



# „BEDENKE, DASS DU MENSCH BIST“

Ein supervisorischer Beitrag zur Fürsorge und Selbstsorge in der freiwilligen und ehrenamtlichen Hilfe für Geflüchtete.

„Bedenke, dass Du Mensch bist“.

Ein supervisorischer Beitrag zu Fürsorge und Selbstsorge in der freiwilligen und ehrenamtlichen Hilfe für Geflüchtete.

## **IMPRESSUM**

### **Herausgeber:**

Michael Graf, Direktor  
Diakonisches Werk der Ev. Kirche Mannheim  
M1, 1a, 68161 Mannheim  
T + 49 621 28000-0  
F + 49 621 28000-199  
[www.diakonie-mannheim.de](http://www.diakonie-mannheim.de)  
[www.facebook.com/DiakonieMannheim/](https://www.facebook.com/DiakonieMannheim/)

**Redaktion & Grafik:** Jessica Lammer, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

**Bildnachweis:** pixabay

Ein frühes geschichtliches Beispiel unfreiwilliger Migration war die Erbeutung von Sklaven in fremden Ländern. Auch der römische Kaiser Marc Aurel (161 bis 180 n. Chr.) schreckte davor nicht zurück. Jedoch war er immerhin der Auffassung, dass man Sklaven anständig und menschlich behandeln müsse. Um selbst menschlich zu bleiben beauftragte er einen Sklaven, hinter ihm auf dem Prozessionswagen auf dem Weg durch die jubelnde Menge zu stehen. Er hatte die Aufgabe seinem Kaiser unablässig ins Ohr zu flüstern: „Bedenke, dass du ein Mensch bist!“ Ein Mann mit einer für diese Zeit unvergleichbaren Machtfülle wählte für seine eigene Begleitung einen Menschen aus, der weit unter seinem Stand war und der ihn daran erinnern sollte, dass der Unterschied zwischen Kaiser und Sklave keine große Bedeutung hat, wenn man in Betracht zieht, dass beide Menschen sind.

Erneut erleben wir aktuell im Jahr 2022 eine Zuwanderung von Menschen mit Fluchtmotiven, ausgelöst durch Krieg und Verwüstung, die an eine Völkerwanderung erinnert. In den Zielländern machen sich viele Menschen aus gesetzten, etablierten und einheimischen Lebenswelten erneut auf, verlassen ihre Komfortzone und eilen der ankommenden Not entgegen. Nicht nur die klassischen Ehrenämter erhalten Zulauf, viele Menschen stellen sich als spontane Freiwillige – auch ohne institutionelle Begleitung an den Rändern der Flüchtlingsströme auf und helfen mit Kleidung, Essen, Medizin, Worten und Wärme. Die Herausforderungen werden nicht nur in den Medien sichtbar, sie werden persönlich spürbar. Zudem keimt eine Unsicherheit darüber auf, ob wir denn bereits alle Herausforderungen erkannt haben, die auf uns zukommen werden und ob wir diesen Herausforderungen gewachsen sein werden.

Eine große Herausforderung in der Flüchtlingsarbeit besteht darin, den Flüchtling nicht auf seine Eigenschaft als „...ling“ zu reduzieren, sondern den in eine Fluchtsituation getriebenen Menschen zu sehen, dem auf Augenhöhe zu begegnen ist. Seine Würde darf nicht verlorengehen. Wenn wir einen Anspruch an die eigene Menschlichkeit verwirklichen wollen, ist die Barmherzigkeit jene Form der Handlung, die die Menschlichkeit unter Beweis stellt. Wir sollten bedenken, dass wir Menschen sind – fähig zur Empathie, stark im Helfen, aber auch nicht allmächtig und nicht gottgleich.

Die bürgerschaftliche (ehrenamtliche und freiwillige) Begleitung von Flüchtlingen leistet diesen Beweis und ist eine unverzichtbare und große Chance für den Erhalt und die Weiterentwicklung sozial gerechter Gesellschaften in Europa. Jedoch sind die Belastungen aus dieser Tätigkeit sehr hoch.

Alle Menschen, die anderen Menschen in existenzieller Not helfen, sind von psychischen und sozialen Entwicklungsrisiken betroffen. Für Menschen, die helfen und weder eine sozialarbeiterische, therapeutische oder seelsorgerliche Qualifikation haben oder auch keine entlastende Beratung, wie die eine Supervision in Anspruch nehmen, trifft dies in besonderer Weise zu.

Das gesichtete Leid und die fluchtauslösende Gefahr löst einen unmittelbaren und spontanen Hilfeimpuls aus. Am liebsten möchte man so helfen, dass gar kein Leid mehr in das Leben der Geflohenen mehr eintreten kann und hofft damit vielleicht auch insgeheim, die eigene Welt zu schützen. Wenn jedoch an einem vermuteten Aufenthaltsort von Geflüchteten spontan zehn Kartons mit eilig gesammelter Kleidung und Stofftieren abgegeben werden, darf man aus distanzierender Sicht bereits von einem Phänomen fürsorglicher Belagerung sprechen. Sie ist ein frühes Symptom einer altruistischen Selbstüberforderung: Helfen mit maximaler Aufladung ohne Klärung von Bedarfen und Ressourcen.

