

DAS ICH BRAUCHT DAS WIR: ZUR SELBSTSORGE BEFÄHIGEN

Heiner Keupp

Vortrag bei der 33. Jahrestagung 2011 der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
am 01. Juni 2011 in Düsseldorf

„Man kann nicht in die Zukunft schauen, aber man kann den Grund für etwas Zukünftiges legen – denn Zukunft kann man bauen.“
Antoine de Saint-Exupéry (1900 – 1944)

Einleitung: 2040

Als ich wegen des heutigen Vortrags angefragt wurde und mir die Aufgabe gestellt wurde, die gesellschaftliche Entwicklung und die Zukunft der Selbsthilfe mit dem Bezugspunkt 2040 zu reflektieren, ging ich eher auf Abwehr. Das hatte nicht nur damit zu tun, dass ich mich in der Rolle des Propheten als Fehlbesetzung sehe, sondern auch mit der Sorge mit einem solchen Versuch, späteren Generationen eine wohlfeile Kabarettvorlage zu liefern. Die Geschichte der Zukunftsforschung oder gar der modischen Trendforschung zeigt, dass deren Prognosen meist schwer daneben gingen.

Ich habe dann nach der Beruhigungsarbeit von Wolfgang Thiel die Aufgabe übernommen, im Titel sorgsam alle prophetischen Töne vermieden und trotzdem hat es mich dann gereizt, mal zu recherchieren, ob es überhaupt schon Prognosen für 2040 gibt. Google hat mir dabei geholfen. Bei der Eingabe von „Deutschland 2040 kam zuerst die Immobilienprognose der Bayern LB, die nach ihrem zukunftssträchtigen Deal mit „Hypo Alpträum Adria“ natürlich besonderes Vertrauen genießt. Unter der Zwischenüberschrift „Die Bevölkerung in Deutschland wird ‚weniger, älter und bunter‘“ heißt es: „Die Bevölkerungstärkte Deutschlands wird bis 2040 um rund 5,4 Mio. oder knapp 7 % auf 76,8 Mio. in einem letztlich überschaubaren Ausmaß zurückgehen. Fast die Hälfte der Bevölkerung wird im Jahre 2040 über 50 Jahre alt sein. Der Anteil der Kinder und Jugendlichen wird von 14 % auf 11 % abnehmen. Auch wird die Bevölkerung ‚bunter‘, d. h. der Anteil von Personen mit Migrationshintergrund wird

zunehmen.“ Diese Entwicklung sei aber für den Immobilienmarkt kein Grund für Pessimismus: „Auch wenn die Zahl der Einwohner zukünftig sinken wird, steigt zunächst noch in viele Regionen die Anzahl der Haushalte. Kleinere Haushalte aufgrund Versingelung und Alterung machen diese gegenläufige Entwicklung möglich.“ Hier zeichnen sich sehr viele Einpersonenhaushalte ab und das eröffnet dem Wohnungsmarkt durchaus positive Perspektiven. Endlich mal kein pessimistischer Blick auf die Folgen des demographischen Wandels. Ich bin meiner LBS dankbar, denn ich finde auch ökonomische Prognosen, dass Deutschland 2040 hinter Polen zurückgefallen sein wird und das vor allem wegen der Rentenlast, die die Bundesrepublik immer mehr überschuldet. Demnach soll uns bis 2040 sogar die derzeit noch so schwache polnische Volkswirtschaft überholt haben. Diese Prognose hat die Brüsseler Denkfabrik Centre for European Policy Studies (CEPS) am Montag in Brüssel präsentiert. Schuld daran seien die Reformscheu und fehlende Investitionen in die Bildung. Schon jetzt wachse die polnische Wirtschaft im Schnitt zwei Prozent schneller als die deutsche.

Und das ist dann auch die dominierende Tonlage, wenn es um den demografischen Wandel geht, da wahre Horrorszenarien konstruiert, die mit düsteren Prognosen zu einem Generationenkrieg oder zu einem Zusammenbruch sozialstaatlicher System verknüpft werden. Gegenwärtig jagen uns Thesen vom „Clash of Generations“ oder vom „biologischen und sozialen Terror der Altersangst“ (so im Klappentext von Frank Schirrmachers „Das Methusalem-Komplott“) Zukunftsängste ein. Da ist vom „demografischen Salto“ die Rede, der die klassische „Bevölkerungspyramide“ von einer „zerzausten Wettertanne“ zum „kopflastigen Pilz“ hat werden lassen (Barz et al. 2003, S. 113). Am beunruhigendsten ist die Prognose zur Demenzentwicklung, die alternde Gesellschaft wird zur Alzheimer-Gesellschaft. Die gleichnamige Organisation schreibt: „„Gelingt kein Durchbruch bei der Therapie und Prävention der Demenzen, wird die Zahl der Krankheitsfälle in Deutschland (...) sich bis zum Jahr 2040 verdoppeln.““ Gleichzeitig betont die Alzheimer-Gesellschaft die große Bedeutung der Selbsthilfe für eine Bewältigung der Probleme, die mit der wachsenden Lebenserwartung der Deutschen verbunden sind. Aber wird es denn dann noch Selbsthilfe geben oder hat sich deren Basis in einer Gesellschaft der Ichlinge längst aufgelöst? Ich bin ganz erleichtert, dass ich dann im Internet sogar die Möglichkeit habe, mich über das Selbsthilfegruppen-Forum für eine Selbsthilfegruppe im August 2040 anmelden kann. Für mich kommt das wohl nicht mehr in Frage, aber soll ich vielleicht schon einmal meine Tochter oder meinen Sohn anmelden?

Bevor ich mich weiter in Richtung Zukunft vorwage, scheint es mir sinnvoll, dieses Stichwort von der „Gesellschaft der Ichlinge“ ernst zu nehmen und den sorgenvollen

Kommentaren nachzugehen, die ein Ende solidarischer Lebens- und Gruppenzusammenhänge befürchten. Wenn ihre düsteren Prognosen tatsächlich eintreten sollten, dann würde uns die Grundlage für selbstorganisierte Gruppen zunehmend abhanden kommen. Die Sorge, die Wir-Ich-Balance, wie sie Norbert Elias (1987) beschrieben hat, könnte in einem Siegeszug des Ichs verloren gehen, begleitet die moderne bürgerliche Gesellschaft schon lange.

Die Sorge um den sozialen Kitt: Das Ich verdrängt das Wir

Die Unterordnung eigener Wünsche unter das Gemeinwohl ist nicht nur eine christlich-pietistische Grundhaltung. Aus diesem Kontext kenne ich sie bestens. Aber sie ist mir auch in unserem Turnverein begegnet. Und in "Das Buch der Deutschen Turnerschaft" von Max Schwarze aus dem Jahre 1923 wird diese Haltung ideologisch untermauert. Als Antwort auf die selbstgewählte Frage "Und was ist die Seele der Deutschen Turnerschaft?" wird "tätiger Gemeinsinn" angegeben. In diesem Buch werden mit echtem Pathos große Sätze formuliert; z.B.: "Wer wollte die Wellen zählen, die kleinen und die großen, die alltäglich in Vereinen und Verbänden den Segen der Gesundheit und der Kraft in das Volkswesen spülen? Und wer wollte die treuen Männer alle nennen, die ohne Lohn und Dank die bittersüße Führerschaft auf sich nehmen? Und wer kennt eine andere Gesinnungsgemeinschaft, in der der Vielklang der Stimmungen und Neigungen von demselben tiefen Grundton freiwilliger gemeinnütziger Dienstbarkeit getragen wird? Riesengroß richten sie sich vor uns auf: Das Gefühl der Gemeinschaftsverpflichtung und der Wille zur gemeinnützigen Tat!" (S. 67).

Diesem ideologischen Grundstrom haben auch fachliche Analysen von Vertretern meiner Disziplin zugearbeitet. Felix Krueger, der Begründer der sog. „Ganzheitspsychologie“, hat in seiner Schrift "Zur Psychologie der Gemeinschaft" (1935) eine Linie vertreten, die in den ersten Jahrzehnten dieses Jahrhunderts häufig formuliert wurde und die ihn dann auch zu einem Parteipsychologen der Nationalsozialisten machte. Er sieht die Menschen der Neuzeit und speziell des sich entwickelnden Kapitalismus "in ihren Daseinsgrundlagen bedroht": "Die Technik im Bunde mit dem Privatkapital hat die Menschen aus ihrer artgemäßen und damit aus ihrer persönlichen Form gebracht. Ausgewurzelt aus dem Boden der Sippe und jeder urtümlichen Gemeinschaft suchen sie Halt in Solidaritäten, das sind gedachte Gemeinsamkeiten des Interesses.

