von Trauma und Würde möchte ich vorschlagen, grob drei Kategorien zu unterscheiden:

Würde und Entwürdigung durch von anderen, insbesondere wichtigen Anderen, zugefügten Traumata. Dazu gehört eine mehr oder weniger bewusste Absicht, sich über das Recht auf Würde hinwegzusetzen, dem anderen zu schaden und ihn zu entwürdigen. So haben wir es bei Gewalt, auch bewusst in Kauf genommener gesellschaftlicher Gewalt, sexualisierter Gewalt und Vernachlässigung mit die Würde schwer verletzenden Traumatisierungen zu tun.

Zu einer zweiten Kategorie gehören traumatische Erfahrungen, die mehr mit der Ohnmacht und Abhängigkeit desjenigen zu tun haben, der diese Erfahrung erleiden muss, z.B. ein Ausgeliefertsein in einer Behandlung und müssen nicht unbedingt von denjenigen, die die Behandlung durchführen, als verletzend und gar Würde verletzend geplant sein. Es geht dabei häufig um Lebensereignisse, die wir als entwürdigend empfinden und die uns aufrufen, uns unserer Würde bewusster zu werden und sie gerade in Zeiten der Entwürdigung und - vermeintlicher – Würdelosigkeit zu verteidigen, auch und gerade vor uns selbst. Jedoch gibt es grade im Bereich der Heilkunde Grenzbereiche, da der Umgang mit Patientinnen und Patienten im Bereich der Medizin, leider auch der Psychotherapie, keinesfalls immer den Anforderungen einer würdeorientierten Begegnung entsprechen. Das heißt, entweder wird der durch seine Traumata bereits verletzte Mensch im Wiederfinden seiner Würde nicht nur nicht unterstützt, sondern zusätzlich entwürdigt oder die Begegnung selbst hat traumatischen und Würde verletzenden Charakter von Anfang an. Wenn z.B. PatientInnen nicht angemessen aufgeklärt werden, wenn sie mit ihren Anliegen nicht ernst genommen werden, usw.

In beiden Fällen geht es auch darum, ob es dem oder der Einzelnen gelingt, im Fall einer Traumatisierung sich selbst Würde zusprechen.

Der für mich entscheidend hilfreiche Satz findet sich in einer Kantate von Johann Sebastian Bach: „Ach Herr, lehre uns bedenken, dass wir sterben müssen, auf dass wir klug werden.“ Klug sollen wir werden, und zwar durch die

Einsicht in unsere Sterblichkeit, Verletzlichkeit und Begrenztheit, um unser Leben in Würde zu bestehen.

Als dritte Kategorie sei das Thema Würde und Trauma im Kontext von Psychotherapie noch einmal genannt. In dieser dritten Kategorie halte ich zwei Dinge von Belang: Was läßt erkennen, dass PsychotherapeutInnen die Würde ihrer PatientInnen wahren und was hilft ihnen, sich ihre eigene Würde zu bewahren, wenn sie sekundär traumatisiert werden, also dadurch, dass sie mit extremem Leid konfrontiert sind.

Ich bin davon überzeugt, dass wir gewinnen, wenn wir Würde mehr als Grundlage unserer Überlegungen und unseres Handelns verwenden, wobei ich einen bewußteren Umgang mit Würde, und damit einen expliziten, nicht einen impliziten, meine. Denn entscheidend für unser Handeln sind in hohem Masse die *Begriffe*, in denen wir denken und sprechen. (Duwe 2007) Da der Würdebegriff in psychotherapeutischen Lehrbüchern gar nicht und bei psychotherapeutischen AutorInnen nur vereinzelt vorkommt, gibt es dafür auch kein ausreichendes Bewusstsein.

So halte ich es für zentral wichtig, dass wir Würde in unserer Arbeit zum Thema machen. Würde sollte auf eine Metaebene verweisen, so dass wir möglichst alles, was in der Behandlung geschieht, einem Würdemassstab unterziehen.

In diesem Sinn möchte ich einige grundsätzliche Hypothesen zum Umgang mit Würde in den drei Kontexten vortragen. Zuvor aber will ich beziehend auf das Oberthema dieser Tagung „Trauma und Persönlichkeitsentwicklung“ noch einige Überlegungen dazu anstellen:

Hierzu beziehe ich mich auf ein wenig bekanntes Werk der klassischen Literatur ; „Anton Reiser“ von Karl Philipp Moritz. Moritz wurde im selben Jahr wie Mozart geboren, 1756, er lebte auch nur wenig länger als Mozart und starb im Jahr 1793 an einer Lungenerkrankung. Goethe hat Moritz sehr geschätzt und unterstützt. Der Roman „Anton Reiser“ wird allgemein als autobiographisches

Werk betrachtet. Moritz erzählt von einer alptraumartigen Kindheit und Jugend, die von extremer Vernachlässigung und Gewalt gekennzeichnet war.

„Anton Reiser“ wird vom Autor selbst als psychologischer Roman gekennzeichnet, lange vor Freud, der erste Teil erschien 1783. Es ist die Geschichte eines entsetzlich entwürdigten und traumatisierten Kindes und Jugendlichen, das trotz allem überlebt. Moritz beschreibt die Entwürdigungen und Würdeverluste des Anton Reiser sehr genau und was daraus psychologisch resultiert. Ich gebe Ihnen ein kleines Beispiel: „Denn die unwürdige Behandlung, der er zuweilen ausgesetzt war, benahm ihm oft einen großen Teil der Achtung gegen sich selbst... Wenn er ... zu Hause kam und sich manchmal verblümlerweise musste zu verstehen geben lassen, wie überdrüssig man seiner Gegenwart wäre. Dann saß er stundenlang und getraute sich kaum Atem zu holen – er war dann in einem entsetzlichen Zustand - und hätte in der Welt nichts arbeiten können, denn sein Herz war ihm durch diese Begegnung zerrissen.“ (S. 154) Ein Kind, das in seiner Würde nicht geachtet wird, verliert sein Selbstvertrauen, seinen Mut, seine Lernfähigkeit. So kommentiert Moritz die Zurückgezogenheit des Kindes: „Allein man erwog nicht, dass eben dies Betragen, weswegen man ihn zurücksetze, selbst eine Folge von vorhergegangener Zurücksetzung war. - Diese Zurücksetzung... hatte den Anfang zu seinem Betragen, und nicht sein Betragen, wie man glaubte, den Anfang zur Zurücksetzung gemacht.