# Zu den weiteren Entwicklungsrisiken zählen

## **Eine Sekundärtraumatisierung,**

vermittelt durch die mitgebrachten Erzählungen und Erfahrungen der Geflüchteten. Dieses Risiko steigt mit der Intensität des eigenen Engagements. Dem gemeinsamen Schwimmen im Problemsee kann das gemeinsame Ertrinken in gefühlter Hilflosigkeit folgen.

## **Burn-Out,**

vermittelt durch eine anhaltende Selbstforderung des Helfens, die in eine Überforderung münden kann, einhergehend mit enttäuschten Erwartungen in der eigenen Beziehungsgestaltung mit anderen Helfenden und / oder mit den Geflüchteten.

## **Die Folgen der Unachtsamkeit gegenüber dem Aspekt der Macht in helfenden Beziehungen.**

Die / der Helfende ist vermutlich weitestgehend ökonomisch abgesichert, gesellschaftlich, kulturell, beruflich und sozial integriert. Die Geflüchteten sind das (noch) nicht. Aus dem Unterschied resultiert ein Gefälle, ein Handlungs- und Informationsvorteil für die oder den Helfende/n. Wer das ignoriert, lässt den geflohenen Menschen zu nächst unmerklich in eine Abhängigkeit gleiten, man wird sich gegenseitig nicht mehr richtig los und hat evtl. schmerzhaft Ablösungsprozesse zu erwarten. Das ursprüngliche Ziel der Hilfe, nämlich die Befähigung, ist dann nicht mehr realisierbar.

Zu den Eigenschaften der Flüchtlingskrise zählt sowohl ihre überaus große Beanspruchung aller vorhandenen Ressourcen als auch die kreative Lösung von Problemen, die unter „normalen“ Bedingungen eher als abwegig, unausgereift oder unzumutbar eingeschätzt würden. Dazu zählt auch die Idee, die Supervision als eine Methode der professionellen Reflexion aus der Sozialen Arbeit, Beratung und Therapie für die Unterstützung der ehrenamtlichen Mitarbeit zur Verfügung zu stellen. Hauptberuflich Tätige in den vorgenannten Arbeitsfeldern nutzen ein reichhaltiges und professionelles Repertoire an Reflexion um ihre Arbeit und ihre Wirksamkeit zu verbessern und ein Burn-Out zu vermeiden. Nun gehen abermals Tausende hochmotivierte und couragierte Menschen auf notleidende Flüchtlinge zu und lassen sich auf eine komplexe Beziehungsarbeit ein. Was im Laufe dieser Hilfebeziehung an Erfolgen und Enttäuschungen entstehen kann, ist schwer zu überblicken.

Es ist nicht möglich, Ehrenamtliche und Freiwillige umfassend in der Sozialen Arbeit auszubilden. Es wäre auch gar nicht wünschenswert. Die Ehrenamtlichen würden ihre unbefangene Kreativität und ihren spontanen Zugang zu Problemsituationen verlieren. Sie würden allerdings möglicherweise die Fähigkeit erwerben sich selbst rechtzeitig zu schützen, sich abzugrenzen und sie würden die Entwicklung der von ihnen begleiteten Fälle besser verstehen. So könnten sie ihre Motivation möglichst lange erhalten. Nun sind schon viele Flüchtlinge da, aber der graue Alltag der Integration wird erst noch beginnen und wir werden sehen, wie viele Ehrenamtliche das in der Länge der Zeit (unbeschadet) aushalten werden.

Dieser Artikel schneidet verschiedene Themen an, die im Kontext der Arbeit mit geflohenen Menschen eine Relevanz haben. Dabei bezieht er sich auf grundlegende Aspekte der Motivation, der Selbstverwirklichung und der Kommunikation in helfenden Beziehungen. Diese Themen können aufgezeigt, aber in diesem Artikel nicht ausdiskutiert werden. Der Artikel gibt einen Hinweis darauf, wie man sich diese Themen erfragend, für die eigene Orientierung und Festigung, aneignen kann. Man kann mit diesen Fragen selbstreflektierend arbeiten, sich inspirieren lassen oder sie mitnehmen in eine Teambesprechung, in ein Gespräch mit ehrenamtlichen Kolleginnen und Kollegen.

### **Motivation des Engagements in der Flüchtlingsarbeit**

Der wachsende Zustrom von Bürgern in freiwilliges Engagement ist erstaunlich. Man wusste bereits vor der aktuellen Krise, dass viele Menschen, die sich auf einer Sinnsuche befinden, eine mögliche Antwort im Ehrenamt oder im freiwilligen Engagement finden. Jedoch scheint das Leid von Menschen, die nahezu alle bisherigen Lebensbezüge aufgeben und in Frage stellen mussten bei den Einheimischen eine besondere Empathie auszulösen, die mit folgendem Gedanken verbunden zu sein scheint: „Es könnte noch mehr geben, als nur das eigene Leben zu leben.“ Zudem verfügen Einige über Erinnerungen an Flucht und Vertreibung in der eigenen Familienbiographie. Ein Ehrenamtlicher formulierte zutreffend: „Was lange nur in den Nachrichten war, wird tatsächlich. Die Welt kommt zu uns. Die Leute mögen es, an der Realität dran zu sein.“

#### **Frage dich:**

- Was soll ein Engagement in der Flüchtlingshilfe zu deinen bisherigen Lebensentwürfen beitragen?
- Was wäre die Alternative?
- Was wäre jetzt für dich dran, wenn es keine Flüchtlingskrise gäbe?
- Was willst du für die Geflohenen?
- Was willst du für dich selbst?

