

# Von der Tugend der Achtsamkeit

## Versuch einer Annäherung an ein Ethos der Sozialen Arbeit

Johannes Vorlauffer

### Zusammenfassung

Der Begriff der Achtsamkeit existiert in unterschiedlichen helfenden Berufen und wird etwa auch im Ethikcodex der Sozialen Arbeit verwendet. In diesem Beitrag soll versucht werden, Achtsamkeit von ihrer normativen und instrumentell-technischen Vorstellung an jene ursprüngliche Haltung zurückzubinden, in der sie sich als Humanität ermöglichendes Grundgeschehen zeigt.

### Abstract

The notion of mindfulness can be found in various helping professions and is also used in the ethical codex of social work. This article attempts to draw a connection between its normative, instrumental-technical interpretation and its original attitude which manifests itself in providing the preconditions required for humanity.

### Schlüsselwörter

Philosophie – Ethik – Empathie – Soziale Arbeit – Berufsethos – Bewusstsein – soziale Berufe

### Einleitung

Der Begriff der Achtsamkeit, der in seiner weiten Bedeutung eine Haltung menschlicher Offenheit und Gegenwart für Andere bezeichnet, ist in der Praxis helfender und therapeutischer Berufe – bis hin zu konkreten Anstellungserfordernissen – ebenso präsent wie in unterschiedlichen philosophisch-ethischen Entwürfen und in manchen Religionen. Die zahlreiche Literatur, die sich mit Achtsamkeit in den letzten Jahren auseinandersetzt, spiegelt ein offensichtlich gesellschaftlich Notwendiges, ein Desiderat im Kontext eines überbordenden Ökonomismus. Dabei kann nicht vorausgesetzt werden, dass der Begriff in unterschiedlichen Reflexionsfeldern dieselbe Bedeutung hat.

Im Kontext helfender Berufe wird Achtsamkeit gegenwärtig vor allem unter dem Titel einer Care-Ethik diskutiert. *Elisabeth Conrads* fast schon zum Klassiker gewordenen Buch aus dem Jahr 2001 „Take Care. Grundlagen einer Ethik der Achtsamkeit“ steht in einer begrifflichen Tradition, innerhalb deren sie sich in spezifischer Weise verortet, und sie wurde bisher in sozialen Berufen unterschiedlich rezipiert: Im Bereich der Pflegewissenschaften etwa hat ihr ethischer Ansatz deutlich stärker Eingang

gefunden als in der klassischen Sozialen Arbeit. Doch auch hier wird, wie *Ruth Großmaß* in ihrer Abhandlung „Die Bedeutung der Care-Ethik für die Soziale Arbeit“ (2006) nachweist, die Aktualität dieses Denkens zunehmend erkannt. Wie unter anderem die Literaturstudie von *Helen Kohlen* und *Christel Kumbruck* (2008) belegt, wird in der sozialwissenschaftlichen Literatur zu Achtsamkeit und Care-Ethik zwar mit großem Aufwand „über“ Achtsamkeit geschrieben und ihre positive Bedeutung in den unterschiedlichen Dimensionen des Sozialen hervorgehoben, doch die Frage nach dem, was Achtsamkeit selbst ist, wie sie ursprünglich erfahren und verstanden werden könnte, wird in eigentümlicher Weise beinahe übersprungen, zumeist zwar „umschrieben“, aber nicht entfaltet.

Im vorliegenden kleinen Beitrag geht es nun darum, sich Achtsamkeit als einer Grunderfahrung und einem Grundbegriff zuzuwenden, der sich auf den „Grund“ menschlichen Daseins und Verhaltens bezieht und in diesem Sinn möglicherweise ein Ethos konstituiert. Methodisch soll hier ein „Schritt zurück“ hinter Reflexionen über Nützlichkeit und unterschiedliche Vorstellungen der Anwendung einer Technik der Achtsamkeit getan werden. Damit soll nicht gesagt werden, dass solche Praxisreflexionen nicht ihre Notwendigkeit hätten, doch Reflexionen „über“ Begriffe können auch verbergen, welche Erfahrungsdimensionen den verwendeten Begriffen als deren Ermöglichung zugrunde liegen.

### Vom Nutzen der Achtsamkeit

Im Grundsatzdokument „Ethics in Social Work. Statement of Principles“ der International Federation of Social Workers (IFSW) und der International Association of Schools of Social Work (IASSW) gibt es Formulierungen zum Selbstverständnis von Sozialarbeit, die nicht nur sprachlich brillant, sondern auch von einem utopischen Überschuss getragen sind, der Soziale Arbeit weit über die Enge gegenwärtiger Praxis – aber auch gegenwärtiger Theorie – zu tragen imstande sein könnte. Dort heißt es unter anderem: „Social workers should act in relation to the people using their services with compassion, empathy and care“ (IFSW 2004, S. 6). Ist diese Aufforderung aber nicht aus und in sich selbst so verständlich, dass man sich eine Reflexion ersparen könnte? Unterstellt sei, dass in der Praxis der Sozialen Arbeit Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter ihren Klientinnen und Klienten achtsam und deren personale Würde achtend begegnen. Könnte es dennoch sein, dass die Theorien Sozialer Arbeit diese praktizierte Achtsamkeit nicht angemessen wahrnehmen oder reflektieren? Die übliche deut-

