

Macht und Persönlichkeit

Gestaltung und Missbrauch

Horst Bertsch
Diplom-Psychologe
Sonnenhalde 25
74632 Neuenstein

www.PROFI-LER.de

2-2007

Gliederung:

Einführung: Macht und
Verantwortung

1. Paranoia
2. Narzissmus
3. Character disorder
4. Sadismus
5. „Erste Hilfe“-Massnahmen
6. Grundbedarfe +
Herzensionen
7. Ethikkonzeptionen
8. [Wir über uns](#)

Einstimmung

Ich habe den Menschen gesehen
In seiner tiefsten Gestalt

Ich kenne die Welt
Bis auf den Grundgehalt

Ich weiss, dass Liebe,
Liebe ihr tiefster Sinn

Und dass ich da
Und immer mehr zu lieben bin.

Christian Morgenstern

Einführung: Macht und Verantwortung

Entstanden sind diese Ausführungen aus der Arbeit in der Heimerziehung und Psychiatrie als Berater, Coach und Supervisor sowie in Selbsterfahrung bei der Entstrickung von Spieldynamiken, in die ich eingeladen habe/war. Ebenso durch Lektüre insbesondere SANDSTRÖM 2006, persönlichen Anregungen durch W. JOKISCH und W. JÄGER

Machtmissbrauch unterscheidet sich von legitimer Machtausübung dadurch, dass deren Einsatz in bilateralen Kontrakten zwischen Menschen für bestimmte Ziele geregelt ist, und Missbrauch beginnt bei Grenzüberschreitung der Vereinbarungen.

Vereinbarungen sind zunächst gültig und nur solange, wie sie beidseitiges Bestreben der Parteien um die Vereinbarung widerspiegeln, Setzt eine Seite die andere unter Druck und bezieht sich auf Abmachungen, ohne dass sich die andere souverän darauf einlässt (und damit den Vertrag erneuert), endet das Abkommen über den legitimen Einsatz von Macht.

Macht und Grundpositionen: oben Ausgeführtes reflektiert ++(ich ok, du ok), aus einer +- (ich ok, du nicht) läßt sie sich ableiten, in einer - - (ich nicht, du nicht) scheint sie sinnlos, in einer -+ (ich nicht, du ok) neigt die Person zu Selbstent-machtung durch innerpsychische Hemmungsvorgänge

Typische +- -Prozesse sind instrumentell, da sie eine Grundlage für Gedanken, Gefühle und Handlungen für Machtmissbrauch schaffen. Sie werden im Folgenden ausgeführt...

Gegengewichte zu Machtmissbrauch finden sich in Konzepten von:

- ◆ Otto KERNBERGs „bordering interventions“:
„ Es ist nicht in Ordnung, xxx zu tun, weil yyy.“
Dies etabliert wieder Struktur wie Gesetze, Regeln, Abmachungen, Autorität und Respekt, Hierarchie, Moral,
- ◆ Marsha LINEHANS mindfulness-Ansatzes bietet Ausstiege aus „Kampfdynamiken“ in einem selbst
- ◆ Wolfram JOKISCHs Anregungen zu Aktivierung von Herzensqualitäten, Ethik und Herzensenergie für die Aktivierung/ Deaktivierung von (dys)funktionalen Persönlichkeitsseiten (www.corework.de)

Ausstiege aus Machtmissbrauch werden als Selbsthilfe- und Deeskalationsansatz angeboten, „Therapie“ bedeutet hier zunächst nur SELBST-therapie, aus der Dynamik in eine konstruktive Position zu kommen, um mit mehr Autonomie sich darauf oder wieder auf Anderes beziehen zu können. Die „Behandlung“ des/r Mitbeteiligten i.S. von Veränderung wird explizit ausgeklammert

Paranoia und Machtmissbrauch

Ein Guter in der Bösen Welt

In dieser Position rechtfertigt man sich, das Umfeld sei feindselig und Misstrauen notwendig, man selbst und eigene Interessen chronisch in Gefahr. Machtmissbrauch ist die Rationalisierung als legitime Abwehrstrategie in einem bösen und korrupten Umfeld.