#### **Werte**

Die große Zuwanderung von Menschen aus anderen Kulturen führt zu einem Aufeinandertreffen unterschiedlicher Wertesysteme im Alltag. Das wird von den Vertretern dieser Wertesysteme nicht immer als angenehm sondern oft auch auf beiden Seiten als irritierend und verstörend empfunden. Es kommt zu Bewertungen, Abwertungen, einseitigen Aufwertungen. Werte lassen sich nur schwer kommunizieren, kaum vermitteln und schon gar nicht verordnen. Sie lassen sich aber evtl. plausibel machen. Sie werden dann plausibel und gültig, wenn ihre Ethik und ihr Nutzen erfahrbar werden. Möglicherweise werden sie dann sogar belastbar. Der Ludwigshafener Ehrenbürger und ehemalige KZ-Häftling Herbert Müller (Anm. Redaktion: SPD Stadtverband/Stadtratsfraktion Ludwigshafen 1997: „Der Mensch muß zur Geltung kommen. Zur Erinnerung an Herbert Müller 1900 bis 1994.“) formulierte hierzu einen Orientierungsrahmen: „Der Mensch muss zur Geltung kommen.“

#### **Frage dich:**

- Wie willst du deine Werte plausibel machen?
- Welche Werte sind das eigentlich?
- Welche Werte stehen für dich zur Disposition?
- Woran möchtest du festhalten?

## **Integration**

In einer pluralen und offenen Gesellschaft ist Platz für Unterschiede: Religion, Bildung, Kultur, Politik, Ernährung, Sexualität, Wirtschaft, Arbeit. Sie lebt von der gegenseitigen Toleranz. Jedoch kann es keine Toleranz gegenüber der Intoleranz geben. Es ist ein weiterer Irrtum zu glauben, dass die Gesellschaft, die Integration von Zugewanderten einfordert, selbst unverändert bleibt. Sie wird sich gerade dann verändern und weiterentwickeln, wenn Integration gelingt. Das Ergebnis gelungener Integration ist die Synthese, nicht die einseitige Anpassung. Jedoch muss diese Synthese eine nachhaltige und sichere Tendenz haben: Menschenrechte, Rechtsstaatlichkeit, Freiheit und Demokratie.

## **Frage dich:**

- Wie unterscheidest du einen Menschen, der integriert ist von einem Menschen, der (noch) nicht integriert ist?
- Bist du integriert?
- Worin bist du integriert?
- Wie kommt man da hinein?

## **Soziale Arbeit als Orientierungsmodell für ehrenamtliches Handeln**

Es gibt eine anhaltende Meinungsverschiedenheit unter Experten, was Soziale Arbeit eigentlich ist. Ist sie eine Hilfsdisziplin der Pädagogik und anderer verwandter wissenschaftlichen Theorien oder ist sie gar eine eigenständige Wissenschaft mit einer begründeten Sozialarbeitstheorie? An dieser Stelle wird vorgeschlagen, die Soziale Arbeit als eine Menschenrechtsprofession zu verstehen. Ihre Methodik und ihr Selbstverständnis haben sich im Laufe der letzten 100 Jahre unter dem Eindruck und der Aufarbeitung weltweit bestehender Unterdrückung, Armut, sozialer Ungerechtigkeiten, Krieg und Vertreibung entwickelt. Als älteste Arbeitsweise praktiziert sie die Ressourcenerschließung im Umfeld des Klienten und geht dabei auf fehlende Erkenntnis-, Handlungs- und Kommunikationskompetenzen ein. Sie befasst sich „mit Diskriminierungs-, Herrschaftserfahrungen und Kulturkonflikten, ferner mit Rassismus, Sexismus, Ethnozentrismus, Ohnmachts- und nicht zuletzt mit Gewalterfahrungen. Und sie verfügt auch über Verfahren im Umgang mit Menschenrechtsverletzungen.“

Sie arbeitet befähigend – in Bezug auf Einzelpersonen, Familien, Gruppen, das Gemeinwesen – und nimmt Partei für Benachteiligte und gegen Strukturen, die Benachteiligung hervorbringen. (Vgl. Silvia Staub-Bernasconi: Soziale Arbeit: Dienstleistung oder Menschenrechtsprofession? <https://www.uni-siegen.de/zpe/projekte/menschenrechte/staubethiklexikonutb.pdf>) Ziele der Menschenrechtsprofession sind die Menschwerdung und die Solidarität mit den Schwachen. Es geht um die Gestaltung von Bedingungen, die die Entwicklung von Menschen in einer sozialen und gerechten Gemeinschaft fördert und die Menschen inkludiert, die das nicht können. Damit grenzt sich die Soziale Arbeit zu Recht gegenüber dem Anspruch ab, sie habe lediglich eine soziale Dienstleistung mit reparierender Wirkung für den Erhalt der Arbeitsmarktfähigkeit ihrer Klienten zu erbringen.

