Religiosität und Helfen über die Lebensspanne : theoretische Überlegungen

Autor(en): **Hertig, Noam**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): **- (2009-2010)**

Heft 108

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-789806

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Religiosität und Helfen über die Lebensspanne

Theoretische Überlegungen

Noam Hertig*

Helfen: Erklärungen, Einflussfaktoren und Zusammenhänge

Zur Frage, unter welchen Umständen und aus welchen Gründen Menschen einander helfen, gibt es verschiedene Erklärungsversuche und Ansätze, die sowohl soziobiologische, religiöse und kognitiv-behaviorale, normative, emotionale, motivationale wie auch dispositionale Faktoren des prosozialen Verhaltens beleuchten.

Soziobiologische Ansätze

Soziobiologische und evolutionäre Ansätze erklären prosoziales Verhalten im Sinne angeborener oder genetischer Tendenzen (Bierhoff, 2002). Durch die natürliche Selektion (Darwin, 1859) nimmt die Wahrscheinlichkeit zu, dass sich Individuen, die sich hilfreich verhalten, fortpflanzen und ihre Gene der nächsten Generation weitergeben werden. Prosoziales Verhalten wurde sowohl kultur- als auch speziesübergreifend in mehreren Studien beobacht (z.B. Burnstein, Crandell, & Kitayama 1994; Trivers, 1971), sodass angenommen wird, dass gewisse soziale Normen, wie z.B. der Grundsatz der Gegenseitigkeit (Reziprozität), auch eine genetische Verankerung besitzen und für viele Spezies überlebenswichtig sind.

Soziales Lernen - kognitiv-behaviorale Ansätze

Neben angeborenen Tendenzen werden gewisse prosoziale Verhaltensweisen durch soziales Lernen erworben. Beispielsweise zeigte sich in der Metaanalyse von Carlson, Charlin und Miller (1988), dass eine (von aussen hervorgerufene) positive Stimmung helfendes Verhalten fördert (mittlere Effektstärken). Möglicherweise ruft die positive Stimmung eine erhöhte Aktivierung und Zugänglichkeit von mit der Stimmung einhergehenden Gedächtnisinhalten hervor, zu denen auch Helfen gehört (*Affect-Priming-Modell*, Bower, 1981).

---

*Noam Hertig, Lizentiatsarbeit der Philosophischen Fakultät der Universität Zürich, Fachrichtung Gerontopsychologie

Soziale und persönliche Normen
Die Erwartungen einer Gesellschaft an das Individuum werden allgemein als *soziale Normen* bezeichnet und diejenigen, die ein Individuum selber verinnerlicht hat und daran festhält werden *persönliche Normen* genannt (Dovido et al., 2006).
Normative Theorien betonen, dass Menschen einander helfen aufgrund von normativen Erwartungen, die aus vergangenem sozialem Lernen resultieren oder weil ein gegenwärtiges Verhalten anderer Personen darauf hindeutet, dass Helfen die sozial angebrachte Reaktion darstellt (Dovido et al., 2006).

Emotionen
Das menschliche Verhalten wird nicht nur von Gedanken (Kognitionen) gesteuert, sondern wird auch zu einem grossen Teil von emotionalen Prozessen beeinflusst. Welche Emotionen fördern hilfreiches Verhalten? Die Wahrnehmung des Leidens eines anderen Menschen ruft eine Reihe unterschiedlicher Gefühle hervor. Zum einen können das Emotionen sein wie Unbehagen, Angst und Bedrängnis, etwa aufgrund einer Gefahr oder einer unerwarteten Notfallsituation, Zeitdruck oder das Gefühl der Ungerechtigkeit. Gleichzeitig spiegeln Gefühle wie Mitleid, Anteilnahme und Empathie die Sorge um das Wohl einer betroffenen Person wieder. Besonders die letzteren Emotionen sind gemäss der *Empathie-Altruismus-Hypothese* (Batson, 1991) dafür verantwortlich, dass Menschen anderen Menschen aus Wohlwollen und Selbstlosigkeit (altruistisch) helfen und nicht aus egoistischen Motiven.