Gefühlsabwehr: Angst und Furcht, wird von mir auf andere durch unheimliches und aggressives Verhalten wie auch Projektion verschoben

Vorherrschende Gefühle: Wut und Angst. Wut ist der Angsttransporteur auf den anderen

Eskalationsmöglichkeit: Misstrauens-Wettbewerb starten oder einsteigen, je mehr du den anderen einschüchterst, desto misstrauischer verhält er sich

Deeskalation: schaffe sicheren Mikrokosmos als Grundlage für Verhandlungen über Vereinbarungen und Kooperation

Narzissmus und Machtmissbrauch

Ein Genie unter Irren

Narzissmus ist die grandiose Abwehr von tiefen Gefühlen von Scham und Bedeutungslosigkeit. Andere werden erlebt als untergeordnet, entweder als Bewunderer oder als Neider. Machtambitionen folgen dem „ich weiß es besser“, manchmal werden Grandiosität verpackt als „das Projekt“ ist so wichtig, da kann man nicht Regeln achten und „Marsch durch die Institutionen“ gehen, der Zweck heiligt die Mittel

Gefühlsabwehr: Scham und Bedeutungslosigkeit wird auf andere verlagert durch teilweise Ablehnung, Ignoranz oder Projektion

Vorrangiges Gefühl: Hochmut und Scham, ablehnendes Verhalten dient dem Transport der Scham auf andere

Eskalationsmöglichkeiten: „Wer ist der Beste?“, Wer weiß es besser?“ „Sei mein Publikum“

Deeskalation: Zeige Respekt und sei korrekt gegenüber der Macht missbrauchenden Person „bordering technique“, zusammenführender Neukontrakt

Gruppendynamik: narzißt. Gruppendynamik, „Der Held“, Die Elite“, Binnen-stroking und Publikumsdynamik, Unterbrechung der Dynamik insbesondere durch protection und permission

Dissozialität und Machtmissbrauch

Regeln sind für Narren

Character disorders verhalten sich Regeln gegenüber, als wären sie von Feinden gemacht, um einem klein und kontrolliert zu halten (Shea SCHIFF)

Auch Nicht-Psychopathen kommen in diese Prozesse, wenn:

- man aus der Opfer-Rolle rechtfertigt, Regeln und Grenzen überschreiten zu müssen, um den Angreifer zu verfolgen („ich erlaube dir nicht, dich hinter Regeln zu verstecken“), die Rechtfertigung für die Übertretungen werden dem anderen zugeschoben, „du hast angefangen“, „wer Wind sät, wird Sturm ernten“
- oder man fühlt, dass Normen und Regeln in globalen Zusammenhängen, der Organisation, der Gesellschaft nicht klappen und man handelt nach dem Motto, „der Ehrliche ist der Dumme, der Clevere nimmt sich seine Vorteile. Andere werden gern aus gönnerhaftem oder mitleidsvoller herablassender Perspektive betrachtet.

Eskalationsmöglichkeit: Abwertung des Problems, Passivität

Deeskalation: „bordering Intervention“ aus ethischem oder hierarchischem Bezugsrahmen

Gruppendynamik: mobbing und bullying, Kultur, in der Regel- und Grenzverletzung nie konfrontiert werden, „wenn ich was brauch, nehm ich mir´s und komm damit durch“, „es kommt grad nicht drauf an“, „ich hab später immer noch ne Chance“, mir kann nichts passieren“,

Antithese: „hier ist dein Platz und das ist jetzt Deine (letzte) Chance“, Würdigung der Person und ihrer Funktion für die Gemeinschaft

Sadismus und Machtmissbrauch

Ein Starker unter Schwächlingen

Sadismus bedeutet hier sensu FROMM, dass Stärke verherrlicht und Schwaches verdammt wird, nicht in der eingeschränkten Auffassung der nur sexuellen Devianz.

Schmerz zufügen ist nicht ein Selbstzweck, sondern erhält Kontrolle über beherrschtes Subjekt. Es gibt starke Dynamik zu „starkem Führer“, hordenhafter Gruppenstruktur mit Zusammenhalt über „faschistische“ Rituale

Das sadistische Verhalten ist motiviert durch traumatisch erlebte Gefühle der Unfähigkeit und Angst vor Schwäche

Eskalationsmöglichkeit: Abwerten, Agitation, Förderung der Über-/Unterlegenheitsdynamik zwischen Personen oder Gruppen

Deeskalation: Stärke zeigen, Sanktionen einsetzen, ethische Wertungen und Konfrontation

Gruppendynamik: überhöhtes Kontrollbedürfnis, Verächtlichkeit, sinnlose und wiederholte Kränkungen, Machthungrigkeit