Freiwillige Mitarbeiter/-innen können sehr wertvolle und wichtige Elemente in der Einzelfall- hilfe, in der Sozialen Gruppenarbeit und im Gemeinwesen leisten, die von Professionellen alleine nicht zu bewerkstelligen ist. Sie können und sollen jedoch keine Professionalität ersetzen, um Geld zu sparen. Freiwillige sind gut beraten, die Kooperation mit Angehörigen sozialer oder psychologischer Berufe zu suchen. Denn professionelle Akteure verfügen über das erforderliche Kontextwissen, um nachhaltige Entwicklungsstrategien aufzustellen und die Wirksamkeit / Sinnhaftigkeit von Interventionen einschät-

zen zu können. Allerdings müssen Profis auch mit einem ganz persönlichen Dilemma zurechtkommen: Sie sind dann erfolgreich, wenn sie nicht mehr gebraucht werden.

### **Folgende Aspekte sozialarbeiterischen Handelns sollen besonders herausgestellt werden**

Das Wahrnehmen von und das Handeln in Systemen

In der Sozialen Arbeit wird gerne von Systemen gesprochen. Gemeint ist damit ein Bild, das dazu genutzt wird, um ein Phänomen zu beschreiben und um es von anderen Phänomenen abzugrenzen. Man spricht dann von Systemen, wenn man beobachten kann, dass ein Phänomen dazu imstande ist, sich selbst aufrecht zu erhalten und offensichtlich auch dazu imstande ist, mit sich selbst über sich selbst zu kommunizieren. Im Wesentlichen entsteht ein System also durch die Kommunikation zwischen Menschen, die ein System beobachten. Wenn du ehrenamtlich in der Sozialen Arbeit arbeitest, ist es für deine Selbstreflexion nützlich mindestens zwischen den folgenden Systemen zu unterscheiden:

- Das Hilfesystem, in dem du ehrenamtlich aktiv bist
- Dein berufliches System, wenn du eines hast.
- Dein Freundschaftssystem, in dem du unterwegs bist
- Dein Privatsystem mit Familie und engsten Freunden / Verwandten.

#### **Frage dich:**

- In welchen Systemen bist du unterwegs?
- Was macht ihre Qualität aus?
- Welche Überschneidungen gibt es?
- Wo sind diese Überschneidungen gut?
- Wo sind sie eher kontraproduktiv und belastend?

#### **Das persönliche Dilemma des Helfens**

Ein echtes Mitgefühl für andere Menschen in Notsituationen öffnet das eigene Herz ohne Vorbehalte. Am liebsten möchte man die Welt retten, in dem man diese in sich selbst aufnimmt. Eine oft beobachtete Eigenschaft bei Menschen in helfenden Berufen ist der Altruismus, das Helfen bis zur Selbstaufopferung. Wir wissen aber, dass Akteure, die ihr Hilfesystem mit ihrem Privatsystem dauerhaft vermischen, ein hohes Risiko des Burn-Outs und damit das Risiko eines persönlichen Scheiterns tragen. Dem steht die Beobachtung gegenüber, dass Menschen mit hoher Berufung, Motivation und Identität diesem Risiko offenbar weniger ausgesetzt sind. Dazu zählen die Sozialpioniere des 19. Jahrhunderts wie Wichern, Werner, Kolping, die übrigens mit ihren Zöglingen in Haus- und Wohngemeinschaften zusammen lebten. Im Helfen gab es damals keine Grenze zwischen Privat und Dienst.

Ein weiteres Problem ist, dass eine Hilfe, die dem Helfenden hilft sein empfundenes Mitleid zu lindern, dem Notleidenden möglicherweise gar nicht hilft. Eine Frau postete im Portal Facebook in einer Unterstützergruppe für Asylsuchende die Frage, wo man denn ein Flüchtlingskind ansprechen könne? Sie würde am Wochenende schon mal ein Kind aufnehmen. An diesem Beispiel wird deutlich, dass die Bedürfnisse des Leidenden mit den Bedürfnissen des Helfenden nicht immer in das richtige Verhältnis gesetzt sind. Ein Kind braucht mehr als die gelegentliche Großzügigkeit eines Aufenthalts in einer normalen, integrierten und „reichen“ Familie. Erst wenn die grundlegenden Voraussetzungen der Pflege, Unterbringung, Betreuung, Bildung geklärt sind, könnte erörtert werden, welche Hilfe sinnvollerweise ergänzt werden könnte. Vielleicht würde dann eine Patenschaft Sinn machen, die die Situation des Kindes in seiner Herkunftsfamilie unterstützt.

Eine isolierte, wenn auch gut gemeinte Idee des Helfens würde mittelfristig lediglich Not und Abhängigkeit fixieren, statt in nachhaltiger Weise Entwicklung und Befähigung zu unterstützen.

