

2. Bedürfnisse und Emotionen

Welche Motive und Gefühle dem Handeln zugrunde liegen

Im ersten Kapitel wurden Bedürfnisse und damit verbundene Emotionen als wichtige Antriebskräfte für menschliches Handeln herausgestellt. Dabei sind Bedürfnisbefriedigung und Bedürfnisfrustration nicht nur für einzelne Handlungen relevant, sondern auch für die Lebenszufriedenheit insgesamt. Darauf verweist das folgende Beispiel:

Frau Rutig ist alleinerziehend und lebt mit ihrem 15-jährigen Sohn Lukas in einer Großstadt. Sie hat einen anstrengenden und zeitlich belastenden Beruf. Obwohl sie sich intensiv in ihre berufliche Tätigkeit einbringt, denkt sie manches Mal, dass ihre Kolleginnen und Kollegen sowie Vorgesetzten ihr Engagement stärker würdigen könnten. Dabei sind ihre beruflichen Anforderungen durch die Digitalisierung noch einmal gestiegen. Einzelne Fortbildungen dazu musste sie allerdings wegen anderer Termine absagen, obwohl sie gern zu entsprechenden Veranstaltungen gereist wäre. Insgesamt lässt es ihre berufliche Tätigkeit kaum zu, sich hinreichend um ihren Sohn zu kümmern. In letzter Zeit zieht sich ihr Sohn immer mehr in sein Zimmer zurück, um sich verschiedenen Adventure-, Action- und Ego-Shooter-Spielen zu widmen. Dies kommt Frau Rutig zwar insofern entgegen, als ihr so etwas Ruhe für die notwendigen Aufgaben im Haushalt bleibt, zugleich macht sie sich aber Sorgen, dass das ständige Spielen die Entwicklung ihres Sohnes gefährden könnte. Allerdings hat sie auch mitbekommen, mit welcher Begeisterung ihr Sohn

mit Gleichaltrigen über die Spiele spricht und dass die Level, die er in den Spielen erreicht, ihm offenbar viel Anerkennung bei seinen Freunden bringen. Des Weiteren bereitet ihr Kummer, dass die schulischen Leistungen ihres Sohnes in der letzten Zeit schlechter geworden sind. Irgendwie gelingt es ihr jedoch nicht, mit ihrem Sohn darüber ins Gespräch zu kommen – zumal dieser, wenn er nicht gerade an seiner Spielkonsole sitzt, mit seinem Smartphone beschäftigt ist. Auch für Freundinnen oder eine neue engere Beziehung zu einem Mann fehlt Frau Rutig die Zeit, obwohl sie sich manchmal danach sehnt. Darüber hinaus beunruhigen sie zunehmend bedrohliche Nachrichten über Pandemie, Krieg und Klima. So ist sie zunehmend unzufrieden mit der Situation und schon froh, wenn sie wenigstens hin und wieder im Fernsehen einen Herzkino-Film mit schöner Landschaft und Happy End ansehen kann.

Mit Blick auf die Situation von Frau Rutig stellt sich unter anderem die Frage, welche Bedürfnisse im Detail ihre Unzufriedenheit und einzelne ihrer Handlungen bewirken.

Diese Frage ist nicht nur für diesen individuellen Fall, sondern auch für viele allgemeinere Zusammenhänge bedeutsam: So versucht z.B. die Wirtschaft herauszufinden, welche Bedürfnisse bei potenziellen Kunden vorliegen und welche Waren demgemäß produziert und angeboten werden sollten. In der Werbung wird überlegt, welche Bedürfnisse wie geweckt werden können, um neue Kaufanreize zu schaffen. Für Nachhaltigkeit und umweltfreundliches Handeln ist die Frage relevant, ob diese mit menschlichen Bedürfnissen in Einklang zu bringen sind. Im Medienbereich spielt der Gedanke eine Rolle, wie man durch bedürfnisgerechtes Angebot hohe Nutzungszahlen bewirken kann. Mit Bezug auf die Gesundheit gilt es zu klären, in welcher Weise sich ein gesundheitsförderliches Handeln auf menschliche Bedürfnisse gründen lässt. In der Erziehung ergibt sich generell die Frage, welche Bedürfnisse Kinder und Jugendliche haben und wie sie im Erziehungsprozess konstruktiv zur Geltung kommen können. In der Politik stehen für Parteien in Wahlkampfzeiten Entscheidungen an, welche Bedürfnisse in Wahlkam-

pagnen angesprochen werden sollen, um möglichst hohe Stimmanteile zu erzielen.

In Korrespondenz zu solchen praktischen Anliegen geht es in der Wissenschaft um die Frage, welche Antriebe für menschliches Handeln allgemein angenommen werden können und welche Bedeutung ihnen zukommt oder zukommen sollte. Diese Frage spielt besonders in der Psychologie bei der Suche nach Motiven für das Verhalten und Handeln von Menschen eine wichtige Rolle und stellt auch in der Philosophie mit Blick auf das Menschsein generell ein wichtiges Thema dar. Dabei gibt es sowohl in der Psychologie als auch in der Philosophie unterschiedliche Positionen.

