

RISKANTES HERANWACHSEN IM GESELLSCHAFTLICHEN UMBRUCH: EINE SALUTOGENETISCHE- PERSPEKTIVE

Heiner Keupp

Vortrag bei der Tagung „Dissozialität: Chancen und Einschränkungen in der Entwicklung des Sozialverhaltens“ am 3. Dezember 1999 an der Universitätsklinik für Psychiatrie Innsbruck

ZUSAMMENFASSUNG

Psychosoziales Handeln soll sich in seinem Profil als eine adäquate Antwort auf aktuelle psychosoziale Befindlichkeiten und Problemlagen der Menschen erweisen und nicht aus schulenspezifischen Techniken abgeleitet werden. In der postmodernen Gesellschaft machen Menschen vor allem die Erfahrung, daß bisherige Lebenskonzepte nicht mehr tragen und voraussehbare Zukünfte kaum mehr existieren. Lebensbewältigung wird also für das zeitgenössische Subjekt zu einer riskanten Chance, die kaum über die Orientierung an traditionsbestimmten sozialen Vorgaben genutzt werden kann, die das Individuum zum Handlungszentrum seiner eigenen Lebensorganisation bestimmt und deren kreative Nutzung individuelle soziale und ökonomische Ressourcen erfordert. Für Kinder und Jugendliche beinhaltet dieser Prozeß hin zu individualisierten Formen der Lebensbewältigung besondere Risikokonstellationen. Psychosoziale Praxis und der sie ermöglichende sozialpolitische Rahmen müssen diesen Risikokonstellationen in spezifischer Weise Rechnung tragen: Wie muß psychosoziales Handeln heute aussehen, um Heranwachsende bei der Gewinnung von Lebenssouveränität unterstützen zu können? Die Salutogenese eröffnet eine Perspektive, in der die Förderung von Handlungsfähigkeit und Lebenssouveränität im Zentrum stehen.

Zunächst will ich drei programmatische Bezugspunkte für mein Thema nennen:

(a) In der UN-Kinderrechtskommission vom 20.11.1989 wird im Artikel 6 für Kinder „ein angeborenes Recht auf Leben“ festgestellt und die Verpflichtung formuliert, „in größtmöglichem Umfang das Überleben des Kindes“ zu gewährleisten. In Artikel 24 wird das Recht von Kindern „auf das erreichbare Höchstmaß an Gesundheit an sowie auf Inanspruchnahme von Einrichtungen zur Behandlung von Krankheiten und zur Wiederherstellung der Gesundheit“ betont.

(b) Diese Grundforderung sollte mit der Perspektive der Weltgesundheitsorganisation verknüpft werden, die in ihrer Ottawa-Charta von 1986 die Aufgabe von Gesundheitsförderung so bestimmt: Sie "zielt auf einen Prozeß, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Lebensumstände und Umwelt zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen". Und etwas später: "Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort, wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, daß

man sich um sich selbst und für andere sorgt, daß man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, daß die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die allen ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen".

c) Einen dritten programmatischen Bezugspunkt liefert der 10. Kinder- und Jugendbericht der Bundesregierung, der im August diesen Jahres veröffentlicht wurde. Dort werden Heranwachsende, Kinder und Jugendliche, als „Subjekte“ benannt und das heißt: „Nur weil Kinder Subjekte sind und sich in ihrem Subjekt-Sein entfalten, können Kinder zu aktiven Mitgliedern in Beziehungen und Gruppen, in Institutionen und der Gesellschaft werden“ (S. 288). An anderer Stelle wird festgestellt: „Dann, wenn Kinder sich als Subjekte selber mit dem auseinandersetzen können, was ihre Gesellschaft ihnen an Kultur vermachen will, sehen wir die Wahrscheinlichkeit als am höchsten an, daß die nachwachsende Generation aus einer Haltung innerer Autonomie kritisch-einfühlsam übernehmen und weiterführen wird, was die Erwachsenen ihr anbieten. (...) Auf diesem Grundgedanken beruht auch das Vorhaben, Kinder an der Gestaltung ihrer Lebensverhältnisse zu beteiligen, soweit immer es möglich erscheint“ (S. 18).

Ich möchte Ihnen von drei Jugendlichen erzählen, die wir im Rahmen einer Studie zur Gesundheitsförderung von Heranwachsenden befragt haben (Informationen zu dieser Studie: Höfer (1998)). Sie kommen mit ihrem Leben in der Risikogesellschaft dieses ausgehenden Jahrhunderts unterschiedlich gut zurecht und vielleicht können sie uns dabei helfen, herauszufinden, was Heranwachsende heute brauchen, um Lebenssouveränität oder Gesundheit zu erlangen. Die drei Jugendlichen, die ich exemplarisch vorstellen werde, sind zwischen siebzehn und achtzehn Jahre alt. Allen gemeinsam ist, daß ihre Biographien einige Brüche aufweisen. Sie waren zur Zeit des Interviews stark mit den identitätsbezogenen Fragen "wer bin ich" und "wer möchte ich sein" beschäftigt, die auch starke Gefühle der Unsicherheit und Angst auslösten.

Kati lebt nach der Scheidung der Eltern im letzten Jahr bei der Mutter. Die Beziehung zu den Eltern ist eher gespannt, zur kühlen rationalen Mutter wie auch zum Vater, der als psychisch krank etikettiert wurde. Ihre beste Freundin hat sie durch den Umzug verloren, der mit der Scheidung verbundenen war. Neue wirkliche Freunde hat sie keine gefunden. Kati hat diffuse Ängste vor Situationen, die Enttäuschungen bzw. für sie negative Gefühle bedeuten könnten. Sie sagt, man kann sich nie sicher sein, daß man verletzt wird. Damit sie nicht krank wird, muß sie sich aber ihrer Vorstellung nach vor allen Belastungen schützen. Sie versucht dies zu tun, indem sie alle Situationen vermeidet, in denen sie verletzt werden könnte und sie wappnet sich gegen Enttäuschungen: Sie schraubt ihr Erwartung

herunter und sie versteckt sich in sozialen Situationen: Sie sagt selten etwas, zeigt anderen wenig Gefühle, zieht sich ganz zurück. Gleichzeitig wächst ihre Selbstkritik, denn sie möchte nicht so sein, wie sie ist. Wenn sie schwierige Situationen nicht verhindern kann, wie die Scheidung ihrer Eltern, dann "hadert" sie, wie sie sagt, "mit dem Schicksal". Sie selbst sieht, daß ihre "Sicherheitsstrategie" dazu führt, daß sie dadurch auch weniger positive Erfahrungen macht, aber sie schafft es nicht, dieses Muster zu durchbrechen. Auch ihre jetzige Lebenssituation bietet dazu im Moment keine Möglichkeitsräume.

Alex lebt bei seiner Mutter. Die Beziehung zu ihr beschreibt er als eher schlecht. Sie ist sehr verschlossen, es gibt kein Lob und keine Streicheleinheiten. Der Vater, alkoholabhängig und gewalttätig, hat die Familie vor dreizehn Jahren verlassen. Er hat etliche Freunde aus zwei Szenen: Raver und die "Bronxgang", wie sie sich bezeichnen. Alex fühlt sich durch neue Situationen schnell verunsichert. Er kann sich, wie er sagt, nur schwer auf neue Situationen einstellen, die Erwartungen an ihn, die damit verbunden sind, zu antizipieren und auch danach zu handeln. Um sich sicher fühlen zu können sagt er, braucht er Situationen, die klar strukturiert sind, die Schule oder die Bundeswehr. Der Verlust seines Jobs hat ihn tief getroffen und seine Lebenslust, die wie er meint von Erfolgen abhängt, sehr reduziert. Er empfindet seinen Alltag als ziemlich sinnlos und langweilig. Er hat neue berufliche Perspektiven entwickelt, er will die Mittlere Reife bei der Bundeswehr nachmachen, zweifelt aber immer wieder daran, daß er es schafft. Auch seine Clique ändert wenig an seinen Selbstzweifeln. Hier versucht er durch die Anpassung an äußere Gruppennormen, die nicht seine eigenen sind, dazuzugehören. Er trägt die "geforderten" teuren Raverklamotten, er macht mit bei Schlägereien gegen andere Gangs, die ihm aber nichts bedeuten und er geht öfters als es ihm Spaß macht auf Raveparties, tanzt 72 Stunden durch und nimmt Drogen, damit er "in" ist und es auch bleibt. Metaphorisch drückt sich diese Sicherungsstrategie in seinem Körperbezug aus: Er macht Kampfsport, damit seine Muskeln alle Schläge (wohl auch die des Lebens) abwehren können, ihn unverwundbar machen.

Kevin war, wie er sagt, ein richtiges Muttersöhnchen. Er hatte kaum Freunde, er hatte Schulschwierigkeiten und litt unter Angst und psychosomatischen Beschwerden. Die Beziehung zu seiner Mutter ist eher negativ, er hofft daß sie, wie angekündigt, bald auszieht. Die Beziehung zu sei-

nem Vater ist von Vertrauen geprägt, auch wenn sie teilweise durch den zu hohen Alkoholkonsum des Vaters getrübt ist. Kevin hat auch heute noch Angst vor "unklaren Situationen bzw. Anforderungen". Eine solche stellt zur Zeit seine Rolle als Mann für ihn dar. Einerseits sieht er sich als der Starke, als Beschützer der Frau, andererseits spürt er auch seine eigenen Gefühle und Verletzlichkeiten. Im Unterschied zu Kati und teilweise auch zu Alex versucht Kevin aktive Lösungswege. Einer ist beispielsweise, daß er in einem Fantasy-Spiel, das er mit seinen Freunden seit einigen Monaten spielt, bewußt die Rolle einer Frau übernommen hat. Die Beziehung zwischen den Freunden ist durch diese Spielregeln festgelegt und erlaubt ihm im Sinne eines "Probehandelns" ohne "Risiko" neue Erfahrungen zuzulassen und auszuprobieren. Auch die Beziehung zu seiner ersten Freundin hat ihn verunsichert, da es für das Zusammenleben keine allgemein geteilten Regeln mehr gibt. Seine Zwischenlösung war, daß er sie nach dem keltischen Ritus "geheiratet" und sich damit Regeln für die Gestaltung ihrer Beziehung gestaltet hat. Typisch für Kevin ist auch, daß er den schulischen Abstieg vom Gymnasium in die Realschule eher positiv sieht. Er hat eine berufliche Perspektive entwickelt, zu der seine jetzige Schulform genau geeignet ist. Außerdem hat er dort in relativ kurzer Zeit auch Freunde und seine Freundin gefunden.

Ich werde auf Kati, Alex und Kevin wieder zurückkommen. Zunächst gilt es aber, den Rahmen für die weitere Analyse aufzumachen.

Gesundheit kann als Ausdruck gelungener Lebensbewältigung betrachtet werden. Aber was ist gelungene Lebensbewältigung? Eine schwer zu beantwortende Frage und die Antworten können wohl immer nur zeitspezifisch gegeben werden. In der Lebensbewältigung verknüpfen sich kulturelle, soziale, psychische und körperliche Dimensionen menschlicher Existenz. Jugend bildet die Phase, in der die erste eigenständige Plattform für ein gelungenes Leben zu schaffen ist. Gerade bei Heranwachsenden wird deutlich, daß die Bedingungen für ein gelingendes Leben sich jeweils nur in Bezug auf eine spezifische soziokulturelle Epoche angeben lassen. Für die heutige Generation der Heranwachsenden wirken sich die aktuellen gesellschaftlichen Umbrüche in besonderer Weise aus. Helmut Fend charakterisiert diese neu entstehende Generationsgestalt unter anderem durch zunehmende "Freiheitsgrade des Handelns" und ebenso die "Erweiterungen von Möglichkeitsräumen" (ebd.). "Erweiterte Möglichkeiten bedeuten aber auch geringere Notwendigkeiten der Einordnung in ge-

gebene Verhältnisse. (...) Damit werden aber Tugenden, mit (unveränderlichen) Umständen leben zu können, weniger funktional und weniger eintrainiert als Tugenden, sich klug entscheiden zu können und Beziehungsverhältnisse aktiv befriedigend zu gestalten" (1988, S.296). "Kinder der Freiheit" nennt sie die englische Jugendforscherin Wilkinson und Ulrich Beck gefällt dieser Titel so gut, daß er ihn gleich für sein neuestes Buch nutzt. Aber diese Freiheiten sind auch riskant und davon sprechen auch die Befunde der aktuellen Jugendforschung.