Möchte dies alle Lehrer und Pädagogen aufmerksamer und in ihren Urteilen über die Entwicklung der Charaktere junger Leute behutsamer machen... ehe sie es wagten, durch ihr Urteil über das Schicksal eines Menschen zu entscheiden, bei dem es vielleicht nur eines aufmunternden Blicks bedurfte, um ihn plötzlich umzuschaffen...“ (S: 190) Moritz ist hier ein Anwalt seiner selbst, im Kant'schen Sinn um seine Würde ringend, aber auch für jedes Kind, dem nicht seine Würde respektierend begegnet wird. Diesem Jungen waren Bücher Freunde und Tröster. Moritz hat manche Theorien des 20. Jahrhunderts vorweg

genommen, wonach ein Mensch auf eine ihn fördernde Umwelt angewiesen ist, um sein Potential voll entfalten zu können. Aber, und das erscheint mir bedeutsam, es gelang ihm dennoch, sich seine Würde zu bewahren und sich für andere Unterdrückte und Versklavte einzusetzen. Moritz hat viel gelitten, durch die Beschreibung seiner Leiden konnten sie wenigstens vorübergehend verfliegen. „Er, der selbst lieblos herumgestoßen wurde, wird zum einsichtigen liebevollen Erzieher; der kein vernünftiges Buch zum Lesen bekam, schreibt ein ABC-Buch voll kindlich gelinder Weisheit ... Er dessen früh „zurückgedrängtes Selbstgefühl“ in quälende Selbstverachtung umschlug, wird zum mitfühlenden Beobachter der seelisch Leidenden, der Gedrückten und Entrechteten, der zum Verbrechen Verleiteten und in den Wahnsinn Verstoßenen. Erfahrungsseelenkunde macht er zur gemeinsamen Aufgabe, und deren Ziel ist Seelenheilkunde.“ ( Günther in Moritz S. 531) Bei der Lektüre des „Anton Reiser“ erlebe ich, wie gerade die Bewusstmachung der Entwürdigungen und die Sehnsucht nach Würde einen Menschen dazu bringen kann, nicht nur seine Würde zu behalten, sondern sich darüber hinaus für die Würde anderer zu engagieren. Moritz ist ein Beispiel für Empathie und Engagement. Er kommt damit aus, die Dinge zu beschreiben und daraus Schlüsse zu ziehen, ohne dass er eine das Opfer beschuldigende und mit den Tätern identifizierte Theorie entwickeln muss.

Ich empfehle Ihnen das Buch „Anton Reiser“ sehr, alle Philosophien, die ich Ihnen vorstelle, hat es vorweggenommen, sei es die Empfehlung für Mitgefühl durch Arno Gruen und Richard Rorty, der unabdingbare Respekt für Andere so wie Seyla Benhabib dies fordert, die Hingabe an andere im Sinne eines Levinas und die Ehrfurcht vor dem Leben eines Albert Schweitzer.

Ich möchte jetzt das Thema Würde, Entwürdigung, Trauma anhand einiger Hypothesen vertiefen:

Diese lauten:

Würde steht in einem Zusammenhang mit unserem Umgang mit Tod,

Endlichkeit und Verletzlichkeit

Würde setzt Achtung vor allem Leben und allem Lebendigen voraus

Würde braucht Unrechtsbewusstsein

Würde gelingt nur, wenn wir uns selbst Würde zusprechen

Die eigene Würde ist untrennbar mit der Achtung der Würde anderer verbunden, wenn wir andere entwürdigen, rauben wir uns auch selbst unsere Würde.

Es gibt eine Verbindung zwischen patriarchalen Unterdrückungsvorgängen vielerlei Art, und die Verhinderung des Würdethemas in unserem Denken und Handeln.

Meine Hypothesen sind als Versuche der Annäherung zu verstehen.

### **1. Hypothese:**

#### **Würde steht in einem Zusammenhang mit unserem Umgang mit Tod, Endlichkeit und Verletzlichkeit**

Diese Hypothese bringt mich zu Dietrich Bonhoeffer. (Ich beziehe mich dabei auf ein unveröffentlichtes Manuskript meines Kollegen Ludwig von Dobeneck, der auch Theologe ist).

Im Gefängnis, den Tod vor Augen, hat er an sich selber Ohnmacht und Gott-Verlassenheit schmerzlich erfahren.

Er drückt aus, was ihn aufgrund der Verlassenheitserfahrung existentiell bis zu Suizidgedanken umtreibt und gibt diesem Form. Er muss Stimmungen und Affekte nicht mehr verdrängen. Er muss seine Sehnsucht, sein Begehren nicht mehr niederknüppeln. Denn so hat er es bisher getan, wie er seinem Freund in einem Brief schreibt. Er muss auch nicht mehr an den Widrigkeiten vorbeidenken, sondern er hat nach vielen inneren Auseinandersetzungen schließlich auch die bitteren Erfahrungen annehmen können und in dieser „Ergebung“ seine Freiheit im Gefängnis gefunden, er kann ihnen ins Auge schauen und auch seine Ohnmacht in der Haft und die Haft selber schließlich annehmen.