Situative Faktoren
Situationsspezifische Faktoren können das Helfen je nach Kontext stark beeinflussen. Beispielsweise nimmt die Ursachenzuschreibung, warum eine Person Hilfe benötigt, einen grossen Einfluss auf das Empathiegefühl der potentiellen Helfer und dem daraus resultierenden Hilfeverhalten ein (Weiner, 1980). In mehreren Studien konnte gezeigt

werden, dass sich Personen gegenüber einer anderen Person weniger empathisch fühlen, wenn diese Hilfe benötigt aufgrund einer internen, kontrollierbaren Ursache (z.B. Selbstverschuldung, fehlende Anstrengung) (Schmidt & Weiner, 1988). Falls jedoch für die benötigte Hilfe eine externe und unkontrollierbare Ursache zugrunde liegt (z.B. schwierige Aufgabe, Pech), so fühlen sich Personen eher empathisch und sind eher bereit Hilfe zu leisten.

Persönlichkeitspsychologische Ansätze

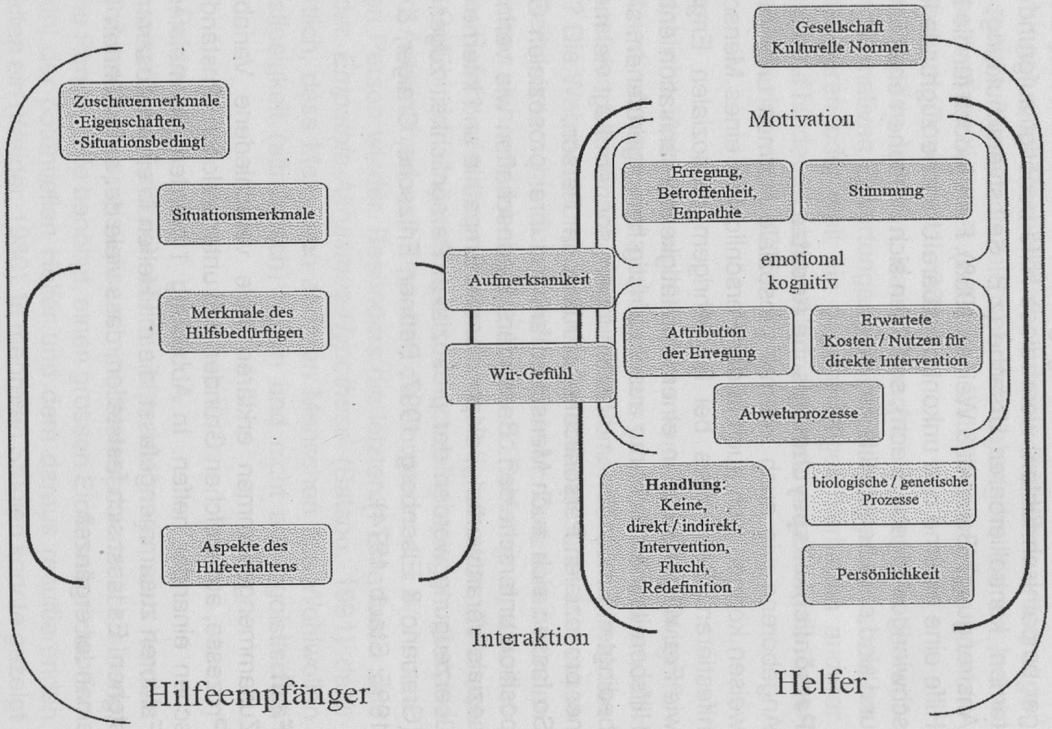
Angeborene wie auch erlernte prosoziale Normen und Verhaltensweisen können sich auch in der Persönlichkeit eines Menschen manifestieren. Besonders bei langjährigem prosozialen Engagement wie Freiwilligenarbeit in einer Wohltätigkeitsorganisation entsteht die Hilfsbereitschaft nicht nur aus kurzfristig hervorgerufenen, situationsbedingten Emotionen und Stimmungen, sondern liegt viel mehr in einer prosozialen Persönlichkeitsstruktur der Person.