sche Übersetzung gibt einen Hinweis darauf, dass die Tiefendimension von Achtsamkeit vielleicht noch nicht explizit bedacht worden sein könnte. Wenn nämlich die Übersetzung lautet: „Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter sollen die Menschen, welche ihre Dienste nutzen, mit Mitgefühl, Einfühlungsvermögen und Achtsamkeit behandeln [sic!]“ (ebd.), so hat sich mit dem Verbum „behandeln“ wohl unbeabsichtigt und wider die eigenste Intention die gegenwärtig vorherrschende Verdinglichungstendenz der Menschen in das Selbstverständnis der Sozialen Arbeit eingeschlichen. Menschen mit „Achtsamkeit“ zu „behandeln“ wäre eine in sich widersprüchliche Praxis, die Unauffälligkeit ihrer sprachlichen Formulierung ist nur zu verstehen, weil es normal (geworden) ist, Menschen zu „behandeln“, sie analog den Dingen als zu- und vorhanden zu begreifen und ihnen entsprechend verdinglichend zu begegnen, das heißt aber, sie nicht als Personen achtend wahrzunehmen. Eine Reflexion auf Achtsamkeit stünde also in der Notwendigkeit, ihre Terminologie selbst in ihren Achtsamkeitsanspruch mit einzubinden.

### Epochale Verdinglichung als Horizont menschlichen Selbstverständnisses

Dass Verdinglichung sich auch dort gegen das Humanum einnistet, wo man es nicht erwarten würde, ist allerdings nicht verwunderlich, durchzieht der Verdinglichungsprozess doch unser Denken und Fühlen schon seit geraumer Zeit, zumindest seit Beginn der Neuzeit. Vielleicht wurde Verdinglichung und Vergegenständlichung aber auch schon mit dem Beginn des rechnend-instrumentellen Denkens überhaupt ein leitender Zugang zu dem, was „ist“. Subjektivität und Objektivität, Kategorien, die schon semantisch eine herrschaftliche Beziehung andeuten, scheinen im normalen epochalen Bewusstsein fest verankert zu sein. In dieser Begrifflichkeit, die festlegt, wer sich was „entgegen-“ beziehungsweise „unter“ wirft, manifestiert sich die spezifische Weise gegenwärtiger Welterfahrung. Welterfahrung impliziert aber auch immer schon die Erfahrung der Mitwelt, das heißt der Anderen.

Ein Blick in die Philosophie- und Wissenschaftsgeschichte zeigt, dass die Beziehung des „Ich“ zu seiner Welt im Horizont eines rechnend-nutzenorientierten Bewusstseins eröffnet ist, in dem ein „das Ich“ zwar immer schon einem „das Du“ begegnet, diese Begegnung aber vorgestellt und gelebt wird als ein Aufeinandertreffen von „Ichen“. *Hegels* Analyse einer Dialektik von Herrschaft und Knechtschaft oder *Sartres* Analyse des Blicks bringen auf den Begriff, dass dieses Verhältnis – welches auch immer schon ein Selbst-Verhältnis ist, also ein Spie-

gel unseres Selbst-Seins – latent ein Kampfgeschehen ist und das Subjekt sich in Widerständigkeit gegen den Anderen aufspreizen muss, um durch die Widerständigkeit des dialektischen Geschehens zu einer bürgerlichen Selbst-Ständigkeit zu gelangen. Dieses widerständige Sich-Öffnen für den Anderen ist daher immer auch ein Sich-Verschließen, um nicht als Mittel aufgebraucht und verbraucht zu werden. Denn das „Brauchen“, das diese Beziehung konstituiert, ist eines, das dem Willen des Anderen ausgeliefert ist.

### Achtsamkeit zwischen Nützlichkeitskalkül und ursprünglicher Erfahrung

Im Horizont dieses angedeuteten epochalen Grundverständnisses wird auch Achtsamkeit auf ihren Nutzen – vielfach wertschätzend – abgeschätzt und zeigt sich innerhalb dieses Horizonts in einer spezifischen Weise. In ihrem Buch „Take Care“ versteht *Elisabeth Conradi* Care als „eine Praxis der Achtsamkeit und Bezogenheit, die Selbstsorge und kleine Gesten der Aufmerksamkeit ebenso umfaßt wie pflegende und versorgende menschliche Interaktionen sowie kollektive Aktivitäten“ (Conradi 2001, S. 13). Um diese Praxis eines sorgenden Umgangs mit Klientinnen und Klienten auf ethischer Ebene begrifflich adäquat einholen zu können, meint die Autorin, an *Kants* deontologischer Ethik Kritik üben zu müssen, und glaubt, im Begriff der Achtsamkeit eine Alternative zum pflichtenethischen Achtungsbegriff zu finden: „Achtsamkeit ist nicht schon implizit mit Autonomie, Reziprozität und Gleichheit verknüpft und wird nicht – wie Achtung – als ein intentional-individuelles Geschehen verstanden. ‚Achtsamkeit‘ formuliert den Grundgedanken, daß Menschen füreinander außerordentlich bedeutsam sind. Zugleich aber geht der Begriff Achtsamkeit über die herkömmliche Auffassung von Achtung hinaus, der zufolge ebenbürtige und unabhängige Menschen sich auf dem Wege der Gegenseitigkeit respektieren [sollen]“ (ebd., S. 238).