Man kann es auch so formulieren: Im Zentrum der Anforderungen für eine gelingende Lebensbewältigung stehen die Fähigkeiten zur Selbstorganisation, zur Verknüpfung von Ansprüchen auf ein gutes und authentisches Leben mit den gegebenen Ressourcen und letztlich die innere Selbstschöpfung von Lebenssinn. Das alles findet natürlich in einem mehr oder weniger förderlichen soziokulturellem Rahmen statt, der aber die individuelle Konstruktion dieser inneren Gestalt nie ganz abnehmen kann. Es gibt gesellschaftliche Phasen, in denen die individuelle Lebensführung in einen stabilen kulturellen Rahmen "eingebettet" wird, der Sicherheit, Klarheit, aber auch hohe soziale Kontrolle vermittelt und es gibt Perioden der "Ent-bettung" (Giddens 1997, S. 123), in denen die individuelle Lebensführung wenige kulturelle Korsettstangen nutzen kann bzw. von ihnen eingezwängt wird und eigene Optionen und Lösungswege gesucht werden müssen. Gerade in einer Phase gesellschaftlicher Modernisierung, wie wir sie gegenwärtig erleben, ist eine selbstbestimmte "Politik der Lebensführung" unabdingbar.

Meine These bezieht sich genau darauf: *Ein zentrales Kriterium für Lebensbewältigung und Gesundheit bildet die Chance, für sich ein innere Lebenskohärenz zu schaffen. In früheren gesellschaftlichen Epochen war die Bereitschaft zur Übernahme vorgefertigter Identitätspakete das zentrale Kriterium für Lebensbewältigung. Heute kommt es auf die individuelle Passungs- und Identitätsarbeit an, also auf die Fähigkeit zur Selbstorganisation und "Selbsteinbettung".*

SELBSTTÄTIGKEIT ODER UNTERORDNUNG: ZWEIHUNDERT JAHRE IM KAMPF UM ERZIEHUNGSZIELE IM ZEITRAFFER

Ich unternehme einen kurzen Blick in die Geschichte zum einen unter der Perspektive, was jeweils zum Thema Selbstgestaltung des eigenen Lebens im Verhältnis zum Zwang der Ein- und Unterordnung gesagt wurde;

und zum anderen richte ich die Aufmerksamkeit auf die kulturell geprägten Vorstellungen, von dem was in spezifischen historischen Perioden jeweils als gesundheitsförderlich angesehen wurde.

Vor zwei Jahrhunderten waren es die Modelle des "richtigen Lebens" von den Ideen der Aufklärung bestimmt und das erweist sich auch in den Vorstellungen zur Gesundheitsförderung, die damals entwickelt wurden. In seinem "Gesundheits-Katechismus" aus dem Jahre 1794 hat der Leibarzt am Hof der Grafen von Schaumburg-Lippe, Bernhard Christoph Faust, folgende bemerkenswerte Philosophie der Gesundheitsförderung formuliert. Bedingung für ein seiner "Bestimmung gemäßes Lebens" sei "freye Selbstthätigkeit" und "beständige und leichte Uebungen des Körpers und der Sinne in Gesellschaft mit Kindern" (S. 24). Entsprechend dieser Idee beantwortet Dr. Faust auch die selbstgestellte Frage, worin denn Gesundheitsförderung vornehmlich bestehen sollte: "Daß man die Kinder in Gesellschaft mit Kindern und in freyer Luft froh und selbsthätig seyn, und Körper und Seele üben lasse" (S. 25). Und für Dr. Faust ist es völlig klar, daß die männliche und weibliche Jugend in identischer Weise von diesen Zielen profitieren sollen. Für ihn hat es fatale Folgen, wenn "das weibliche Geschlecht in der frühen Kindheit vom männlichen Geschlechte getrennt und verschieden gekleidet, und von Leibes-Bewegungen ab- und zum Sitzen an-gehalten wird: das hat die nachtheiligsten Folgen auf die Gesundheit und das Wohl des Menschengeschlechts" (ebd.). Auch die ganz aktuelle Idee von Gesundheit als gelingendem Passungsverhältnis zwischen innerer und äußerer Welt im Sinne von Lebenskohärenz kann man in dem mehr als 200-jährigen "Gesundheits-Katechismus" bereits finden: "Die Gesundheit setzt den Menschen in die richtigen Verhältnisse, sowohl zu sich selbst, als den Dingen außer ihm" (S. 106).

Ein Jahrhundert später war es für deutsche Pädagogen und Gesundheitsexperten zur Selbstverständlichkeit geworden, die Einpassung der Heranwachsenden in die entstehende neue bürgerliche Ordnung zu fordern. Die bürgerliche Emanzipationsbewegung war von der Koalition aus Adel, Großgrundbesitzern und Militär niedergezwungen worden. Die Eigenwilligkeit des Kindes, die Quelle von Aufmüpfigkeit und Autonomie, mußte eingedämmt werden. Es galt die Maxime, die ich noch oft genug von meinem Großvater gehört habe und die von Schmidt 1887 in der "Enzyklopädie des gesamten Erziehungs- und Unterrichtswesens" exemplarisch formuliert wurde: "Der Wille des Kindes muß gebrochen werden, d.h. es muß

lernen, nicht sich selbst, sondern einem anderen zu folgen" (Bd. X, S. 670, zit. nach Berg 1991).

Die neue "einbettende Kultur" war eine hierarchisch verstandene bürgerliche Weltordnung, die den Untertanen brauchte und erzog. In den Erziehungsratgebern für Eltern wird nachhaltig empfohlen, einen Weg methodischen Strafens zu gehen, der aus "wahrer Liebe" zu begehen ist. 1888 kann man in einem Ratgeber für Mütter und Pflegerinnen von dem Arzt Friedrich Dornblüth lesen:

"Ordnung ist das halbe Leben" und wird zu einer unerläßlichen Aufgabe der Gesundheitsförderung. Friedrich Dornblüth weiß sie eindrücklich zu umschreiben: "Durch die Gewohnheit der Ordnung wird viel Zeit und Kraft gespart, und dem ganzen späteren Leben eine unschätzbare Grundlage gegeben. Ordnung in äußeren Dingen gewöhnt an Ordnung im Inneren, im Geist und Gemüt, in der Aneignung, Aufbewahrung und Verwendung von Kenntnissen und Erfahrungen, im Urteilen wie in jeder praktischen Thätigkeit. Sie erleichtert und sichert die Beschränkung, welche zur Erlangung jeder Meisterschaft notwendig ist" (1888, S. 142).

Der Bestseller unter den Erziehungsratgebern um die Jahrhundertwende, der bis in die 20er Jahre eine Reihe von Auflagen erlebt hat, war das Buch "Wie erziehe wir unseren Sohn Benjamin?" von dem Lehrer Adolf Matthias. Er wendet sich in einer eingängigen Sprache an "deutsche Väter und Mütter":

"Wer den rechten Gehorsam hat, hat eine treffliche Mitgift fürs Leben. Im Grunde ist auch Gehorsam ein Bedürfnis der Kindesnatur. Recht glücklich und zufrieden fühlt es sich erst dann, wenn diesem Bedürfnis Befriedigung gewährt wird. Hast Du Deinen Benjamin erst an rechten und echten Gehorsam gewöhnt, hast Du diesen ihm zur anderen Natur gemacht, dann hast Du den besten und schwierigsten Teil der Erziehung hinter Dir. Du kannst ihn dann ruhig der Zukunft überlassen. Viel Sorge wird er Dir dann kaum noch machen" (S. 83).

Der so konditionierte Untertan ist für seinen Kaiser und seine Generäle in den Krieg gezogen, dessen Brutalität und die Niederlage haben den schwachen demokratischen Kräften kurzzeitig Auftrieb gegeben. Es entstehen andere Erziehungs- und Gesundheitsleitbilder.

Die Förderung von Fähigkeiten zur Selbstgestaltung des eigenen Lebens bei Heranwachsenden wird in dieser Zeit deutlich gefordert. Exemplarisch läßt sich das an dem sehr schön ausgestatteten und in hoher Auflage 1930 erschienen, von Adele Schreiber herausgegebenen Sammelband "Das Reich des Kindes" aufzeigen. Adele Schreiber berichtet über eine Zeit des gesellschaftlichen Umbruchs mit den Folgen für heranwachsende Kinder:

"Kinder unserer Zeit wachsen in einer besonders zwiespältigen Übergangsperiode heran. Alte Normen stürzten, die Götzen: blinder Gehorsam, geistloser Drill, brutale Gewalt, wurden entthront, aber erst in einer Minderheit von Heimen und Schulen fanden klare, neue Richtlinien Eingang, wurde an die Stelle des überlebten Zwangs die Erweckung des Gemeinschaftssinns, der Solidarität und der frohen Einordnung in das Gesamtinteresse der Familie, der Schulklasse, der Gesellschaft gesetzt. Aus dieser Lücke, aus der Tatsache, daß ein Teil der jungen Generation von der erdrückenden Last der Autorität frei wurde, aber vielfach den Weg zu selbstgewollter Pflicht noch nicht fand, erklären sich so viele Erscheinungen heutiger Jugend, Erscheinungen, die sicherlich der Siegeszug bewußten neuen Geistes in Haus und Schule überwinden wird" (S.XI).

Trotz aller Probleme kann es überhaupt keinen Zweifel geben, daß dieser "neue Geist" bereits wirksam ist, auch wenn er zu heftigen Konflikten und Überforderungen führt. Der Wunsch junger Menschen nach mehr Selbstorganisation muß ernst genommen werden:

"Auch die veränderte Einstellung der Jugend mit ihren frühen Ansprüchen an Freiheit und eigene Entscheidung fällt ins Gewicht. Das gilt für Söhne und für Töchter. Es nützt keine Vogel-Strauß-Politik, kein Jammern nach der 'guten alten Zeit', wir stehen vor Tatsachen, es gilt, zum Besten von Eltern und Kindern einen Weg zu suchen zwischen zwei Extremen"(S. 104 f.).

Eins ist für Adele Schreiber grundlegend und unstrittig:

"Die neue Erziehung lehnt die alte Unterwürfigkeit ab und den alten Gehorsam, den das Kind verpflichtet war gedankenlos zu üben" (S. 125).

Die Stimmen der Vernunft waren offensichtlich zu leise. Die regressiven Kräfte erwiesen sich als übermächtig. Die politische Epochenschwelle von 1933 wird überschritten. Eltern lasen jetzt die in gewaltigen Auflagen erschienen Bücher von Johanna Haarer. Überwunden seien nun die Zeiten, in denen die "Eigenpersönlichkeit" des Kindes oberste Leitschnur war:

"Vorüber sind die Zeiten, wo es erstes und oberstes Ziel aller Erziehung und Aufzucht war, nur die Eigenpersönlichkeit im Kind und Menschen zu vervollkommen und zu fördern. Eins ist heute vor allem not, nämlich daß jeder junge Staatsbürger und Deutsche zum nützlichen Gliede der Volksgemeinschaft werde, daß er neben der höchst möglichen Entwicklung all seiner guten Anlagen und Fähigkeiten lerne, sich einzuordnen in eine Gemeinschaft und um ihretwillen eigene Wünsche und eigene Bestrebungen zurückzustellen" (1936, S. 272f).

1941 gab Otto Kersten das erste Handbuch der Erziehungsberatung heraus. Für die Förderung eigenständiger Persönlichkeiten hat er nur noch Spott übrig: "Wie herrlich war es, Erziehungsberater sein zu dürfen, in einer Zeit, wo der Grundsatz galt: jedem Deutschen sein eigenes Erziehungsziel!" (S. 19).

Den ziemlich gewaltigen Sprung über mehr als 50 Jahren möchte ich mit der Gegenposition riskieren: Es kommt darauf an, "Eigenpersönlichkeiten" zu fördern und jedem Heranwachsenden die Chance zu schaffen, seinen eigenen Weg zu suchen und zu gehen, also sich eigene "Erziehungsziel" zu zu setzen. Die zukünftige Gesellschaft, in die wir ohne verbindliche Klarheiten und ohne sichernde Leitseile hineingehen, erfordert in einem nie da gewesenen Maße Selbstgestaltungsfähigkeiten. *Empowerment* ist die professionelle Perspektive, die die Förderung dieser Fähigkeiten als ihren Schwerpunkt betrachtet.