Bonhoeffer schreibt am 21.7. 44 an seinen Freund Bethge, *Ich dachte, ich*

*könnte glauben lernen, indem ich selbst so etwas wie ein heiliges Leben zu führen versuchte..... Später erfuhr ich und ich erfahre es bis zur Stunde, dass man erst in der vollen Diesseitigkeit des Lebens glauben lernt. Wenn man völlig darauf verzichtet hat, aus sich selbst etwas zu machen – sei es einen Heiligen oder einen bekehrten Sünder oder einen Kirchenmann (eine sogenannte priesterliche Gestalt!), einen Gerechten oder einen Ungerechten, einen Kranken oder einen Gesunden – und dies nenne ich Diesseitigkeit, nämlich in der Fülle der Aufgaben, Fragen, Erfolge und Misserfolge, Erfahrungen und Ratlosigkeiten lebe.“*

Dieser Text sagt uns viel über Würde und die Liebe zum Leben als Ganzem! Das Beispiel Bonhoeffers zeigt, dass, wenn wir unsere Sterblichkeit und Verletzlichkeit anerkennen, unsere eigene und die anderer, uns diese Würde verleiht. Die Einsicht in Endlichkeit und Verletzlichkeit hilft, Würde erleben zu können. Traumatische Situationen konfrontieren uns nicht nur damit, dass wir mitten im Leben des Todes sind, wie Rilke meinte, sondern, dass wir mitten im Tod das Leben lieben und das ist etwas sehr Würdevolles.

Für ÄrztInnen und PsychotherapeutInnen treten besonders leidvolle Erfahrungen immer dann auf, wenn Erkrankungen, eben auch seelische, der PatientInnen „hoffnungslos“ erscheinen, wenn das Leid überwältigend erscheint, wenn wir nicht mehr weiter wissen. Dann entsteht der Impuls, unbedingt etwas machen zu sollen. Dieser Impuls kann – er muss natürlich nicht – zu Würdeverlust führen und bei Helfenden zu einem Verlust der Anerkennung der Würde der Hilfebedürftigen.

Ich bin seit 39 Jahren Ärztin und ein paar Jahre weniger Psychotherapeutin. In jungen Jahren dachte ich, es sei meine Aufgabe, Patienten, von denen ich grundsätzlich annahm, dass sie sich selbst nicht helfen könnten, zu helfen. Es erschien mir ausgemacht, dass ich den Schlüssel hatte, nicht die PatientInnen. So

begannen über die Jahre Lektionen, die mir im Nachhinein unerbittlich erscheinen. Ich hatte zu lernen, dass nicht ich diejenige bin, die heilt, sondern dass meine PatientInnen das letztlich selbst machen. Oder wie es Paracelsus sagt: „Der Arzt kuriert, Gott heilt“.

Ich lernte, dass es darum geht, mit den Patienten zu *sein* und nicht mit ihnen unter allen Umständen etwas *machen* zu wollen. Wie im Märchen vom Gevatter Tod dürfen wir selbstverständlich heilsame Kräuter verabreichen – und vieles andere mehr – aber wir sollten wissen, dass auf eine gewisse Weise all unsere Kunst nur geliehen ist – im Märchen ist der Arzt nur deshalb groß, weil der Tod ihm das heilsame Kraut gibt, und er verliert in dem Moment, wo er größer sein will als der Tod, wo er versucht, den Tod auszutricksen. –

Der Tod im Märchen, das ist nach meinem Verständnis das im Menschen, das uns hineinwachsen lässt in andere Wirklichkeiten. Das uns erzählt, Du bist Teil von etwas Größerem. Mit diesem Größeren in Einklang zu sein, macht uns stark. Aber wie im Märchen der Arzt, möchte wir lieber mit unserem Wissen und Können groß sein und nichts spüren müssen von einer wie auch immer gearteten Abhängigkeit.

Im Märchen erlöscht das Lebenslicht des Arztes, als er über den Tod bestimmen will. Viele Male habe ich erfahren, dass meine Kräfte schwinden, wenn ich mich gegen „das Größere“ auflehne. In der Fachsprache nennen wir das burn-out oder sekundäre Traumatisierung. Wir sind müde, ausgebrannt, ohne den Funken der Begeisterung, ohne Freude an unseren PatientInnen. Sekundär traumatisiert beginnen wir, nichts mehr vom Leiden wissen zu wollen, oder beinahe Tag und Nacht an all das Schlimme zu denken, was uns im Beruf begegnet. Zwei Seiten einer Medaille.

Was bedeutet Würde im Fall von schwerer Erkrankung wie sie sich nach traumatischen Erfahrungen entwickeln kann? Dürfen wir ÄrztInnen entscheiden, was für den anderen Menschen richtig ist – so hatte ich das einmal gelernt, und es holte mich immer wieder ein – oder ging es um etwas Anderes? Um

Vertrauen in Selbstregulation, in Salutogenese, in Resilienz, in Wissen, was gebraucht wird, von denen, die es brauchen und auch, was nicht gebraucht wird? Um Respekt also vor der Autonomie der anderen und, wir erinnern uns, an deren selbst gesetzten Zwecke?

Vieles, was in der Heilkunde gemacht wird, scheint aus Angst zu geschehen, weil wir uns, wenn wir uns dem Größeren Wollen anheim stellen, auch machtlos fühlen können. Es lässt sich nicht mehr alles kontrollieren und das bedeutet uns doch so viel. Wir verbrämen diese Angst und nennen sie Fürsorge oder gar Fürsorgepflicht.