Auch wenn *Conradi* Achtsamkeit nicht ausschließlich als intentional-individuelles, sondern auch als intentional-duales Geschehen versteht, bleibt ihre Deutung im Horizont des subjekt-objekt-dualistischen Vorverständnisses und somit im Deutungshorizont von Aktionen, Reaktionen und Interaktionen, sie teilt also mit dem von ihr so heftig kritisierten Kant dessen ethische Prämissen. Trotz dieses Vorverständnisses zeigt sich in *Conradis* Achtsamkeitsreflexion noch wesentlich Anderes, allerdings in einer nicht explizit thematisierten und begrifflich entfalteten Weise: „Achtsamkeit ist etwas, das zwischen den Beteiligten geschieht und sich entfaltet:

Achtsamkeit entsteht in Care-Interaktionen. In meinem Verständnis einer Care-Ethik wird Achtsamkeit zugleich als Vorgabe und Geschenk verstanden“ (Conradi 2001).

In diesen Formulierungen wird Achtsamkeit als etwas aufgefasst, was jenseits intentional-willentlicher Akte liegt: Vorgabe und Geschenk weisen auf einen tiefen Grund von Achtsamkeit, darauf, dass sie nicht einfach zu bewerkstelligen ist. In der Praxis achtsamen Handelns zeigt sich Achtsamkeit als etwas, was dieses Handeln fundiert. Dieses, was achtsames Handeln ermöglicht, ist also offenbar etwas, was kein intentional Fassbares ist, das heißt es ist ungegenständlich gegeben, aber in allem achtsamen Handeln „mitgegeben“. In der Sprache der Philosophie formuliert: Achtsamkeit ist die apriorische Möglichkeitsbedingung achtsamen Handelns, ein Zu-Grunde-Liegendes: Etwas, „das zwischen den Beteiligten geschieht und sich entfaltet“, wie Conradi formuliert. Damit ist Achtsamkeit als etwas verstanden, was nur prozessual gegeben ist, eine Möglichkeit, aus dem menschliches Dasein schöpft und die man deshalb auch nicht in der Kategorie des Habens fassen kann. Nur im achtsamen Handeln offenbart sich das Wesen der Achtsamkeit, so können wir zusammenfassend interpretieren, doch dieses „Wesen“ ist nicht mehr zureichend aus einer Handlungstheorie zu begreifen.

Im Unterschied zu Conradi grenzt sich die Philosophin und Gesundheitswissenschaftlerin Anne Lützenkirchen in ihrem Verständnis von Achtsamkeit nicht von der östlichen Philosophie ab, sondern begreift sie gerade als „eine besondere innere Haltung, die in der buddhistischen Philosophie gelehrt wird“ (Lützenkirchen 2004, S. 35), sich ihrer Meinung nach aber auch in der Philosophie Husserls als Methode der Phänomenologie findet. Im Kontext die-

ses weiter gefassten Verstehenshorizontes fragt Lützenkirchen nach „Bedeutung und Nutzen von Achtsamkeit in der Sozialen Arbeit“ und stellt fest, dass diese in einen Zustand erhöhter Wachheit und Präsenz versetzt und deshalb allgemein als ein „Instrument der Psychohygiene“ (ebd.) gewinnbringend eingesetzt werden kann.

Für sie ist Achtsamkeit nicht nur im Rahmen von Care relevant, sondern kann Sozialarbeit grundlegend fundieren. Aufgrund der Parallelen und Überschneidungen mit dem personenzentrierten Beratungsansatz nach Carl Rogers sieht Lützenkirchen primär in Beratungsprozessen die besondere Bedeutung von Achtsamkeit für die Soziale Arbeit. Wie etwa das umfangreiche Handbuch von Heidenreich und Michalak (2006) belegt, befindet sich die Autorin mit ihrer positiven Bewertung in Übereinstimmung mit unterschiedlichen therapeutisch orientierten Professionen. Die besondere Relevanz der Achtsamkeitspraxis in Richtung einer klinischen Sozialarbeit etwa belegt in diesem Handbuch der ausgezeichnete, empirisch fundierte Beitrag von Nils Altnet über „Achtsamkeitspraxis als Weg zu einer integralen Salutogenese“ (2006).