So lassen sich auch Menschen anhand ihrer prosozialen Grunddisposition unterscheiden. Besonders Eigenschaften wie verinnerlichte soziale Verantwortung, dispositionelle Empathie und interne Kontrollüberzeugung werden der prosozialen Persönlichkeit zugeschrieben (Graziano & Eisenberg, 1997; Penner, Fritzsche, Craiger, & Freifeld, 1995; Staub, 1974).

Fazit

Zusammengenommen erklären viele verschiedene Variablen und Prozesse, aus welchen Gründen und unter welchen Umständen Menschen einander helfen. In Abbildung 1 werden die meisten dieser Faktoren zusammengefasst, die mit Helfen in einem Zusammenhang stehen. Es lässt sich feststellen, dass viele der aufgeführten Theorien einander ergänzen.

Abbildung 1: Übersicht über psychologisch relevante Faktoren, die mit Helfen zusammenhängen. Aus Strauch (2005)



Die empirischen Studien zum Zusammenhang zwischen Religiosität und der Hilfsbereitschaft, bzw. dem Hilfeverhalten weisen keine klare, konsistente Befundlage auf. Die meisten Ergebnisse weisen zwar auf eine tendenziell positive Beziehung zwischen Religiosität und Helfen hin, die jedoch sehr komplex zu sein scheint und über Individuen, Situationen und Verhaltensformen variiert. Aufgrund der teilweise sehr unterschiedlichen Operationalisierungsformen der Konstrukte Religiosität und Helfen ist es schwierig, vergleichende, verallgemeinernde Aussagen zu machen. Trotzdem werden die wichtigsten Erkenntnisse kurz zusammengefasst: Intrinsische Religiosität (Religion, Überzeugung) korreliert stärker mit Helfen als extrinsische Religiosität (z.B. Gottesdienst besuchen). Beim Helfen zeigen sich klarere Zusammenhänge mit der Religiosität bei der Erfassung der Bereitschaft zu helfen als in tatsächlichen Verhaltensmassen. Jedoch lässt sich der Zusammenhang zwischen Religiosität und Hilfsbereitschaft nicht allein durch die soziale Erwünschtheit erklären. Wichtige Einflussfaktoren auf die Beziehung Religiosität Helfen sind der situative Kontext (z.B. Notfall vs. Nicht-Notfall) und die Identität des Hilfeempfängers (Ingroup vs. Outgroup)

Helfen über die Lebensspanne

Inwiefern stehen die Hilfsbereitschaft sowie das Hilfeverhalten in einem Zusammenhang mit dem Lebensalter? In der bisherigen theoretischen und empirischen Literatur zu dieser Frage liegt der Fokus besonders auf die kindliche Entwicklung des prosozialen Verhaltens. Jedoch gibt es auch einige Theorien, die auch das höhere Erwachsenenalter in Betracht ziehen.

Theorien zu Helfen über die Lebensspanne

Evolutionäre Theorien: Gutmann (1987) verknüpft evolutionäre, biologische und psychodynamische Betrachtungsweisen miteinander und besagt in seiner Theorie, dass älteren Personen nach der Fortpflan-

zungsphase trotzdem eine wichtige Aufgabe zukommt und diese deshalb nicht als nutzlos zu betrachten sind.
Mittelalte Erwachsene stehen in der ständigen Spannung zwischen Beruf und Familie. Den älteren Erwachsenen wird somit die evolutionäre Rolle als Unterstützer zugeschrieben, die dem Überleben der Menschheit zugute kommen. Die Grosselternschaft schafft beispielsweise soziale Strukturen, welche die Kernfamilie binden und unterstützen. Diese Theorie sieht somit in der Hilfsbereitschaft im Alter einen evolutionären Nutzen.