2.1 Bedürfnisse aus psychologischer Sicht

Wichtige Gedanken zu Antrieben für menschliches Handeln stammen von Sigmund Freud (1856–1939). Er gilt als Begründer der Psychoanalyse bzw. psychodynamischer Persönlichkeitstheorien und geht von einer biologischen Basis für menschliche Verhaltensmuster aus. Freud nimmt an, dass jeder Mensch Instinkte und Triebe besitzt, die Spannungen erzeugen und menschliches Handeln motivieren. Ursprünglich unterscheidet er zwei grundlegende Triebe: den Drang zur Selbsterhaltung, der mit Bedürfnissen wie Hunger und Durst verbunden ist, sowie den Eros als treibende Kraft für Sexualität und Erhaltung der Art. In diesem Zusammenhang widmet er seine Überlegungen vor allem dem Sexualtrieb, den er allerdings auf alles Streben des Menschen nach Lust erweitert, wobei er auch von der *Libido* spricht und damit die psychische Energie meint, die Menschen dazu bringt, sinnliche Freuden verschiedener Art anzustreben. Der Eros als breit definierter Sexualtrieb wird dabei als wichtige Determinante für menschliches Handeln angesehen und zum Teil auch als Lebenstrieb bezeichnet. In manchen Schriften werden dem Eros als Lebenstrieb auch Todestriebe gegenübergestellt, die auf Selbstzerstörung und damit zusammenhängend auf Aggression und Destruktion gerichtet sind.¹ Allerdings heißt dies keineswegs, dass die verschiedenen Triebdeterminanten dem Menschen bei seinem

Verhalten und Handeln auch bewusst sind. Möchte man etwas über Ursachen für das Verhalten und Handeln von Menschen erfahren, sollte man gemäß Freud sowohl nach Bewusstem als auch nach Unbewusstem fragen. Das Handeln einer reifen Persönlichkeit setzt nach ihm letztlich eine Balance zwischen den Impulsen grundlegender Triebe und den moralischen Einstellungen bzw. Werten des Individuums voraus, so dass der Drang nach Lustgewinn durch das, was aus realistischer Sicht erreichbar, aus sozialer Sicht wünschenswert und aus moralischer Sicht akzeptabel ist, überformt wird.

Bezieht man Überlegungen von Freud auf die oben skizzierte Situation von Frau Rutig, ist anzunehmen, dass ihre – als naturgegeben angenommenen – libidinösen Strebungen durch ihre reale Lebenssituation sowie durch soziale und moralische Normen überformt werden und sich kaum Geltung verschaffen können. Dies lässt sich dann auch als Ursache für ihre allgemeine Unzufriedenheit und ihre Vorliebe für emotional anregende Fernsehfilme ansehen.

Neben psychodynamischen Theorien der Persönlichkeit sind für Motiv- und Bedürfnisfragen vor allem humanistisch orientierte psychologische Theorien bedeutsam. Ein wichtiger Ansatz dazu geht auf den US-amerikanischen Psychologen Abraham H. Maslow (1908–1970) zurück.² Maslow nimmt an, dass das Handeln des Menschen nicht durch einen – von vornherein als vorrangig eingeschätzten – Trieb erklärt werden kann und sollte, sondern durch den Blick auf mehrere Grundbedürfnisse, deren angemessene Befriedigung zu psychischem Wachstum führt. Mit dem Wachstum kann sich beim Menschen das Streben nach Selbsterfüllung immer stärker durchsetzen, wobei dies als konstruktiv-lenkende Kraft mit positiven Verhaltensweisen verbunden ist,

Maslow betont in seiner Arbeit »Motivation und Persönlichkeit« zunächst, dass die bewusst wahrgenommenen Bedürfnisse des täglichen Lebens nicht selbst schon die eigentlichen Motive des Handelns sind, sondern Mittel zum Zweck der Befriedigung tiefer liegender Bedürfnisse. So entspricht zum Beispiel der Wunsch, über Geld zu verfügen, keinem originären Bedürfnis, sondern ist nur ein Ausdruck dafür, dass man beispielsweise sicher sein möchte, dass der eigene Lebensunter-

halt garantiert ist oder dass man sich im Sinne der Zugehörigkeit zu einer Gruppe etwas kaufen kann, was andere auch besitzen, oder dass man gern die Möglichkeit hätte, sich etwas zu leisten, was anderen imponiert und Anerkennung verschafft. So unterscheidet Maslow auf der Grundlage einer Differenzierung von Mittel und Zweck folgende Grundbedürfnisse des Menschen:

- (a) *physiologische Bedürfnisse*, z.B. die »klassischen« Bedürfnisse Hunger, Durst und Sexualität sowie die Bedürfnisse nach Erregung und Aktivität sowie nach Ruhe und Schlaf;
- (b) *Sicherheitsbedürfnisse*, z.B. die Bedürfnisse nach Stabilität und Geborgenheit, nach Schutz und Angstfreiheit, nach Ordnung und Struktur sowie nach Gesetz und Grenzen;
- (c) *Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Liebe*, z.B. die Bedürfnisse nach Kontakt und Verwurzelung in einer Gemeinschaft, nach Freundschaft und Zuneigung sowie nach engen und intimen Beziehungen;
- (d) *Bedürfnisse nach Achtung*, z.B. die Bedürfnisse nach Anerkennung und Geltung, nach Kompetenz und Leistung, nach Stärke und besonderem Status sowie nach Dominanz und Ruhm;
- (e) *Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung*, z.B. das Verlangen nach Aktualisierung der Möglichkeiten, die der Einzelne besitzt – sei es im sozialen, im sportlichen, im künstlerischen oder im wissenschaftlichen Bereich.

In sekundären Darstellungen des Maslow'schen Bedürfnismodells werden die Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Liebe auch unter dem Begriff der *sozialen Bedürfnisse* und die Achtungsbedürfnisse unter dem Begriff der *Individualbedürfnisse* zusammengefasst.

Außer diesen Bedürfnissen spricht Maslow noch das Verlangen nach Wissen und Verstehen sowie ästhetische Bedürfnisse an, bringt sie zunächst aber nicht direkt in die Liste der Grundbedürfnisse ein, sondern sieht sie in Verbindung mit diesen. Dabei misst er ihnen eine große Bedeutung zu. Kognitive Antriebe, z.B. nach Erkennen und Lernen, sowie ästhetische Bedürfnisse, z.B. nach Ordnung und Symmetrie, können zunächst als Mittel verstanden werden, um Grundbedürfnisse, z.B.