So wohlwollend und im Detail begründend Lützenkirchen die Achtsamkeit in ihrer Nützlichkeit für die Soziale Arbeit bewertet, so bilden der Bewertungshorizont und das Nützlichkeitskalkül dennoch jene Eingrenzung, innerhalb derer Achtsamkeit als eine Form des Bewusstseins sichtbar wird, die durch Technik im weitesten Sinne geprägt ist. Lapidar heißt es aber bei ihr am Rande, diesen technischen Interpretationsrahmen sprengend: „Zwar handelt es sich bei der Achtsamkeit um eine Bewusstheitstechnik, es sei aber betont, dass hinter jeder Technik und Methode der Achtsamkeit eine Haltung, Einstellung und Bereitschaft besteht, in jedem Augenblick

## Über 30 Jahre dokumentierte Fachdiskussion

## Über 30 Jahre Sozialwissenschaftliche Literaturdokumentation

- ▶ Onlinezugang in über 200 Hoch- und Fachhochschulbibliotheken
- ▶ Individuelle Beratung und Recherche mit Dokumentenlieferung

DZI SoLit

Deutsches Zentralinstitut für soziale Fragen/DZI

www.dzi.de

Einsicht in sich selbst und die eigene Welt zu erlangen“ (Lützenkirchen 2004, S. 28). Dies, was jene Bewusstheits-Technik entscheidend bestimmt, das heißt grundlegt, jene „Haltung“, die man daher Grund-Haltung nennen könnte, ist aber das, was Achtsamkeit in ihrem Wesen überhaupt ausmacht. Nach dieser soll genauer gefragt werden.

### **Jenseits instrumenteller Rationalität: Eine Rückfrage in den Grund von Achtsamkeit**

Achtsamkeit kann aus dem Vorverständnis eines willentlichen Verhaltens verstanden werden, aus dem Vorverständnis eines „Ich“, das sich in einer bestimmten, achtsamen Weise auf etwas oder jemanden bezieht, aus Vorstellungen unserer intentionalen Beziehungen. So sehr eine Ethik der Achtsamkeit, die auf einem Wollen, auf Idealen und normativen Vorstellungen beruht, ihren wichtigen Ort in der Praxis menschlicher Begegnung und professionellen Handelns haben mag, ist eine Rückfrage nach dem Grund von Achtsamkeit von entscheidender Relevanz: Ist Achtsamkeit letztlich ein weiteres – vielleicht sogar repressives – Ideal oder eine emanzipatorische, frei gebende Möglichkeit? Gerade dann, wenn Achtsamkeit in einem ethischen Kontext bedacht wird, ist daher die einfache Rückfrage entscheidend: Wie gibt sie sich von sich her zu verstehen? Wie zeigt sich hier Achtsamkeit in ursprünglich-unverstellter, in spezifisch menschlicher Weise? Dies Unterfangen kann als Versuch einer phänomenologischen Deutung der Achtsamkeit aus der Erfahrung menschlichen Da-Seins bezeichnet werden.

### **Achtsamkeit als Grund-Wort und Grund-Haltung**

Achtsamkeit ist seit alters her ein Grundwort in der östlichen Philosophie beziehungsweise östlichen Denkens. Dort, wo sie im Zentrum des Denkens und Handelns steht, etwa in Formen des Zen-Buddhismus oder der dem Therevada-Buddhismus spezifischen Vipassana-Meditation, entspringt sie primär keiner Konzentration im Sinne einer Stärke des Willens als einer Form von Selbstbehauptung, sondern einer Übung und Erfahrung der Sammlung, die als Meditation bezeichnet werden kann. Die Praxis der Zen-Meditation ebenso wie deren Reflexion in den überkommenen Zen-Geschichten oder den Koans, den Denkaufgaben der Zen-Meister<sup>1</sup>, spiegelt diese Grundhaltung wider. In ihnen wird die Zusammengehörigkeit von Meditation und achtsamer Praxis zur Sprache gebracht.

Buddhistische Meditationsübungen, ob Zen oder Vipassana, lassen in unterschiedlichen Formen die Vorgestelltheit eines Ich los und erschließen eine

Leere, die sich dem Meditierenden als Fülle zeigt. Die Erfahrung dieser Leere, in gewisser Weise die eines Nichts, ist vorbegrifflich und so ist auch die darin liegende achtsame Erfahrung des Anderen. *Mahathera Henepola Gunaratana*, einer der großen Lehrer der Vipassana-Meditation, knüpft in seiner Beschreibung der Achtsamkeitserfahrung an die Bewusstseinsternologie an: „Achtsamkeit ist nicht-begriffliche Bewusstheit. [...] Achtsamkeit ist Bewusstheit der Gegenwart. [...] Achtsamkeit ist Wachsamkeit, die nicht ichbezogen ist. Sie tritt auf ohne Bezug zum Selbst“ (Gunaratana 1996, S. 152).