Ich bin mir nicht sicher, wer mehr Angst hat, der schwerkranke Mensch oder die BegleiterInnen. Wir sind oft gefangen in Rollenvorstellungen, ja Verpflichtungen diesen Rollen gegenüber. Mitgefühl, das so wichtig für eine würdevolle Begegnung ist, entsteht nicht aus Mitleid, sondern aus einer vorübergehenden Identifikation und einer darauf folgenden Distanzierung. Fachwissen ist Werkzeug, auch unsere Überzeugungen, unsere Erfahrungen. Das alles kann uns in leidvollen Momenten dienen. Und doch sollten wir wissen, dass es noch mehr gibt als unsere jeweiligen Werkzeuge.

Das von der Schulmedizin geprägte Handeln möchte Ergebnisse, Verbesserungen. Das ist keineswegs falsch, aber es ist nicht alles.

Handeln, wenn es ein Machen wird – und das ist in der Heilkunde jedweder Art sehr verbreitet und hat mit patriarchal-paternalistischen Traditionen sehr viel zu tun – ist stets in der Gefahr, Würde zu verletzen. Auch Diagnosen können Würde verletzend sein, da sie einen Menschen daran hindern können, sich als Zweck seiner selbst zu erleben; er kann sich als entmündigt und entwürdigt erleben.

Wenn Sie das durchdenken, merken Sie sicher, dass Würde im Kant'schen Licht betrachtet eine große Herausforderung ist. Denn genau genommen dürfte dann in dem, was therapeutisch getan wird, nichts anderes gewollt werden als dem anderen Menschen zu begegnen, ihm zu *dienen*, es dürften Ziele nicht immer

festgelegt werden, nur weil Heilkundige sie für richtig und sinnvoll halten, schon gar nicht deshalb, weil irgendein Gruppenvergleich von einigen, meist relativ wenigen, Menschen mit einer bestimmten Beschwerde, einer bestimmten Störung oder Krankheit statistisch zu dem Ergebnis gelangt, dieses oder jenes Vorgehen sei besonders wirksam. Dies aber ist der Kern heutiger Evidenzbasierter Medizin. Evidenzbasierung gewonnen aus randomisierten Gruppenvergleichen gilt als Goldstandard der Wissenschaft, während klinische Erfahrung derzeit nur noch wenig Gewicht hat. Es gibt heute einen Trend in der wissenschaftlich begründeten Medizin und Psychotherapie, alles, was nicht in diesem Sinn Evidenz basiert ist, abzuwerten, die Anerkennung und letztlich auch die Finanzierung zu entziehen.

Was bedeutet das für die Würde der Patienten? Ihr Mitbestimmungsrecht, ihre Zweifel an einer Behandlung, ihre Ablehnung bestimmter Behandlungen, wenn ihre Individualität und Autonomie nicht mehr gefragt sind?

## 2. Hypothese

### **Würde setzt Achtung vor allem Leben und allem Lebendigen voraus**

Dazu möchte ich Sie an Albert Schweitzer erinnern.

Ich sehe viele Gemeinsamkeiten zwischen seiner Forderung nach der „Ehrfurcht vor dem Leben“ und dem, was ich unter Würde verstehe.

Er beschreibt diese Ehrfurcht als eine Herausforderung an unser Denken und Fühlen und als deren Motor, wenn er sagt, „ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will.“

Auch dem Psychoanalytiker Arno Gruen geht es um das Recht auf Lebendigkeit. Er gehört zu den wenigen Psychotherapeuten, die sich immer wieder auf die Würde beziehen. Gruen geht davon aus, dass wir falschen Göttern vertrauen, weil wir als Kinder verraten wurden. „Viele von uns haben als Kinder nicht genug einfühlsame Liebe erlebt oder zu viel besitzergreifende Liebe oder „Liebe für Leistung“ und mussten sich dennoch mit den mächtigen Eltern identifizieren,

um zu überleben.“ Seine Schrift „Der Fremde in uns“ kann als ein Ringen um Würde beschrieben werden. Gruen erzählt davon, dass Freud von einem Kampf der Eltern gegen das Kind überzeugt war, da er ja der Meinung war, dass jedes Kind rücksichtslos seine Interessen durchzusetzen versuche. (Gruen S. 21) So nahm Freud laut Gruen teil an einer Abwertung und Entwürdigung des Kindes. Damit fängt vieles an: Kinder werden nicht als gleichrangig wahrgenommen, sie werden mit ihrem Eigenen unterdrückt.

Gruen geht es darum, deutlich zu machen, dass wir unseren eigenen Schmerz und unsere Ohnmacht, die wir als Kinder erlitten haben und durch Gehorsam abwehrten, ins Bewusstsein bringen, um dadurch zu heilen. Zusätzlich halte ich es für wichtig, dass wir neben der Auseinandersetzung mit dem Schmerzlichen und wie wir es abwehr(t)en, ein Gegenmodell haben, wie es hätte sein können, und wie es sein könnte bzw. wie Heilung möglich sein könnte. Nach meiner Überzeugung ist Heilung nicht allein durch das Bewusstmachen von Schmerz möglich. So kann grade „Würde“ eine Unterstützung sein, ein Silberstreif am Horizont, auf den wir zustreben können, ein Heilmittel (neben anderen).

Daraus folgt meine

### 3. Hypothese

#### **Würde braucht Unrechtsbewusstsein**

Das Ideal der Menschlichkeit gründe sich in unseren Tagen auf die Erfahrung der Unmenschlichkeit, meint Franz-Josef Wetz. (2005, S.193) „Das Übermaß an Leid und Ungerechtigkeit auch in der heutigen Welt lässt einen Verzicht auf die Idee menschlicher Würde sogar als verantwortungslos erscheinen und ruft nicht nur zu deren Achtung in der alltäglichen Praxis auf, sondern auch zu deren Bewahrung in der philosophischen Theorie,“ schreibt er (ebd. S.192) .