In einem Zeitalter überherrschenden Geldverkehrs lassen sich aus dem immer vieldimensionalen Geflecht der 'Beziehungen' zwischen Menschen die privatwirtschaftli-

chen fassbar für sich herausheben und vor Augen stellen" (S. 4). Nur noch im ländlichen Raum sieht Krueger ursprünglicher Formen, "durchdrungen von dem Geist selbstverständlicher Gemeinschaft" (S. 5). Mit Grauen erfüllen unseren gemütvollen Psychologen alle Interessenorganisationen, bevorzugt die proletarischen Organisationen. Für ihn habe es sich erwiesen, dass die 'Solidarität' der Klassen, der bewussten Interessen überhaupt echte Gemeinschaft nicht ersetzen, geschweige aufbauen kann. Sie war ohnmächtig opferbereiten Sinn, Dienstwilligkeit ohne Lohn oder nur Kameradschaft haltbar zu erzeugen" (S. 6). Der Klassenkampf "vergewaltigte das gesamte Leben der Nation. Das erschütterte von Grund aus die seelischen Haltungen und schwächte eben die Kräfte, die die Gemeinschaft zu tragen und in Form zu halten haben. Die Instinkte mit den sonst erblich zugrunde liegenden Gerichtetheiten wurden zersetzt. (...) Das Tun und Lassen entzog sich dem festen Geführtwerden durch Sitte, Autorität und die anderen überpersönlichen Mächte. Zuletzt wurde die Substanz selber angefressen, aus der doch alles eigentümlich Menschliche erwächst und auf die Dauer sich nähren muss: die Kernsubstanz der Gemüter" (S. 7). Dies alles hätten unsere Klassiker gewusst und bewahrt, aber es sei dem die Gesellschaft spaltenden Klassenkampf geopfert werden. Erst 1933 "besannen sich die Besten auf das geistige Vätererbe", endlich fühlten die Deutschen wieder das grundhaft Verbindende ihres Blutes und ihres Bodens" (S. 11).

Die Blut- und Boden-Formulierungen sind heute aus dem Diskurs der gesellschaftlichen Mitte in unserem Land eher verschwunden, aber die Idee, dass unser Land nur "gesund" könne, wenn wieder Opferbereitschaft und Gemeinschaftsverpflichtung entstehen würden, ist uns bei konservativen Politikern wie Wolfgang Schäuble oder Edmund Stoiber begegnet. Und sie stehen damit nicht allein. Vor einiger Zeit ist in den großen überregionalen Zeitungen folgende Annonce erschienen:

"Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit. Doch erst das Einstehen füreinander macht das Leben sinnvoll.

Ja,
Gemeinschaft

Wir leben in einer Zeit der Selbstverwirklichung. Oft geht Individualität über alles. Persönliche Zurücknahme, Bescheidenheit und selbstloser Einsatz für die Gemeinschaft sind nicht gerade populär.

Wer aber jemals Belastungen und Strapazen, vielleicht sogar Gefahren in Kameradschaft erlebt und durchgestanden hat, der weiß, was Gemeinschaft ist. Wahrscheinlich sein Leben lang. Gemeinschaft bedeutet immer Rücksicht auf andere und auch Härte gegen sich selbst. Aber jeder spürt und gewinnt Dankbarkeit und die Hilfsbereitschaft der anderen - Geborgenheit in der Gemeinschaft.

Das ist eine große persönliche Erfahrung. Fragen Sie mal einen, der dabei war."

Dieser Text stammt nicht aus dem Klappentext der Autobiographie von Franz Schönhuber "Ich war dabei", in der er seine Erfahrungen in der Waffen-SS publikumswirksam aus dem moralischen Abseits in die bundesrepublikanische Öffentlichkeit zurückgeholt hat. Der Text endet mit "Wir sind da. Bundeswehr" und stammt aus einer gut verbreiteten Annonce. "Gemeinschaft", das im Bewusstsein einer verunsicherten Gesellschaft das gefährdete Gut Nummer 1 ist, hat seine Retterin gefunden. Ihr Konzept ist die "Schicksalsgemeinschaft".

Vor einiger Zeit hat der zur Alternativszene gehörende Münchner Verein *ANstiftung* mit folgendem Text "für ein menschliches" neues Jahres geworben:

"Die fortschreitende Spaltung unseres Gemeinwesens ist von sozialer Kälte, Egoismus oder Hilflosigkeit begleitet.

Es gilt Verantwortungs- und Interessengemeinschaften zu entdecken und durch phantasievolle Konzepte zu unterstützen.

Unsere Zukunft liegt im Miteinander. Selbstvertrauen, Verantwortlichkeit und gegenseitige Achtung weisen die Wege dorthin."

Offensichtlich wird quer zu den politischen Formationen der gemeinschaftliche Zusammenhalt in unserer Gesellschaft als bedroht wahrgenommen. Das ist die "kommunitaristische Fragestellung". In den westlichen Gesellschaften (und zunehmend auf einem anderen Niveau auch die Gesellschaften des ehemaligen sozialistischen Blocks) zerbrechen sich BürgerInnen und WissenschaftlerInnen den Kopf über den sozialen "Kitt", der sich neu herausbildenden gesellschaftliche Systeme zusammenhalten könnte. Bisher waren das Strukturen der Tradition, des Zwangs, der Ab- und Ausgrenzung; gemeinsame religiöse Bindungen; die Regulative der Moderne. All diese Mechanismen verlieren an Bindekraft, Verbindlichkeit, Überzeugungskraft oder sind schlicht in sich zusammengebrochen (hier meine ich speziell die Implosion des "realen Sozialismus" und - in seiner Folge - den Zerfall der Blöcke und die von ihnen errichteten Mauern).

In den Sozialwissenschaften wird seit einiger Zeit mit wachsendem Engagement die Frage diskutiert, wie eine Gesellschaft, die sich immer stärker an Werten wie Selbstverwirklichung oder Emanzipation des Individuums orientiere, überhaupt noch einen Zusammenhalt als solidarische Gemeinschaft realisieren könne. Es wird von einer "Kultur des Narzissmus" (Lasch 1980), einem "Ich-Wahn" (Keller 1986) oder ge-

sprochen oder von der "Egoismus-Falle" (Nuber 1993). Schon in den 60er Jahren hat Alexander Mitscherlich (1965) befürchtet, dass wir eine Gesellschaft von "Einsiedlerkrebse" und "Eremiten" würden und Kulturkritiker sprechen von dem "Tanz um das goldene Selbst" (Beck 1986), der heute die gesellschaftliche Bühne beherrscht. Viele dieser Diskurse sind sehr stark von Annahmen geprägt, von denen man sich eine empirische Fundierung wünschen würde. Eine ernsthafte Auseinandersetzung mit dem Zusammenhang von Individualisierung und Solidarität hat sich in der sog. "Kommunitarismus"-Debatte entfaltet, die vor allem in der Philosophie und Soziologie geführt wird. Die amerikanischen Kommunitaristen gehen von der These aus, dass "uneingeschränkte individuelle Freiheitsentfaltung auf Dauer die Fundamente der Demokratie" untergraben würde (Albers 1992, S. 35).

Im Kommunitarismus geht es also um die Frage, ob eine Gesellschaft, die sich konsequent auf atomisierte, voneinander isolierte und ihrem Eigeninteresse folgende Individuen stützt, nicht letztlich ihre eigenen Grundlagen untergräbt. Die Kommunitarier ziehen in Zweifel, ob das liberalistische Menschenbild, das den bürgerlich-kapitalistischen Gesellschaftsordnungen die philosophisch-ideologische Basis liefert, ausreicht, um den notwendigen inneren Zusammenhalt, den "Gemeinsinn", und die erforderlichen Solidaritätspotentiale zu stiften. Der Kommunitarismus lässt sich als Reaktion auf einen "Liberalismus der Gier" ansehen, der die Reagan-Ära bestimmt habe. Gegen Isolation, Vereinzelung und gnadenlose Konkurrenz wird der Begriff der Gemeinschaft ins Feld geführt. Die Kommunitarier erinnern daran, dass das anfangs befreiende liberalistische Menschenbild inzwischen seine eigene Basis aufgebraucht hätte. Es könne für unverzichtbare Bürgertugenden in einer Zivilgesellschaft wie Zivilcourage und Gemeinsinn keine überzeugenden Begründungen mehr liefern. Im Grunde ist es der klassische Zweifel an dem Glauben an die vermittelnde Rolle des Marktes, dass nämlich "der pure Eigennutz sich hinter dem Rücken der Handelnden durch den Mechanismus des Marktes zum Gemeinwohl aggregiere, dass - wie es Mandeville ausdrückte - 'private Laster' sich durch die 'unsichtbare Hand' des Marktes zu 'öffentlichen Wohltaten' summieren" (Strasser 1994, S. 119).