Ist Achtsamkeit in dieser Tradition zwar mit Bewusstheit und Konzentration auf etwas (meist den eigenen Atem) verbunden, so wird in der „Ichlosigkeit“ dieser Erfahrungsweise dennoch deutlich, dass der europäische Subjektivitätsbegriff nicht geeignet ist, die hier geübte „Selbstlosigkeit“ zu fassen: Wachsamkeit als radikale, an die Wurzel unseres Selbst-Seins reichende Weltoffenheit ist eine Offenheit ohne „Ichzentren“. Eine Präsenz, in der Objektivität ebenso schwindet wie Subjektivität: „Wenn Sie sich irgendeiner Sache erstmals bewusst werden, gibt es einen flüchtigen Moment reiner Bewusstheit, gerade bevor Sie beginnen das Ding begrifflich zu fassen, bevor Sie es identifizieren. Das ist das Stadium der Achtsamkeit. Gewöhnlich ist dieses Stadium sehr kurz. Es ist dieser blitzartige Bruchteil einer Sekunde, wenn Sie Ihre Augen gerade auf den Gegenstand richten, wenn Sie Ihren Geist gerade auf das Ding konzentrieren, genau bevor Sie es zum Objekt machen, es geistig festhalten und vom Rest der Existenz absondern. [...] In diesem kurzen, blitzartigen geistigen Moment erfahren Sie ein Ding als ein Nicht-Ding“ (ebd., S. 149 f.)

### **Leere und Offenheit als Grund der Grundhaltung von Achtsamkeit**

Leere unseres Selbst und Nicht-Dinglichkeit der Dinge sind Erfahrungsweisen, die befremden, obwohl sie auch in der europäischen Geschichte des Denkens bedacht wurden.<sup>2</sup> In diese Erfahrungsweise können sich Menschen allerdings zurückrufen lassen, wenn sie sich aus der alltäglichen Zerstreutheit dem Gegenwärtigen öffnen, das heißt das Da ihres Da-Seins übernehmen. Was es heißt, ein Ding als ein Nicht-Ding zu erfahren und gerade so achtsam zu sein, mag vielleicht verdeutlicht werden, wenn wir auf das achten, was sich uns etwa als Hörende zeigt: Sind wir „ganz Ohr“ – also „ichlos“ hörend –, so hören wir nicht einfach das, wovon der Andere spricht, wir hören nicht nur ein abstraktes Etwas, sondern auch jemanden, und sind leibhaftig präsent so, dass dem Gesagten hörend Raum gegeben und

dem Anderen Zukunft eingeräumt wird. Wo wir im Gespräch ganz bei der Sache sind, haben wir diese nicht kategorisiert, sondern sind in eigentümlicher Weise in der Welt des Anderen. Achtsamkeit im professionellen und diagnostischen Hören wäre dort gegeben, bevor der Gehörte zum „Fall“ und das Gehörte zum begriffen-definierten „Problem“ wird: Dort, wo das integrale Ganze sich – noch begrifflich unvermittelt – erschließt. Wenn *Gunaratana* dies als „blitzartigen“ Moment bezeichnet, so deshalb, weil jede Begegnung – erst recht eine professionelle – je aus der Unmittelbarkeit des personalen Bezugs in eine vergegenständlichende sich wandelt, das nicht festzuhaltende Augenblickliche aber das ist, was alles andere fundiert.

Diese Weltoffenheit, in der wir sind, kann im Anschluss an die Phänomenologie *Heideggers* in Abgrenzung vom tradierten Subjektbegriffs als Da-Sein (*Heidegger* 1979) benannt werden: Da-Sein ist jene menschliche Grund-Möglichkeit, in der und durch die es uns gegeben ist, das Gegebensein des Anderen für uns überhaupt erst zu vernehmen. Mag diese Möglichkeit durch alltägliche Zwänge und Zerstreutheiten auch verschüttet sein, wir können uns in dem Maß in sie zurückrufen lassen, in dem wir dem Anderen hörend begegnen. Das „Tun“ des Hörens ist ein eigentümliches „Nicht-Tun“, ein Sich-zeigen-Lassen, ein Sich-Öffnen für eine offene Welt. Nur einem menschlichen Wesen, das durch offenes Sein in der Welt konstituiert wird, ist eine solch hörende Begegnung überhaupt möglich. In diesem Verständnis von Dasein als In-der-Welt-Sein ist der Grund der Grundhaltung der Achtsamkeit nicht ein Wille, ein Ich, eine Strategie, ein Konzept, eine Idee, sondern Leere, Offenheit.