#### **Frage dich:**

- Was ist der Unterschied zwischen Mitgefühl und Mitleid?
- Wie fühlst du dich wohler: Als Mitfühlende/r oder als Mitleidende/r?
- Welcher Hilfebedarf besteht bei dem Menschen, mit dem du gerne arbeiten möchtest, tatsächlich?
- Wie wird er/sie dich so schnell wie möglich wieder los, d.h., wann braucht er/sie dich nicht mehr?

#### **Helfen und Nicht-Helfen**

Eines der wirkungsvollsten Instrumente professioneller Hilfe ist das Nicht-helfen. Jedoch sind seine Nebenwirkungen so komplex und widersprüchlich, dass sehr sorgfältig erwogen werden muss, wo denn das Nicht-Helfen gegenüber dem Helfen vorzuziehen ist. Eine wichtige Ausnahme ist die Barmherzigkeit, die existentielle Nöte lindert. Ebenso ist das Ergebnis des Helfens schwer überschaubar und führt – wie bereits erwähnt – manchmal eher in die Fixierung des Problems, als in die Lösung.

#### **Frage dich:**

- Mit welcher Lösung, die dir zur Verfügung steht, entsteht ein Mehr (oder ein Weniger an
  - Freiheit
  - Selbstverantwortung und Autonomie
  - Linderung
  - Hoffnung
  - Fortschritt für den / die Empfänger\*in deiner Hilfe?

#### **Nähe und Distanz**

Sozialpädagogisch gesehen, betrachten wir den Klienten, seine Umweltbedingungen (mit den vorhandenen und möglichen Ressourcen) und seine Interpretation, seine Wahrnehmung dieser Umweltbedingungen als einen Fall. Ein Fall ist für die/den Helfende/n zumeist eine unerträgliche Provokation des eigenen Gerechtigkeitssinns. Darin findet sich irgendetwas, was ein Leben behindert und zurücksetzt. Man möchte hineingehen, den Fall von innen aufbrechen, die Gerechtigkeit herbeizwingen. Also setzt man sich als Helfende/r an die Spitze der Bewegung, ergreift die Fahne des Klienten, eilt nach vorne, stürmt die Barrikaden, dreht sich um und... da ist niemand. Leider ist der Klient dem Sturm nicht gefolgt. Welche Analysen kommen nach der Enttäuschung? Vielleicht hat der Klient nur die Offensive nicht verstanden, vielleicht will er sein Problem gar nicht lösen, vielleicht... diente die Offensive mehr den Zielen der/des Helfenden als den Zielen des/der Klienten/in?

Wenn ich mit einem Fall sehr mitfühle, besteht die Gefahr, dass ich mich mit dem Fall assoziiere, d.h., ich werde dem Fall sehr nah, meine eigene Problemwahrnehmung wird eins mit dem Fall und ich beginne gemeinsam mit dem Klienten im Problemsee herumzupaddeln. Dann kann es sogar passieren, dass mich eigene Motive aus erlebten Ungerechtigkeiten stärker antreiben, als die Motive des Klienten. Man spricht von einer Projektion der/des Helfenden auf den Fall.

Nehme ich einen distanzierten Standpunkt ein, betrachte ich den Fall nicht von innen, sondern von außen. So kann ich die Projektion eigener Motive rechtzeitig erkennen und vermeiden, dass sie in den anderen Fall unbemerkt einträufeln. Ich trenne meinen Fall vom anderen Fall. Ich kann aber auch selektieren, d.h. bewusst auswählen welche eigenen Motive wichtig sind:

**Frage dich:**

- Was ist denn in der Betrachtung deines eigenen Falls eher hilfreich und was ist eher hinderlich für die Entwicklung des vorliegenden Falls?
- Arbeitest du im Fall oder am Fall?
- Was wäre denn im vorliegenden Fall der Unterschied zwischen dem Arbeiten im Fall und dem Arbeiten am Fall?

**Interkulturelle Kompetenz und Verstehen**

Wenn man in Malaysia einem Kind die Hand auf den Kopf legt, wünscht man ihm den Tod. Bei uns ist es eher ein Segen oder eine liebevolle Geste. So gibt es eine ganze Reihe sogenannter kultureller Codes, die in unterschiedlichen Kulturen eine vollkommen unterschiedliche Bedeutung haben können. Die Kenntnis dieser Codes scheint fast so wichtig zu sein, wie das Beherrschen einer Sprache und vielleicht ist es auch ebenso komplex und zunächst unübersichtlich. Vielleicht gelingt es alle diese Codes zu lernen, um Irritationen zu vermeiden. Vielleicht ist es aber auch sinnvoll zu lernen, wie man mit einer empfundenen Irritation umgehen kann, die sich in einer Kommunikation erst nach einigem Nachdenken und einiger Zeit als eine interkulturelle Irritation herausstellt.

Dazu müsste man angenommene Selbstverständlichkeiten misstrauisch hinterfragen und Bewertungen verlangsamen.

**Frage dich**

- Angenommen, du würdest einen wirklich guten interkulturell kompetenten Umgang mit Flüchtlingen oder auch anderen Menschen pflegen, was wäre dann anders?
- Was ist der Unterschied zwischen Etikette und Verstehen im interkulturellen Dialog?
- Wer bestätigt deine Bewertungen und Beobachtungen, wer stellt sie eher in Frage und womit?
- Welche Bedeutung könnte die erlebte Irritation noch haben, außer dem ersten spontanen Eindruck, der sich eingestellt hat?