Es taucht daher die Frage auf, ob wir ohne Zurkenntnisnahme gesellschaftlich bedingter Würdeverletzungen gut leben können. Ich meine, wir müssen gesellschaftlichen Würdeverletzungen nachgehen und sie benennen, um uns

anschließend um ihre Veränderung zu mühen. Ja, zu mühen, denn das ist nicht leicht, aber nur so behalten wir unsere Würde.

Auch um der Würde willen sollte uns klar sein, dass Vorstellungen von Krankheit und Gesundheit gesellschaftliche Konstrukte sind und keinesfalls in Stein gemeißelte Wahrheiten.

Eine klinische Psychologie des guten Lebens und der Würde sollte die Kategorisierung und Pathologisierung von Menschen und menschlicher Erfahrung zurückweisen und ihre Einmaligkeit hervorheben. Ebenso wie die Annahme, dass so genannte seelische Erkrankungen *in* Individuen existieren, anstatt sie als Ausdruck von Beziehungen zwischen Individuen und anderen Individuen und der gesamten Kultur aufzufassen. Moritz hat das vor über 200 Jahren bereits gewusst. Anton wurde für sein Zurückgezogenheit gehasst, weil dies als sein inneres Problem definiert wurde, jedoch war dies Ausdruck von Interaktionen seiner Umwelt mit ihm.

Was Menschen Fakten nennen, sind häufig keine Wahrheiten, sondern spiegeln bestenfalls Aushandlungsprozesse bezüglich der Wirklichkeiten wieder, oder soziale Konstruktionen der Menschen, die daran ein Interesse haben, die sog. „Fakten“ für sich zu nutzen. Konzeptionen von psychologischer Normalität oder Abnormität sind keine faktischen Aussagen über Menschen, sondern soziale Konstruktionen. Die Orientierung an Krankheitsmodellen wie z.B. im DSM oder ICD ist kein Faktum Menschen betreffend, ja nicht einmal überprüfungsfähige wissenschaftliche Theorie, sondern häufig genug erhält sie lediglich die Macht einiger Individuen und Institutionen aufrecht und verbreitert die Definition sozialer Ordnung der Mächtigen. Dies ist an der Diskussion um die „komplexe posttraumatische Belastungsstörung“ gut erkennbar.

Die Debatte über die Konzeption von psychologischer Krankheit und Gesundheit ist in dieser Fortsetzungsgeschichte häufig genug keine Suche nach

Wahrheit und Würde, sondern eher ein Kampf um personelle, politische und wirtschaftliche Vorteile. (Maddux et al 2004)

Schließlich fordert Würdeorientierung uns heraus, die Vorstellung dass es wichtiger sei nur das Schlimmste und das Schwächste von uns zu verstehen, statt auch das Beste und Mutigste als mit Würde nicht vereinbar zu erkennen. Würde hat auch damit zu tun, dass Menschen sich auch ihrer Kompetenzen, ihrer Lebendigkeit und ihrer Kreativität bewusst werden können. So ist genau dies ein wichtiger Bestandteil der sog. „Dignity therapy“ von Harvey Max Chovinov und MitarbeiterInnen aus Kanada entwickelt für sterbenskranke PatientInnen. In diesem Ansatz geht es u.a. um die folgenden Themen, die mir auch für unsere Arbeit von Interesse zu sein scheinen:

1. Generativität. Weil es für manche PatientInnen darum gehe, dass Würde mit dem Gefühl verbunden sei, dass das eigene Leben für etwas steht das auf die nächste Generation Auswirkungen hat.
2. Ein Erleben von Selbstkontinuität, d.h. fähig zu sein, das Gefühl aufrecht zu erhalten, dass der Wesenskern intakt ist trotz schwerer Krankheit
3. Die Aufrechterhaltung eines Rollenbewusstseins, d.h. ein Gefühl für Identifikation mit einer oder mehreren Rollen, die man früher innehatte.
4. Die Aufrechterhaltung von Stolz, d.h. ein Gefühl einer positiven Selbsteinschätzung

Dieser Ansatz macht deutlich, dass Traumabehandlung unter Würdegesichtspunkten sicher mehr sein sollte als die Beschäftigung mit dem Trauma.

Mithilfe der Erkenntnis über eigene Größe, -bei Bonhoeffer Christusähnlichkeit -, kann Schwäche bejaht werden. Wir wissen es lange: Kinder brauchen den Glanz im Auge der Mutter, damit sie ihre Grenzen akzeptieren lernen können. Und damit sind wir bei der

#### 4. Hypothese:

##### **Würde gelingt nur, wenn wir uns selbst Würde zusprechen**

Die Überlegung, dass ein Mensch sich auch selbst Würde zubilligt, halte ich für zentral. Schiller hat diesen Gedanken als erster in der Geschichte des Abendlandes im Don Carlos ausgesprochen. Zuerst hat er allerdings den Schutz der Menschenwürde als Staatsaufgabe gefordert. So lässt er Marquis Posa zu König Philipp sagen: „Ich höre, Sire, wie klein, wie niedrig Sie von Menschenwürde denken...“ und später fordert er: „Stellen Sie der Menschheit verlorenen Adel wieder her...“ Schiller scheint als einer der wenigen seiner Zeit begriffen zu haben, dass man entweder alle Menschen in das Menschenrecht der Würde einschließt oder damit in eine Falle gerät. Sein Marquis Posa bietet dem König allerdings eine Ausrede an: Die Menschen hätten sich „freiwillig ihres Adels begeben und sich freiwillig auf diese niedrigere Stufe gestellt“. Sie würden erschrocken vor dem Gespenst ihrer inneren Größe fliehen, sich in ihrer Armut gefallen und ihre Ketten mit feiger Weisheit ausschmücken. Ich bezweifle, dass sich Menschen wirklich „freiwillig“ ihres Adels begeben. Handelt es sich hier um eine schnöde Rechtfertigung?