### **Durch einander sein oder sich verdankt erfahren**

Versuchen wir diesem Verhältnis von Achtsamkeit und Leere unseres Daseins noch näher nachzugehen und es uns denkend anzueignen. Achtsamkeit als konzentrierter Willensentschluss vorgestellt hieße, dass wir uns in unserer Subjektivität verfestigen, diese in ein Gegenüber zu seinem Gegenstand bringen und aus dieser Subjekt-Objekt-Beziehung heraus dem Anderen begegnen. In dieser Konstellation bleiben beide Momente dieser Beziehung festgestellt, die Beziehung selbst versteht sich so, dass zuerst Subjekt und Objekt gegeben sind und dann die Beziehung konstruiert wird. Aus dieser Konstellation heraus kann aber nicht das gedacht werden, was menschliche Beziehung überhaupt erst zu einer solchen werden lässt: ein apriorisches Miteinandersein, das uns in unserer Subjektivität konstituiert und

daher auch die Bedingung der Möglichkeit einer Subjekt-Objekt-Beziehung ist: Wenn wir unsere Vorstellung von uns selbst als „Ich“ loslassen, stehen wir in der Möglichkeit zu erfahren, dass sich jedes Ich-Sagen als einem Anderen verdankt erweist, der uns beim Namen rief, uns als Du überhaupt erst zur Welt kommen ließ. Möglich ist eine denkende Erfahrung, dass jedes Sich-gegeben-Sein als „Ich“ die Gabe eines Anderen ist, dass wir durch einander erst wir selbst sind und sein dürfen (*Vorlauffer* 2009), weil wir zutiefst mit der Möglichkeit begabt sind, einander „das Himmelsbrot des Selbstseins“ zu reichen, wie es *Martin Buber* (1978, S.37.) formuliert hat. Selbstsein, personale Identität, die aus der Tieferfahrung von Subjektivität schöpft, das heißt aus der Erfahrung, zur Selbstständigkeit freigegeben zu sein, verdankt sich einer Bejahung, einem „Ja des Seindürfens [...], das ihm [dem Menschen] nur von menschlicher Person zu menschlicher Person werden kann“ (*ebd.*).

### **Achtsamkeit als sich einem apriorischen Bezug öffnen**

Aus diesem allen faktischen Beziehungen vorgängigen, das heißt apriorischen Bezug eines Mitseins mit Anderen erst erschließt sich Achtsamkeit dem denkenden Blick: Sie ist kein vorgestelltes Ideal oder eine Norm, der es sich zu unterwerfen gilt, sondern die erfahrene Möglichkeit einer Grundhaltung, das heißt eine Weise, wie wir uns zu unserem Dasein, zum Grund unserer Existenz verhalten. Menschliche, genauer personale Identität ist nur aus einer Differenz zu denken, aus einem konstituierenden Bezug. Achtsamkeit ist zwar ein Tun, aber eines, das sich selbst in seiner konkreten Ermöglichung schon als antwortendes Tun erfahren hat. Achtsamkeit achtet nicht auf ein Objekt, sondern sucht den Anderen in seinem personalen Anwesen, sich von ihm selbst her sich zeigen zu lassen. Achtsamkeit ist daher eine Weise aktivsten Sein-Lassens, ein Sich-Öffnen in der Weise, dass in einem offenen Zeit-Raum der Andere in seinem Sein offenbar werden kann. Achtsamkeit ist nicht herstellbar oder erzwingbar, auch Einfühlung wäre ein Begriff, der das Phänomen eher verdecken als erschließen würde. Wenn sie begrifflich zur Sprache gebracht werden soll, dann sind Gnade und Geschenk einerseits bezeichnend, insofern sie nicht Erzwingbares thematisieren, andererseits verzerren beide Begriffe das Erfahrene: Gnade entstammt dem Kontext einer herrschaftlichen Unterwerfungsgeschichte, Geschenk dem des Tauschzyklus zur Befriedung von Ungerechtigkeit.

Achtsamkeit, so könnten wir versuchen, das Gesagte zusammenzufassen, ist in ihrem tiefsten Verständnis

ein Sich-Loslassen und Sich-Einlassen in den Bezug, in dem wir gemeinsam sind. Achtsames Lassen kann als ein Hören auf den Anspruch dessen, was sich uns zu erfahren gibt, verstanden werden. Diese ursprüngliche Dimension von Achtsamkeit ist das, worin achtsames Handeln sich dann „konkret-praktisch“ vollzieht und von woher dann auch ein mögliches ethisches Normieren seine Berechtigung schöpft. Im Zulassen dieser Grunderfahrung von Achtsamkeit liegen Konsequenzen für das gegenwärtige Zeit- und Weltverständnis und darin auch für Soziale Arbeit.

### **Konsequenzen für eine Ethik und ein Selbstverständnis der Sozialen Arbeit**

Ist es nach dem bisher Dargelegten möglich, von Achtsamkeit als einer Tugend der Sozialen Arbeit, einem möglichen Ethos zu sprechen? In seinem Buch „Lebenszeit und Weltzeit“ schreibt *Hans Blumenberg*, dass die Enge der Zeit eine „Wurzel des Bösen“ (*Blumenberg* 1986, S. 71) ist. Demgegenüber wäre Achtsamkeit wohl eine Wurzel des Guten. Denn der in hektischen Zeiten allenthalben erfahrbare Druck der Beschleunigung generiert Lebenshaltungen, welche die Menschen in ihrer Wahrnehmung regredieren und roh werden lassen. Verstehen wir Ethik im Sinne *Heideggers*, wenn er sagt „Das unter dem Anspruch der Anwesenheit Stehen ist der größte Anspruch des Menschen, ist ‚die Ethik‘“<sup>3</sup>, dann bedeutet das für unsere Fragestellung einer Ethik, dass sie sich von einer vorgestellten Normenethik wandelt in eine Haltung, das heißt Tugend. Das spezifische Wahrheitsverständnis einer normativen Ethik ist Richtigkeit im Sinne eines Sich-Richtens nach vorgestellten Ideen, das Wahrheitsverständnis von Achtsamkeit entspricht dem altgriechischen Verständnis von ALETHEIA, das heißt Un-Verborgenheit: Achtsamkeit ist ein Ans-Licht-Bringen, ein Prozess des Offenbarwerdens.