Sicherheits- oder Selbstverwirklichungsbedürfnisse, zu befriedigen. Mit dieser Deutung ergeben sich jedoch noch keine zufriedenstellenden Annahmen zum Stellenwert des Strebens nach Durchschauen, Erklären, Experimentieren, Philosophieren oder Harmonie. Vieles scheint für die Annahme zu sprechen, dass den kognitiven und ästhetischen Bedürfnissen ein eigener Stellenwert zukommt, z.B. die Tatsache, dass die Bedürfnisse nach Erforschung der Umwelt auch ohne Bindung an physiologisch nachweisbare Überlebensbedürfnisse auftauchen und dass hässliche Umgebungen krank und schöne Umgebungen gesund machen können. Aus diesem Grunde nimmt Maslow eigenständige kognitive und ästhetische Antriebe beim Menschen an: Sie lassen sich selbst als Persönlichkeitsbedürfnisse wie die Grundbedürfnisse auffassen. Im Rahmen der Selbstverwirklichungsbedürfnisse kommen sie zu ihrer eigentlichen Entfaltung.

So verwundert es auch nicht, dass Maslow in einer letzten Arbeit, die er kurz vor seinem Tod verfasst hat, kognitive und ästhetische Bedürfnisse ausdrücklich in sein Modell der Grundbedürfnisse einfügt, wobei er sie zwischen den Achtungsbedürfnissen und den Selbstverwirklichungsbedürfnissen ansiedelt. Außerdem nennt er als oberste Stufe noch das Bedürfnis nach Transzendenz, womit ein Bedürfnis nach Überschreitung des Selbst in Sphären gemeint ist, die über sinnlich Beobachtbares hinausgehen.³

Auch andere bedürfnistheoretische Ansätze mit humanistischer Grundhaltung gehen –mindestens teilweise – von Bedürfnissen aus, wie sie bei Maslow zu finden sind. Dies gilt z.B. für die Selbstbestimmungstheorie der Motivation von Edward L. Deci (geb. 1942) und Richard M. Ryan (geb. 1953).⁴ Die Autoren unterscheiden bezüglich der Herkunft motivationaler Handlungsenergie beim Menschen physiologische Bedürfnisse, Emotionen und psychologische Bedürfnisse. Dabei sind die *physiologischen Bedürfnisse* vergleichbar mit natürlichen Trieben in anderen Motivationskonzepten oder mit den physiologischen Grundbedürfnissen bei Maslow. Mit dem Hinweis auf *Emotionen* wird zudem eine wichtige Komponente des Handelns ins Bewusstsein gehoben, wie sie auch bei Maslow – dort zusammenhängend mit Bedürfnisbefriedigung oder Bedürfnisfrustration – zu finden ist.

Deci und Ryan widmen sich in ihrem Ansatz besonders den *psychologischen Bedürfnissen*. Diese unterteilen sie in

- (a) Bedürfnisse nach Kompetenz oder Wirksamkeit,
- (b) Bedürfnisse nach Autonomie oder Selbstbestimmung und
- (c) Bedürfnisse nach sozialer Eingebundenheit bzw. sozialer Zugehörigkeit.

Bei allen Affinitäten zu den Maslow'schen Bedürfnisgruppen, erhält so das Bestreben des Menschen um Kompetenz oder Wirksamkeit sowie nach Autonomie oder Selbstbestimmung einen eigenen Stellenwert und wird nicht mit den Bedürfnissen nach Achtung oder Selbstverwirklichung vermischt. Vor diesem Hintergrund lassen sich für die Überlegungen in diesem Buch insgesamt folgende Bedürfnisgruppen unterscheiden:⁵

- (1) *Grundlegende physische und psychische Bedürfnisse*: Hier sind zunächst die oben – mit Bezug auf Maslow – angesprochenen physiologischen Bedürfnisse relevant. Allerdings stellt sich die Frage, ob bestimmte psychische Eigenschaften des Menschen, z.B. Reaktionen auf Sinneserregung und Erkundung der Umwelt, die ursprünglich notwendig für das Überleben waren, nur als funktional für dieses zu betrachten sind oder auf grundlegenden Triebkräften beruhen. Für Letzteres spricht, dass Kinder verkümmern, wenn ihnen – obwohl es für ihr physisches Überleben nicht notwendig wäre – Sinnesreize und Möglichkeiten der Umwelterkundung vorenthalten bleiben. Aus diesem Grund werden hier auch grundlegende psychische Antriebe zur ersten Bedürfnisgruppe gezählt.
- (2) *Bedürfnisse nach Sicherheit und Orientierung*: Bei dieser Bedürfnisgruppe sind erneut zunächst die von Maslow angesprochenen Antriebe zu nennen: Wenn erst einmal die unmittelbar für das Überleben notwendigen Bedürfnisse befriedigt sind, möchte der Mensch sich hinsichtlich weiterer Bedürfnisbefriedigung auch sicher fühlen. Zugleich erscheint eine Ergänzung durch das kognitive Bedürfnis nach Orientierung sinnvoll: Zum einen setzt Sicherheit Orientie-

rung voraus, zum anderen ist das Streben nach Orientierung in der Umwelt so tief in der menschlichen Motivstruktur verankert, dass ihm auch ohne direkten Bezug zum Sicherheitsbedürfnis ein grundlegender Stellenwert zugewiesen werden kann.