**Macht und Ohnmacht**

Humane Hilfe ist eine Interaktion zwischen zwei Menschen, die ein Gefälle hat. Die / der Gebende ist im Besitz einer Ressource und entscheidet über deren Weitergabe und die Bedingungen, unter denen die Hilfe gewährt oder der Zugang möglich wird. Gesetze, Richtlinien, Satzungen aber auch Barmherzigkeit und Gnade gestalten den Weg und das Ergebnis der Hilfe. In einer solchen vielfach und wiederholt ausgeübten Interaktion schleicht sich im Laufe der Zeit das Phänomen der Macht ein. Im schlimmsten anzunehmenden Fall würde sie sich darin zeigen, dass die/der Helfende über der/den zu Helfenden und ihre/seine Belange verfügt. Es gibt professionelle Hilfsituationen, in denen diese Abhängigkeit als Episode besteht oder auch längerfristig nicht auflösbar ist, weil die/der Empfänger/-in der Hilfe gar nicht dazu in der Lage ist, die benötigte Ressource eigenständig zu besorgen oder zu erkennen. Solche Situationen werden unter anderem dann professionell gestaltet, wenn sie mit hohen überprüfbaren ethischen und juristischen Anforderungen geleistet werden. In der Erfüllung dieser Anforderungen bleibt die Würde aller Beteiligten gewahrt, wenn es die Möglichkeit der Reflexion, der unabhängigen Kontrolle und der Beschwerde gibt. Macht und schleichender Missbrauch von Macht finden ihre besten Bedingungen für eine unerkannte Ausbreitung in der irrtümlichen Annahme, man müsse gar nicht darüber sprechen, was in der Interaktion zwischen den Beteiligten im Hilfesystem geschieht. Wer definiert, worüber geredet werden darf, übt Macht aus.

Jedoch kann sich das Risiko eines Verhältnisses von Macht und Ohnmacht auch umgekehrt zeigen: Die/der Helfende beobachtet, dass ihre/seine Hilfe nicht ankommt, nicht wirkt, nicht geschätzt wird. Der Geholfene wird zum Beholfenen in eigener Sache,

- der eigene Interpretationen und Umwidmungen der empfangenen Hilfe vornimmt
- der langsam ahnt, dass der Helfende von einem Erfolgsgefühl abhängig ist

#### **Frage dich:**

- Was macht das mit dir, wenn Du etwas gibst?
- Was erwartest du dafür?
- Was macht das mit dir, wenn Du etwas ablehnst?
- Was macht das mit dem Adressaten deiner Hilfe?
- Was fühlst du, wenn
  - o das, was du gegeben hast, nicht geschätzt und weggeworfen wird?
  - o deine Hilfe verändert und umgedeutet wird?
  - o deine Hilfe anders genutzt wird, wie du dachtest?

#### **Schuld und Verantwortung**

Obwohl wir Abendländer uns der Aufklärung rühmen, überlassen wir uns allzu gerne einer unaufgeklärten Vermischung von Schuld und Verantwortung. Wenn etwas schief geht, hat der Schuld, der die Verantwortung hatte. Und wenn er trotz bester geleisteter Verantwortlichkeit dennoch etwas in den Sand gesetzt hat, hat er erst Recht Schuld. Wem die Eigenverantwortung entglitten ist, der braucht für Schuldzuweisungen nicht zu sorgen. Jedoch dient die Verantwortung nicht der Vermeidung von Schuld und der Feststellung von Schuld, sondern dem Erkennen von Handlungen und Chancen für die Lösung eines Problems und der sorgfältigen Abwägung von Nutzen und Gefahren der zu erschließenden Möglichkeiten. Sich um solche Dinge initiativ und aktiv zu kümmern würde bedeuten, Verantwortung zu übernehmen. Sich selbst in einer menschlichen Gesellschaft verantworten zu können, ist eines der bedeutenden globalen Ziele von Sozialer Arbeit und Bildung.

#### **Frage dich:**

- Was verantwortest du?
- Wie verantwortest du dich selbst?
- Was verantwortet der Mensch, mit dem du arbeitest?
- Was soll besser werden?

#### **Unglückliche Ratschläge**

Für deine Arbeit in der ehrenamtlichen Flüchtlingshilfe wäre es vielleicht gut einige ganz praktische Orientierungspunkte zu haben. Da könnten Ratschläge ganz hilfreich sein. Das Erteilen von Ratschlägen ist einer der Kardinalfehler in der Beratung. Ratschläge sind Schläge. Um das zu vermeiden, muss ich einräumen, dass ich keine Ahnung habe, ob irgendeiner der folgenden Ratschläge zu deiner Situation passt. Sie passen allenfalls zu einer Situation, wie ich sie mir vorstellen kann und vielleicht liege ich irgendwo ganz richtig und woanders komplett falsch. Also prüfe ganz genau, welcher dieser Ratschläge für dich passend ist und ob er vielleicht verändert werden müsste.