Wir wissen, dass es in der Psychotherapie traumatisierter PatientInnen häufig eine der wichtigsten Aufgaben ist, dass PatientInnen sich selbst ihre Würde zurückgeben, und sich damit ihres Selbstwertes und ihrer Autonomie bewusst und diese zu verteidigen bereit werden. Es ist wichtig, dass sie sich vom Hass derer, die ihnen geschadet haben, befreien – von diesem Hass, den sie in ihr eigenes Selbst integriert haben.

Philosophen und unser Rechtssystem treten der Auffassung entgegen, dass manche davon ausgehen, dass Menschenwürde ein Gut darstellt, das man erwerben kann oder sollte. Vielmehr wird ein Anspruch gesehen, nämlich der Anspruch, nicht entwürdigt oder erniedrigt zu werden. (Baumann 2002 ). Dieser

Anspruch wird gesetzt, ähnlich wie man sagen kann, dass Menschen, um zu leben, Nahrung brauchen, d.h. Würde wird als geistig-seelische Nahrung essentiell gebraucht.

## **5. Hypothese.**

**Die eigene Würde ist untrennbar mit der Achtung der Würde anderer verbunden, wenn wir andere entwürdigen, rauben wir uns auch selbst unsere Würde.**

Dazu möchte ich auf den großen Philosophen Emmanuel Lévinas verweisen. Sein philosophisches Denken weist in seiner Unbedingtheit Verwandtschaft mit Schweitzers Denken auf.

Seine Philosophie ist tief geprägt von den katastrophalen Erfahrungen der Shoa. Levinas ging es daher vor allem um Verantwortung dem Andern gegenüber“ Er fordert: „Die Sorge für den Anderen siegt über die Sorge um sich selbst. Genau das ist es, was ich „Heiligkeit“ nenne. Unsere Menschlichkeit besteht darin, dass wir den Vorrang des Anderen anerkennen können. Die Sprache wendet sich immer dem Anderen zu, so als ob man gar nicht denken könnte, ohne sich bereits um den anderen zu sorgen.“ (Levinas, Die Unvorhersehbarkeit der Geschichte S. 173).

Bei Levinas geht es um ein völlig neues Verständnis von Ethik und Humanismus, das sich aus den Erfahrungen eines Internierten und Exilierten ableiten lässt (Englert )

Es geht ihm um ein radikales Fragen nach jeder Art von - auch subtiler - Gewalt, z.B. in Fragen der Identität, in unseren Vorstellungen und in unserem Handeln, dieses Fragen gipfelt in Levinas Satz, dass „Das Antlitz des anderen Menschen“ uns herausfordert: Du sollst mich nicht töten. Diese Nichttöten ist mehr als die Achtung vor dem Leben des anderen, es geht auch um seine Lebendigkeit in all ihren Ausdrucksformen.

Bei jedem psychosomatisch-psychotherapeutischen Forschen und in jeder

(therapeutischen) Beziehung sollte es um dieses Fragen nach Gewaltförmigkeit gehen: So z.B. „Ordne ich den Anderen umstandslos in meine üblichen Denk-, Fühl-, Verhaltens- und Interaktionsmuster ein? Und in gewohnte Muster von Zeit oder bin ich bereit, mich in sein Feld hineinziehen zu lassen, so dass jede Form von eigener Erinnerung und Bezugnahme infrage steht? “ schreibt der Arzt und Philosoph Martin Dornberg.

Gruen meint ähnlich: „Ein Kind ist nicht in der Lage, sich gegen die drohende Kälte elterlicher Autorität zur Wehr zu setzen. Da die Eltern seine Gefühle (und Bedürfnisse, L.R.) als ...wertlos einstufen, lernt es, sich für sein Eigenes zu schämen. So bringen Eltern das Kind dazu, sich für etwas schuldig zu fühlen, was sie selbst bedroht. Das Ergebnis ist ein tief in der Persönlichkeit verankerter Selbstwertverlust. ...Die Unterdrückung des Eigenen löst Hass und auch Aggressionen aus, die sich aber nicht gegen den Unterdrücker richten dürfen, sondern an andere Opfer weitergegeben werden. Typisch für diese Entwicklung ist immer, dass das eigene Opfersein verleugnet wird. Denn der eigenen Schmerz und das eigene Leid waren ja einmal Bestandteil dessen, was uns wertlos machte.“(Gruen S. 39)

Das hieße, das Anderssein des Kindes wird geleugnet, Eltern nehmen ihre Verantwortung im Sinne von Levinas nicht wahr, leugnen den Ruf des Kindes, dessen Lebendigkeit nicht zu töten. Später wird dieses Kind nicht nur sich selbst nicht mehr achten, sondern auch andere missachten. Ähnliches kann auch in Psychotherapien geschehen.

Der kürzlich verstorbene Richard Rorty nähert sich dem Gegenstand der Würde spielerischer. Rorty hebt hervor, dass „das Auftauchen der Menschenrechtskultur“, zu der auch das Recht auf Würde gehöre, „einem Zuwachs an moralischem Wissen...gar nichts, sondern alles dem Hören trauriger und rührseliger Geschichten verdankt“. Er bezweifelt die „kausale Wirksamkeit“ moralischen Wissens und empfiehlt uns eine *Schule der*

*Empfindsamkeit*. (Hervorhebung L.R.) Rorty meint, dass die von ihm beschriebene Herzens-Bildung dafür Sorge, dass Menschen unterschiedlicher Art einander gut genug kennen lernten, um nicht mehr so leicht in Versuchung zu geraten, diejenigen, die sich von ihnen selbst unterscheiden, für bloße Quasimenschen zu halten, und daraus dann das Recht abzuleiten, sie wie Untermenschen zu behandeln. (Rorty S.244 ff) Damit knüpft sein Denken auch an das von Moritz an.