In immer neuen Metaphern wird in der gegenwärtigen öffentlichen und fachlichen Diskussion die "Erosion des Sozialen" umkreist. Metaphorisch soll das eingekreist werden, was zunehmend zu fehlen scheint. Der "100. Bergedorfer Gesprächskreis" (Körper-Stiftung 1993) zum Thema "Wie viel Gemeinsinn braucht die liberale Gesellschaft?" war außerordentlich produktiv in dem Angebot immer neuer Bilder: "Innere Kohäsion" (Kurt Biedenkopf), "soziales Gewebe" (Kurt Biedenkopf), "gesellschaftlicher Klebstoff" (Albert O. Hirschmann), "Gemeinsinn als Festiger" (Theo Sommer), "Unterfutter der Gemeinschaftlichkeit" (Theo Sommer), "Sozialenergie" (Helmut Kla-

ges). In meiner einschlägigen Sammlung sind noch folgende Begriffsbildungen enthalten: "Soziale Bindekraft" (Wolfgang Schäuble 1995), "soziale Ozonschicht" (Klaus Hurrelmann 1994) "sozialer Zement" (Jon Elster 1989).

In den öffentlichen Diskursen über den Zustand der Gegenwartsgesellschaft wird immer wieder darüber geklagt, dass uns moralische Prinzipien verloren gehen würden, die den uns Menschen innewohnenden Egoismus zähmen könnten. Jetzt da sich eine gemeinschaftsverpflichtende Moral auflösen würde, könnte sich dieser eigensüchtige "innere Schweinehund" ungehemmt entfalten. Achtsamkeit für andere Verfolgung eigener Interessen und Wünsche werden als Gegensätze konstruiert.

Wie Richard Rorty (1995) herausgearbeitet hat, holt uns hier die traditionelle abendländische Moralphilosophie immer wieder ein. Deren "Hauptfehler" sieht Rorty in dem Mythos begründet, "dass das Ich etwas Nichtrelationales und dazu imstande (sei), frei von jeglicher Sorge um andere als kalter Psychopath zu existieren, der dazu gezwungen werden muss, die Bedürfnisse anderer in Betracht zu ziehen" (S. 73). "Die religiöse, die platonische und die kantianische Tradition haben uns ... eine Unterscheidung zwischen dem wahren Ich und dem falschen Ich aufgehalst: zwischen dem Ich, das den Ruf des Gewissens vernimmt, und dem Ich, das sich rein 'ichbezogen' verhält" (S. 74).

Ulrich Beck bringt diesen Diskurs auf die ironische Frage: Handelt es sich um "eine Art Egoismus-Epidemie, ein Ich-Fieber, dem man durch Ethik-Tropfen, heiße Wir-Umschläge und tägliche Einredungen auf das Gemeinwohl beikommen kann?" (1995, S. 10).

Entwarnung durch die Trendforschung: Gegen das Wir hat das Ich keine Chance

Gab es noch zu Beginn dieses Jahrtausends gute Gründe, Argumente gegen den konservativen „Ichlings“-Diskurs zu formulieren (Keupp 2001). Inzwischen werden die Ichlinge von einer krisenerfahrenen Gesellschaft als Leitbild verabschiedet. So hat Horst W. Opaschowski (2010) seinem neuesten Trendbuch den Titel „Wir! Warum Ichlinge keine Zukunft mehr haben“ gegeben und ein anderer Bestsellerautor, Richard David Precht (2010), will „Die Kunst, kein Egoist zu sein“ vermitteln, denn der sei mit der Westerwelle weggespült worden. In seinem Buch gibt Opaschowski den Egomenchen ein Begräbnis erster Klasse: „Hedonisten, hemmungslose Ichlinge passen nicht ins Bild von Krisenzeiten, auch und gerade im zwischenmenschlichen Bereich werden Prinzipien wie Verlässlichkeit und Beständigkeit wieder Bedeutung zugeschrieben. Dem entspricht die Überwindung der verengten narzisstischen Nabel-

schau zugunsten des wiedergefundenen Blicks auf das Wir und auf Wertorientierung“ (S. 19). „Immerhin 88 Prozent der Bundesbürger (Männer: 85%; Frauen: 90%) sagen, dass für Egoismus in der Gesellschaft immer weniger Platz ist und sie den Zusammenhalt suchen“ (ebd.). „Wie schon immer in Zeiten ökonomischer und sozialer Krisen verdrängt das Zusammenrücken das Auseinanderdriften und verlieren Super-Egos in Wirtschaft, Politik und Gesellschaft an Glaubwürdigkeit“ (ebd.).

„Aus der Not heraus schließen sich junge Menschen zu einem Netzwerk als Beistandspakt zusammen und machen die Erfahrung, aufeinander angewiesen zu sein“ (ebd.). „Jetzt heißt es Abschied vom Zeitalter individueller Bastelexistenzen zu nehmen und einem Zeitalter des gemeinsamen Lebens zum Durchbruch zu verhelfen“ (S. 43).

Und der Selbsthilfebereich wird von Opaschowski als Trendsetter einer Wir-Kultur angesehen: „In der Selbsthilfekultur setzen sich die Bürger ihre Sinnorientierungen selbst. Sie belohnen sich selbst. Es macht ihnen Freude, anderen helfen zu können. Die Selbsthilfegesellschaft ist keine Utopie. Es gibt sie wirklich. Sie funktioniert im Nahmilieu“ (S. 91).

Diese Einschätzung mag uns gefallen, aber ich kann meine Skepsis gegenüber solchen Pauschalprognosen der trendigen Trendbüros, die in aller Regel vor allem Konsumenten im Blick haben und von interessierter Seite bezahlt werden¹, nicht verhehlen. Seriöser scheint mir das Angebot der Schweizerischen Vereinigung für Zukunftsforschung swissfuture, die sich Trendprognosen bis 2024 zutraut und mit der Szenarientechnik arbeitet. Hier werden unterschiedliche gesellschaftliche Zukunftsmöglichkeiten entworfen in Abhängigkeit jeweils von gesellschaftlichen Entwicklungen. Den vier Szenarien liegen unterschiedliche soziodemografische, ökonomische, politische und räumliche Annahmen zu Grunde.

Zwei Szenarien (EgoMania und Balancing) gingen von einer günstigen Wohlstandsentwicklung aus, zwei von einer ungünstigen (Clash und Mind Control).

Das Szenario „EgoMania“ ist mit Partikularisierung und Individualisierung des Lebensstils charakterisiert. Materialismus und die persönliche Lust- und Gewinnmaximierung stünden an erster Stelle. Die Politik werde geprägt vom Abbau von Sozialleistungen und von Liberalisierung, der Konsum vom Wettlauf nach Neuem und Anderem. Gegenüber Technik und Medizin wird von einem offenen, spielerischen und sorglosen Umgang ausgegangen. Gemäß swissfuture tritt das Szenario 2024 mit

¹ Die „BAT Stiftung für Zukunftsfragen“ von Opaschowski wird z.B. von der British American Tobacco finanziert.

einer Wahrscheinlichkeit von 35 % ein, eine Light-Version von „EgoMania“ könnte in 2014 bereits mit einer Wahrscheinlichkeit von 50 % beobachtet werden.

„Clash“ charakterisiert eine konfliktgeladene Ellbogen-Gesellschaft, die von Misstrauen und Angst geprägt ist. Grundbedürfnisse stünden im Clinch mit Luxus und postmateriellen Bedürfnissen. Dies führe schlussendlich zu einer Polarisierung in zwei Blöcke. In Technik und Medizin werden diese sichtbar: „Fatalismus gegenüber Gesundheit bei den Jungen, ständige Sorge bei den Alten“, heißt es im Bericht. Den Wissenschaften werde Misstrauen entgegengebracht, das in einem wirtschaftsfeindlichen Klima endet. Die Light-Version des Szenarios könnte 2014 mit einer Wahrscheinlichkeit von 50 % eintreten. Dem Szenario wird 2024 eine Chance von 35 % eingeräumt.

Das Szenario „Balancing“ ist optimistisch. Die Schweizerinnen und Schweizer orientierten sich an umfassender Lebensqualität, seien bereit für große Leistungen und arbeiteten an der Selbstentfaltung. Kultur werde zum „Breitensport“, die Wirtschaft prosperiere dank Unternehmergeist. Gegenüber Technik und Medizin sei die Bevölkerung aufgeschlossen, risikobewusst und autonomieorientiert. Das Szenario könnte 2024 mit einer Wahrscheinlichkeit von 20 % eintreten; einer Light-Version im Jahr 2014 wird keine Chance eingeräumt.

„Mind Control“ beschreibt eine Gesellschaft, die von Zwangssolidarität und Moralismus geprägt ist. Gegenüber Kriminalität – und auch gegenüber Ausländern – herrsche „Zero-Tolerance“. Konsum gelte als verpönt und dekadent. Gegenüber Technik und Medizin sei man innovationsfeindlich eingestellt und wolle starre Regeln durchsetzen. Das Szenario könnte 2024 mit einer Wahrscheinlichkeit von 10 % eintreten; 2014 hat das Szenario keine Chance.