AKTUELLE GRUNDBEFINDLICHKEITEN

Das Spezifikum aktueller Befindlichkeiten wird uns von Philosophen gerne mit so großen Formulierungen wie "Das Ende der Eindeutigkeiten" - "Das Ende der Gewißheiten" - "Das Ende der 'Meta-Erzählungen'" erklärt. Als Sozialwissenschaftler möchte ich Befindlichkeiten näher an der Alltagserfahrung beschreiben. Vor allem möchte ich aufzeigen, daß nicht nur

etwas beendet, uns etwas genommen wird, sondern daß in diesen neuen Erfahrungen auch das Potential neuer und produktiver Formen der Lebensgestaltung und -bewältigung enthalten ist. Wie hat sich der Alltag der Menschen in den letzten Jahrzehnten verändert? Ich werde neun Erfahrungskomplexe ansprechen:

1. Die Erfahrung der "Entbettung" oder eine "ontologische Bodenlosigkeit". Es gibt gesellschaftliche Phasen, in denen die individuelle Lebensführung in einen stabilen kulturellen Rahmen von verlässlichen Traditionen "eingebettet" wird, der Sicherheit, Klarheit, aber auch hohe soziale Kontrolle vermittelt und es gibt Perioden der "Entbettung" (Giddens 1997, S. 123), in denen die individuelle Lebensführung wenige kulturelle Korsettstangen nutzen kann bzw. von ihnen eingezwängt wird und eigene Optionen und Lösungswege gesucht werden müssen. Viele Menschen erleben das als "ontologische Bodenlosigkeit". Gerade in einer Phase gesellschaftlicher Modernisierung, wie wir sie gegenwärtig erleben, ist eine selbstbestimmte "Politik der Lebensführung" unabdingbar.

2. Entgrenzung der individuellen und kollektiven Lebensmuster. Bezogen auf die Grundkompetenzen, die Heranwachsende in einer posttraditionalen Gesellschaft benötigen, stellt Helmut Fend (1988, S. 296) heraus, daß „Tugenden, mit (unveränderlichen) Umständen leben zu können, weniger funktional und weniger eintrainiert (sein) als Tugenden, sich klug entscheiden zu können und Beziehungsverhältnisse aktiv befriedigend zu gestalten“. Die Schnittmuster, nach denen Menschen sich biographisch entwerfen und ihr Leben verwirklichen sollten, haben ihre Prägekraft verloren. Die Tugend des klugen Arrangements mit den vorgegebenen Normen verlieren in einer „multioptionalen Gesellschaft“ an Normalitätswert. Die noch eine Generation früher geteilten Vorstellungen von Erziehung, Sexualität, Gesundheit, Geschlechter- oder Generationenbeziehung verlieren den Charakter des Selbstverständlichen. Diese Entgrenzung bezieht sich aber nicht nur auf die Figuration unserer Alltagswelten, sondern im Zuge der Globalisierung der Märkte auch auf nationalstaatliche Grenzen. Wir müssen mit einer „post-nationalen Konstellation“ (Habermas 1998) rechnen. Die aus den Containern von Normalbiographie und Nationalstaat „freigesetzten“ Identitätsmöglichkeiten müssen individuell in lebbarere Formen gebracht werden. Der universelle Entgrenzungsprozeß erfordert individuelle Begrenzungsleistungen, für die es (noch) keine Schnittmuster gibt.

3. Erwerbsarbeit als Basis der Identitätsbildung wird brüchig. Die industriell-kapitalistische Gesellschaft hat vor allem durch die Arbeit eine verlässliche "Einbettung" ermöglicht. Aber die vorhandene Erwerbsarbeit wird weniger und damit wird es auch immer mehr zu einer Illusion, alle Menschen in die Erwerbsarbeit zu integrieren. Die psychologischen Folgen dieses Prozesses sind enorm, gerade in einer Gesellschaft, in der die Teilhabe an der Erwerbsarbeit über Ansehen, Zukunftssicherung und persönliche Identität entscheidet.

Richard Sennett (1996a), der amerikanische Stadtforscher und Experte für die Psychokultur, stellt dazu fest: „Arbeit hat sich von festgelegten Funktionen und klaren Karrierepfaden auf beschränktere und wechselnde Aufgaben verlagert. Die Arbeit liefert dem Arbeitenden keine stabile Identität mehr“ (S. 47). Sie verliert damit auch ihre Funktion als "Leidenschutz". Freud (1930, S. 31) formuliert diesen Gedanken auf seine unnachahmliche Weise so: "Keine andere Technik der Lebensführung bindet den einzelnen so fest an die Realität als die Betonung der Arbeit, die ihn wenigstens in ein Stück der Realität, in die menschliche Gemeinschaft sicher einfügt. Die Möglichkeit, ein starkes Ausmaß libidinöser Komponenten, narzißtische, aggressive und selbst erotische, auf die Berufsarbeit und auf die mit ihr verknüpften menschlichen Beziehungen zu verschieben, leiht ihr einen Wert, der hinter ihrer Unerläßlichkeit zur Behauptung und Rechtfertigung der Existenz in der Gesellschaft nicht zurücksteht. (...) Und dennoch wird Arbeit als Weg zum Glück von den Menschen wenig geschätzt".

Ein Umdenken und Umsteuern ist hier unabdingbar. Die Neuverteilung von Arbeit so, daß mehr an ihr beteiligt sein können, ist die eine Variante, die schon seit Jahren mit besten Argumenten vertreten wird. Aber gibt es nicht für den einzelnen sinnvolle und für die Gesellschaft notwendige Tätigkeiten, die jenseits der Erwerbsarbeit liegen? Welche sozialen Stützsysteme und Identitätsangebote könnten an die Stelle jener treten, die an die Erwerbsarbeit gekoppelt sind und nur über dieses Nadelöhr erreichbar sind? Wie könnten soziale Einbindungen aussehen, in denen soziale Anerkennung erfahren werden kann, die nicht durch den beruflichen Status vermittelt ist?

4. Fragmentierung von Erfahrungen. Die wachsende Komplexität von Lebensverhältnissen führen zu einer Fülle von Erlebnis- und Erfahrungsbe-

zügen, die sich aber in kein Gesamtbild mehr fügen. Diese Erfahrungssplitter sind wie Teile eines zerbrochenen Hohlspiegels. Wir haben meist keine andere Chance, als sie unverbunden nebeneinander stehen zu lassen. Es sind hohe psychische Spaltungskompetenzen gefordert, um nicht verrückt zu werden. Es entsteht eine "multiphrene Situation" als Normalphänomen (Gergen 1991). Aber wir sind nicht nur vielfältig zerspalten, zerrissen und unfähig, aus den Erfahrungen wieder einen in sich stimmigen Erlebniskosmos zu konstruieren. In gewisser Weise machen wir jeden Tag multikulturelle Erfahrungen, die auch einen Reichtum ausmachen, die eindimensionale Bewußtseinshorizonte überschreiten, die ein Gefühl für den Wert von Heterogenität vermitteln.

5. Hinzu kommen Entwicklungen, deren allgemeine Konsequenzen für alltägliche Lebenswelten und die Subjektkonstitution noch schwer prognostizierbar sind. Hier meine ich vor allem die *Entstehung von "virtuellen Welten" und "virtuellen Gemeinschaften"*, die die weltweite Vernetzung computergebundener Kommunikationswege eröffnen (Rheingold 1994). Sie fördern den Zweifel an dem einen "Realitätsprinzip". Familientherapeuten berichten von Kommunikationsrissen zwischen Eltern und ihren Kindern, die sich souverän in diesen virtuellen Welten bewegen und aufhalten, aber die Eltern und Lehrer können ihnen dahin nicht folgen. Am Ende einer aufregenden Fallgeschichte über einen solchen "nicht-pathologischen" Kommunikationsriß kommt der Familientherapeut zu der Einsicht: "Viele Wirklichkeiten, die miteinander konkurrieren, nebeneinander existieren und sich miteinander auf komplexe Art durchdringen. Wir werden das lernen müssen" (Bergmann 1995, S. V).

6. Unser *Zeitempfinden*, die subjektiven Bezüge zu Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft verändert sich in charakteristischer Weise. Lübke spricht von der Erfahrung der "Gegenwartsschrumpfung". Der Grund dafür liegt in einer Innovationsverdichtung, die die "Halbwertzeiten" des aktuell geltenden Wissens ständig verringert. "Der hier gemeinte Effekt ist, daß komplementär zur Neuerungsrate zugleich die Veraltensrate wächst. Die kulturellen Folgen dieser fortschrittsabhängig zunehmenden Veraltensgeschwindigkeit sind erheblich. In einer dynamischen Zivilisation nimmt die Menge der Zivilisationselemente zu, die noch gegenwärtig sind, aber über die sich schon die Anmutungsqualität der Gestrigkeit oder Vorgestrigkeit gelegt hat. Anders ausgedrückt: In einer dynamischen Zivilisa-

tion nimmt die Ungleichzeitigkeit des Gleichzeitigen zu" (Lübbe 1995, S. 56).

7. Pluralisierung von Lebensformen und Milieus führen zu einer schier unendlichen Fülle von Alternativen. Peter Berger (1994, 83) spricht von einem "explosiven Pluralismus", ja von einem "Quantensprung". Seine Konsequenzen benennt er so: *"Die Moderne bedeutet für das Leben des Menschen einen riesigen Schritt weg vom Schicksal hin zur freien Entscheidung. (...) Auf's Ganze gesehen gilt ..., daß das Individuum unter den Bedingungen des modernen Pluralismus nicht nur auswählen kann, sondern das es auswählen muß. Da es immer weniger Selbstverständlichkeiten gibt, kann der Einzelne nicht mehr auf fest etablierte Verhaltens- und Denkmuster zurückgreifen, sondern muß sich nolens volens für die eine oder andere Möglichkeit entscheiden. (...) Sein Leben wird ebenso zu einem Projekt - genauer, zu einer Serie von Projekten - wie seine Weltanschauung und seine Identität"* (1994, 95).

Ein besonders eindrückliches Beispiel sind die familiären Lebensformen. In eine Minderheit ist längst die vierköpfige Familie geraten, es gibt die wachsende Anzahl von Stieffamilien oder "Patchworkfamilien", in denen sich nach Trennung und Scheidung unvollständig gewordene Familienbruchstücke zu neuen Einheiten verbinden, Kinder über die Zeit gelegentlich mit zwei, drei "Vätern und Müttern" arrangieren müssen. Es gibt die Ehen auf Zeit und ohne Trauschein, die bewußt auf Kinder verzichten. Es gibt die bewußt alleinerziehenden Frauen und Männer und es gibt die Wohngemeinschaften in vielfältigsten Konstellationen. Das alles sind Varianten von Familie.

Ein weiteres Beispiel für die Pluralisierung sind unterschiedliche Lebensmilieus in der Bundesrepublik, in denen höchst unterschiedliche Normen, Werte, Rollen gelten. Diese Milieus haben kaum Berührung und Schnittmengen und in ihnen haben sich jeweils eigene Normalitätsstandards und Erlebnisansprüche ausgebildet. Auf dem Hintergrund der Pluralisierung von Lebensformen ist es nicht mehr möglich allgemeine Konzepte vom "guten" und "richtigen Leben" zu formulieren. Meine eigene Entscheidung bricht sich und relativiert sich - außer in abgeschotteten Lebensklaven - permanent. Die Zugehörigkeit zu Milieus ist kein unabänderliches Schicksal. Ich kann mir einen Rahmen suchen, in den ich mit meinem Sosein hineinpasse. Ein schwuler junger Mann, der in seinem

dörflichen Herkunftsmilieu zum diskriminierten Außenseiter wird, kann sich ein schwule Subkultur in den urbanen Zentren suchen.

8. Eine besondere Veränderungsdynamik folgt aus der *Veränderung der Geschlechterrollen*. Die Frauenbewegung hat einen Bereich gesellschaftlicher Selbstverständlichkeiten aufgebrochen, der die alltägliche Ordnung der Dinge in besonderer Weise steuerte. In Frage stehen die klassische Trennung zwischen Privatheit und Öffentlichkeit, von Innen und Außen. Die häuslichen Arrangements von Arbeitsteilung, Kindererziehung oder Sexualität werden Themen in politischen Arenen. Bei der Suche nach Identitäten als Männer und Frauen werden einerseits schmerzlich die tief eingeschliffenen traditionellen Muster spürbar und sie sind oft genug nicht zu überwinden; andererseits eröffnen sich offene Horizonte der Konstruktion neuer und weniger starrer Identitäten.

9. *Individualisierung im Widerspruch von Egozentrierung und selbstbestimmten Gemeinschaftserfahrungen*. In den westlichen Gesellschaften zerbrechen sich BürgerInnen und WissenschaftlerInnen den Kopf über den sozialen "Kitt", der jene sich allmählich neu herausbildenden gesellschaftliche Systeme zusammenhalten könnte (Keupp 1995). Bisher waren das Strukturen der Tradition, des Zwangs, der Ab- und Ausgrenzung; gemeinsame religiöse Bindungen; also die Regulative der Moderne. All' diese Mechanismen verlieren an Bindekraft, Verbindlichkeit und Überzeugungskraft. In der politischen Arena wird die Solidargemeinschaft bereits als gefährdetes Gut diskutiert, gefährdet durch eine sich immer stärker durchsetzende "Ego-Ge-sellschaft".