To do`s bei Gewährwerden einer eigenen Spielverstrickung um Macht

Selbstbehauptung dient vorrangig der Selbstachtung, nicht der Einflussnahme

„Erste Selbst-Hilfe“

- ◆ Gedanklich
 - Gewährwerdung aktivierter Schemata
 - Relativierung des „Reaktions-druckes“
 - Reduktion impliziter Automatismen
- ◆ Exposition=Ausgesetzter Erfahrung
 - Exposure (Ertragen können)
 - Fokussing (Wahrnehmen, spüren, „Verbot der Bewertung“)
- ◆ Kontingenz = Lerngesetzmäßigkeit
 - Reiz-Reaktionsunterbrechung
- ◆ Emotionsmodulation = Gefühlsveränderung
 - Entspannung
- ◆ Akzeptanz
 - Annehmen „so ist es gerade“
 - Radikale Akzeptanz= ich höre auf, auf meine eigenen dysfunktionalen Reaktionen dysfunktional zu reagieren (Minderung der „Selbstreferentialität), ich erfahre wieder überprüfbare „äußere“ Wirklichkeiten

Aktivierung von Herzensenergie:

- ✓ **Mitgefühl:** was nehme ich herzlich „in den Schuhen“ des Anderen wahr
- ✓ was spüre ich selbst am anderen als ACHTENS-wert
- ✓ Radikale Rücknahme der Projektion: „ **ich bin wie DU**“ innerlich oder explizit aussprechen
- ✓ Was ist mir wirklich wichtig?
- ✓ Achtsamkeit und awareness für persönliche Verantwortung im Sinne von Rechtfertigung vor mir, uns, wem noch,
- ✓ Selbstverpflichtung zu ethischen, herzensgeleiteten Werten und Führung von Diskursen zur Pflege dieser Werte
- ✓ stroking von wertorientiertem Handeln
- ✓ Versöhnung mit unreifen Anteilen und Selbstverpflichtung zur „care-ing society“



Grundbedürfnisse

Menschen haben 3 existentielle Bedürfnisse. Dabei neigen sie dazu, dann, wenn sie „auf einem Kanal“ nicht satt zu werden befürchten, es durch Überaktivität in einem anderen Kanal zu kompensieren.

Bei Persönlichkeitsstörungen sind Schief lagen chronisch stark ausgeprägt und führen zu „Ersatzbefriedigungen“ als Überlebensstrategien, die schlimme Sekundär folgen nach sich ziehen

Ich sehne mich nach Neuem, aufregendem

Nervenkitzel



Nähe

Ich sehne mich nach Nähe, Geborgenheit und Intimität

Struktur

Ich sehne mich nach Struktur, Sicherheit, vertrauten Abläufen

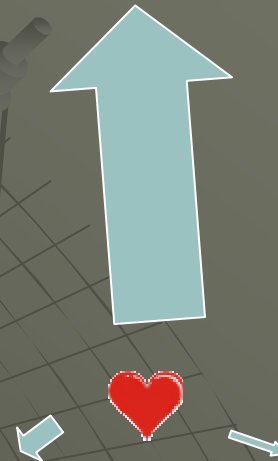
Suchtdynamik

Bei vielen Persönlichkeitsentwicklungsstörungen wird biografisch gelernt, dass auf den Bedürfniskanälen Nähe und Struktur ambivalente Beziehungserfahrungen geschehen. Um die kindliche Not und den Mangel nicht ertragen zu müssen, entwickeln sich Selbsthilfeversuche, bei denen ersatzweise Manipulieren und Gegenmanipulieren die „Ersatzdroge“ für Nähe oder Struktur wird, mit denen Beziehungen geregelt werden.

So entstandene Selbstorganisationsgewohnheiten führen zur „Persönlichkeits(miss)bildung“, als „normative Kraft des Faktischen“.

Genius- und Herzarbeit sensu JOKISCH versucht hier Zentrierung auf „wie ich eigentlich wäre, zu was ich so nie komme“