Die Schweizer Zukunftsforscher schätze ich, weil sie uns keinen lineare Pfad in eine eindeutige Zukunft beschreiben. Sie zeigen Möglichkeiten auf und – soweit möglich – die gesellschaftlich-ökonomischen Parameter, von denen ihre Realisierung abhängt. Sie wollen vor allem auf die Chance und die Notwendigkeit der politischen Gestaltung hinweisen. Von einzelnen Subjekten hängen die Eintretenswahrscheinlichkeiten der Szenarien sicher nicht ab, aber ohne diese und seine Assoziation mit anderen geht es auch nicht. Das ist die Bedingung kollektiver Handlungswirksamkeit.

Das Ich gewinnt im Wir: Selbstbestimmung braucht kollektive Handlungsfähigkeit

Das Ich ist nicht der Feind, der in kollektive Fesseln geschlagen werden muss. Der „Eigensinn“ von Menschen ist ein wichtiger Motor für die Gestaltung der individuellen Lebensvorstellungen und Selbstbestimmung. Es war eine totalitäre Philosophie unserer Vorfahren, dass z.B. der Wille des „gebrochen“ werden müsste.

I. Der mündige, selbstbestimmte Bürger betritt die Bühne

Der Begriff der Selbstbestimmung eröffnet ein wichtiges Assoziationsfeld: Autonomie, Mündigkeit, Aufklärung, Souveränität, Freiheit, in dem es um elementare Grundlagen einer demokratischen Zivilgesellschaft geht. Diese Begriffe werden von der Aufklärung ins Zentrum gerückt. So Immanuel Kant in seiner berühmten „Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung?“, „Aufklärung ist der Ausgang des Menschen aus seiner selbst verschuldeten Unmündigkeit. Unmündigkeit ist das Unvermögen, sich seines Verstandes ohne Anleitung eines anderen zu bedienen. Selbstverschuldet ist diese Unmündigkeit, wenn die Ursache derselben nicht am Mangel des Verstandes, sondern der Entschliebung und des Mutes liegt, sich seiner ohne Leitung eines anderen zu bedienen. 'Sapere aude [wage es, zu denken]! Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen!' ist also der Wahlspruch der Aufklärung.“ Kant klammert auch die Frage nicht aus, ob denn alle Menschen ihren Verstand auch richtig gebrauchen können. Hier erweist er sich erst einmal als Frauenfeind, aber er thematisiert auch die Anmaßung von „Vormündern“, die sich ein Monopol auf die Bestimmung dessen gesichert haben, was „Mündigkeit“ denn sein könnte: „Dass der bei weitem größte Teil der Menschen (darunter das ganze schöne Geschlecht) den Schritt zur Mündigkeit außer dem, dass er beschwerlich ist, auch für sehr gefährlich halte: dafür sorgen schon jene Vormünder, die die Oberaufsicht über sie gütigst auf sich genommen haben.“

Das Zeitalter der Vernunft ist jetzt ausgerufen, aber zugleich kommt es auch – wie es Michel Foucault (1969) herausgearbeitet hat - zum Scheideweg. Ist Vernunft nur das, was sich einer neuen rationalen Weltordnung fügt, was zweckmäßig, wirtschaftlich und logisch begründet und verstanden werden kann? Und ist dann alles, was darin nicht aufgeht „Unvernunft“? Die Etablierung dieser Scheidelinie ist die Geburtsstunde der modernen Psychiatrie. Sie sollte die „Unvernunft“ bändigen, zähmen, behandeln und im Zweifelsfall internieren, damit sie keinen Sand ins Getriebe einer Gesellschaft streut, die sich der Vernunftordnung verschrieben hat. Auf diesen Punkt werden wir zurückkommen müssen.

Für John Stuart Mill, einem der großen Vordenker einer liberalen Gesellschaft, ist die freie Entwicklung und Entfaltung der Persönlichkeit („innere Kultur des Individuums“) zentral. In seiner Schrift „Über die Freiheit“ schreibt er: „Der Einzelne hat das Recht der Selbstbestimmung über seinen eigenen Körper und Geist. (...) Jeder ist der geeignete Hüter seiner eigenen Gesundheit, ob körperlich, geistig oder seelisch.“

Mill propagiert das Recht auf eine ungehinderte und freie Entfaltung der eigenen Persönlichkeit und (gemäß seiner utilitaristischen Ethik) auf das Streben nach dem größten möglichen individuellen (und allgemeinen) Glück.

Mit Theodor W. Adorno beende ich meinen kurzen philosophiehistorischen Einstieg und bin dann auch fast in der Gegenwart angekommen. In seinem Aufsatzbändchen „Erziehung zur Mündigkeit“ bezieht sich Adorno auf Kant und die schon zitierte Formulierung: „Mir scheint dieses Programm von Kant, dem man auch mit dem bösesten Willen Unklarheit nicht wird vorwerfen können, heute noch außerordentlich aktuell. Demokratie beruht auf der Willensbildung eines jeden Einzelnen, wie sie sich in der Institution der repräsentativen Wahl zusammenfasst. Soll dabei nicht Unvernunft resultieren, so sind die Fähigkeit und der Mut jedes Einzelnen, sich seines Verstandes zu bedienen, vorausgesetzt. Hält man daran nicht fest, so wird alle Rede von Kants Größe Geschwätz, Lippendienst“ (1973, S. 133).

Mit der Entstehung einer aufgeklärten bürgerlichen Gesellschaft betritt das Subjekt mit seinen Ansprüchen auf Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung die Weltbühne. Aber das Subjekt betritt als widersprüchlicher Doppelgänger diese Bühne. Ich habe erst spät einen wichtigen Unterschied gelernt, den die deutsche Sprache nicht sehr gut auszudrücken vermag, den Unterschied zwischen dem „bourgeois“ und dem „citoyen“. Es geht also um die Differenz von dem Menschen, der sich am kapitalistischen Wirtschaftsgeschehen mit der Aneignung einer spezifischen Charaktermaske stromlinienförmig beteiligt und den Profit als seine Haupttriebfeder betrachtet und jenem Menschen, der den Anspruch hat, im Sinne der Aufklärung und unter Wahrung elementarer Menschenrechte sich an der Gestaltung der eigenen Lebensverhältnisse zu beteiligen. Diese selbstbewussten BürgerInnen, die sich einmischen, unbequem sein können, die Macht kontrollieren, sich für Bürgerrechte engagieren und den staatlichen Instanzen nicht als Untertan gegenüberstehen, die sich die Wahrung und Weiterentwicklung demokratischer Lebensformen zu ihrem Anliegen gemacht haben, galt es erst zu entdecken. Diese Doppelgestalt des Subjekts hat uns die Dialektik von Selbst- und Fremdbestimmung beschert, sie kommt bereits im Begriff des „Sub-jektes“ zum Ausdruck, da begegnet uns nicht nur das mündige und selbstbestimmte Individuum, sondern auch das „unterworfenen“, das sich den Zwängen der

Macht, Zivilisation, des Marktes oder der Globalisierung fügt und diese Unterwerfung ideologisch absichert.

In der Selbsthilfebewegung werden Subjekte erkennbar, die im Sinne der Zivilgesellschaft Selbstsorge betreiben, die sich nicht mehr auf die Angebote professioneller Dienstleistungssysteme allein verlassen wollen oder sich von diesen unverstanden, vernachlässigt oder gar auch geschädigt fühlen. Selbsthilfe kann sich sowohl explizit *gegen* das bestehende Institutionensystem wenden (z.B. die Projekte der Antipsychiatrie), sie kann neben diesem entstehen (z.B. alternative Beratungsangebote) oder auch in ihm (z.B. LaienhelferInnengruppen in der Psychiatrie).

Das erste Buch zum Thema Selbsthilfe wurde 1866 auf den deutschen Markt gebracht und stammt von dem Engländer Samuel Smiles. Für ihn lässt sich Selbsthilfe so bestimmen: „‘Hilf dir selbst, so hilft dir Gott! ‘ – das ist ein alterprobtes Sprichwort, welches das Resultat reicher menschlicher Erfahrungen in wenige Worte zusammenfasst. Der Geist der Selbsthilfe ist die Wurzel aller echten individuellen Entwicklung und stellt auch in dem Leben der Gesamtheit die wahre Quelle nationaler Kraft und Gesundheit dar. Hilfe, die von außen kommt, hat nicht selten eine schwächende Wirkung; aber Selbsthilfe kräftigt in jedem Fall den, der sie übt.“

Große Worte! Inzwischen haben wir eine echte Selbsthilfebewegung seit den 70er Jahren des letzten Jahrhunderts und wir können die Erfahrungen, die sie ermöglicht hat bündeln. Man kann zum Stellenwert von Selbsthilfegruppen folgendes Fazit ziehen: Die Bedingungen einer individualisierten Gesellschaften fördern und fordern Formen des Engagements und der gegenseitigen Hilfe, wie sie in Selbsthilfegruppen möglich sind. Daraus erklärt sich die Attraktivität und historische Zunahme dieser Gruppen. Stärker als bisher erkennt man auch, dass Selbsthilfegruppen darüber hinaus auch wichtige ökonomische Nutzeffekte haben.