#### **• Sei offen**

Wenn du dich zu schnell darauf festlegst, was du in der ehrenamtlichen Flüchtlingshilfe tun möchtest, verpasst du evtl. die Chance zu erkennen, was du am Besten kannst und wo du wirklich gebraucht wirst. Lass dich darum auf

verschiedene Aufgaben ein und probiere durchaus das Eine oder das Andere aus, bevor du dich längerfristig engagierst. Oder wechsele einfach mal die Aufgabe nach einigen Wochen oder Monaten. Wenn du Geflüchteten begegnest, lass dich nicht von deinen Spontaneindrücken verführen.

Lass dir Zeit um den Menschen zu erkennen, den du triffst.

- **Sei selektiv**

Bewahre dir einen Vorteil gegenüber den hauptberuflich Tätigen: Du musst nicht alles machen, was auf der Tagesordnung steht (es sei denn, du hast eine andere Auftragsklärung). Du musst auch nicht mit jedem Klienten arbeiten können. Manchmal ist Sympathie eine wichtige Kategorie. Grenze dich daher notfalls auch ab gegenüber zu großer Beanspruchung. Tue das rechtzeitig, lange bevor dir etwas unangenehm ist.

- **Sei ehrlich zu deinen Vorurteilen**

Es ist nicht möglich keine Vorurteile zu haben. Schließlich haben sie ja auch eine wichtige Funktion, da sie Unsicherheit begrenzen und unsere Wahrnehmung strukturieren. Nur stimmen sie eben meistens nicht. Die gefährlichen Vorurteile sind die, die man sich nicht eingestehen möchte. Alle anderen gehen in etwa in Ordnung, solange sie anderen Menschen keine Unmenschlichkeit, bzw. Nicht-Menschlichkeit unterstellen und du es zulassen kannst, dass andere deine Wertungen hinterfragen.

- **Kläre deinen Auftrag**

Einen Menschen in Not zu sehen, den Fall zu erkennen und zu verstehen löst immer eine Assoziation des Helfens aus. Was könnte jetzt gebraucht werden und was ist dein Beitrag dazu? Sprich mit dem Klienten, deinen Kollegen, deinem Träger über die nächsten erforderlichen Schritte und kläre ab, was du leisten kannst und willst und was von anderer Seite noch benötigt wird und ob der Klient diese Hilfe auch wirklich möchte. Auftragsklärungen machen die Soziale Arbeit effektiv und wirken wunderbar präventiv gegen Burn-Out-Zustände.

- **Fordere Orte der Klärung ein**

Die im Moment entstehenden oder sich erweiternden Netzwerke der Flüchtlingshilfe zeigen viele Eigenschaften eines Unternehmens in der Pionierphase: Alle sind mit Begeisterung dabei, fast jeder könnte jeden an jedem Platz ersetzen, was noch nicht organisiert ist, wird mit Spontanität und Dynamik geheilt, man möchte gar nicht mehr aufhören und immer wieder neu dabei sein. Dabei entstehen viele Irritationen und Missverständnisse, die im Alltag verschleppt werden. Aus unbearbeiteten Irritationen können belastende und zerstörerische Konflikte werden. Deswegen sollten schon recht früh Orte der Klärung zur Verfügung stehen. An welchem Ort und zu welcher Zeit kann über die Sache nochmal geredet werden, wenn spontan kein Platz dafür da ist? Welche Strukturen und Absprachen bieten sich dafür an, um Orte der Klärung zu schaffen?

- **Sei nicht frustriert, sondern sei optimal frustriert**

Frustrationen sind allgemein betrachtet die Folge von nicht erfüllten Erwartungen. Diese Frustration trifft uns um so härter, je selbstverständlicher wir davon ausgingen, dass die Sache gar nicht schiefgehen könnte. Wir sind in die Falle vermuteter Selbstverständlichkeiten hineingetappt und sind dann manchmal so emotional blockiert, dass wir gar nicht mehr herausfinden. Darum kann es durchaus hilfreich sein, sich ein realistisches Bild von möglichen Störungen und Fehlentwicklungen zu machen. So gesehen hat Pessimismus auch etwas Gutes. Sigmund Freud pflegte den Begriff der optimalen Frustration. Bei einem krabbelnden Kleinkind ist dies dann gegeben, wenn es beispielsweise den Ball mit einer leistbaren Anstrengung erreichen kann.

Der Ball liegt also in Reichweite des Kindes und die vom Kinde geleistete Anstrengung reicht aus, um den Ball zu bekommen. Wenn ich als böser Erwachsener den Ball ständig einen Meter nach hinten lege, kann sich kein wahrnehmbarer Erfolg für das Kind einstellen. Die Frustration bleibt suboptimal. Wenn wir uns Ziele vornehmen unterscheiden wir oft zu wenig zwischen dem Zustand, den wir verständlicherweise anstreben und dem Handlungsziel, das tatsächlich und überprüfbar in unserer eigenen Reichweite liegt. Erreichbare Ziele zu beschreiben bedeutet übrigens der eigenen Verantwortung gerecht zu werden, wohingegen die Beschreibung unerreichbarer Ziele als eine Variation des Selbstbetrugs verstanden werden kann. Sie führen in ein Symptom-Bündel, welches mit dem Begriff „Burn-Out“ umschrieben wird.