- (3) *Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Liebe:* Diese Bedürfnisgruppe lässt sich mit den – oben bei Maslow genannten – Beispielen treffend beschreiben. Dabei spielt für die menschliche Entwicklung eine besondere Rolle, dass man sich in der Familie sowie im Kreis von Freunden und Bekannten nicht nur sicher, sondern auch angenommen fühlen möchte. In diesem Zusammenhang kommt dem Umstand, dass man als Mitglied einer Gruppe den Blick von sich selbst auf andere richten muss, eine besondere Bedeutung für die soziale Entwicklung zu.
- (4) *Bedürfnisse nach Anregung der Fantasie und Erprobung von Handlungsmöglichkeiten:* Menschen möchten sich nicht nur sicher und in einer Gemeinschaft angenommen und aufgehoben fühlen, sie möchten auch neue Handlungsmöglichkeiten erkunden. Dazu ist es wichtig, dass die Fantasie angeregt sowie Handlungsmöglichkeiten ausgedacht und erprobt werden können. Zur Erkundung von Handlungsmöglichkeiten bietet unter anderem die Simulation unterschiedlicher Situationen, z.B. im Rollenspiel oder in Computerspielen, einen Raum mit dem Vorzug, dass die Erprobung sanktionsfrei erfolgen kann.
- (5) *Bedürfnisse nach Wertschätzung und Geltung:* Für die menschliche Entwicklung ist es nicht nur wichtig, dass man sich in einer Gemeinschaft geborgen fühlen und neue Handlungsmöglichkeiten erproben kann, man möchte auch Wertschätzung erfahren. Die entsprechende Bedürfnisgruppe bezieht sich auf die Bedürfnisse, die bei Maslow auf die Achtung der individuellen Person zielen – bei Maslow allerdings mit den Bedürfnissen nach Kompetenz und Leistung verbunden sind. Die Bedürfnisse nach Wertschätzung und Geltung können jedoch als eigenständige Bedürfnisgruppe angesehen werden, weil sie auch unabhängig vom Streben nach besonderen Leistungen existent sind: Möchte der Mensch zunächst vor allem »dazugehören« und Spielraum für sein Verhalten und Handeln haben, so entwickelt sich mit der Zeit das Bestreben innerhalb der jeweiligen

Gemeinschaft – sei es in der Familie, sei es in der Freundes- und Bekann tengruppe oder in einem größeren sozialen Zusammenhang – als individuelle Person geachtet und geschätzt zu werden.

- (6) *Bedürfnisse nach Wissen und Können:* Diese Bedürfnisgruppe sollte ebenfalls als eigenständige Bedürfnisgruppe gelten und damit nicht nur als funktional für das Streben nach Achtung aufgefasst werden. Zugleich lässt sich so besser den kognitiven Bedürfnissen des Menschen Rechnung tragen und der Wachstumsgedanke betonen: Ist der Erwerb von Wissen und Können in einem frühen Alter häufig mit dem Bestreben nach Sicherheit und Orientierung sowie nach Zugehörigkeit und Achtung verknüpft, ist eine Ablösung von entsprechenden Motiven ein wichtiger Schritt für das Lernen nach eigenen Interessen und Zielsetzungen. Ein entsprechendes Lernen kann so in das Streben nach Bewältigung verschiedener Anforderungen im Sinne von Kompetenz einmünden.
- (7) *Bedürfnisse nach Selbstbestimmung und Autonomie:* Menschen sind zwar grundsätzlich bereit, sinnvolle Regeln zu beachten, sie möchten aber auch Freiräume zur Selbstbestimmung haben oder bei der Festlegung oder Vereinbarung von Regeln mitbestimmen. Letztlich wollen sie in ihrem Handeln – bei aller Einsicht in die Notwendigkeit von Normen oder Regeln für ein förderliches Zusammenleben – autonom sein und selbstständig entscheiden können, was zu tun ist.
- (8) *Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung und Transzendenz:* In Anlehnung an Maslow lassen sich hier zunächst die Bedürfnisse nennen, die über die bisherigen Bedürfnisgruppen hinausweisen und mit dem Antrieb verbunden sind, die Möglichkeiten, die im Menschen angelegt sind, z.B. das Streben nach Erkenntnis, nach kreativer Gestaltung, nach Verbundenheit mit anderen Menschen oder mit der menschlichen Gemeinschaft und dem Kosmos insgesamt, zu immer höheren Formen zu entwickeln. Dabei kann dann auch das Bedürfnis entstehen, wirklichkeitsbezogene Erfahrungsmöglichkeiten – in Gedanken, Ideen oder Visionen – zu überschreiten.

Die genannten Bedürfnisgruppen sind insgesamt *nicht* als isolierte und scharf abgegrenzte Bereiche zu verstehen; sie beschreiben vielmehr analytische Akzentuierungen, die sich zum Teil überschneiden können.

2.2 Zur Anwendung bedürfnispsychologischer Überlegungen

Bezieht man die oben beschriebenen Bedürfnisse auf die eingangs skizzierte Situation von Frau Rutig und ihrem Sohn, lässt sich Folgendes annehmen:

- (a) Da Frau Rutig über keine Zeit für eine neue Beziehung verfügt, dürften *grundlegende physiologische* Bedürfnisse erotisch-sexueller Art bei ihr kaum zur Geltung kommen. Für ihren Sohn Lukas scheinen *grundlegende psychische* Bedürfnisse, z.B. nach Sinneserregung, vor allem bei seinen Adventure-, Action- und Ego-Shooter-Spielen eine Bedeutung zu haben.
- (b) Da Lukas seiner Mutter hinsichtlich seines Spielverhaltens und der schulischen Leistungen Sorgen bereitet, erscheint bei Frau Rutig das *Sicherheitsbedürfnis* gefährdet. Dieses ist zudem durch die zunehmend bedrohlichen Weltnachrichten tangiert. Bei Lukas verweist das häufige Spielen darauf, dass ihm Computerspiele und ihre klaren Regeln ein Gefühl der Kontrolle über die Situation vermitteln, das ihm aufgrund vieler Unsicherheiten in der realen Lebenswelt versagt bleibt.
- (c) Sowohl bei Frau Rutig als auch bei Lukas dürften die Bedürfnisse nach *Zugehörigkeit* und *Liebe* in der realen Lebenswelt nicht hinreichend befriedigt werden, sodass Frau Rutig sie wahrscheinlich in ihr Fernsehverhalten einbringt und ihr Sohn sich über seine Spiele Zugehörigkeit in der Gruppe der Gleichaltrigen verschafft.
- (d) Hinsichtlich des Bedürfnisses nach *Anregung der Fantasie* und der *Erprobung von Handlungsmöglichkeiten* kann man davon ausgehen, dass die reale bzw. nicht-mediale Lebenswelt keine zufriedenstellenden Möglichkeiten für Frau Rutig und Lukas bietet, sodass diese Bedürfnisse ebenfalls bei der Mediennutzung zum Tragen kommen.