Es zeigt sich weiter, dass gerade gesellschaftlich ausgegrenzte Menschen in Selbsthilfegruppen Solidarität durch Gemeinsamkeiten und neue Formen der Gemeinschaft erproben können. Zudem scheint es in den letzten Jahren auch stärker gelungen zu sein, die Beteiligung an Selbsthilfeinitiativen über die gesellschaftlichen Schichten hinweg auf eine breitere soziale Basis zu stellen. Selbsthilfe kommt heute aus der Mitte der Gesellschaft.

Für die Zukunft wird eine weitere Zunahme im Selbsthilfebereich prognostiziert. Dies gilt nicht nur für jene Bereiche, in denen sich die professionellen begleitenden Strukturen (Selbsthilfezentren, Selbsthilfeförderung) erst konstituieren, sondern auch dort,

wo es seit langen Jahren eine etablierte Infrastruktur gibt. In Selbsthilfefzusammenhängen holen sich Menschen durch Beteiligung und Eigenaktivitäten wichtige Ressourcen zur Gewinnung, Sicherung und Erweiterung von Lebenssouveränität.

II. Selbstwirksamkeitserfahrung durch Selbsthilfe

Wenn man in diesem Sinne danach fragt, was die Voraussetzung von Handlungsfähigkeit bildet, dann ist es sinnvoll, zunächst im Sinne der 'Agency'-Theorie von Albert Bandura (1997) u. a. die Relevanz von Selbstwirksamkeitserfahrungen herauszustellen. Sie entstehen für Subjekte in Alltagssituationen, in denen sie eigene Optionen entwickeln und erproben können. Sie können auf diese Weise in ihren Lebenswelten Grundlagen für ihre Handlungsfähigkeit und ein Vertrauen in die eigene Handlungswirksamkeit erwerben.

Einen besonderen Stellenwert hat dieser Gedanke der Selbstwirksamkeit in der Ottawa-Charta gefunden, die man als Basisphilosophie der Gesundheitsförderung und von New Public Health ansehen kann. Diese Ansätze zielen „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 Gesundheit wird so definiert: Sie "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 all ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen.“²

Lebenserfahrungen, in denen Subjekte sich als ihr Leben Gestaltende konstruieren können, in denen sie sich in ihren Identitätswürfen als aktive ProduzentInnen ihrer Biographie begreifen können, sind offensichtlich wichtige Bedingungen der Gesunderhaltung. Der israelische Gesundheitsforscher Aaron Antonovsky (1993) 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 Alltagserfahrungen produktiv umgehen zu können und nicht krank zu werden.

III. Selbsthilfe braucht Verwirklichungschancen

Widerstandsressourcen würde Amartya Sen (2000; 2010), der Nobelpreisträger für Wirtschaftswissenschaften als 'Verwirklichungschancen' oder 'Capabilities' bezeich-

² Vgl.: http://www.euro.who.int/AboutWHO/Policy/20010827_2?language=German

nen. Er versteht darunter die Möglichkeit von Menschen, „bestimmte Dinge zu tun und über die Freiheit zu verfügen, ein von ihnen mit Gründen für erstrebenswert gehaltenes Lebens zu führen“ (Sen 2000, S. 108). Verwirklichungschancen sind aber nicht nur die Energien und Möglichkeiten, die eine Person mobilisieren kann, sondern hier geht es um Gestaltungskräfte eines Gemeinwesens. Sen hat dies in einem Buch zur Überwindung von Armut und Ungerechtigkeit so ausgedrückt: „Letztlich ist das individuelle Handeln entscheidend, wenn wir die Mängel beheben wollen. Andererseits ist die Handlungsfreiheit, die wir als Individuen haben, zwangsläufig bestimmt und beschränkt durch die sozialen, politischen und wirtschaftlichen Möglichkeiten, über die wir verfügen. Individuelles Handeln und soziale Einrichtungen sind zwei Seiten einer Medaille. Es ist sehr wichtig, gleichzeitig die zentrale Bedeutung der individuellen Freiheit und die Macht gesellschaftlicher Einflüsse auf Ausmaß und Reichweite der individuellen Freiheit zu erkennen“ (2000, S. 9f.).

Das auf Sen und M. Nussbaum (1999; 2010) zurückgehende ‘Capability’-Konzept erweist sich als anschlussfähig zu den bisher ausgeführten Basiskonzepten der Gesundheitsförderung. Es rückt den inneren Zusammenhang der Handlungsbefähigung der Subjekte mit den objektiv gegebenen Verwirklichungschancen ins Zentrum. In dieser Verknüpfung ist es für die soziale Arbeit von Relevanz (vgl. die Beiträge in den Sammelbänden von Otto & Ziegler 2008; 2010; Schneider & Otto 2009). Das Capability-Konzept hat auch die Chance, eine Brücke zur Armutforschung herzustellen (vgl. Volkert 2005) und ist zu einem wichtigen konzeptionellen Baustein in der Armut- und Reichtumsberichte der Bundesregierung geworden. Und schließlich ist auch die Gerechtigkeitsthematik in den sozialphilosophischen und politiktheoretischen Diskursen durch die Frage nach der Verteilung der Verwirklichungschancen im globalen wie auch im nationalen Rahmen neu thematisiert worden (vgl. Heinrichs 2006; Nass 2006).

Diese unterschiedlichen Zugänge konvergieren in einer spezifischen Sicht auf das Subjekt und einer damit verbundenen Leitidee von Gesundheitsförderung: ein möglichst selbstbestimmt entscheidendes, handlungsfähiges Subjekt, das bestimmte Ressourcen einsetzen kann, um Stressoren zu bewältigen und so die eigene Gesundheit zu erhalten oder wiederzugewinnen. In diesem Verständnis ist es die Aufgabe von Institutionen, Subjekte dieser Ressourcen zu fördern, aber auch Strukturen zu schaffen, die Menschen im Sinne von Empowerment in der Wahrnehmung ihrer Rechte stärken und ihnen zu mehr Handlungsfähigkeit verhelfen. Selbstbestimmtes Handeln wird an die strukturellen Bedingungen für die Ermöglichung von Selbstbestimmung gebunden. Hier geht es um eine Koppelung von Subjekt und Struktur, wie sie etwa Giddens (1997) in seiner Strukturierungstheorie formuliert hat. Erforder-

lich ist eine handlungstheoretische Fundierung, die die Handlungen der Subjekte systematisch auf die gesellschaftlich-strukturellen Rahmenbedingungen bezieht.

Wenn die aktuelle Sozialisationsforschung von 'Handlungsbefähigung' spricht (vgl. Grundmann 2006; 2008), dann verweist sie damit über die persönlichkeits-theoretische Perspektive hinaus und fragt nach den Bedingungen der Möglichkeit des Erwerbs von Handlungsfähigkeit. In den Erfahrungsräumen unterschiedlicher Milieus und institutioneller Settings, in denen sich Heranwachsende bewegen, sind strukturelle Unterschiede an Verwirklichungschancen gegeben. Insofern befähigen sie Subjekte auch auf unterschiedliche Weise zu selbstbestimmtem Handeln (Grundmann et al. 2006). Hier zeigt sich, „dass sich Agency- und Capability-Forschung hervorragend ergänzen, indem die personalen und gesellschaftlichen Dimensionen von Handlungsbefähigung systematisch aufeinander bezogen werden können“ (Grundmann 2008, S. 131 f.).

Anschluss findet hier auch die Ungleichheits- und Differenzfragestellung. Materieller Status, Geschlecht, Migrationshintergrund und Behinderung beschreiben Konstellationen, die erschwerte Zugänge zu Wirksamkeitserfahrungen bedingen. Sie werfen unter der Perspektive von Prävention und Gesundheitsförderung die Fragen nach einer 'Befähigungsgerechtigkeit' auf: Wie können Menschen in diesen Konstellationen den Zugang zu Ressourcen gewinnen, die sie zu einer souveränen Handlungsbefähigung benötigen? Wie könnten sie durch institutionelle Angebote des Bildungs-, Sozial- und Gesundheitssystems in ihrer Handlungsbefähigung systematisch unterstützt werden? Wie müssten professionelle Empowermentstrategien aussehen, die auf dieses Ziel ausgerichtet sind? Wie könnten Partizipationserfahrungen die Handlungsmächtigkeit von Heranwachsenden fördern? Wie können solche Erfahrungen unterstützt gewonnen werden, wenn die eigene Handlungsfähigkeit durch Behinderung eingeschränkt ist (supported living)? Befähigungsgerechtigkeit formuliert ein Ziel, das alle politischen, institutionellen und professionellen Strategien darauf ausrichtet, Heranwachsende zu befähigen, „selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die all ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen“, um noch einmal die Ottawa Charta zu zitieren. Im Ansatz der Salutogenese mit der Herausarbeitung der Widerstandsressourcen und dem Kohärenzsinn als dem subjektspezifischen Organisationsprinzip der Handlungsfähigkeit findet die Subjekt-Struktur-Koppelung eine gesundheitswissenschaftliche Ausformulierung.