In der Psychotherapie sprechen wir von Bindungsfähigkeit, die auf emotionaler Resonanz gründet, also Empathiefähigkeit, die für das Recht auf Würde zentral ist.

Philosophischer Fortschritt ist für Rorty ein Fortschritt durch mehr Phantasie. „Sein höchstes Ziel ist nicht Rationalität, sondern kulturelle Vielfalt. Er richtet sich dagegen, irgendeiner Disziplin oder Denkweise kulturelle Dominanz zuzusprechen. Er fordert einen offenen Umgang mit Kulturbeständen, Vokabularen und Sichtweisen, der verhindert, einzelnen von ihnen einen besonderen Stellenwert derart zuzusprechen, dass diese daraus dann einen Machtanspruch ziehen könnten.“ (Frischmann)

Rortys Gedanken führen zur

## **6. Hypothese**

**Es gibt eine Verbindung zwischen patriarchalen Unterdrückungsvorgängen und der Verhinderung von Würdeorientierung in unserem Denken**

Der Braunschweiger Philosoph Bernhard Taureck weist ausdrücklich auf den Widerspruch hin, der in der Aussage „Freiheit, Gleichheit, *Brüderlichkeit*“ steckt. (Taureck S. 94) In Kulturen, die die Hälfte der Menschheit - ob offen oder subtil scheint mir weniger erheblich - verachten, kann Würde nicht in vollem Maß gedeihen .

Mehr oder weniger versteckt misogyne, aber auch andere gegen ganze Gruppen gerichtete, feindselige und entwürdigende Tendenzen sind durchaus zu allen

Zeiten und auch heute noch, und auch in unserer Kultur, auszumachen. Da geht es nicht nur den Frauen schlecht(er), auch schwulen oder aus anderen Kulturen stammende Männern. Deshalb legt die neuere feministische Philosophie Wert darauf, alle benachteiligten Gruppen miteinzubeziehen.

„Man muss dem Subjekt der Moraltheorie ein Geschlecht geben – nicht, um Moralforderungen zu relativieren, das heißt, sie den unterschiedlichen Geschlechterrollen anzupassen, sondern um eine Sensibilität für und ein Wissen um diese Unterschiede zu erreichen,“ sagt die Philosophin Seyla Benhabib. Und das ist eine Herausforderung an unsere Klarheit und Eindeutigkeit im Umgang mit dem Würdethema im Kontext von Geschlecht und gender.

Betrachtet man die sehr unterschiedlichen Sichtweisen dieser vier klugen Menschen, Schweitzer, Levinas, Rorty und Benhabib, so kann man schon daraus erkennen, dass es bei vielen Gemeinsamkeiten dennoch die eine, wahre Sicht nicht gibt. Benhabib bemüht sich am meisten herauszuarbeiten, dass es Unterdrückung „im Kleinen“ gibt, nicht nur im Großen. Die Interessen von Frauen, aber auch von Asylsuchenden, von von kulturellen Konflikten Betroffenen beschäftigen sie und fordern ihr Engagement.

Benhabib fordert, dass wir, selbst wenn die andere Person hilflos erscheint, nicht ganz HerrIn ihrer selbst, wir uns aus Sicht der kommunikativen Ethik und der Würde um Gleichberechtigung bemühen sollten, und darum, der anderen Person partnerschaftlich zu begegnen. Benhabib mutet einer allzu raschen Rechtfertigung paternalistischer Verhaltensweisen unter der Überschrift von „Fürsorge“ einige Fragen zu.

Sie will uns *„für unterschiedliche Selbstverständnisse, Bedürfnisse und Denkweisen sensibilisieren“* (S. 16) Hervorhebung L.R.) Das heißt, zur Würde gehört auch Genauigkeit. Es geht ihr, *„nicht so sehr um die Identifikation des „allgemeinen Interesses“ als vielmehr um die Aufdeckung jener Teilinteressen, die sich als allgemeine ausgeben.“* (Hervorhebung im Text)

Wenn Teilinteressen als allgemeine ausgegeben werden, führt das immer zur Entwürdigung derer, deren Interessen unterdrückt werden. Es lohnt sich, in der psychotherapeutischen Kultur diese Mechanismen zu untersuchen.

Die Ablehnung dessen, was man in patriarchalen Kulturen dem Weiblichen zuschreibt, hat über die Jahrhunderte mit dazu beigetragen, dass wir uns immer noch schwer tun mit dem Begriff der Würde und mit der Achtung, die wir diesem Menschenrecht entgegenbringen. Denn das Empfindsame und Weibische wird ja verachtet, womöglich aus dem Bewusstsein fern gehalten. Wenn Frauen mit all dem gleichgesetzt werden, und dies alles der Verachtung anheim fällt, was nicht zwangsläufig so sein müsste, kann ihnen keine Würde zugestanden werden. Rorty weist daraufhin, dass „die Vorstellung, wonach die Vernunft „stärker“ ist als das Empfinden und wonach nur das Beharren auf der Unbedingtheit der moralischen Pflicht die Menschen zu bessern vermag“ überaus hartnäckig sei, und er bedauert den Versuch vieler Philosophen, *Erkenntnis* als die Hauptpflicht des Menschen zu erklären. Nach seiner Meinung hat Harriet Beecher-Stowe mit ihrem Buch „Onkel Toms Hütte“ mehr für die Menschenrechte erreicht als moralphilosophische Überlegungen von Platon bis Kant, er bezieht also klar Stellung für sogenannte weibliche Werte.