- **Arbeite an den inneren Bildern eines gelingenden Engagements**
  - o Wenn du in zwei Jahren feststellst, dass du dich ganz erfolgreich engagiert hast, was ist dann anders als jetzt?
  - o Was ist für die Flüchtlinge anders, denen du geholfen hast?
  - o Was ist für dich anders?
  - o Arbeite mit Zielen und Meilensteinen und nicht einfach in den grauen Alltag der Integration hinein.
  
- **Führe Selbstgespräche, wenn du in akute Stress-Situationen gerätst:**
  - o „Ich kannte mal jemanden, der wollte ehrenamtlich in der Flüchtlingshilfe arbeiten. Dem ist folgendes passiert...“ (und dann sprichst du mit dir selbst über dich selbst in der dritten Person – oder mit einem Kollegen / einer Kollegin).

- **Partizipiere!**

Es ist schön, wenn du dich engagierst. Aber du solltest dich auch dafür interessieren, wie und welche Entscheidungen bei deinem Träger getroffen werden, die einen Einfluss auf deine ehrenamtliche oder freiwillige Tätigkeit haben. Tatsächlich brauchen die Institutionen nicht nur Freiwillige, die direkt mit Menschen arbeiten, sondern auch Ehrenamtliche, die eine Kasse prüfen, Konzepte mitberaten und Positionen in der gesellschaftlichen Diskussion beziehen – und damit die Arbeit anderer Ehrenamtlicher und Freiwilliger unterstützen.

- **Sichere dich ab!**

In der sicheren Welt, in der wir leben, ist alles was wir tun haftungsrelevant. Das gilt auch für die ehrenamtliche oder die freiwillige Tätigkeit. Bei dem Träger für den du arbeitest, sollte es eine Unfall- und Haftpflichtsammelversicherung für ehrenamtliche Tätigkeit geben. Auch die Bundesländer haben teilweise eine solche Versicherung für ihre ehrenamtlich Tätigen. Versichere dich, welche Bedingungen für dich gelten.

### **Fantasie und Gehorsam**

Gehorsamkeit gegenüber Gott ist ein zentrales Element des christlichen Katechismus und gleichzeitig vermutlich auch eines der am meisten missbrauchten Argumente, um Menschen nicht unter göttlichen, sondern unter den Gehorsam von anderen Menschen zu zwingen. Warum also, sollte man gehorsam sein, gegenüber Tyrannen die sich gottgleich wähnen?

Die Theologin Dorothee Sölle erinnerte daran, dass der Begriff des Gehorsams in der griechischen Sprache ursprünglich zwei Wurzeln hatte: Das Hören und Verstehen auf der einen und das Unterordnen auf der anderen Seite. Das Unterordnen ist in der traditionellen christlichen Glaubensvorstellung in den Vordergrund getreten, Freiheit und Fantasie in den Hintergrund.

Sölle erinnert: „Eine wirkliche Übersetzung dieses Begriffes müsste gerade das enthalten, was die Tradition ihm genommen hat: Sachlichkeit und Fantasie...

Ein Mensch kann im Laufe seines Lebens fantasievoller werden, oder, was der Normalfall ist, er kann immer mehr an Phantasie einbüßen, immer ärmer in seinen Lebensentwürfen werden und immer fixierter an das, was er seine Lebenserfahrung oder seine Menschenkenntnis nennt. Diese wachsende Verarmung des Lebens gibt sich gern den Anschein der Reife und des Realitätsbewußtseins, aber in der Tat ist sie eine Einbuße an Möglichkeiten, an grenzensprengender Fantasie...

Alle Fantasie ist ins Gelingen verliebt, sie lässt sich etwas einfallen und sprengt immer wieder die Grenzen und befreit die Menschen, die sich unter diesen Grenzen in Opfer und Entsagung, in Repression und Rache ducken und sie so ewig verlängern. Die Fantasie Christi ist eine Fantasie der Hoffnung, die nichts und niemanden aufgibt und sich von konkreten Rückschlägen nur zu neuen Erfindungen provozieren lässt.“ (Anm. Redaktion: Dorothee Sölle 1968 „Phantasie und Gehorsam“)

Es ist eben diese Fantasie der Hoffnung, die Frieden entstehen lassen kann, wo vorher Streit und Gewalt und war.



**Diakonisches Werk  
der Ev. Kirche Mannheim**

M1, 1a, 68161 Mannheim

T + 49 621 28000-0

F + 49 621 28000-199

[www.diakonie-mannheim.de](http://www.diakonie-mannheim.de)

[www.facebook.com/DiakonieMannheim/](https://www.facebook.com/DiakonieMannheim/)

**Unser Spendenkonto**

IBAN: DE20 5206 0410 0000 5067 61

BIC: GENODEF1EK1

Kennwort: Spende

**Information Fachbereich Ehrenamt:**

T + 49-28000 301 oder

[sekretariat@diakonie-mannheim.de](mailto:sekretariat@diakonie-mannheim.de)