IV. Grenzen der Selbsthilfe

Die bisher eingeführten Konzepte wie Salutogenese, Empowerment, Partizipation, Verwirklichungschancen und Befähigung transportieren nicht nur einen spezifischen Zugang zur Gesundheitsförderung; darüber hinaus enthalten sie ein spezifisches Subjektverständnis. Verstanden wird hier das Subjekt als ein sich selbst steuerndes Individuum, das über die Erfahrung von Kohärenz und Selbstwirksamkeit jenes Maß an Autonomie erwirbt und erlebt, das den normativen Vorstellungen einer aufgeklärten, demokratischen westlichen Gesellschaft entspricht. Befähigung in diesem Zusammenhang bedeutet deshalb, jene Ressourcen zu ermöglichen, die zur Erreichung solcher normativer Zielvorstellungen notwendig sind. Sozialpolitische Maßnahmen haben entsprechend dieser Vorstellung dann den adäquaten Zuschnitt, wenn sie Subjekten die erforderliche Unterstützung bei der Erreichung dieses Ziels anbieten.

Dieses Leitbild passt einerseits gut in die aktuelle sozialpolitische Landschaft, steht aber andererseits auch in einem gewissen Widerspruch dazu. Hintergrund hierzu sind jene Veränderungsprozesse des Sozialstaates, die als „aktivierende Wende der Sozialpolitik“ beschrieben werden (Lessenich 2008, S. 77). Damit ist einerseits der Abschied von einem „Vorsorgestaat“ (Ewald 1993) gemeint, der beansprucht, Lebensrisiken in einer kollektiven Daseinsvorsorge weitgehend abzusichern. Andererseits ist damit ein neuer Regierungsmodus angesprochen, in dessen Zentrum „der tendenzielle Übergang von der öffentlichen zur privaten Sicherheit, vom kollektiven zum individuellen Risikomanagement, von der Sozialversicherung zur Eigenverantwortung, von der Staatsversorgung zur Selbstsorge (steht)“ (Lessenich 2008, S. 82). Es entsteht eine Politikform, die „nach dem Modell des Anleitens zur Selbststeuerung“ (Saar 2007, S. 38) konstruiert ist. Die beliebte Formel von „*investing in people*“ hat hier ihren systematischen Ort. Diese Politik unterstellt und fördert das „unternehmerische Selbst“ (Bröckling 2007), das sein Leben als eine Abfolge von Projekten sieht und angeht, die mit klugem Ressourceneinsatz optimal organisiert werden müssen. Die Zukunftskommission von Bayern und Sachsen hat dieses neue Bürgerleitbild exemplarisch formuliert: „Das Leitbild der Zukunft ist das Individuum als Unternehmer seiner Arbeitskraft und Daseinsvorsorge“, und das bedeutet für die Autoren: „Diese Einsicht muss geweckt, Eigeninitiative und Selbstverantwortung, also das Unternehmerische in der Gesellschaft, müssen stärker entfaltet werden“ (Kommission für Zukunftsfragen Bayern – Sachsen 2007, S. 36). Das so konzipierte Subjekt ist für seine Gesundheit, für seine Fitness, für seine Passung in die Anforderungen der Wissensgesellschaft selbst zuständig – auch für sein Scheitern. Nicht selten erlebt sich allerdings das „selbstwirksame“ unternehmerische Selbst als „unternommenes Selbst“ (Freytag 2008).

Ist es dieses Leitbild, dem der Befähigungsansatz eine therapeutisch-sozialpsychologische Gestalt verleihen soll? Bildet dieses Leitbild den Prüfstand für eine gelungene Passung? Kann das gemeint sein, wenn im Anschluss an das Modell der Salutogenese von Widerstandsressourcen die Rede ist oder wenn Verwirklichungschancen thematisiert werden? Ist das Leitbild der Gesundheitsförderung das einer möglichst permanent optimierten flexiblen Anpassung ihrer Adressatinnen und Adressaten an die Beschleunigungsdynamiken der spätmodernen Gesellschaften? Im Augenblick scheint die politische Programmatik sehr stark von dieser Idee durchdrungen zu sein, denn „keine Lebenslage, keine Lebensphase bleibt von der aktivierungspolitischen Anrufung verschont“ (Lessenich 2008, S. 117).

Die Leitidee des „unternehmerischen Selbst“ hat jedoch nur auf den ersten Blick Ähnlichkeiten mit jener der *Ottawa-Charta*. Diese betont zwar auch die Idee der Selbstsorge und ihre Perspektive der Verantwortungsübernahme für das eigene Leben; sie stellt aber ebenso heraus, dass die Gesellschaft dafür strukturelle Voraussetzungen im Sinne verlässlicher institutioneller Unterstützungssysteme zu schaffen hat. Die *Ottawa-Charta* legt nicht ein Menschenbild des allzeit funktionierenden, mobilen und flexiblen Menschen zugrunde, sondern eher das eines Menschen, der Lebenssouveränität nicht mit einer grenzenlosen Bereitschaft zur Anschmiegsamkeit an die Imperative des Marktes gleichsetzt (vgl. Jehle 2007). In deutlicher Absetzung von einer in vielen Diskursen bestimmend gewordenen unternehmerischen Perspektive betont sie die Bedeutung des einen eigenständigen Lebensentwurf und dass die dafür notwendigen gesellschaftlichen Gestaltungsspielräume und Ressourcen verfügbar sein müssen. Die Förderung von Identitätsarbeit im Sinne widerständiger Grenzziehungen zu den Zumutungen „neosozialer Gouvernamentalität“ (Lessenich 2008, S. 84) kann in diesem Sinne als ein wichtiges Kriterium und als unterstützenswertes Ziel gelingender Gesundheitsförderung bzw. pädagogischer Praxis gesehen werden.

Wenn man die unterschiedlichen Datenquellen zu psychosozialen Problem- und Risikofaktoren zusammen sieht, dann liegt die Vermutung nahe, dass ein Teil der benannten Risikofaktoren in der wachsenden Beschleunigung aller Lebensvollzüge (vgl. auch Rosa 2005) und den nicht ausreichend vorhandenen Lebenskompetenzen in der Auseinandersetzung mit diesen Lebensbedingungen begründet sind. Die daraus resultierende mangelnde Balance zwischen Risiken und Bewältigungsressourcen wird dadurch noch unausgeglichener, dass im globalen Netzwerkkapitalismus immer mehr gesellschaftliche Erwartungen an die Subjekte adressiert werden, sich dieser Beschleunigung nicht nur anzupassen, sondern auch noch ihre Vorstellungen eines gelungenen Lebens auf diesen normativen Horizont hin auszurichten.

Die zunehmende Erosion traditioneller Lebenskonzepte, die Erfahrung der „Entbettung“ („disembedding“; vgl. Giddens 1995, S. 33ff.), die Notwendigkeit von mehr Eigenverantwortung und Lebensgestaltung haben Menschen in der Gegenwartsgesellschaft viele Möglichkeiten der Selbstgestaltung verschafft. Zugleich ist aber auch das Risiko des Scheiterns gewachsen. Vor allem die oft nicht ausreichenden psychischen, sozialen und materiellen Ressourcen erhöhen diese Risikolagen. Die gegenwärtige Sozialwelt ist deshalb auch als „flüchtige Moderne“ charakterisiert worden (Bauman 2000), die kaum mehr stabilen Bezugspunkt für die individuelle Identitätsarbeit zu bieten hat und den Subjekten eine endlose Suche nach den richtigen Lebensformen abverlangt. Diese Suche kann zu einem „erschöpften Selbst“ führen, das an den hohen Ansprüchen an Selbstverwirklichung und Glück scheitert (Ehrenberg 2004). Eine aktuelle Studie (Summer 2008) hat mehr als 300 Psychotherapieakten reanalysiert und konnte mit dem an Ehrenberg geschärften Blick zeigen, dass die ins Ich-Ideal verinnerlichten gesellschaftlichen Leistungs- und Selbstwirklichungsideologien eine destruktive Dynamik auslösen können. Es handelt sich bei Depression also nicht um eine „Krankheit der Freiheit“, wie es Ehrenberg nannte, sondern um die Folgen einer individuellen Verinnerlichung der marktradikalen Freiheitsideologien.