Ein Hindernis für selbst-(aber letztlich auch fremd) fürsorgliche Würdeorientierung scheint die Überzeugung zu sein, dass man Leiden nur durch ebenso großes Leiden heilen kann. Während in anderen Fächern der Medizin große Anstrengungen unternommen werden, Behandlungen immer schonender zu gestalten, propagieren Psychotherapeuten weiterhin, dass "echte" Heilung von großem Leid nur durch tiefes Leiden und Leidensbereitschaft möglich sei. Die Idee, dass Leiden nur heilt durch weiteres großes Leiden, wird nicht als das erkannt, was es ist, nämlich als Konzept, sondern als Wahrheit vertreten. Es

wird übersehen, dass diese Haltung ein Würdeerleben verhindern kann, Autonomie bremst und Abhängigkeit erhöht.

Vor 2600 Jahren meinte der Buddha bereits, dass man Leiden dadurch heilt, dass es anerkannt wird und dass man sich anschließend auf die Fähigkeit zum Glücklichsein konzentriert: Es gibt keinen Weg zum Glück, Glück ist der Weg, lautet sein Satz.

Therapie sollte dabei helfen, innere Pendelbewegungen zuzulassen, wenn die Zeit dafür reif ist. Auch offen zu sein für beglückende Erfahrungen, für Entzücken, für Freude. Heute denke ich, man kann nicht viel *gegen* seelischen Schmerz tun, aber man kann sich öffnen für innere Pendelbewegungen, die dazu führen, dass wir ein Empfinden für die Fülle des Lebens entwickeln können, mit allem, was dazu gehört. Das erhöht das Würdeempfinden.

Um dies zu erreichen, sollten TherapeutInnen sich ihrer Menschenbilder bewusster werden. Jeder Therapie liegt explizit -leider allerdings meist implizit -ein Menschenbild zugrunde. Das Menschenbild hat Auswirkungen auf das Wie der Therapie.

Wie weiter oben schon angedeutet, ist es für mich ein Akt der Selbstfürsorge, Patientinnen und Patienten weitest möglich als PartnerInnen einer gemeinsamen Arbeit zu sehen und nicht von mir zu fordern, ich müsse meinen PatientInnen immer einen Schritt voraus sein. Da heute die gesamte Forschung zur Wirksamkeit von Psychotherapien darauf hindeutet, dass zum einen alles, was die Patientin als Ressourcen bereits mitbringt, besonders bedeutsam ist und dass zum anderen alle Therapien einen gewissen Wirksamkeitsgrad haben, kommt es mehr auf unsere Haltung an, denn auf die Technik. Und Haltung hat etwas mit Menschenbild zu tun. Und wiederum ist festzuhalten, dass das Erkennen des Menschenbildes für jedwede Therapie von Nutzen ist, jedoch in der Behandlung traumatisierter Menschen vor allem unter Würdegesichtspunkten einen noch bedeutsameren Stellenwert haben sollte.

Wenn manche Psychotherapeuten in ihren Patienten fast nichts als hilfsbedürftige Kleinkinder sehen, so ist das würdeverletzend und hat natürlich Auswirkung auf die Beziehung und auf die Therapie.

Das krasseste Beispiel, das ich dazu kenne, ist die Meinung des Erfinders der Elektrokrampftherapie Ewen Cameron. Er stellte sich vor, dass man das Gehirn von gestörten Menschen quasi auslöschen müsse um es dann neu aufzubauen. Das führte dazu, dass er seine PatientInnen regelrecht folterte, nicht nur mit EKT, sondern mit Deprivation. Solche Auswüchse sind auch Folgen einer besonderen Form des Denkens in Kategorien der Verachtung von allem, was dem Weiblichen zugeschrieben wird, ob diese Kategorien bewusst oder unbewusst verwendet werden, spielt nur eine untergeordnete Rolle, leider werden sie allerdings nicht selten bewusst verwendet!

Würdeorientierung könnte dabei helfen, solches Denken infrage zu stellen. Dazu gehört allerdings, dass wir uns der schmerzhaften Tatsache stellen, dass wir immer noch von Traditionen geprägt sind, die ausschließlich freien Männern Würde zusprach. Das gilt leider auch für Kant und viele andere. Wenn man sich mit Würde beschäftigt, sollte man auch dies wissen: Frauen, Kindern und Besitzlosen wurde keine Würde zugebilligt. Unter den Folgen dieses Denkens leiden wir noch immer, sei es durch Würdeverletzungen im Alltag, sei es bei einer Katastrophe wie Winnenden, wo der Täter es gezielt auf Frauen abgesehen hatte. Dieses Faktum wurde in der Öffentlichkeit wenig zur Kenntnis genommen und von offizieller Seite als nicht relevant gekennzeichnet. Es geht also auch an dieser Stelle um die Aufdeckung von Teilinteressen, die sich als allgemeine ausgeben.

Ich komme zum Schluss: Wir sind würdevolle Wesen, weil wir am Leben sind, insofern müsste Würde nicht bewiesen werden. Im Kontext von Trauma und Würde geht es um die Bedrohung unseres Rechts auf Leben und Lebendigkeit und damit auch um einen Aufgriff auf unsere Würde.

Würdeorientierung kann helfen, jedem Ausdruck von Leben und Lebendigkeit mit Achtung zu begegnen und damit unser aller Würdeempfinden zu stärken.

Literatur bei der Verfasserin

Vortrag, gehalten anlässlich der Jahrestagung der Deutschsprachigen  
Gesellschaft für Psychotraumatologie, DeGPT, am 7.Mai 2009 in Bielefeld