- (e) Auch die Bedürfnisse nach *Wertschätzung* und *Geltung* scheinen in der Lebenswelt von Frau Rutig nicht hinreichend befriedigt zu werden (zumal ihr im Beruf keine angemessene Anerkennung zuteil wird). Demgegenüber erfährt ihr Sohn wenigstens bei Gleichartigen durch seine Spielleistungen eine besondere Wertschätzung. Dies dürfte ihm auch deshalb besonders wichtig sein, weil seine schulischen Leistungen zu wünschen übriglassen.
- (f) Außerdem muss Frau Rutig darauf verzichten, ihren Bedürfnissen nach *Wissen* und *Können* – z.B. angesichts der mangelnden Zeit für Fortbildungen – mehr Raum zu geben, was ihre Unzufriedenheit zusätzlich steigern mag.
- (g) Angesichts der realen Lebenssituation sind zudem die Möglichkeiten von Frau Rutig zu einem *selbstbestimmten* Leben eingeschränkt. Dies kann einerseits zu Frustrationen führen und andererseits bewirken, dass sich Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung und Transzendenz erst gar nicht entwickeln.

Mit dieser Analyse des Eingangsbeispiels wird noch einmal unterstrichen, dass bedürfnisbezogene Überlegungen helfen können, Befindlichkeiten und das Handeln eines Menschen in der jeweiligen Lebenssituation besser zu verstehen. Ein entsprechendes Verstehen kann zudem auf Ansatzpunkte für Veränderungen aufmerksam machen. In diesem Zusammenhang lohnt auch ein ergänzender Blick auf weitere Merkmale von Bedürfnissen und deren Bedeutung.

2.3 Zur Wirksamkeit von Bedürfnissen

Mit den oben aufgeführten Bedürfnisgruppen lassen sich – in Anlehnung an Maslow – verschiedene Annahmen zu der Frage verbinden, was hinsichtlich der Wirksamkeit von Bedürfnissen zu bedenken ist:⁶

Die Grundbedürfnisse stellen Antriebskräfte dar, die beim Handeln *integriert* erscheinen. Das bedeutet, dass ein Mensch bei einem Mangel jeweils als Ganzer motiviert ist. Wenn z.B. jemand Hunger hat, so ist dies *sein* Bedürfnis, nicht nur das Bedürfnis seines Magens. Verschie-

dene Funktionen werden gleichzeitig verändert: Die Wahrnehmung richtet sich stärker auf Nahrung als auf andere Dinge, emotional ist der Mensch angespannter und nervöser als sonst, sein Denken ist vor allem darauf gerichtet, wie er sich Nahrung beschaffen kann.

Des Weiteren stehen die Grundbedürfnisse in einem *Wechselverhältnis* zueinander: Das motivationale Erscheinungsbild eines Menschen ist durch den Zustand der Befriedigung oder Nicht-Befriedigung aller Bedürfnisse bestimmt, die beim Menschen zu einem bestimmten Zeitpunkt wirksam sind. Dabei können sich die Bedürfnisse hinsichtlich des Grades ihrer Befriedigung unterscheiden, sodass wirksame Grundbedürfnisse in Relation zueinander entweder stärker oder gleich oder schwächer ausgeprägt sind, wobei auch einzelne Bedürfnisse gegenüber anderen übermächtig werden können. Wenn sich jemand zum Beispiel ständig bedroht fühlt, wird sein Sicherheitsbedürfnis auf Dauer immer stärker werden und schließlich im Vergleich zu anderen Bedürfnissen vollständig dominant sein.

Außerdem ist die Fähigkeit, die Nicht-Befriedigung eines Bedürfnisses zu tolerieren, von der *bisherigen Bedürfnisbefriedigung* abhängig: Menschen, bei denen ein bestimmtes Bedürfnis in der Vergangenheit ständig befriedigt wurde, können eine aktuelle Frustration dieses Bedürfnisses leichter ertragen als Menschen, die mit einer dauernden Nicht-Befriedigung dieses Bedürfnisses leben mussten. Wer beispielsweise immer Zuneigung und Liebe gespürt hat, ist eher in der Lage, auf diese zeitweilig zu verzichten, als jemand, der sich häufig vergeblich um Zuneigung und Liebe bemüht hat.

Darüber hinaus kann eine bestimmte Handlung bzw. ein bestimmtes Verhalten durch *mehrere Grundbedürfnisse* bedingt sein. So mag z.B. jemand Sport treiben, um zum einen sein physiologisches Bedürfnis nach Bewegung zu befriedigen, und zum anderen, um die Zustimmung seiner Partnerin oder seines Partners zu erhalten oder um in seinem Bekanntenkreis besonders anerkannt zu sein.

Zudem müssen für die Befriedigung der Grundbedürfnisse *bestimmte Bedingungen* erfüllt sein. So erfordern die Bedürfnisse nach Sicherheit und nach Selbstverwirklichung z.B. Meinungsfreiheit, Informationsfreiheit, Ehrlichkeit, Fairness und Gerechtigkeit. Eine Gefährdung

solcher Bedingungen löst ähnliche Frustrationen oder Ängste bzw. Reaktionen aus, wie eine direkte oder unmittelbare Bedrohung der Bedürfnisbefriedigung. Würde z.B. in einem Zeitungsverlag angekündigt, dass alle Beiträge einer strengen internen Prüfung mit Änderungsmöglichkeiten von dritter Seite unterzogen werden, so könnte diese Ankündigung als veränderte Arbeitsbedingung bei den Mitarbeitenden ähnliche Reaktionen auslösen wie bei einem Einzelnen, der in einem konkreten Fall als ein unmittelbares Opfer von Zensur frustriert ist.