Achtsamkeit wäre dann eine Gegenbewegung gegen das Sich-Abgrenzen beziehungsweise Definieren, Rollen zuweisen und in der Weise ein Prozess eines Sich-Öffnens, dass in einem offenen Zeitraum der Andere in seinem Sein offenbar werden kann. Im professionellen Kontext mag Abgegrenztheit ihre Notwendigkeit haben, als Sicherung gegen den Anderen, als Selbst-Verschluss, der institutionalisierte Begegnung kanalisiert, das heißt den Anderen nur in bestimmten, definierten Räumen sich zeitigen lässt. Abgegrenztheit als Sicherheit vor Überforderung ist legitim, doch Abgegrenztheit ohne Achtsamkeit verdinglicht und verewigt die Kälte der bürgerlichen Gesellschaft. Ob eine Soziale Arbeit dies will oder nicht: Wenn und insoweit sie sich das im Be-

griff der Achtsamkeit Gedachte theoretisch und praktisch aneignet, ist und bleibt sie in Widerspruch und Opposition zu den gesellschaftlichen Verhältnissen.

Eine Sozialarbeit, die von der Grundhaltung der Achtsamkeit getragen ist, wird in ihren Klientinnen und Klienten Prozesse freilegen, sie zielt in ihrer Begegnungsweise darauf, Menschen freizugeben zur Selbstständigkeit, das heißt sich (wieder) sich selbst zu geben als in sich gründend. Wem achtsam auch in der institutionalisierten und professionellen Beziehung begegnet wird, der kann in diesem ihm eröffneten Freiraum die Möglichkeit erfahren, sich selbst zu achten. *Nietzsche* hat gesehen, dass dieser Prozess nicht unbedingt einer ist, der gesellschaftlich gewünscht ist: „Eins wird am schwersten verziehen: dass man sich selbst achtet. [...] Ich wollte, man finge damit an, sich selbst zu achten: Alles Andere folgt daraus“ (*Nietzsche* 1980, S. 387). Es gehört zu den unerhörten, sich jeder Evaluation entziehenden und statistisch nicht fassbaren Möglichkeiten von Begegnung, dass solches sich ereignet. Alles andere folgt daraus. Alles, das Leben in seiner abgründigen grundlosen Gegründetheit steht in der Möglichkeit, gelebt und bejaht zu werden, verdankt sich dem achtsamen, seinlassenden An- und Zuspruch des Anderen.

Achtsamkeit ist so einerseits ein Begriff zur Kennzeichnung ursprünglicher Weise personaler Begegnung, der zu benennen sucht, was aller Begegnung zugrunde liegt, andererseits ein utopischer Begriff, der das benennt, wonach alle sich sehnen und dennoch nur als Fragment erfahren werden darf. Diesen utopischen Überschuss, der jede menschliche und somit auch professionelle Begegnung trägt, fasst *Adolf Holl* in Bildworte: „Wenn eine Beziehung entsteht, die mit nichts mehr rechnet, dann verschwindet die Sonne für ein Weilchen hinter dem Mond, und es lässt sich ahnen, wie Menschen in einer Welt miteinander umgehen könnten, in der es keine materielle Not mehr gibt“ (*Holl* 1985, S. 180).

### **Anmerkungen**

- 1 Die ausgezeichnete Sammlung von Repts 2008 gibt hier einen guten Überblick.
- 2 Bereits beginnend mit Aristoteles. Vergleiche dazu Welte 1975.
- 3 Heidegger 2006, S. 244. Zur differenzierten Interpretation dieses Ethik-Verständnisses vergleiche Wucherer-Huldenfeld 2003.