Nervenkitzel



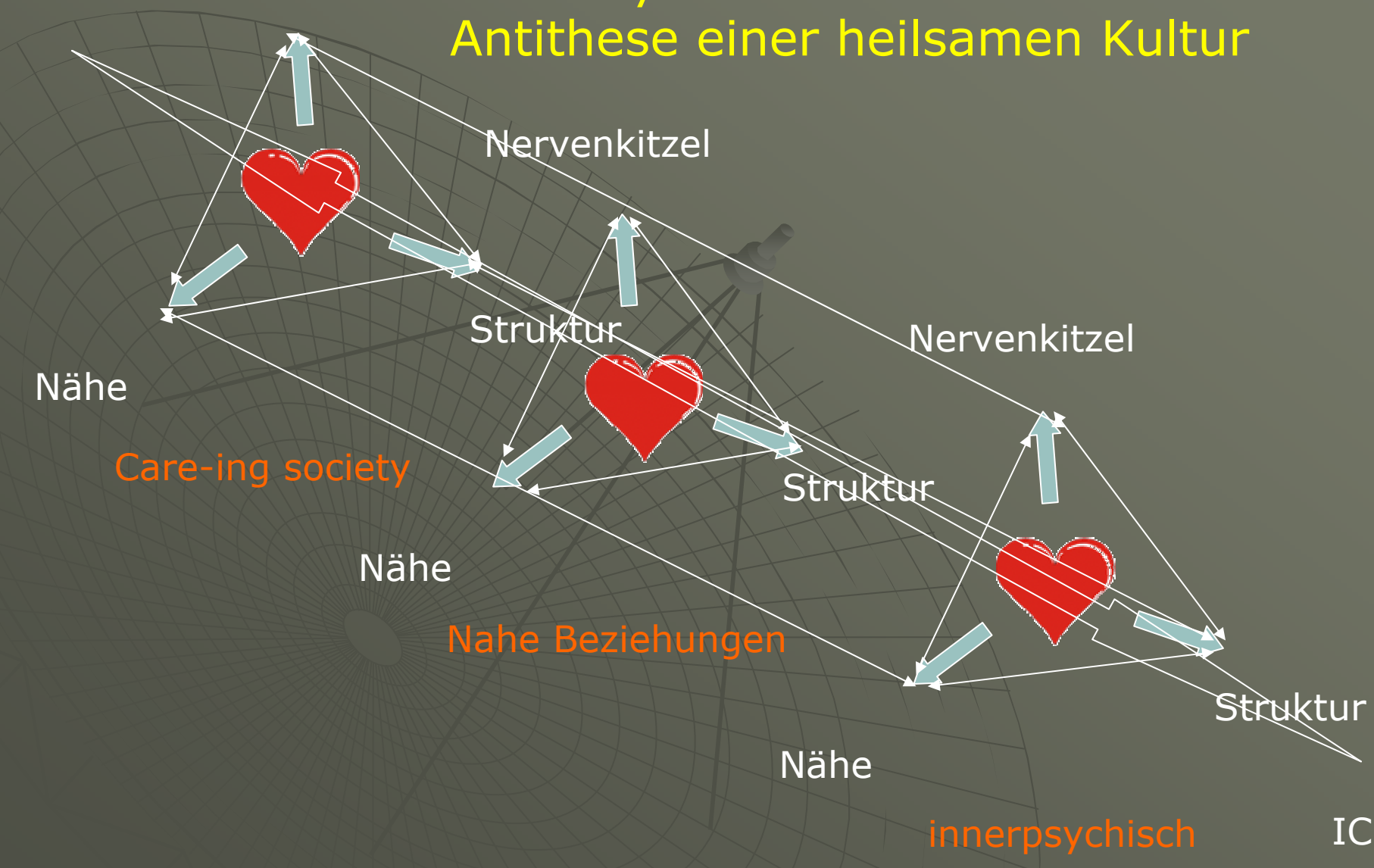
Nähe

Struktur

Gott

Nervenkitzel

Grunddynamik fließender Liebe und Antithese einer heilsamen Kultur



Herzensqualitäten

Integration der sozialen, emotionalen und überpersönlichen Intelligenz

1. **Mit dem Herzen hören:**

- ◆ Bejahung
- ◆ Wahrhaftigkeit
- ◆ Mut
- ◆ Willenskraft
- ◆ Akzeptanz
- ◆ Selbstachtung
- ◆ Selbsterkenntnis
- ◆ Verantwortung
- ◆ Vergebung
- ◆ Integrität
- ◆ Großzügigkeit

2. **Verbindung von Herz und Verstand**

- ◆ Klarheit
- ◆ Vertrauen
- ◆ Offenheit
- ◆ Disziplin
- ◆ Gehorsam
- ◆ Demut
- ◆ Aufmerksamkeit
- ◆ Konzentration
- ◆ Balance
- ◆ Geduld

3. **Soziale Intelligenz und systemisches Bewusstsein**

- ◆ Kommunikation
- ◆ Freundschaft
- ◆ Mitgefühl
- ◆ Toleranz
- ◆ Wertschätzung
- ◆ Humor
- ◆ Friede
- ◆ Hingabe
- ◆ Bedingungslosigkeit
- ◆ Freiheit
- ◆ Dankbarkeit