Eine weitere Annahme, die im Anschluss an Maslow besonders häufig kritisiert und diskutiert wurde, zielt darauf, dass die Grundbedürfnisse *hierarchisch* organisiert sind – wobei Maslow diese Annahme auch selbst relativiert. Allgemein und zunächst kann man annehmen, dass das Auftauchen höherer Bedürfnisse die Befriedigung der darunter liegenden Bedürfnisse voraussetzt. So würde sich kaum jemand vorrangig um die Ausstattung seiner Wohnung mit schönen Bildern bemühen, wenn er ständig unter Hunger und Durst leiden müsste oder von einer gefährlichen Krankheit bedroht wäre. Mit der Annahme einer (relativ) hierarchischen Organisation der Bedürfnisse verbindet sich der Gedanke, dass sich in der Regel ein neues Bedürfnis zeigt, sobald ein zunächst vorrangiges Bedürfnis befriedigt wurde. Insofern ist ein Zustand vollständiger Befriedigung für längere Zeit praktisch nicht zu erreichen, wobei hinzukommt, dass ein zunächst befriedigtes Bedürfnis nach kürzerer oder längerer Zeit wieder wirksam werden kann. Dies gilt insbesondere für die sogenannten Mangel- oder Defizitbedürfnisse, wozu die grundlegenden physischen und psychischen Bedürfnisse, die Sicherheits- und Zugehörigkeitsbedürfnisse sowie die Wertschätzungsbedürfnisse zu zählen sind. Außerdem scheint es möglich, dass nach der Befriedigung eines Bedürfnisses nicht unbedingt ein »höherrangiges« Bedürfnis wirksam wird. Beispielsweise könnte jemand – trotz Befriedigung seiner Wertschätzungs- und Selbstbestimmungsbedürfnisse – diesen Bedürfnisgruppen verhaftet bleiben, indem er nach immer mehr Anerkennung und Ruhm, Einflussmöglichkeiten oder Macht verlangt – wie es unter anderem bei manchen Führungskräften in der Wirtschaft oder im Bereich der Politik beobachtet werden kann. In solchen Fällen kommen keine »höherrangigen« Bedürfnisse ins Spiel, sondern nur ein

erhöhtes Anspruchsniveau im Hinblick auf Bedürfnisse, die eigentlich schon als befriedigt gelten müssten. Entsprechende Zustände lassen sich als Verwöhnung kennzeichnen und können unter Umständen zu Maßlosigkeit führen.

Außerdem lässt sich die Hierarchie-Annahme dadurch infrage stellen, dass bei einzelnen Menschen das Streben nach kreativen Leistungen oder nach der Umsetzung hoher Ideale und Werte trotz mangelnder Befriedigung niedriger einzustufender Bedürfnisse übermächtig sein kann. So zeigt z.B. die Erfahrung, dass auch bei großen Entbehnungen bezüglich physiologischer Grundbedürfnisse hervorragende wissenschaftliche oder künstlerische Leistungen möglich sind. Insofern würden mit einer *strengen* Hierarchie-Annahme situationsbezogene Bedingungen des Handelns und Denkens, individuelle Umstände der Entwicklung oder Gewöhnungsaspekte sowie die potenzielle Antriebskraft einzelner Bedürfnisse vernachlässigt. Dennoch kann man insgesamt – wenn auch mit den genannten Relativierungen – von einer (gewissen) Hierarchie der Grundbedürfnisse ausgehen. Diese sollte allerdings nicht als starre und feste Ordnung aufgefasst werden, sondern nur als ein – bei vielen Menschen beobachtbares – Muster, zu dem es immer wieder Ausnahmen gibt.

Generell lässt sich im Hinblick auf die obige Einteilung der Grundbedürfnisse und die damit verbundenen Annahmen kritisch anmerken, dass sie im strengen Sinne nicht empirisch geprüft worden sind.⁷ Dies hängt unter anderem mit der Annahme zusammen, dass die Grundbedürfnisse weitgehend unbewusst das konkrete Handeln steuern. So weist auch Maslow daraufhin, dass sein Ansatz nicht in experimentellen Laborstudien überprüft worden sei. Seine Annahmen beruhen »nur« auf umfangreichen Erfahrungen in der Therapie sowie auf verschiedenen Feldbeobachtungen. Allerdings ist auch festzustellen, dass bei dem oben angesprochenen Ansatz von Deci und Ryan vielfältige empirische Studien zu Einzelfragen einbezogen wurden.⁸

Ein weiterer wichtiger Kritikpunkt könnte sich darauf beziehen, dass humanistisch orientierte Bedürfnismodelle mit den Bedingungen westlicher Kulturen und ihrer individualistischen Prägung verbunden seien, bei denen der Entfaltung der eigenen Persönlichkeit im Rahmen

demokratischer Strukturen ein hoher Stellenwert zugeschrieben wird. Dieser Kritikpunkt ist insofern berechtigt, als unbestritten ist, dass bezüglich der Erscheinungsformen der Grundbedürfnisse die jeweiligen Lebensbedingungen eine wichtige Rolle spielen.

Schließlich könnte der Ansatz bezüglich des zugrunde liegenden Menschenbildes als zu optimistisch eingeschätzt werden, weil er z.B. der Aggression und der Boshaftigkeit, der Destruktivität und Grausamkeit des Menschen bis zum Sadismus zu wenig Bedeutung beimesse. Zweifellos können entsprechende Verhaltens- und Handlungsweisen nicht geleugnet werden, sie erhalten im Kontext obiger Überlegungen jedoch nicht den Status von Grundbedürfnissen oder von eigenständigen Trieben, sondern gelten als Folge der Frustration der eigentlichen Grundbedürfnisse.