Diese Analysen fallen oft sehr einäugig aus und gehen von dem rückwärtsgewandten Modell der amerikanischen Geschichte aus, das wir bei Tocqueville beschrieben finden. Daß eine Gesellschaft, die sich im Sinne des liberalistischen Modells vollständig auf die gesellschaftliche Regulationskraft der auf den Markt getragenen individuellen Einzelinteressen verläßt, eine Ego-Gesellschaft ohne Gemeinschaftsverantwortung und -engagement werden kann, ist natürlich kaum zu bestreiten. Wir haben gesellschaftliche Segmente, in denen sie sich bereits etabliert hat, aber Individualisierung ist nicht per se mit der Entwicklung einer Ego-Kultur identisch. Im Gegenteil! Es gibt genug empirische Hinweise auf hohe Solidaritätspotentiale.

Individualisierung bedeutet zunächst einmal die Freisetzung aus Traditionen und Bindungen, die das eigene Handeln im Sinne dieser feststehenden Bezüge in hohem Maße steuern. Die einzelne Person wird zur Steuerungseinheit und die Begründung ihres Handelns muß ihr sinnvoll und vernünftig erscheinen und darf sich nicht allein auf das "man" traditioneller Normierungen berufen. Hier begegnen wir in radikalierter Form dem "Ideal der Authentizität", das von Herder in klassischer Weise formuliert wurde: "Jeder Mensch hat ein eigenes Maß", also "seine eigene Weise des Menschseins" (Taylor 1995, 38). Umso weniger der jeweils gegebene kulturelle Rahmen konsensfähiger Vorstellungen dem Menschen sagt, "was gut ist", sucht er in sich das Gefühl von Stimmigkeit und Echtheit. Aus diesem Authentizitätsideal droht aus der Sicht vieler Kulturkritiker ein Kult zu werden.

Diese Entwicklung hat auf alle traditionsmächtigen gesellschaftlichen Institutionen Auswirkungen: Gewerkschaften, Parteien und Kirchen. Auch für diese müssen sich einzelne entscheiden und sie tun es ja auch in hohem Maße, aber es muß ihnen vernünftig erscheinen und mit ihren Vorstellungen der Selbstgestaltung und -steuerung vereinbar sein.

10. Der Verlust des Glaubens an die "Meta-Erzählungen" und die individualisierten Sinn-Bastler. Die traditionellen Instanzen der Sinnvermittlung verlieren an Bedeutung. Sie können die Erfahrungsvielfalt und den Pluralismus von Deutungen nicht mehr ohne weiteres aus dem Feld schlagen. Die großen Deutungssysteme, deren Anspruch ja auf nichts geringeres zielte als auf eine Erklärung dessen, was die Welt im Innersten zusammenhält, haben sich entweder im Alltag auf teilweise entsetzliche Weise selbst diskreditiert (z.B. die völkische oder die marxistisch-leninistische "Weltanschauungen") bzw. ziehen sich bescheidener werdend zurück.

Die "Sehnsucht nach Sinn" (Peter Berger) bleibt trotzdem erhalten. Wahrscheinlich hat sie eine anthropologische Basis. In ihrer Studie über den Individualismus in den USA bringen Robert Bellah u.a. Beispiele für eine hochindividualisierte Religiosität: "Eine Person, die wir interviewten, benannte ihre Religion (sie sprach von ihrem 'Glauben') tatsächlich nach sich selbst. (...) Sheila Larson ist eine junge Krankenschwester, die ... ihren Glauben als 'Sheilasmus' beschreibt. 'Ich glaube an Gott. Ich bin kein religiöser Fanatiker. Ich kann mich nicht erinnern, wann ich das letzte Mal die Kirche besucht habe. Mein Glaube hat mich einen langen Weg beglei-

tet. Er ist Sheilaismus. Nur meine eigene kleine Stimme.' Sheilas Glauben enthält einige Lehrsätze jenseits des Gottesglaubens, aber nicht viele. Um ihren eigenen Sheilaismus zu definieren, sagt sie: 'Er ist der Versuch, sich selbst zu lieben und behutsam zu dir selbst zu sein. Kümmert euch umeinander. Ich glaube, Er will, daß wir uns umeinander kümmern" (1987, 256 f.). "Sheila Larson versucht, ein Zentrum in sich selbst zu finden, nachdem sie sich von einem bedrückend konformistischen früheren Familienleben befreit hat. Die Wurzel ihres 'Sheilaismus' ist das Bemühen, externe Autorität in internen Sinn zu verwandeln" (271).

Vielleicht ist es sinnvoller, das "Ende der Meta-Erzählungen" weniger als den Zusammenbruch des Glaubens an innere Zusammenhänge unserer Welt zu begreifen, sondern eher als das Ende der etablierten Deutungsinstanzen. Der einzelne ist der Konstrukteur seines eigenen Sinnsystems und das enthält durchaus Materialien der traditionellen Sinninstitutionen.

Die verallgemeinerbare Grunderfahrung der Subjekte in den fortgeschrittenen Industrieländern heute ist die "ontologische Bodenlosigkeit", eine radikale Enttraditionalisierung, der Verlust von unstrittig akzeptierten Lebenskonzepten, übernehmbaren Identitätsmustern und normativen Koordinaten. Subjekte erleben sich als Darsteller auf einer gesellschaftlichen Bühne, ohne daß ihnen fertige Drehbücher geliefert würden. Genau in dieser Grunderfahrung wird die Ambivalenz der aktuellen Lebensverhältnisse spürbar. Es klingt natürlich für Subjekte verheißungsvoll, wenn ihnen vermittelt wird, daß sie ihre Drehbücher selbst schreiben dürften, ein Stück eigenes Leben entwerfen, inszenieren und realisieren könnten. Die Voraussetzungen dafür, daß diese Chance auch realisiert werden können, sind allerdings bedeutend. Die erforderlichen materiellen, sozialen und psychischen Ressourcen sind oft nicht vorhanden und dann wird die gesellschaftliche Notwendigkeit und Norm der Selbstgestaltung zu einer schwer erträglichen Aufgabe, der man sich gerne entziehen möchte. Die Aufforderung, sich selbstbewußt zu inszenieren, hat ohne Zugang zu der erforderlichen Ressourcen, etwas zynisches.

JUGEND UND GESUNDHEIT IM GESELLSCHAFTLICHEN UMBRUCH

Die Ergebnisse der sozialwissenschaftlichen Gesundheitsforschung (vgl. Hurrelmann 1990; Mansel & Hurrelmann 1991; Engel & Hurrelmann 1993; Settertobulte, Palentien & Hurrelmann 1995; Mansel 1995; Kolip, Hurrelmann & Schnabel 1995) zeigen, daß die sich verändernde Jugendsituation

sich in einer Zunahme von gesundheitlichen Belastungen äußert. In diesem Sinne formuliert Klaus Hurrelmann folgende Aussage: "Trotz der ... Erfolge bei der Versorgung der Bevölkerung mit materiellen Gütern und wichtigen Dienstleistungen ist aber das soziale, psychische und körperliche Wohlbefinden großer Teile der jungen und jüngsten Bürgerinnen und Bürger keineswegs ausreichend gewährleistet. Sie zahlen, um im Bild zu sprechen, einen 'hohen Preis' für die fortgeschrittene Industrialisierung und Urbanisierung, der sich in körperlichen, psychischen und sozialen Belastungen ausdrückt" (1990, S. 58). Der Bielefelder Jugendgesundheitsurvey von 1993 (Repräsentativbefragung von 2.400 12- bis 17-jährigen Jugendlichen zu ihrem selbstberichteten Gesundheits- und Krankheitstatus, ihrem Gesundheitsbewußtsein und ihrem Gesundheitsverhalten) zeigt ein relativ hohes Niveau gesundheitlicher Beeinträchtigungen: "Kopfschmerzen, Nervosität und Unruhe wie Konzentrations-schwierigkeiten werden von über einem Drittel der befragten Jugendlichen als regelmäßige Beeinträchtigung im psychosomatischen und psychosozialen Bereich angegeben. Es folgen Kreuz- und Rückenschmerzen, Schwindelgefühle, Magenbeschwerden, Appetitlosigkeit und Schlaflosigkeit" (Hurrelmann 1994, S. 9). "Psychische Störungen (Verhaltensauffälligkeiten) haben nach allen vorliegenden Untersuchungen in den letzten Jahren leicht aber kontinuierlich zugenommen und liegen bei 10- bis 15% der Altersgruppen" (ebd., S. 10).

Im Rahmen der Public Health-Forschung haben wir auch im Münchner Raum Erhebungen über gesundheitliche Belastungen und Bewältigungsressourcen von Heranwachsenden durchgeführt. Sie belegen die hohen gesundheitlichen Belastungen von Jugendlichen. Erhoben haben wir Repräsentativdaten für 13- bis 25-Jährige in München und differenzierte quantitative und qualitative Profile von sog. "institutionsauffälligen" Jugendlichen. Es handelt sich dabei um Jugendliche, die sich in Maßnahmen der Jugendhilfe befinden.

Erste Befunde zeigen, daß 13- bis 25-jährige mit deutscher Nationalität hohe Streßsymptome berichten. Beim Vergleich der Heranwachsenden in der Repräsentativerhebung mit jenen aus den Bereichen der Jugendhilfe, also den hochbelasteten Jugendlichen, zeigen sich noch deutlich höhere Beschwerderaten, die berichtet werden. Unzureichende Bewältigungsmöglichkeiten zeigen sich z.B. in Suchtverhaltensweisen und auch in der Gewaltbereitschaft. Etwa ein Drittel der befragten Heranwachsenden im

Biogramm bezeichnen sich als RaucherInnen, bei den benachteiligten Jugendlichen liegen die Werte deutlich über 50%. Illegale Drogen spielen im Erfahrungsspektrum von Heranwachsenden eine große Rolle und die "Experimentierfreudigkeit" mit unterschiedlichsten Drogen (von Haschisch, über Heroin bis zu den Designerdrogen) nimmt offensichtlich zu. Männer liegen im Durchschnitt deutlich vor den Frauen. Bis zur Hälfte der belasteten männlichen Jugendlichen haben Drogen "ausprobiert" und fast ein Drittel ist beim Konsum geblieben. Im repräsentativen Durchschnitt ist es ein Drittel, das mit Drogen Erfahrungen hat.

Gewalt läßt sich als ein Lösungsversuch alltäglicher Lebensbedingungen begreifen, wenn andere Bewältigungsmuster nicht zur Verfügung stehen. Im Vergleich zu den Daten, die für NRW repräsentativ erhoben worden sind, zeigen benachteiligte Jugendliche eine deutlich höhere Gewaltbereitschaft.

Die Gruppe der sozial benachteiligten und auffällig gewordenen Jugendlichen war für uns aus zweifacher Hinsicht relevant: Zum einen weil sie unter einem ganzheitlichen Gesundheits/Krankheitsbegriff als besonders gefährdet gelten muß. Zum zweiten weil es sich hier um eine Gruppe Jugendlicher handelt, für die aufgrund des Kinder- und Jugendhilfegesetzes ein besonderer staatlicher Auftrag kommunaler Fürsorge besteht. Im Vordergrund der Analyse steht die salutogenetische Perspektive mit der Frage, welche Faktoren bei Jugendlichen Gesundheit befördern und wie diese im Sinne der Empowermentperspektive gezielt unterstützt werden könnten. Grundlagenwissenschaftlich soll dabei auch ein Beitrag zur Frage geleistet werden, welchen Stellenwert Identitätsarbeit als Steuerungselement für gesundheitliches Handeln hat.

DIE BEDEUTUNG DES "KOHÄRENZSINNS" FÜR LEBENSOUVERÄNITÄT

Lebenserfahrungen, in denen Subjekte sich als ihr Leben Gestaltende konstruieren können, in denen sie sich in ihren Identitätsentwürfen als aktive Produzenten ihrer Biographie begreifen können, sind offensichtlich wichtige Bedingungen der Gesunderhaltung.

Der israelische Gesundheitsforscher Aaron Antonovsky hat diesen Gedanken in das Zentrum seines "salutogenetischen Modells" gestellt. Es stellt die Ressourcen in den Mittelpunkt der Analyse, die ein Subjekt mobilisieren kann, um mit belastenden, widrigen und widersprüchlichen All-

tagserfahrungen produktiv umgehen zu können und nicht krank zu werden.

WAS IST SALUTOGENESE?