4. **Im Kraftfeld von Wahrheit und Wirklichkeit**

- ◆ Bewusstsein und Ganz-Da
- ◆ Selbstrealisation und Genius
- ◆ Verbindung mit Überpersönlichem
- ◆ Selbstverwirklichung ist Weltverwirklichung

Herzensqualitäten bei sich zu pflegen und zu entwickeln verhindert, das „Verfallen an das Man“ (HEIDEGGER), einseitige Versteifungen auf dominante Persönlichkeitsanteile und fördern so das Menschlich-Bleiben und die Fürsorge fürs menschliche Maß

Ethikkonzeptionen

Gesinnungsethik ist die des Gewissens bzw. der Motivation einer Entscheidung

Erfolgsethik bemisst den sittlichen Wert der Person und deren Handlungen am erfolgreichen Verfolgen von Zielen, nicht an der Qualität des subjektiven Willens

Individualethik erfaßt die Pflichten des Menschen sich selbst und den Mitmenschen gegenüber, mit Betonung der Eigenverantwortlichkeit, Selbstverwirklichung

Sozialethik faßt Normen und Prinzipien menschlichen Zusammenlebens, u.a. Geordnetheit von Familie, Eigentum, Wirtschaft, Staat

Verantwortungsethik n. M. Weber definiert Fähigkeit politischer Persönlichkeiten, die um für das politische Wollen zu treffende Entscheidungen an den unmittelbaren Folgen der den Zweck realisierenden Handlungen orientieren

Situationsethik meint sensu Existentialismus Haltung, in der einzig und allein in der jeweiligen Situation zu beurteilen sei, ob etwas zu tun oder zu lassen ist.

Hand aufs Herz

- ◆ Wie pflege ich meine Herzensentwicklung?
- ◆ Für welche Herzens-Kultur stehe ich konstant und kongruent?
- ◆ Wie wähle ich meine Ethikkonzeption passend (auf wen)?
- ◆ Mit welcher Seite an mir habe ich mich zu versöhnen?
- ◆ Welcher Haltung in mir gebe ich in Machtsituationen die ausführende innere Macht?
- ◆ Wie definiere ich meine Verantwortung und wem gegenüber?
- ◆ Wo hört`s bei mir auf?

- ◆ Wann ist situative Rebellion „o.k.“ ?
- ◆ Wen akzeptiere ich als Korrektiv meiner Haltung?
- ◆ Wie kontextabhängig mache ich meine Machtposition im Kontrast zu wie und wo stehe ich für eine Kultur wertschöpfend mit „Definitionsmacht“

www. Horst-Bertsch.de
Psychologische Kassenpraxis für
Erwachsene und
Kinder /Jugendliche
(Verhaltenstherapie)



www. PROFI-LER.de Institut für professionelle Entwicklung

Unsere Praxis stellt sich vor:

Wir sind unter Leitung von Horst Bertsch ein Team therapeutischer Mitarbeiter, die auf hohem professionellem Niveau menschliche Begegnung und seelische Genesung anregen und begleiten.

Seit 1987 bieten wir Psychotherapien, Paar- und Familienbehandlungen, Gesprächskreise und Selbsterfahrungen sowie Entspannung an.

Unsere Wurzeln liegen fachlich in der Verhaltenstherapie, genährt zusätzlich aus Systemischer Therapie und der Transaktionsanalyse sowie anderen bewährten psychologischen, pädagogischen und systemkalibrierenden Methoden. Wir wissen um die Berührung zwischen Psychotherapie und Medizin wie um die zur Spiritualität und nutzen dies.

Gestaltung von Begegnung, Räume zum Wachsen schaffen und wesentliche Dialoge zu stiften, z.B. in Gesprächen ist uns eine Herzenssache.

Wir bieten Einzeltherapien bei Indikation für alle Kassen.

Daneben bieten wir ...

- Paar- und Familientherapien, Familienaufstellungen
- Selbsterfahrungskurse, Spirituelles Coaching

Als Instituts-Programme darüber hinaus auch...

- maßgeschneiderte Skillsgruppen für Störungen wie Borderline (DBT), sexual offenders, Soziale Kompetenztrainings, Achtsamkeit, Entspannung...
- Supervisionen und Fortbildungen
- Vorträge und Seminare, lesen hierzu bitte auch die webseite!



Horst E. Bertsch
Diplom-Psychologe
Supervisor

Leiter von

www.Profi-ler.de
und
Psychologische
Praxis

Horst E. Bertsch,
Diplom-Psychologe,
Leiter der
Psychologischen Praxis
Neuenstein