Vor diesem Hintergrund erscheinen die obigen Überlegungen – wenn auch einzelne Kritikpunkte im Bewusstsein bleiben sollten – durchaus geeignet, um wichtige Anregungen zur Analyse und Bewertung von menschlichem Handeln zu geben. Gerade im Hinblick auf alltägliches Handeln und das übliche Handeln von psychisch gesunden Menschen dürften sie hilfreich sein. Dies schließt allerdings nicht aus, dass es für spezifische Rahmenbedingungen oder pathologische Zusammenhänge angemessener sein kann, andere Ansätze – gegebenenfalls auch ergänzend – heranzuziehen. Beispielsweise ist es für spezifische Leistungssituationen zweckmäßig, differenzierte Ansätze zur Leistungsmotivation in den Blick zu nehmen, und für die Auseinandersetzung mit Neurosen kann es sinnvoll sein, auf psychodynamische bzw. psychoanalytische Methoden zurückzugreifen.

2.4 Bedürfnisse, Emotionen und Handeln⁹

Während die Befriedigung eines Bedürfnisses mit angenehmen Emotionen oder Lustempfinden einhergeht, führt dessen Nicht-Befriedigung oder Frustration zu unangenehmen Gefühlen und Unlustempfinden. Positive oder negative Gefühle entstehen aber nicht erst, wenn ein Bedürfnis befriedigt oder frustriert wird, sondern bereits dann, wenn

eine Situation intuitiv so eingeschätzt wird, dass Hoffnung auf oder Bedrohung von Bedürfnisbefriedigung besteht, z.B. als Vorfreude oder als Furcht und Angst. Insofern können Emotionen neben einem Gegenwarts- auch einen Zukunftsbezug haben. Außerdem lassen sie sich auf vergangene Ereignisse beziehen, wie es z.B. bei Stolz auf erbrachte Leistungen oder bei Trauer um den Verlust eines geliebten Menschen der Fall ist. Damit sind bereits zwei wichtige Dimensionen von Emotionen angesprochen: ihre *Wertigkeit* mit Ausprägungen auf einer Skala von Lust bis Unlust bzw. von positiven bis zu negativen Gefühlen sowie ihr *Zeitbezug*, der von der Vergangenheit über die Gegenwart bis in die Zukunft reichen kann. Darüber hinaus können Emotionen durch eine *Erregungsdimension* gekennzeichnet werden. Diese zeigt sich zum einen als Aktivierungsgrad, der mit einer Emotion verbunden ist: von desaktivierenden Tendenzen, z.B. bei Resignation, bis zu einem enormen Handlungsdruck, der sich z.B. in einer aggressiven Handlung entladen kann. Zum anderen lässt sich die Erregungsdimension auf die Stärke einer Emotion beziehen: von schwach, z.B. bei Enttäuschung, bis stark, z.B. bei Wut.

Insgesamt gibt es vielfältige Möglichkeiten, Emotionen begrifflich zu charakterisieren und zu kategorisieren. Zusammenfassend lassen sie sich als mentale Zustände verstehen, die sich aus einer Wechselwirkung von Person und Umwelt ergeben und die mit der vergangenen, gegenwärtigen oder zukünftigen Befriedigung oder Frustration von Bedürfnissen zusammenhängen. Dabei können einzelne oder mehrere Emotionen generell die Bereitschaft zum Handeln begünstigen oder behindern. Wenn z.B. jemandem der Gedanke, mit Freunden zusammen zu sein, Spaß macht, wird dies Ansporn sein, ein Treffen mit Freunden in die Wege zu leiten; oder umgekehrt: Wenn man bei dem Gedanken, in einer Fitness Einrichtung Sport zu treiben, Unlustgefühle entwickelt, kann einen das davon abhalten, dorthin zu gehen. Gegebenenfalls lassen Emotionen in Verbindung mit ihnen zugrunde liegenden Bedürfnissen einzelne Handlungen auch als besonders dringlich erscheinen. So wird z.B. ein Schauspieler, bei dem der Applaus und die Anerkennung des Publikums immer wieder Glücksgefühle hervorgerufen haben, seinen zukünftigen Auftritten nach einer krankheitsbedingten Pause beson-

ders entgegenfeiern. Zudem können Emotionen mentale Prozesse befördern, aber auch zurückdrängen oder ganz unterbinden. Wenn z.B. jemand mit Blick auf eine Prüfungssituation Sorgen – im Sinne geringerer Ängste – hat, diese letztlich aber noch als Herausforderung erlebt, dann kann das seine kognitiven Anstrengungen bei der Prüfungsvorbereitung begünstigen; empfindet er Prüfungssituationen jedoch als Bedrohung – im Sinne großer Angst – dann wird dies kognitive Prozesse bei der Prüfungsvorbereitung stören, wenn nicht gar in Form von Panikattacken ganz verhindern.

Die bisherigen Überlegungen zu Bedürfnissen stellen vor allem psychologische Sichtweisen dar. Allerdings ist die Frage nach der Bedeutung von Antrieben oder Bedürfnissen des Menschen auch für andere Wissenschaften von Bedeutung. Insbesondere in der Philosophie spielt – wie eingangs erwähnt – die Frage menschlicher Antriebe unter dem prinzipiellen Gesichtspunkt des Menschseins eine Rolle.

2.5 Zur philosophischen Sicht auf Bedürfnisse

Grundsätzliche Positionen zum Stellenwert menschlicher Triebe und Bedürfnisse lassen sich unter anderem schon bei Immanuel Kant (1724–1804) und Friedrich Nietzsche (1844–1900) finden. Kant geht als Philosoph der Aufklärung in seiner »Kritik der praktischen Vernunft«¹⁰ davon aus, dass menschliches Begehren den Weg zu wahrer Glückseligkeit versperrt. Nach seiner Auffassung muss sich der Mensch zunächst von Einflüssen der Sinnenwelt und subjektiven Bedürfnissen sowie Neigungen lösen, um überhaupt ein allgemeingültiges Prinzip für das Handeln bestimmen zu können. Nur wenn der Mensch unabhängig von allen subjektiven Erfahrungen der reinen Vernunft folgt – so seine Position –, gelangt er zu einem objektiven Moralesetz, das praktisches Handeln leiten sollte: »Handle so, dass die Maxime deines Willens zugleich als Prinzip einer allgemeinen Gesetzgebung gelten könne.« Gleichzeitig nimmt Kant an, dass eine vollkommene Verwirklichung dieses kategorischen Imperativs zwar die beste aller Welten und Glückseligkeit beim Menschen hervorbrächte, dass dies im endlichen

Leben aber wegen der Beeinflussung des Handelns durch subjektive Bedürfnisse und Neigungen bzw. menschliches Begehren nicht erreicht werden kann. Menschliche Bedürfnisse verhindern – gemäß dieser Auffassung – den Weg zur Glückseligkeit im irdischen Leben.