- ° Das Konzept stammt von dem israelischen Gesundheitsforscher Aaron Antonovsky.
- ° Sein "salutogenetisches" Denkmodell (abgeleitet vom lateinischen Begriff 'saluto' für Gesundheit) formuliert eine Alternative zu Pathogenese, also zur Entstehung von Krankheiten.
- ° Gefragt ist nicht, was macht krank, sondern wie es Menschen schaffen, gesund zu bleiben, trotz unterschiedlicher gesundheitlicher Belastungen.
- ° Von besonderer gesundheitsförderlicher Bedeutung sind die Widerstandsressourcen einer Person. Dazu zählen:
 - Körperliche Resistenzbedingungen
 - Psychische Ressourcen
 - Materielle Ressourcen
 - Psychosoziale Ressourcen
- ° Von besonderer Relevanz ist der "Kohärenzsinn", die Fähigkeit, in seinem Leben Sinn zu entdecken oder zu stiften

Dieses Modell geht von der Prämisse aus, daß Menschen ständig mit belastenden Lebenssituationen konfrontiert werden. Der Organismus reagiert auf Stressoren mit einem erhöhten Spannungszustand, der pathologische, neutrale oder gesunde Folgen haben kann, je nachdem, wie mit dieser Spannung umgegangen wird. Es gibt eine Reihe von allgemeinen Widerstandsfaktoren, die innerhalb einer spezifischen soziokulturellen Welt als Potential gegeben sind. Sie hängen von dem kulturellen, materiellen und sozialen Entwicklungsniveau einer konkreten Gesellschaft ab. Mit organismisch-konstitutionellen Widerstandsquellen ist das körpereigene Immunsystem einer Person gemeint. Unter materiellen Widerstandsquellen ist der Zugang zu materiellen Ressourcen gemeint (Verfügbarkeit über Geld, Arbeit, Wohnung etc.). Kognitive Widerstandsquellen sind "symbolisches Kapital", also Intelligenz, Wissen und Bildung. Eine zentrale Widerstandsquelle bezeichnet die Ich-Identität, also eine emotionale Sicherheit in bezug auf die eigene Person. Die Ressourcen einer Person schließen als zentralen Bereich seine zwischenmenschlichen Beziehungen ein, also die Möglichkeit, sich von anderen Menschen soziale Unterstützung zu holen, sich sozial zugehörig und verortet zu fühlen.

Antonovsky zeigt auf, daß alle mobilisierbaren Ressourcen in ihrer Wirksamkeit letztlich von einer zentralen subjektiven Kompetenz abhängt: Dem "Gefühl von Kohärenz". Er definiert dieses Gefühl so: "Das Gefühl der Kohärenz, des inneren Zusammenhangs ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, inwieweit jemand ein sich auf alle Lebensbereiche erstreckendes, überdauerndes und doch dynamisches Vertrauen hat, daß

- (1) die Reize aus der inneren und äußeren Welt im Laufe des Lebens strukturiert, vorhersagbar und erklärbar sind; daß
- (2) es Mittel und Wege gibt, die Aufgaben zu lösen, die durch diese Reize gestellt werden; und daß
- (3) diese Aufgaben Herausforderungen sind, für die es sich lohnt, sich zu engagieren und zu investieren" (1987, S. 19).

KOHÄRENZSINN: DAS HERZSTÜCK DER SALUTOGENESE

Kohärenz ist das Gefühl, daß es Zusammenhang und Sinn im Leben gibt, daß das Leben nicht einem unbeeinflussbaren Schicksal unterworfen ist.

Der *Kohärenzsinn* beschreibt eine geistige Haltung:

- ° Meine Welt ist verständlich, stimmig, geordnet; auch Probleme und Belastungen, die ich erlebe, kann ich in einem größeren Zusammenhang sehen (Verstehensdimension).
- ° Das Leben stellt mir Aufgaben, die ich lösen kann. Ich verfüge über Ressourcen, die ich zur Meisterung meines Lebens, meiner aktuellen Probleme mobilisieren kann (Bewältigungsdimension).
- ° Für meine Lebensführung ist jede Anstrengung sinnvoll. Es gibt Ziele und Projekte, für die es sich zu engagieren lohnt (Sinndimension).
- ° Der Zustand der Demoralisierung bildet den Gegenpol zum Kohärenzsinn.

Antonovsky transformiert eine zentrale Überlegung aus dem Bereich der Sozialwissenschaften zu einer grundlegenden Bedingung für Gesundheit: Als Kohärenzsinn wird ein positives Bild der eigenen Handlungsfähigkeit verstanden, die von dem Gefühl der Bewältigbarkeit von externen und internen Lebensbedingungen, der Gewißheit der Selbststeuerungsfähigkeit und der Gestaltbarkeit der Lebensbedingungen getragen ist. Der Kohärenzsinn ist durch das Bestreben charakterisiert, den Lebensbedingungen einen subjektiven Sinn zu geben und sie mit den eigenen Wünschen und Bedürfnissen in Einklang bringen zu können.

Gerade für Heranwachsende scheint der Kohärenzsinn von zentraler Bedeutung zu sein. Eine zentrale Entwicklungsaufgabe des Jugendalters ist die Entwicklung einer eigenständigen Identität. Identität stellt die Antwort auf die Frage dar: "Wer bin ich?" In einer solchen Antwort wird die eigene Person in einem soziokulturellen Rahmen verortet, in dem sie persönlichen Lebenssinn gewinnen kann. Umso weniger es gelingt, für sich Lebenssinn zu konstruieren, desto weniger besteht die Möglichkeit sich für oder gegen etwas zu engagieren und Ressourcen zur Realisierung spezifischer Ziele zu mobilisieren.

In unserer eigenen Untersuchung haben wir eindrucksvolle Befunde für die Bedeutung des Kohärenzsинns gefunden. Wir haben Antonovskys Meßinstrument zur Messung des Kohärenzsинns (abgekürzt: SOC für "sense of coherence") eingesetzt und klar belegen können, daß Heranwachsende umso mehr psychosomatische Beschwerden berichten, je geringer ihre Werte für den Kohärenzsинn sind.

Wenn Menschen keine sinnhafte Ordnung in ihrem Leben finden oder entwickeln können, dann wirkt sich das in dem Phänomen der "Demoralisierung" aus. Dieses Muster beinhaltet Einstellungen und Grundhaltungen, die durch ein geringes Selbstwertgefühl, Hilflosigkeit, Hoffnungslosigkeit, unbestimmte Zukunftsängste und allgemein gedrückter Grundstimmung geprägt sind. Für die USA liegen folgende Ergebnisse vor: Demoralisiert in dem beschriebenen Sinne wurde etwa ein Drittel der Bevölkerung eingeschätzt. Die Demoralisierungsrate von Frauen liegt um 10% höher als bei Männern. Etwa die Hälfte der Angehörigen der untersten sozialen Schicht erwies sich als demoralisiert. Etwa die Hälfte des Bevölkerungsanteils, der als demoralisiert eingeschätzt wurde, wies klinisch auffällige Symptome auf. Bei dieser Gruppe hatten die verfügbaren Ressourcen offensichtlich nicht ausgereicht, um mit Lebensproblemen und Krisen produktiv umgehen zu können. Das Demoralisierungssyndrom bringt zum Ausdruck, daß ein erheblicher Anteil der Bevölkerung für sich keinen Sinn mehr darin sieht, sich für oder gegen etwas einzusetzen. Diese Personen lassen Ereignisse fatalistisch auf sich zukommen und über sich hereinstürzen, weil sie nicht mehr daran glauben, daß sie wirksam etwas gegen diese unternehmen könnten.

Bei unserer Untersuchung zeigt sich deutlich die umgekehrte Relation zwischen Kohärenzgefühl und Demoralisierung: Je ausgeprägter das Demoralisierungsgefühl vorhanden ist, desto geringer ist das Kohärenzgefühl entwickelt.

Bei unserer Untersuchung zeigt sich deutlich die umgekehrte Relation zwischen Kohärenzgefühl und Demoralisierung: Je ausgeprägter das Demoralisierungsgefühl vorhanden ist, desto geringer ist das Kohärenzgefühl entwickelt.

Unsere quantitativen Befunde haben wir als Hinweisspuren genommen, denen wir in dem qualitativen Teil unseres Projektes weiter nachgegangen sind. Uns hat vor allem folgende Frage interessiert: Was kennzeichnet nun Jugendliche mit einem hohen bzw. niedrigen Kohärenzsinn genauer. Betrachtet man Gesundheit als aktiven Herstellungsprozeß, dann interessiert vor allem ob und wie der Kohärenzsinn diesen Prozeß beeinflusst. Dies soll im folgenden anhand von Material aus unseren qualitativen Interviews aufgezeigt werden.

Ich komme jetzt wieder auf die drei Jugendlichen zurück, mit denen ich begonnen habem. Sie haben einen unterschiedlich hoch entwickelten Kohärenzsinn. Bei Kati ist der Wert am niedrigsten, bei Kevin am höchsten ausgeprägt. Alex liegt zwischen beiden.

Analysiert man nun die Alltagsstrategien dieser drei Adoleszenten unter den analytischen Kategorien, die Antonovsky für den Kohärenzsinn angenommen hat, so finden sich diese in den Fallgeschichten relativ genau wieder.

Auf die Fallgeschichten bezogen zeigen sich

1) auf der Sinnebene:

Kati und Alex finden in ihrer gegenwärtigen Lebenssituation eher wenig Sinn. Kati ist von dem, was sie tut, oft gelangweilt, ist damit unzufrieden und hat keine Wünsche, Träume in bezug auf ihre Zukunft, außer der Hoffnung, daß nach dem Schulabschluß eine geeignete Lösung kommt.

Alex hat sich zwar eine neue Perspektive erarbeitet, die er allerdings nicht alleine und bald verwirklichen kann. Er ist abhängig davon, ob die gewähl-

te Perspektive auch von außen (von der Bundeswehr) ermöglicht wird. Seinen gegenwärtigen Alltag findet er stinklangweilig und sinnlos.

Kevin dagegen ist überzeugt, daß sein gegenwärtiges Leben äußerst lebenswert ist und auch seine Zukunftsperspektiven seinem Leben einen Sinn geben. Es ist genau das, was zu ihm paßt und was er tun, bzw. wie er sein möchte.

2) Auf der Ebene der Bewältigung:

Alex befürchtet, daß er seine Ziele nicht verwirklichen kann, daß er nicht durchhalten kann, bzw. alles anders kommt, als er sich das vorstellt. Er sagt von sich selbst, daß er intelligent genug sei (also hier Ressourcen habe), aber zu dumm sei, dies für seine Ziele zu nutzen.

Kati sieht nur ihre Defizite (zu schüchtern, zu wenig eindeutig begabt), nicht ihr Stärken (sie ist intelligent, pflichtbewußt, musisch, künstlerisch begabt...). Durch ihre Strategie kann sie kaum Erfahrungen des Gelingens ihrer Projekte machen, da sie sich keine richtigen Ziele steckt, bzw. von vornherein die Erwartungen minimiert.

Kevin dagegen ist überzeugt, daß er die Ziele, die er sich gesteckt hat, auch erreichen kann und die Energie hat, sich dafür einzusetzen. Er vertraut dabei, und dies unterscheidet ihn von Alex und Kati, auch auf die Hilfe seiner Freunde und seiner Freundin. Hier macht er Erfahrungen, die seine "inneren" Ressourcen stärken.

3) Auf der Verstehensebene

Kati und Kevin versuchen beide den Umgang mit Gefühlen, die ihnen Angst machen und die verletzen könnten, zu vermeiden. Kati zieht sich in sich selbst zurück und versucht solche Situationen zu vermeiden. Sie kann Situationen schwer einschätzen und wie sie sagt, kann man sich nie sicher sein, was passieren wird.

Auch Alex ist oft von Situationen und deren Bedeutung überrascht. Alex wünscht und arbeitet an einem "Panzer", der ihn unverwundbar macht, bzw. versteckt sich hinter Äußerlichkeiten, und hat so wenig Chancen, sich selbst in Situationen zu testen und daraus zu lernen. Kevin hat sich "Berei-che" geschaffen, in denen er sich wohlfühlt und in denen er Erfah-

rungen macht, die ihm helfen werden, auch andere, neue Situationen besser einschätzen zu können.

DIE EMPOWERMENT-IDEE: GEMEINSAM(E) KRÄFTE ENTDECKEN UND FÖRDERN

In der psychosozialen Landschaft werden in konjunkturellen Zyklen immer wieder neue Fahnen gehißt, die ganz neue Orientierung angepriesen oder neue Technologien: Einst die Verhaltenstherapie, später die systemische Perspektive. Und jetzt "Empowerment"? Ich möchte Sie enttäuschen und beruhigen. Ich werde keine neue Fahne hissen, sondern einzig und allein das Konzept "Empowerment" als eine konzeptuelle Fokussierung von längst vorhandenen Wissensbeständen vorstellen. "Empowerment" ist eine Idee aus der Gemeinde-psychologie, mit der ich Sie bekannt machen möchte. Sie müssen ihre Überzeugungskraft selbst beurteilen und sich dann fragen, welche möglicherweise neuen Perspektiven Sie für Ihren Praxisbereich daraus ziehen können.