### **Literatur**

**Altner**, Nils: Achtsamkeitspraxis als Weg zu einer integralen Salutogenese. In: Heidenreich, T.; Michalak, J.: a.a.O. 2006, S. 595-628

**Blumenberg**, Hans: *Lebenszeit und Weltzeit*. Frankfurt am Main 1986

**Buber**, Martin: *Urdistanz und Beziehung. Beiträge zu einer philosophischen Anthropologie*. Heidelberg 1978

**Conradi**, Elisabeth: *Take Care. Grundlagen einer Ethik der Achtsamkeit*. Frankfurt am Main 2001

**Großmaß**, Ruth: *Die Bedeutung der Care-Ethik für die Soziale Arbeit*. In: Dungs, S. u.a. (Hrsg.): *Soziale Arbeit und Ethik im 21. Jahrhundert*. Leipzig 2006, S. 319-328

**Gunaratana**, Mahathera Henepola: *Die Praxis der Achtsamkeit. Eine Einführung in die Vipassana-Meditation*. Heidelberg 1996

**Heidegger**, Martin: *Sein und Zeit*. Tübingen 1979

**Heidegger**, Martin: *Zollikoner Seminare*. Frankfurt am Main 2006

**Heidenreich**, Thomas; Michalak, Johannes: *Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Ein Handbuch*. Tübingen 2006

**Holl**, Adolf: *Mitleid im Winter. Erfahrungen mit einem unbequemen Gefühl*. Hamburg 1985

**IFSW** – International Federation of Social Workers (Hrsg.): *International Declaration of Ethical Principles of Social Work and International Ethical Standards for Social Workers* der IFSW, 2004. In: <http://www.ifsw.org/p38000739.html> (Abruf am 20.4.2009)

**Kohlen**, Helen; Kumbrock, Christel: *Care-(Ethik) und das Ethos fürsorglicher Praxis*. artec-paper Nr. 151/Januar 2008. In: [http://www.artec.uni-bremen.de/files/papers/paper\\_151.pdf](http://www.artec.uni-bremen.de/files/papers/paper_151.pdf) (Abruf am 1.7.2010)

**Lützenkirchen**, Anne: *Bedeutung und Nutzen von Achtsamkeit in der Sozialen Arbeit*. In: *Gruppendynamik und Organisationsberatung* 1/2004, S. 27-36

**Nietzsche**, Friedrich: *Nachgelassene Fragmente*. München 1980

**Reps**, Paul (Hrsg.): *Ohne Worte – ohne Schweigen. 101 Zen-Geschichten und andere Zen-Texte aus vier Jahrtausenden*. Frankfurt am Main 2008

**Vorlaufer**, Johannes: *Im Durcheinander der Begegnung. Reflexionen zu einem Grundvollzug Sozialer Arbeit*. In: *Soziale Arbeit* 7/2009, S. 246-253

**Welte**, Bernhard: *Über die verschiedenen Bedeutungen des Nichts*. In: Schwan, A. (Hrsg.): *Denken im Schatten des Nihilismus. Festschrift für Wilhelm Weischedel zum 70. Geburtstag*. Darmstadt 1975, S. 26-33

**Wucherer-Huldenfeld**, Augustinus Karl: *Das ursprüngliche Ethische im Ansatz von Heideggers „Sein und Zeit“*. In: Esterbauer, Reinhold (Hrsg.): *Orte des Schönen. Phänomenologische Annäherungen*. Würzburg 2003, S. 217-237

## Zeitzeugen Sozialer Arbeit

### Ein Forschungsprojekt mit Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeitern im Ruhestand

*Manuel Neisch; Anna Peters; Nancy Wirth*

#### Zusammenfassung

Im folgenden Bericht werden die Ergebnisse eines sozialwissenschaftlichen Biographieforschungsprojekts mit dem Titel „Wenn ich auf mein Leben in der Sozialarbeit zurückblicke“ dargestellt. Die empirische Grundlage zum Rückblick auf das Berufsleben bildete die Analyse und Auswertung von 15 narrativen, audiovisuellen Interviews von zehn Sozialarbeiterinnen und fünf Sozialarbeitern kurz vor beziehungsweise nach deren Pensionierung. Das Ziel bestand darin, die verschiedenen Erfahrungen und Sichtweisen dieser Zeitzeugen und Zeitzeuginnen im Zusammenhang mit der gesellschaftlichen Entwicklung und der Entwicklung der Sozialen Arbeit als Profession darzustellen. Als zentrale Schlussfolgerung hat sich ergeben, dass die persönliche, schöpferische Selbstverwirklichung eine Haupttriebkraft der Befragten war. Diese Forschungsnotiz ist ein unterstützender Beleg für die Differenziertheit und Einzigartigkeit des Berufsbildes und bietet in diesem Zusammenhang die Möglichkeit, eigene Sichtweisen zu erweitern und dadurch ein hohes Maß an Motivation zu gewinnen.

#### Abstract

The following report focuses on biographical research related to the topic „When I look back on my life in social work“. The empirical basis derived from the analysis and evaluation of fifteen audiovisual narrative interviews. Ten female and five male social workers were interviewed shortly before or after retirement. The aim of the research was to present the different experiences and perspectives of these probands in connection with social development and the development of social work as a profession. As a conclusion it appears that creative self-expression is a major factor in the development of a career as a social worker. This research supports evidence of the sophistication and uniqueness of the profession, and offers in this context, the opportunity for social workers to expand their own perspectives and achieve a high level of motivation.

#### Schlüsselwörter

Sozialarbeiter – empirische Sozialforschung – Berufsbild – Motivation – Biographie