Demgegenüber wendet sich Nietzsche als Wegbereiter postmoderner philosophischer Ansätze vehement dagegen, das eigentlich Menschliche vorwiegend oder gar ausschließlich von der Vernunft her zu konstruieren. Für ihn gehören Körper und Leidenschaft, Rausch und Lust (mindestens) ebenso zum Menschen wie Rationalität. Mit dem »Willen zur Macht« als entscheidendem Antrieb sollen vernunftbasierte Prinzipien von Moral sowie Genügsamkeit und herkömmliche Tugend ebenso wie religiöse Gebote als orientierende Wertvorstellungen des »Durchschnittsmenschen« überwunden und der neue »Übermensch« geschaffen werden. So ist es auch nicht verwunderlich, dass Nietzsches Philosophie unter anderem zur Rechtfertigung der Nazi-Ideologie vom »Herrenmenschen« herangezogen wurde – wenn eine solche Funktionalisierung auch mit Sicherheit nicht im Sinne Nietzsches war. Mit Blick auf Bedürfnisfragen kann man die Auffassung von Nietzsche in seinem Werk »Also sprach Zarathustra«¹¹ auch so ausdrücken: Nicht durch Unterdrückung von menschlichen Bedürfnissen, sondern (nur) durch deren Zulassung und Ausleben lässt sich Verlogenheit und Durchschnittlichkeit vermeiden, kann Altes überwunden sowie Neues geschaffen und ein besseres Leben erreicht werden.

Mit seinen Überlegungen repräsentiert Nietzsche das dionysische Prinzip, das neben dem apollinischen als ein Grundzug abendländischer Kultur gilt. Das dionysische Prinzip ist mit Bezug auf Dionysos, den griechischen Gott des Weines, der Fruchtbarkeit, der Freude und der Ekstase, durch Streben nach Lust, Sinnlichkeit und Rausch gekennzeichnet. Demgegenüber verweist das apollinische Prinzip mit Blick auf Apollon, den griechischen Gott des Lichts, der Heilung, der Reinheit und der Mäßigung, auf das Streben nach Einfachheit, Klarheit und Ordnung. In der europäischen Philosophie zeigt sich dieses Streben vor allem in idealistischen und rationalistischen Ansätzen – unter anderem bei Kant.

Gemäß obigen Ausführungen wird das Begriffspaar »apollinisch – dionysisch« auch benutzt, um auf zwei gegensätzliche »Charakterzüge« des Menschen zu verweisen, die sein Handeln in unterschiedlicher Weise beeinflussen können.

2.6 Zusammenfassende Bemerkung

Die Überlegungen in diesem Kapitel haben gezeigt, dass Fragen nach Trieben, Motiven oder Bedürfnissen des Menschen in Psychologie und Philosophie eine wichtige Rolle spielen. Dabei gibt es unterschiedliche Positionen zu ihrer Bedeutung und ihrer Beschreibung. Für das hier zugrunde liegende Verständnis von Handeln lag insbesondere eine Orientierung an Bedürfnisüberlegungen aus der humanistischen Psychologie nahe. Demnach nehmen verschiedene Grundbedürfnisse Einfluss auf menschliches Handeln: grundlegende physische und psychische Bedürfnisse, Sicherheits- und Orientierungs-, Zugehörigkeits- und Liebesbedürfnisse sowie Bedürfnisse nach Anregung der Fantasie und Erprobung von Handlungsmöglichkeiten, nach Wertschätzung und Geltung, nach Wissen und Können, nach Selbstbestimmung und Autonomie sowie nach Selbstverwirklichung und Transzendenz. Die Befriedigung solcher Bedürfnisse ist mit angenehmen Emotionen verbunden, während Bedürfnisfrustration zu Unlustgefühlen führt. Da Bedürfnisse für den gesamten Prozess des Handelns bedeutsam sind, umfasst dieser auch stets eine emotionale Komponente, wobei der Prozess – gemäß der skizzierten Modellvorstellung im ersten Kapitel – in der Regel mit einer Wechselwirkung von situativen Anforderungen und Bedürfnissen beginnt, zu einem Spannungszustand führt, sich gegebenenfalls mit einer Abwägung und Bewertung von Handlungsmöglichkeiten fortsetzt, in eine Entscheidung und Handlung einmündet und schließlich mit der mentalen Verarbeitung von Handlungsfolgen endet.

In Ergänzung solcher Überlegungen verweist ein Blick in die Philosophie auf die Zwiespältigkeit, die mit der Befriedigung oder Frustration von Bedürfnissen des Menschen verbunden sein kann. So gilt z. B. das Begehren des Menschen bei Kant als Hindernis, um gemäß einem für

alle Menschen förderlichen »Moralgesetz« leben zu können und »Glückseligkeit« zu erlangen. Demgegenüber betont beispielsweise Nietzsche – in Vorwegnahme mancher Überlegungen von Freud –, dass nur durch die Zulassung menschlicher Triebe und ihr Ausleben Hemmendes überwunden und ein besseres Leben ermöglicht wird.

In den nächsten beiden Kapiteln werden schwerpunktmäßig Merkmale der Lebenssituation als allgemeine Rahmenbedingungen für die Anregung von Bedürfnissen bzw. als Handlungsbedingung in den Blick genommen.