Im Vergleich zu professionellen Orientierungen wie "Intervention" oder "case work" hat der Begriff "Empowerment" ein gewisses Etwas, ein Flair. Das vermittelt vor allem die "Power"-Komponente im Begriff. Wir kennen sie in Verbindung mit "black power" oder "women power" oder neuerdings "power book". Diese emanzipative Bedeutung steckt natürlich in diesem Begriff. Aber auf ihre Reißerqualitäten will ich zunächst einmal überhaupt nicht setzen. Zumal der Begriff ja nicht nur von der "Power"-Komponente lebt, sondern auch von der Vorsilbe "Em-", die den Sinn von Geben, Abgeben, Weggeben transportiert. Und das ist gerade der zentrale neue Aspekt: Nicht für sich Macht fordern oder erobern, sondern sie weitergeben, sie bei anderen wecken, ihnen dabei helfen, sie zu entdecken. Also "Empowerment" meint nicht einfach Veränderung der Machtverhältnisse, obwohl es auch darum geht, sondern um die Gewinnung oder Wiedergewinnung von Kontrolle über die eigenen Lebensbedingungen.

Ich sehe vor allem zwei Entwicklungen und darauf bezogene Argumentationsstränge, die für eine ernsthafte Auseinandersetzung mit dem "Empowerment"-Konzept sprechen. Sie bedürfen keines ideologischen Wärmestroms, keiner Bekenntnisse zum Fortschritt und zur Emanzipation.

(1) Der erste Strang geht von dem gesicherten Wissen aus, daß Lebensbewältigung generell, die Realisierung von Identitätsentwürfen und der

Umgang mit Krisen. Krankheit und Behinderung sozialer Ressourcen bedarf, sozialer Netzwerke und Bezüge. "Gemeinsam(e) Kräfte entdecken" könnte man die Idee auch überschreiben. Das "Empowerment"-Konzept knüpft an diesem Wissensreservoir der Netzwerk- und Unterstützungsforschung an und formuliert aus diesem Wissen eine neue Perspektive professionellen Selbstverständnisses.

(2) Ein zweiter Argumentationsstrang geht von der aktuellen gesellschaftlichen Situation der "Risikogesellschaft" aus und fragt nach den durchschnittlichen Handlungsqualifikationen, die ein Subjekt benötigt, um handlungsfähig zu sein. Das (post)-moderne Subjekt wird beschrieben als individualisierte Person, die ihre eigene Lebensorganisation zu schaffen hat und sich dabei zunehmend weniger auf soziale Traditionen, Vorgaben und Regeln stützen kann. In diesem Sinne ist für jeden einzelnen ein Stück "Em-powerment" objektiv notwendig.

Die Empowerment-Perspektive bündelt wichtige Lernprozesse des letzten Jahrzehnts. Sie knüpft ein Netz von Ideen zu einer neuen Orientierung psychosozialen Handelns. Es sind vor allem die folgenden Lernprozesse:

(1) Von der Defizit- oder Krankheitsperspektive zur Ressourcen- oder Kompetenzperspektive. Das Wissen um die Stärken der Menschen und der Glaube an ihre Fähigkeiten, in eigener Regie eine lebenswerte Lebenswelt und einen gelingenden Alltag herzustellen, führt mit Notwendigkeit zu einer anderen beruflichen Perspektive als im Falle eines professionellen Szenarios der Hilfebedürftigkeit.

(2) Nur jene Art von professionellem Angebot kann letztlich wirksam werden, das in das System des Selbst- und Weltverständnisses der KlientInnen integrierbar ist und das persönlich glaubwürdig und überzeugend vermittelt wird. Solche Einsichten führen mit Notwendigkeit zur Überwindung einer einseitigen Betonung professioneller Lösungskompetenzen und von der Orientierung an der Allmacht der Experten zu einer partnerschaftlichen Kooperation von Betroffenen und Fachleuten. Von Dauer können nur Veränderungen sein, die den Grundsatz "Hilfe zur Selbsthilfe" realisieren.

(3) Jede professionelle Aktivität, der es nicht gelingt, zur Überwindung des Erfahrungskomplexes der "gelernten Hilflosigkeit" oder "Demoralisie-

rung" beizutragen, wird wirkungslos bleiben. Die Wirksamkeit professioneller Hilfe wird davon abhängen, ob das Gefühl gefördert werden kann, mehr Kontrolle über die eigenen Lebensbedingungen zu erlangen.

(4) Soziale Unterstützung im eigenen sozialen Beziehungsgefüge ist von großer Bedeutung bei der Bewältigung von Krisen, Krankheiten und Behinderungen sowie bei der Formulierung und Realisierung selbstbestimmter Lebensentwürfe. Gerade die Kräfte, die durch die Vernetzung von gleich Betroffenen entstehen können, sind von besonderer Qualität.

(5) Psychosoziale Praxis läßt sich nicht in Kategorien von Widerspruchsfreiheit oder im Funktionskreis instrumentellen Denkens adäquat erfassen. Anstelle eines Diskurses, der von der Unterstellung eines hehren Allgemeinwohl ausgeht, ist es notwendig, Widersprüche, Interessenunterschiede und unterschiedliche Bedürfnisse zum Thema zu machen. Hierzu gehören auch Themen wie die Janusköpfigkeit von Hilfe und Kontrolle in allen Formen psychosozialen Handelns; die Analyse unerwünschter Nebenfolgen "für-sorglicher Belagerung" und ihrer institutionellen Eigenlogiken und schließlich auch die Anerkennung unterschiedlicher und teilweise widersprüchlicher Interessen von KlientInnen und Professionellen.

(6) Die wichtigste Erkenntnis, die auf solchen Pfaden divergenten Denkens zu gewinnen ist, ist die Einsicht in die Dialektik von Rechten und Bedürftigkeiten. Die klassische wohlfahrtstaatliche Philosophie war ausschließlich von einer Definition von Bedürftigkeiten und auf sie bezogener sozialstaatlicher Hilfe- oder Präventionsprogramme bestimmt. Die meisten Therapie- und Präventionsprogramme gehen - in aller Regel mit guten und nachvollziehbaren Gründen - von einer Annahme spezifischer Defizite und Bedürftigkeiten aus, die im wohlverstandenen Interesse der Betroffenen verhindert, kompensiert oder verändert werden sollen. Erst in den 70er Jahren wurde - nicht zuletzt in Folge heftiger Konflikte zwischen wohlwollenden HelferInnen und zunehmend eigene Ansprüche formulierender KlientInnen - die Ebene der Rechte als unabhängiger Begründungsinstanz für Handeln oder dessen Unterlassung "entdeckt". Es war sicher kein Zufall, daß diese Entdeckung in die Zeit der sich abzeichnenden Krise des Wohlfahrtsstaates fiel. In Zeiten wachsender Sozialbudgets ist eher die Vorstellung gewachsen, daß bei uns Professionellen die Angelegenheiten der Betroffenen in guten Händen seien. Die Segnungen immer neuer Spezialprogramme und -einrichtungen ließen sich beweis-

kräftig so verstehen. Die von uns so bereitgestellte "fürsorgliche Belagerung" hatte eine Qualität der tendenziellen Rund-um-Versorgung, bei der der Gedanke der Einschränkung von KlientInnen-Rechten und der Kontrolle von Lebenssouveränität weniger Nahrung erhielt. Die Krise des Sozialstaats hat auch für viele Betroffene sichtbar gemacht, daß ihre Rechte keineswegs in Wohlfahrtsleistungen gesichert sind und mit deren Abbau auch gefährdet sind und eigenständig vertreten und abgesichert werden müssen. Rappaport bringt die beiden Sichtweisen auf die Formel von "Kinder in Not" oder "Bürger mit Rechten". Es handelt sich nicht um Entweder-oder-Perspektiven, sie müssen in dem Spannungsverhältnis, in dem sie zueinanderstehen, erhalten bleiben. Gerade an der Reaganschen Kahlschlagpolitik im Sozialbereich kann das aufgezeigt werden. Sie hat sich gerne mit Schlagworten wie Bürgerrechte oder "Freiheit" vom Staat drapiert und gleichzeitig wohlfahrtsstaatliche Leistungen abgebaut. Dazu bemerkt Rappaport treffend: "Rechte ohne Ressourcen zu besitzen, ist ein grausamer Scherz" (S. 268).

An diese Überlegungen anschließend gibt Rappaport seine zentrale Erläuterung der Empowerment-Idee und wir sehen, daß darin eine Reihe der Erkenntnisknoten auftauchen, die ich zusammengetragen habe:

"Unter 'empowerment' verstehe ich, daß es unser Ziel sein sollte, für Menschen die Möglichkeiten zu erweitern, ihr Leben zu bestimmen. Damit werden wir notwendigerweise sowohl unser politisches als auch unser Rollenverständnis bezüglich bedürftiger Menschen in Frage stellen. Wir können uns nicht mit einer Sozial- und Gesundheitspolitik zufriedengeben, die uns darauf beschränkt, spezielle Programme für soziale Einrichtungen zu entwerfen und durchzuführen. Es wird darum gehen, daß die Form und die Art der Integration ebenso wie der Inhalt mit 'empowerment' konsistent ist. Mit dem Konzept 'empowerment' können wir nicht länger Menschen einfach als 'Kinder in Not' oder als 'Bürger mit Rechten' sehen, sondern vielmehr als vollwertige menschliche Wesen, die sowohl Rechte als auch Bedürfnisse haben. Wir müssen uns mit dem Widerspruch auseinandersetzen, daß selbst Menschen mit wenigen Fähigkeiten oder in extremen Krisensituationen, genauso wie jeder von uns, eher mehr als weniger Kontrolle über ihr eigenes Leben brauchen. Das heißt nicht notwendigerweise, daß wir deren Bedürfnisse nach Hilfe vernachlässigen, wenn wir für mehr Selbstbestimmung votieren. 'Empowerment' ist eine

Denkweise, die mehr Klarheit über die divergente Natur sozialer Probleme bringt" (S. 269).

LEBEN MIT "RISKANTEN CHANCEN": WELCHE KOMPETENZEN ZUR LEBENSBEWÄLTIGUNG BRAUCHEN HERANWACHSENDE?

Welche Ressourcen bräuchten Jugendliche wie Kati, Alex oder Kevin, um ihr Leben zu meistern? Es soll nun der Versuch unternommen werden, soziale und psychische Bedingungen und Voraussetzungen zu formulieren, die mir für eine produktive Nutzung der riskanten Chancen der gegenwärtigen Lebenssituation wichtig erscheinen und die für die psychosoziale Arbeit Zielorientierungen bilden könnten.

ZENTRALE GRUNDBEDÜRFNISSE DER SUBJEKTE IN DER POSTMODERNEN GESELLSCHAFT

1. Befriedigung elementarer vitaler Grundbedürfnisse
2. Ein authentisches Leben führen - unverwechselbar sein
3. Für sich einen inneren Lebenssinn finden
4. Einen Rahmen sozialer Anerkennung für sich finden
5. An der Gestaltung der eigenen Lebenswelt beteiligt sein
6. Subjekt des eigenen Handelns sein

Im Zentrum der Anforderungen für eine gelingende Lebensbewältigung stehen die Fähigkeiten zur Selbstorganisation, zur Verknüpfung von Ansprüchen auf ein gutes und authentisches Leben mit den gegebenen Ressourcen und letztlich die innere Selbstschöpfung von Lebenssinn.

Meine eingangs formulierte These bezieht sich genau darauf und ich möchte sie noch einmal in Erinnerung rufen: *Ein zentrales Kriterium für Lebensbewältigung und Gesundheit bildet die Chance, für sich ein innere Lebenskohärenz zu schaffen. In früheren gesellschaftlichen Epochen war die Bereitschaft zur Übernahme vorgefertigter Identitätspakete das zentrale Kriterium für Lebensbewältigung. Heute kommt es auf die individuelle Passungs- und Identitätsarbeit an, also auf die Fähigkeit zur Selbstorganisation und "Selbsteinbettung".*

BEDINGUNGEN FÜR EIN LEBEN MIT "RISKANTEN CHANCEN"

1. Basale ökologische Ressourcen bilden die Voraussetzung für eine souveräne lebensbewältigung. Sie ermöglichen ein Gefühl des Vertrauens in die Kontinuität des Lebens: *Ein Urvertrauen zum Leben*.
2. Ein offenes Identitätsprojekt bedarf *materieller Ressourcen*: Die klassische soziale Frage steht immer noch auf der Tagesordnung
3. Als soziale Baumeister/Innen unserer eigenen Lebenswelten und Netze brauchen wir *soziale Ressourcen*
4. Die "demokratische Frage" stellt sich im Alltag: Benötigt werden *Fähigkeiten zum Aushandeln*, um die gemeinsame Lebensplattform immer wieder zu schaffen
5. Die objektive Vergrößerung der *individuellen Gestaltungskompetenz* erfordert eine erhöhte Fähigkeit zur "positiven Verunsicherung" und "Ambiguitätstoleranz"

(1) Für die Gewinnung von Lebenssouveränität ist ein Gefühl des Vertrauens in die Kontinuität des Lebens eine Voraussetzung, *ein Urvertrauen zum Leben* und seinen natürlichen Voraussetzungen. Das Gegenbild dazu ist die Demoralisierung, der Verlust der Hoffnung, in der eigenen Lebenswelt etwas sinnvoll gestalten zu können. Die Welt wird als nicht mehr lenkbar erlebt, als ein sich hochtourig bewegendes Rennauto, in dem die Insassen nicht wissen, ob es eine Lenkung besitzt und wie diese zu betätigen wäre. Die gewaltigen ökologischen Bedrohungen tragen sicherlich erheblich zu dem wachsenden Demoralisierungspegel bei, sie setzen fatale Bedingungen für "gelernte Hilf-" und "Hoffnungslosigkeit". Eine psychosoziale Perspektive, die für sich einen "ganzheitlichen" oder "lebensweltlichen Ansatz" in Anspruch nimmt, muß die basalen ökologischen Lebensbedingungen als zentralen Rahmen für die Entwicklung psychosozialer Ressourcen sehen lernen.