Wenn man den salutogenetischen Begriff der „Widerstandsressourcen“ ernst und wörtlich nimmt, dann gehört zu ihnen auch eine kritisch-reflexive Haltung zu jenen normativen Vorgaben, die dem eigenen Wohlergehen schaden könnten. Prävention und Gesundheitsförderung sollten diese kritisch-reflexive Haltung nicht nur den eigenen Ansprüchen und Programmen zugrunde legen, sondern Menschen Kompetenz in diese Richtung zutrauen und sie darin stärken. Statt einer unreflektierten Fitnessperspektive wäre die Stärkung der Selbstsorge und Selbstachtsamkeit als normative Positionierung vorzuziehen. Das ist eine zentrale Ressource. Zugleich müssen die institutionellen Bedingungen der Möglichkeit zu praktizierter Selbstsorge immer mit bedacht werden.

Ich fasse kurz meine Überlegungen zusammen:

- Selbsthilfe ist ein zivilgesellschaftliches Handlungspotential.
- In der Selbsthilfe wird Selbstbestimmung gelebt, ein zentraler Motor der Aufklärung.
- Der Selbsthilfebereich ist ein wirksames Hilfesystem, das von der Selbstsorge der Subjekte bestimmt wird.
- Selbsthilfe kann nicht durch professionelle Hilfe ersetzt werden, sondern zeigt deren Grenzen auf.

- Selbstwirksamkeitserfahrungen sind an Verwirklichungschancen gebunden, die im Sinne von Empowerment durch gute professionelle Arbeit gefördert werden können und sollten.
- Selbsthilfe ist deutlich zu unterscheiden vom „unternehmerischen Selbst“, das vom neoliberalen Menschenbild bestimmt ist und weniger eine Hilfs- denn eine Leidensquelle ist.

Perspektive: Für eine "kommunitäre Individualität"

Durch die tiefgreifenden Prozesse der gesellschaftlichen Individualisierung hat sich jener Prozess verstärkt, den Helmuth Plessner als "Schwächung des ontologischen Standortes des Menschen" in der Neuzeit benennt, die eine "Neuverwurzelung des einzelnen in sich selbst" erfordere. Das wird in den westlichen Gesellschaften teilweise als individualistischer Ego-Trip gelebt, der suchtartige Züge annehmen kann, weil sich das gesuchte "wahre Selbst" als ein kommunikativ "leeres Selbst" (Philip Chushman 1990) erweist, dessen Leere mit psychokulturellem "Identi-kit" (Zygmunt Bauman 1992, S. 250), vorgefertigten Identitätspaketen, esoterischen Versprechungen oder fundamentalistischen Endgültigkeiten gefüllt werden muss. Hierin ist die Gefahrenseite der gegenwärtigen gesellschaftlichen Entwicklung zu sehen. Sie hat einen starken ökonomisch-ideologischen Motor auf ihrer Seite. Das grundlegende Steuerungsprinzip des Kapitalismus setzt auf Konkurrenz und individuelle Leistung und fördert gerade dadurch eine ich-zentrierte Vermarktung der Person, sie wird tendenziell zur Ware. Gleichzeitig durchzieht die Geschichte der Moderne die Ideologie des autonomen Subjekts, das sich alle Erfolge und Misserfolge als selbstproduziert zurechnet.

Andererseits gibt es Indikatoren für gegenläufige Entwicklungen. In den neuen Beziehungsmustern steckt ein hohes Potential an Solidarität und kommunitären Verknüpfungen. Mit guten Gründen lässt sich der gesellschaftliche Freisetzungsprozess als ein potentieller Zugewinn an individueller Entscheidungsfreiheit und an Gestaltbarkeit des eigenen Lebens und als eine "Entgrenzung des Möglichkeitssinns" begreifen. Die Entfaltung dieses Potentials findet am ehesten in "kommunitären Netzen" statt. In ihnen kann vor allem das Gefahrenpotential der "Risikogesellschaft" bewusst wahrgenommen und bearbeitet werden kann. In ihnen kann, mit den Worten von Agnes Heller (1989), das Bewusstsein für die krisenträchtige Moderne entwickelt werden, "dass sie auf einem Seil über einem Abgrund balanciert und deshalb einen guten Gleichgewichtssinn braucht, gute Reflexe, ungeheures Glück" und als "das wichtigste von allem": Die Subjekte brauchen "ein Netz von Freunden, die sie bei der Hand halten können".

In solchen solidarischen Netzen ist die Basis für die Überwindung eines "egozentrierten Individualismus" gelegt und es besteht die Chance für die Produktion und Erprobung "kommunitärer Individualität" - Dettling (1994, S. 28) spricht im gleichen Bedeutungskontext von "kooperativem Individualismus", Helmut Berking und Ulrich Beck (1995) von "solidarischem Individualismus" und Adalbert Evers (1994) von "verantwortlichem Individualismus" - gegeben. Wenn dies keine naive Hoffnung ist, dann sollten alle gesellschaftspolitischen Fördermöglichkeiten für die Anregung und Unterstützung selbstorganisierter Gruppen ausgeschöpft werden. Gerade in den unterprivilegierten gesellschaftlichen Gruppen und bei Kindern und Jugendlichen sind hier aktive sozialpolitische Anregungs- und Unterstützungssysteme erforderlich. Die Erfahrungen aus den vergangenen Jahren im Selbsthilfe- und Initiativenbereich sind in diesem Bereich mehr als ermutigend. Dass sich aber genau hier gegenwärtig eher Kürzungen als ein Ausbau unter den Vorzeichen des "Solidarpakts" vollziehen, ist für mich das absurdeste Beispiel für eine paradoxe Intervention.

Ich schließe mit vier Thesen:

These 1

In Deutschland werden gesellschaftliche Veränderungen oder der demographische Wandel mit Trauer gesungen begleitet oder in katastrophischen Szenarien beschrieben: Die Menschen würden immer egoistischer, der soziale Zusammenhalt ginge verloren, es würde sich soziale Kälte ausbreiten. Wilhelm Heitmeyer spricht von einer zunehmenden „sozialen Vereisung“.

Für diese Sichtweise gibt es viele Belege und sie wird aus tief sitzenden Ängsten gespeist. Gleichzeitig ist sie einseitig und übersieht Entwicklungen, die für eine wachsende soziale Verantwortung, für zunehmendes Engagement und neue Formen von Alltagssolidarität sprechen.

These 2

In den kommunitären Projekten der sozialen Selbsthilfe wird nicht nur für die unmittelbar beteiligten Personen solidarische Selbstsorge möglich, sondern hier sind die Werkstätten eines „demokratischen Experimentalismus“ entstanden, in denen zukunftsfähige Lösungen für eine sich dramatisch wandelnde Welt erprobt werden und sich bewähren können.

Weltweit engagieren und erheben sich Menschen, die die Gestaltung der gesellschaftlichen Zukunft nicht den traditionellen politischen Eliten oder den Dynamiken eines nicht mehr fassbaren globalisierten Finanznetzwerkes überlassen wollen. Sie artikulieren ihre Wut, aber auch ihren Anspruch auf kollektive Handlungswirksamkeit.

These 3

Die vorhandenen Potentiale an Alltagssolidarität brauchen Verwirklichungschancen und dazu gehören förderliche Rahmenbedingungen, die im Sinne eines ermöglichenden Staates Bürgerengagement und solidarische Selbstorganisation unterstützen.

Auf der kommunalen, aber auch auf der Länder- und Bundesebene haben professionelle Empowermentstrukturen (wie Selbsthilfekontaktstellen oder Freiwilligenagenturen und ihre bundesweiten Netzwerke) erheblich zu einer Kultur der Selbstsorge beigetragen. Ihr Bestand muss nicht nur gesichert, sondern weiter ausgebaut werden.

These 4

Zivilgesellschaftliche Organisationen müssen mutiger zu Foren der Sozialkritik werden, die sich an den Erfahrungen der Menschen orientieren, die sich in Selbsthilfeprojekten engagieren. Der ungebremste globale Kapitalismus gefährdet die alltagsweltlichen Solidaritätsressourcen, erzeugt Abstiegsängste, Depressionen, Ohnmacht und erhöht die Konkurrenz der Menschen untereinander. Das neoliberale Menschenbild ist noch ungebrochen.

Von der Politik ist zu fordern, dass sie zivilgesellschaftliche Prozesse fördert, sich offensiv für eine Förderung sozialer Gerechtigkeit einsetzt und die zunehmenden Exklusionserfahrungen von Menschen ernst nimmt.