Werte, die aus dieser Perspektive folgen, lassen sich als "*ökologische Moral*" bezeichnen. Die Standortdebatte überlagert gegenwärtig in gefährlicher Weise das Bewußtsein für die ökologischen Gefahren und Notwendigkeiten. Die Umwelt müßte auch für den Standort Deutschland Opfer bringen, kann man im öffentlichen Diskurs vernehmen. Dagegen stehen Projekte wie Agenda 21 und die Formulierung "ökologischer Kinderrechte" zu formulieren.

(2) Ein offenes Identitätsprojekt, in dem neue Lebensformen erprobt und eigener Lebenssinn entwickelt werden, bedarf *materieller Ressourcen*. Hier liegt das zentrale und höchst aktuelle sozial- und gesellschaftspoliti-

sche Problem. Eine Gesellschaft die sich ideologisch, politisch und ökonomisch fast ausschließlich auf die Regulationskraft des Marktes verläßt, vertieft die gesellschaftliche Spaltung und führt auch zu einer wachsenden Ungleichheit der Chancen an Lebensgestaltung. Hier holt uns immer wieder die klassische soziale Frage ein. Die Fähigkeit zu und die Erprobung von Projekten der Selbstorganisation sind ohne ausreichende materielle Absicherung nicht möglich. Ohne Teilhabe am gesellschaftlichen Lebensprozeß in Form von sinnvoller Tätigkeit und angemessener Bezahlung wird Identitätsbildung zu einem zynischen Schwebezustand, den auch ein "postmodernes Credo" nicht zu einem Reich der Freiheit aufwerten kann.

Dieser Punkt ist von besonderer sozialpolitischer Bedeutung. In allen Wohlfahrtsstaaten beginnen starke Kräfte die konsensuellen Grundlagen der Prinzipien der Solidargemeinschaft zu demontieren. Das spricht Zygmunt Bauman in seiner Analyse an: "Der Sozialstaat war darauf ausgerichtet, eine Schicksalsgemeinschaft dadurch zu institutionalisieren, daß seine Regeln für jeden Beteiligten (jeden Bürger) gleichermaßen gelten sollten, so daß die Bedürftigkeit des einen verrechnet würde mit dem Gewinn des anderen". Wie Bauman aufzeigt, gefährdet gegenwärtig der universalisierte Kapitalismus und seine ökonomische Logik pur das Solidarprinzip: "War der Aufbau des Sozialstaates der Versuch, im Dienste der moralischen Verantwortung ökonomisches Interesse zu mobilisieren, so decouvriert die Demontage des Sozialstaates das ökonomische Interesse als Instrument zur Befreiung des politischen Kalküls von moralischen Zwängen" (ebd.). Dramatische Worte wählt Bauman für das erkennbare Resultat dieses "Paradigmenwechsels": "Die gnadenlose Pulverisierung der kollektiven Solidarität durch Verbannung kommunaler Leistungen hinter die Grenzen des politischen Prozesses, die massive Freigabe der Preisbindung bei lebenswichtigen Gütern und die politisch geförderte Institutionalisation individueller Egoismen zum letzten Bollwerk sozialer Rationalität zu haben, ..., (hat) ein veritables 'soziales München' bewirkt" (1993).

Die intensive Suche nach zukunftsfähigen Modellen "*materieller Grundsi- cherung*" sind von höchster Wertepriorität. Die Koppelung sozialstaatlicher Leistungen an die Erwerbsarbeit erfüllt dieses Kriterium immer weniger.

(3) Wenn wir die sozialen BaumeisterInnen unserer eigenen sozialen Lebenswelten und Netze sind, dann ist eine spezifische Beziehungs- und Verknüpfungsfähigkeit erforderlich, nennen wir sie *soziale Ressourcen*. Der Bestand immer schon vorhandener sozialer Bezüge wird geringer und der Teil unseres sozialen Beziehungsnetzes, den wir uns selbst schaffen und den wir durch Eigenaktivität aufrechterhalten (müssen), wird größer. Nun zeigen die entsprechenden Studien, daß das moderne Subjekt keineswegs ein "Einsiedlerkrebs" geworden ist, sondern im Durchschnitt ein größeres Netz eigeninitiiertes sozialer Beziehungen aufweist, als es seine Vorläufergenerationen hatten: Freundeskreise, Nachbarschaftsaktivitäten, Interessengemeinschaften, Vereine, Selbsthilfegruppen, Initiativen. Es zeigt sich nur zunehmend auch, daß sozioökonomisch unterprivilegierte und gesellschaftlich marginalisierte Gruppen offensichtlich besondere Defizite aufweisen bei dieser gesellschaftlich zunehmend geforderten eigeninitiierten Beziehungsarbeit. Die sozialen Netzwerke von ArbeiterInnen z.B. sind in den Nachkriegsjahrzenten immer kleiner geworden. Von den engmaschigen und solidarischen Netzwerken der Arbeiterfamilien, wie sie noch in den 50er Jahren in einer Reihe klassischer Studien aufgezeigt wurden und in der Studentenbewegung teilweise romantisch überhöht wurden, ist nicht mehr viel übrig geblieben. Das "Eremitenklima" ist am ehesten hier zur Realität geworden. Unser "soziales Kapital", die sozialen Ressourcen, sind ganz offensichtlich wesentlich mitbestimmt von unserem Zugang zu "öko-nomischem Kapital".

Als Konsequenz für die Formulierung zukunftsfähiger Werte folgt die hohe Priorität für die Förderung von *"Kontexten sozialer Anerkennung"*. Für offene, experimentelle, auf Autonomie zielende Identitätswürfe ist die Frage nach sozialen Beziehungsnetzen von allergrößter Bedeutung, in denen Menschen dazu ermutigt werden. Da gerade Menschen aus sozial benachteiligten Schichten nicht nur besonders viele Belastungen zu verarbeiten haben und die dafür erforderlichen Unterstützungsressourcen in ihren Lebenswelten eher unterentwickelt sind, halte ich die gezielte professionelle und sozialstaatliche Förderung der Netzwerkbildung bei diesen Bevölkerungsgruppen für besonders relevant.

(4) Nicht mehr die Bereitschaft zur Übernahme von fertigen Paketen des "richtigen Lebens", sondern die *Fähigkeit zum Aushandeln* ist notwendig: Wenn es in unserer Alltagswelt keine unverrückbaren allgemein akzeptierten Normen mehr gibt, außer einigen Grundwerten, wenn wir keine Knigge

mehr haben, der uns für alle wichtigen Lebenslagen das angemessene Verhalten vorgeben kann, dann müssen wir die Regeln, Normen, Ziele und Wege beständig neu aushandeln. Das kann nicht in Gestalt von Kommandosystemen erfolgen, sondern erfordert demokratische Willensbildung im Alltag, in den Familien, in der Schule, Unversität, in der Arbeitswelt und in Initiativ- und Selbsthilfegruppen. Dazu gehört natürlich auch eine gehörige Portion von Konfliktfähigkeit. Die "demokratische Frage" ist durch die Etablierung des Parlamentarismus noch längst nicht abgehakt, sondern muß im Alltag verankert werden.

Wie die Analyse von Taylor gezeigt hat, lebt die demokratische Zivilgesellschaft von *"Partizipationsrechten"*. Gegenwärtig gibt es eine widersprüchliche Entwicklung: Die Wünsche von immer mehr Menschen gehen in Richtung einer Mitbeteiligung bei Angelegenheiten, die sie selbst betreffen. Das ist ein hohes demokratisches Potential. In der Wirtschaft wird es teilweise als produktionsfördernder Faktor genutzt. Volks- und Bürgerbegehren gehen in die gleiche Richtung. In anderen gesellschaftlichen Bereich setzt man eher auf napoleonische Lösungen: Die Stärkung der Führungsebene auf Kosten der Mitbestimmungschancen. Hier gilt es klar zugunsten von Partizipationsrechten zu votieren.

(5) Gesellschaftliche Freisetzungsprozesse bedeuten einen objektiven *Zugewinn individueller Gestaltungskompetenz*, aber auch deren Notwendigkeit. Sie erfordern vom Subjekt vermehrt die eigenwillige Verknüpfung und Kombination multipler Realitäten. Hier eröffnet sich ein subjektiver und gesellschaftlicher Raum für die Entwicklung jenes "Möglichkeitssinns", den Robert Musil im "Mann ohne Eigenschaften" entworfen hat. Er ermöglicht den Auszug aus dem "Gehäuse der Hörigkeit" (Max Weber) und führt uns an den Punkt, den Christa Wolff (1983) in ihrer Frankfurter Vorlesung zur Poetik so treffend formuliert hat: "Freude aus Verunsicherung ziehen". Aber sie verknüpft dieses positive Ziel gleich mit der skeptischen Frage: "wer hat uns das je beigebracht?" (1983). Als hätte sie hellseherisch die Situation in der DDR im Frühjahr 1990 beschrieben! Aber so verschieden sind vermutlich auch wir Bürger in der BRD nicht, als daß diese Frage nicht auch für uns gelten würde. Die *psychische Voraussetzung für eine positive Verunsicherung ist "Ambiguitätstoleranz"*. Sie meint die Fähigkeit, sich auf Menschen und Situationen offen einzulassen, sie zu erkunden, sie nicht nach einem "Alles-oder-nichts"-Prinzip als nur gut oder nur böse zu beurteilen. Es geht also um die Überwindung des

"Eindeutigkeitszwanges" und die Ermöglichung von neugieriger Exploration von Realitätsschichten, die einer verkürzenden instrumentellen Logik unzugänglich sind. In diesem Zusammenhang ist auch die Frage nach Therapiezielen wichtig. In einem Aufsatz unter dem Titel "Positive Verunsicherung" schreibt der amerikanische Psychologe Gelatt:

"Vor einem Vierteljahrhundert war die Vergangenheit bekannt, die Zukunft vorhersagbar und die Gegenwart veränderte sich in einem Schrittmaß, das verstanden werden konnte. (...) Heute ist die Vergangenheit nicht immer das, was man von ihr angenommen hatte, die Zukunft ist nicht mehr vorhersehbar und die Gegenwart ändert sich wie nie zuvor (Gelatt 1989, S. 252).

"Deshalb schlage ich eine neue Entscheidungsstrategie vor, die *positive Unsicherheit* genannt wird. Was jetzt angemessen ist, ist ein Entscheidungs- und Beratungsrahmen, der Klienten hilft, mit Wandel und Ambiguität umzugehen, Unsicherheit und Inkonsistenz zu akzeptieren, und die nicht-rationalen und intuitiven Seiten des Denkens und Auswählens zu nutzen. Die neue Strategie fördert positive Haltungen und paradoxe Methoden in der Gegenwart wachsender Unsicherheit" (1989, S. 252).

Solche Strategien fasse ich unter der Wertepriorität "*Förderung des Möglichkeitssinns*" zusammen. Das Hinausdenken und -fühlen über die Grenzen des geltenden Realitätsprinzips wird immer wichtiger. Hierzu lassen sich in der psychosozialen Arbeit vielfältige Kompetenzen einsetzen (von Zukunftswerkstätten bis kunsttherapeutische Projekten tut sich ein breites Spektrum auf).

Was aber ist unter dem *Möglichkeitssinn* zu verstehen. Fragen wir Robert Musil (1967), der diesen Begriff in seinem monumentalen Roman "Der Mann ohne Eigenschaften" entwickelt hat. Dort heißt es:

"Wenn es Wirklichkeitssinn gibt, muß es auch Möglichkeitssinn geben"

"Wer ihn besitzt, sagt beispielsweise nicht: Hier ist dies oder das geschehen, wird geschehen, muß geschehen; sondern er erfindet: Hier könnte, sollte oder müßte geschehn; und wenn man ihm von irgend etwas erklärt, daß es so sei, wie es sei, dann denkt er: Nun, es könnte wahrscheinlich auch anders sein. So ließe sich der Möglichkeitssinn als die Fähigkeit de-

finieren, alles, was ebensogut sein könnte, zu denken und das, was ist, nicht wichtiger zu nehmen als das, was nicht ist" (S. 16).

Unsere alltägliche Lebensführung wird vom Realitätsprinzip bestimmt. Oft führt es zu einem fatalen Realismus, der sich eine andere Welt als die, in der er sich eingerichtet hat, nicht mehr vorstellen kann. Aber in einer Welt, die kein berechenbares Maß besitzt, die zukunfts offen und ambivalent ist, ist dieser Gegenwartsrealismus fragwürdig. Und es kommt zunehmend auf die "menschliche Fähigkeit zu 'utopischen' Träumen" an (Berger 1994, S. 123). Für diese Fähigkeit hat Musil auch einen spezifischen Ort gefunden, unseren "zehnten Charakter": "... ein Landbewohner hat mindestens neun Charaktere, einen Berufs-, einen National-, einen Staats-, einen Klassen-, einen geographischen, einen Geschlechts-, einen bewußten, einen unbewußten und vielleicht auch noch einen privaten Charakter; er vereinigt sie in sich, aber sie lösen ihn auf, und er ist eigentlich nichts als eine kleine, von diesen vielen Rinnsalen ausgewaschene Mulde, in die sie hineinsickern und aus der sie wieder austreten, um mit andern Bächlein eine andere Mulde zu füllen. Deshalb hat jeder Erdbewohner auch noch einen zehnten Charakter, und dieser ist nichts als die passive Phantasie unausgefüllter Räume; er gestattet dem Menschen alles, nur nicht das eine: das ernst zu nehmen, was seine mindestens neun anderen Charaktere tun und was mit ihnen geschieht; also mit anderen Worten, gerade das nicht, was ihn ausfüllen sollte" (1967, S. 34).

Abschließend will Ich Ihnen ein Beispiel für eine nicht gelingende Lebensbewältigung, das durch die Medien ging und mich sehr aufgewühlt hat.

Im Frühjahr 1995 hat eine Serie von Selbstmorden Jugendlicher in Passau große Aufmerksamkeit auf sich gezogen. Das war eine schwere Herausforderung für das "postkartenschöne" Passau, das mit seinem Image 1 1/2 Millionen Touristen pro Jahr anzieht. Die Infrastrukturen für die Fremden, die kommen und wieder gehen und Geld in der Stadt lassen, ist vorbildlich, die für Jugendliche weniger, vor allem für jene nicht, die eine Passauer "Normalbiographie" nicht auf die Reihe bringen oder sich ihr verweigern. Wer sich nicht in Sport- und Trachtenvereinen oder in der kirchlichen Jugend integrieren kann und will, für den bleiben nur Parks, Passagen oder die Treppe der berühmten Nibelungenhalle. Damit sind wir also bei den "Straßenkindern von Passau", Punks, für die es in dieser Stadt schwer ist, erwachsen zu werden. Einer von diesen Jugendlichen

stirbt im letzten Jahr an einer Überdosis Heroin. Bei seiner Beerdigung treffen sich die Passauer Straßenkinder. Sie werfen leere Schnapsflaschen, Spritzen und Tablettenröhrchen ins offene Grab. Einer von ihnen, Daniel, genannt *Höllli*, kommt aufgewühlt nach Hause und sagt zu seiner Mutter^{*)}: "Genau so will ich beerdigt werden." Die Mutter entgegnet: "Aber du stirbst doch nicht!". Höllli antwortet ganz ruhig: "Doch ich werde bald sterben, ich werde keine 18. Das Leben ist zum Kotzen, schau dich doch um in der Welt." Wenig später ist der 16-Jährige vom obersten Stockwerk der innerstädtischen Nibelungen-Einkaufspassage gesprungen. Seine 15-jährige Freundin ist wenig später von einem Auto überfahren worden. Alles spricht dafür, daß sie das wollte. Und das blieben nicht die einzigen Toten. Erwachsenwerden wollten und konnten sie nicht.

Höllli hatte in erstaunlicher Weise seinen Möglichkeitssinn entwickelt, aber er hatte oder sah keine Chance, einen davon bestimmten Lebensentwurf offen und experimentell umzusetzen. In einem Brief Höllis an seinen Bruder, vier Monate vor seinem Tod, kommt das zum Ausdruck:

"Irgendwann traf mich der Blitz, der schon viele getroffen. Aber ich machte mir keine ernsthaften Gedanken. Ich nahm alles sehr locker und ich ging durch die Welt und dachte und dachte. Aber aus meiner Gedankenlosigkeit wurden Träume und Schmetterlinge. Solche, die viel Verwirrung schaffen. Und dumm wie ich bin, ging ich durch die Welt und ich dachte und dachte. Träume, Schmetterlinge - alles wurde schlimmer! Aber meine Verspieltheit zog mich an sich. Und ohne eine Ahnung ging ich durch die Welt, und ich dachte und dachte. Bücher, Musik, gute Literatur - alles half nichts mehr. Es war, als würde mein Herz nicht mehr für mich schlagen. Plötzlich war es aus mit der Gedankenlosigkeit und ich mußte handeln. Zu spät; meine Chance war vertan. - So zog ich durch die Welt und ich dachte und dachte."

Ich schließe abschließend an dieses Dokument ein provokante Frage an: Haben Höllli und seine Freunde möglicherweise schon mehr begriffen von dem, was unsere Gesellschaft generell lernen und entwickeln muß, wenn sie zukunftsfähig sein will? In den Zukunftslabors der Wirtschaft wird über Basiskompetenzen erfolgreicher Menschen im nächsten Jahrhundert oder -tausend nachgedacht. Einer der originellsten und einflußreichsten Managementwissenschaftler ist Peter Senge (1996). Für ihn müssen lernfähige Organisationen vor allem die Phantasie, Kreativität, persönliche Reflexionsfähigkeit im Sinne eines kontinuierlichen Hinterfragens und Überprüfens unserer inneren Bilder, Gemeinschaftsfähigkeit und vor al-

^{*)} Quelle für die wörtlichen Äußerungen und für die ganze Geschichte ist eine SPIEGEL-Reportage von Jürgen Neffe im Heft 26/1995.

lem die Fähigkeit zu gemeinsamen Visionen fördern. Eine auf individuelle Durchsetzungsfähigkeit und Konkurrenz setzende Gesellschaft hinterläßt genau in diesem Bereich verheerende Defizite. Vielleicht hätte Hölli bei Peter Senge einen Beratervertrag erhalten, in seiner museal versteinerten Stadt hatte er keine Chance!

LITERATUR

- Antonovsky A.: Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass 1987.
- Bauman, Zygmunt: Wir sind wie Landstreicher. Die Moral im Zitalter der Beliebigkeit. In: Süddeutsche Zeitung vom 16./17. November 1993.
- Beck, Ulrich: Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne. Frankfurt: Suhrkamp 1986.
- Beck, Ulrich (Hg.): Kinder der Freiheit. Frankfurt: Suhrkamp 1997.
- Bellah, Robert N., Madsen, Richard, Sullivan, William M. et al.: Gewohnheiten des Herzens. Individualismus und Gemeinsinn in der amerikanischen Gesellschaft. Köln 1987.
- Berg, Christa: "Rat geben". Ein Dilemma pädagogischer Praxis und Wirkungsgeschichte. In: Zeitschrift für Pädagogik, 37, 1991, S. 709 - 734.
- Berger, Peter L.: Sehnsucht nach Sinn. Glauben in einer Zeit der Leichtgläubigkeit. Frankfurt 1994.
- Bergmann, Wolfgang: Keine Ahnung, was los ist mit Roland. Wenn Erwachsene nichts begreifen oder Vom Versickern der Kommunikation in einer computergesteuerten Welt. Süddeutsche Zeitung 14./15.1.95.
- Dornblüth, Friedrich: Gesundheitspflege des Kindes. Guter Rat über Mutter- und Pflegerinnen-Pflichten. Stuttgart: Verlag von August Brettinger 1888.
- Fend, H.: Sozialgeschichte des Aufwachsens. Bedingungen des Aufwachsens und Jugendgestalten im zwanzigsten Jahrhundert. Frankfurt: Suhrkamp 1988.
- Gabriel, Karl: Wandel des Religiösen. In: Forschungsjournal Neue Soziale Bewegungen, 3/1993 (liegt im Manuskript vor).
- Gebhardt, Eike: Die Stadt als moralische Anstalt. In: K.R.Scherpe (Hg.): Die Unwirklichkeit der Städte. Reinbek 1988, S. 279 - 303.
- Gelatt H.B.: Positive uncertainty: A new decision-making framework for counseling. In: Journal of Counseling Psychology, 36, 1989, S. 252 - 256.
- Gergen, Kenneth: "Sinn ist nur als Ergebnis von Beziehungen denkbar". Interview mit K.Gergen. In: Psychologie heute, Oktober 1994, S. 34 -38.
- Gergen, Kenneth: The saturated self. Dilemmas of identity in contemporary life. New York: Basic Books 1991.
- Giddens, Anthony: Konsequenzen der Moderne. Frankfurt: Suhrkamp 1995.
- Haarer, Johanna: Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind. München: Lehmann 1934.
- Haarer, Johanna: Unsere kleinen Kinder. München: Lehmann 1936.
- Höfer, Renate: Jugend, Gesundheit und der Sense of Coherence. In: Zeitschrift für Gesundheitswissenschaften/Journal of Public Health, 6, 1998, S. 341 - 357.
- Hurrelmann, K.: Familienstreß, Schulstreß, Freizeitstreß. Gesundheitsförderung für Kinder und Jugendliche. Weinheim: Beltz 1990.
- Hurrelmann, K.: Prävention und Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter. Einleitungsvortrag für das 2. Gesundheitswissenschaftliche Kolloquium am 28./29. Januar 1994.

- Kersten, Otto: Praxis der Erziehungsberatung. Ein Handbuch mit Bibliographie. Stuttgart: Enke 1941.
- Keupp, Heiner: Riskante Chancen. Der Subjekt zwischen Psychokultur und Selbstorganisation. Heidelberg: Asanger 1988.
- Keupp, Heiner: Psychologisches Handeln in der Risikogesellschaft. Gemeindepsychologische Perspektiven. München: Quintessenz 1994.
- Keupp, Heiner: Gemeinsinn aus Eigennutz? Gegen einen falschen Moralismus. In: Journal für Psychologie, 3, Heft 2, 1995, S. 7 - 22.
- Lübbe, Hermann: Erfahrungen von Orientierungskrisen in modernen Gesellschaften. In: W.Weidelfeld & D.Rumberg (Hg.): Orientierungsverlust - Zur Bindungskrise der modernen Gesellschaft. Gütersloh: Verlag Bertelsmann Stiftung 1994, S. 13 - 30.
- Musil, Robert: Der Mann ohne Eigenschaften. Reinbek: Rowohlt 1967.
- Rheingold, Howard: Virtuelle Gemeinschaft. Soziale Beziehungen im Zeitalter des Computers. Bonn: Addison-Wesley 1994.
- Schieder, Rolf: Seelsorge in der Postmoderne. In: Wege zum Menschen, 46, 1994, S. 26 - 43.
- Schreiber, Adele (Hg.): Das Reich des Kindes. Berlin: Deutsche Buch-Gemeinschaft 1930.
- Schulze, Gerhard: Die Erlebnisgesellschaft. Kultursoziologie der Gegenwart. Frankfurt 1992.
- Senge, Peter: Die fünfte Disziplin. Stuttgart: Klett-Cotta 1996 (eng. 1990).
- Strasser, Johanno: "Individualisierung und Solidarität". In: *Die Demokratische Schule* (Januar/Februar 1994).
- Taylor, Charles: Das Unbehagen an der Moderne. Frankfurt: Suhrkamp 1995.
- Ueltzhöffer, Jörg & Flaig, Bodo Berthold: Spuren der Gemeinsamkeit? Soziale Milieus in Ost- und Westdeutschland. In: W.Weidenfeld (Hg.): Deutschland. Eine Nation - doppelte Geschichte. Köln 1993, S. 61 - 82.
- Vester, Michael, Oertzen, Peter v. et al.: Soziale Milieus im gesellschaftlichen Strukturwandel. Zwischen Integration und Ausgrenzung. Köln 1993.
- Weber, Max: Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus. In: ders.: Gesammelte Aufsätze zur Religionssoziologie I. Tübingen 1963.
- Wolff, Christa: Voraussetzungen einer Erzählung: Cassandra. Darmstadt: Luchterhand 1983.
- Ziehe, Thomas: Neue kulturelle Suchbewegungen. Nach dem Hedonismus. In: SOWI, 16, 1987, S. 247 - 254.