Der Absicherung elementarer Existenzbedingungen und der Förderung von „Verwirklichungschancen“ (z.B. durch Einführung von Mindestlöhnen und eines Grundeinkommens) sollte höchste Priorität haben.

Literatur

- Adorno, T.W. (1973). *Erziehung zur Mündigkeit*. Vorträge und Gespräche mit H. Becker 1959 – 1969. Frankfurt/M.: Suhrkamp.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The exercise of control*. New York: Palgrave.
- Albers, I. (1992). *Kunst und Freiheit. Kommunitaristische Anleihen bei Tocqueville*. In: C.Zahlmann (Hrsg.). *Kommunitarismus in der Diskussion*. Berlin: Rotbuch, S. 35 - 41.
- Antonovsky, A. (1997). *Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit*. Tübingen: dgvt-Verlag.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Barz, H., Kampik, W., Singer, T. & Teuber, S. (2001). *Neue Werte, neue Wünsche. Future Values*. Düsseldorf/Berlin: Metropolitan.
- Bauman, Z. (1992). *Moderne und Ambivalenz. Das Ende der Eindeutigkeit*. Hamburg: Junius 1992.
- Beck, U. (1986). *Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne*. Frankfurt: Suhrkamp 1986.
- Beck, U. (1995). *Solidarischer Individualismus. An sich denken ist die Voraussetzung eines Daseins für andere*. In: *Süddeutsche Zeitung* vom 02.03.1995.
- Bellah, R.N., Madsen, R., Sullivan, W.M. et al. (1987). *Gewohnheiten des Herzens. Individualismus und Gemeinsinn in der amerikanischen Gesellschaft*. Köln: Bund-Verlag.
- Bröckling, U. (2007). *Das unternehmerische Selbst; Soziologie einer Subjektivierungsform*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Cushman, P. (1990). *Why the self is empty. Toward a historically situated psychology*. In: *American Psychologist*, 45, S. 599 - 611.
- Dettling, W. (1994). *Und der Zukunft gar nicht zugewandt*. In: *DIE ZEIT* Nr. 30 vom 22. Juli 1994, S. 28.
- Ehrenberg, A. (2008). *Das erschöpfte Selbst*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Elias, N. (1987). *Die Gesellschaft der Individuen*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Elster, J. (1989). *The cement. A study of social order*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Evers, A. (1994). *Individuelle Freiheit und Gemeinsinn. Begrenzte Anerkennung oder: Warum sind Solidaritäten nur begrenzt politikfähig*. In: *die tageszeitung* vom 02.12.1994.
- Foucault, M. (1969). *Wahnsinn und Gesellschaft*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Freytag, T. (2008). *Der unternommene Mensch. Eindimensionalisierungsprozesse in der gegenwärtigen Gesellschaft*. Weilerswist: Velbrück.
- Giddens, A. (1995). *Konsequenzen der Moderne*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Giddens, A. (1997). *Jenseits von rechts und links*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Giddens, A. (2001). *Entfesselte Welt. Wie die Globalisierung unser Leben verändert*. Frankfurt: Suhrkamp.
- Grundmann, M. (2008). *Handlungsbefähigung – eine sozialisationstheoretische Perspektive*. In H. U. Otto, H. Ziegler (Hrsg.), *Capabilities – Handlungsbefähigung und Verwirklichungschancen in der Erziehungswissenschaft* (S. 131 – 142). Wiesbaden: VS Verlag
- Grundmann, M., Dravenau, D., Bittlingmayer, U. H. & Edelstein, W. (2006). *Handlungsbefähigung und Milieu. Zur Analyse milieuspezifischer Alltagspraktiken und ihrer Ungleichheitsrelevanz*. Münster: LIT.
- Heinrichs, J.-H. (2006). *Grundbefähigungen. Zum Verhältnis von Ethik und Ökonomie*. Paderborn: Mentis.
- Heller, A. (1989). *The contingent person and the existential choice*. In: *The Philosophical Forum*, Herbst-Winter 1989, S. 53 - 69.
- Hurrelmann, K. (1994). *Prävention und Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter. Einleitungsvortrag für das 2. Gesundheitswissenschaftliche Kolloquium am 28./ 29.01.1994*.
- Jehle, M. (2007). *Psychose und souveräne Lebensgestaltung. Erfahrungen langfristig Betroffener mit Gemeindepsychiatrie und Selbstsorge*. Bonn: Psychiatrie-Verlag.

- Kant, I. (1784). „Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung?“ Berlinische Monatsschrift, 1784, 2, S. 481–494.
- Keller, C. (1986). Der Ich-Wahn. Abkehr von einem lebensfeindlichen Ideal. Stuttgart: Kreuz-Verlag.
- Keupp, H. (1997). Ermutigung zum aufrechten Gang. Tübingen: dgvt.
- Keupp, H. (2001). Eine Gesellschaft der Ichlinge? München: SOS-Kinderdorf Verlag.
- Kommission für Zukunftsfragen der Freistaaten Bayern und Sachsen (Hrsg.) (2007). Erwerbstätigkeit und Arbeitslosigkeit in Deutschland. Entwicklung, Ursachen und Maßnahmen. Anlageband, Bd. 3: Zukunft der Arbeit sowie Entkoppelung von Erwerbsarbeit und sozialer Sicherung. Bonn.
- Körper-Stiftung (Hrsg.) (1993). Wieviel Gemeinsinn braucht die liberale Gesellschaft? 13./14.11.1993.
- Krueger, F. (1935). Zur Psychologie der Gemeinschaft. Jena: Gustav Fischer.
- Lessenich, S. (2008). Die Neuerfindung des Sozialen. Der Sozialstaat im flexiblen Kapitalismus. Bielefeld: transcript.
- Mitscherlich, A. (1985). Die Unwirtlichkeit unserer Städte. Frankfurt a.M.: Suhrkamp 1965.
- Nass, E. (2006). Der humangerechte Sozialstaat. Ein sozialetischer Entwurf zur Symbiose aus ökonomischer Effizienz und sozialer Gerechtigkeit. Tübingen: Mohr Siebeck.
- Nuber, U. (1993). Die Egoismus-Falle. Warum Selbstverwirklichung oft so einsam macht. Stuttgart: Kreuz-Verlag.
- Nussbaum, M. C. (1999). Gerechtigkeit oder Das gute Leben. Gender Studies. Frankfurt: Suhrkamp.
- Nussbaum, M.C. (2010). Die Grenzen der Gerechtigkeit. Behinderung, Nationalität und Spezieszugehörigkeit. Frankfurt: Suhrkamp (eng. Original: „Frontiers of justice“ (2006)).
- Opaschowski, H.W. (2010). Wir! Warum Ichlinge keine Zukunft haben. Hamburg: Murmann.
- Otto, H.-U. & Ziegler, H. (Hrsg.) (2008). Capabilities – Handlungsbefähigung und Verwirklichungschancen in der Erziehungswissenschaft. Wiesbaden: VS Verlag.
- Precht, R.D. (2010). Die Kunst, kein Egoist zu sein. München: Heyne.
- Rappaport, J. (1981). In praise of paradox: A social policy of empowerment over prevention. *American Journal of Community Psychology*, 9, S. 337 - 356; deutsch: Ein Plädoyer für die Widersprüchlichkeit. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis*, 17, 1985, S. 257 - 278.
- Rorty, R. (1995). Hoffnung statt Erkenntnis. Eine Einführung in die pragmatische Philosophie. Wien: Passagen.
- Rosa, H. (2005). Beschleunigung. Die Veränderung der Zeitstrukturen in der Moderne. Frankfurt: Suhrkamp.
- Schäuble, W. (1994). Und der Zukunft zugewandt. Berlin: Siedler 1994.
- Schirrmacher, F. (2004). Das Methusalem-Komplott. München: Karl Blessing.
- Schwarze, M. (1923). Das Buch der deutschen Turnerschaft. Hannover, Graeber & Lochmann.
- Sen, A. (2000). Ökonomie für den Menschen. Wege zur Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft. München: Hanser.
- Sen, A. (2010). Die Idee der Gerechtigkeit. München: C.H.Beck (eng. Original: „The idea of justice“ (2009)).
- Smiles, S. (1866). Selbsthilfe. Halle: Otto Handel.
- Strasser, J. (1994). 'Individualisierung' - eine Gefährdung der Solidarität? In: Die Neue Gesellschaft/Frankfurter Hefte, 41, 1994, S. 118 - 123.
- Summer, E. (2008). Macht die Gesellschaft depressiv? Alain Ehrenbergs historische Verortung eines Massenphänomens im Licht sozialwissenschaftlicher und therapeutischer Befunde. Bielefeld: transcript.
- Volkert, J. (Hrsg.) (2005). Armut und Reichtum an Verwirklichungschancen. Amertya Sens Capability-Konzept als Grundlage der Armuts- und Reichtumsberichterstattung. Wiesbaden: VS Verlag.