Kognitive Theorien

Im Alter nimmt ein Individuum wahr, dass es einige seiner bisherigen Rollen sowie Autorität verliert und gleichzeitig immer abhängiger von externer Hilfe wird. Trotzdem will sich aber die ältere Person immer noch als kompetent und unabhängig erleben. Um diese Gefühle der Kompetenz wiederzugewinnen, bzw. um Kontrollverluste zu vermeiden, stellt sich die Person selber in die Rolle eines Helfers (White, 1959).
Die Selbstwirksamkeit durch die Bereitstellung der Hilfe sowie die positiven Rückmeldungen von Hilfeempfänger können somit als Bewältigungsstrategie für Verluste im Alter betrachtet werden (Midlarsky, 1991).

Soziale Motivation

In der Soziologie fand eine Debatte zwischen Anhängern zweier sich widersprechender Theorien zum Altern statt, der Disengagement- versus der Activity Theorie. Befürworter der Disengagement Theorie (Cumming & Henry, 1961) behaupten, dass soziale Rollen, Aktivitäten und Beziehungen im Alter abnehmen. Es finde ein Rückzug älterer Menschen aus der Gesellschaft statt und dieser Rückzug werde für sie als Entlastung wahrgenommen. Hinweise für diese Theorie wurden zwar in einigen Studien empirisch bestätigt (Labouvie-Vief, 1981, Maas & Kuypers, 1974), jedoch nur bis zu einem gewissen Grad, denn

es zeigten sich auch alternative Tendenzen. Hazan (1982) untersuchte beispielsweise eine Gruppe älterer Juden in London und stellte fest, dass diese mit einer Zunahme an prosozialem Engagement der Isolation und dem Rückzug aus der Gesellschaft entgegentraten.
Dieses Ergebnis widerspricht der Disengagement Theorie und stimmt vielmehr mit der entgegengesetzten Ansicht, der Activity Theorie, überein. Laut der Activity Theorie (Maddox, 1970) seien ältere Menschen zufriedener, wenn sie aktive und produktive Rollen in der Gesellschaft einnehmen und sich sozial engagieren können. Ein Rückzug aus der Gesellschaft sei für das Wohlbefinden kontraproduktiv. Payne (1977) schlägt sogar vor, dass man älteren Personen soziale Helferrollen zuweisen und ihnen Gelegenheiten zur Freiwilligenarbeit ermöglichen sollte als präventive Massnahme gegen die Entwicklung von Depression. Die sozioemotionale Selektivitätstheorie (Carstensen, 1992) stimmt mit der Disengagement Theorie insofern überein, indem sie auch behauptet, die Quantität der sozialen Beziehungen werde mit zunehmendem Alter geringer. Hingegen gewinne die Qualität der verbleibenden Beziehungen zunehmend an Bedeutung, da sich ältere Menschen besonders intensive und emotional positiv getönte Beziehungen proaktiv aussuchen. Dies könnte mit der sich verkürzenden Zeitperspektive zusammenhängen, also dem immer näher kommenden Tod. Als je kürzer die verbleibende Zeit wahrgenommen wird, desto wichtiger wird die Emotionsregulation als Motivation für soziale Beziehungen. Dies führt dazu, dass Menschen mit zunehmendem Alter innerhalb ihrer Beziehungen toleranter, mitfühlender und verzeihungsbereiter werden (Levenson, Jennings, Aldwin, & Shiraishi, 2005). Diese prosozialen Eigenschaften sind Voraussetzung für eine mögliche Zunahme der Hilfsbereitschaft- bzw. dem Hilfeverhalten im Alter.

Persönlichkeit

In mehreren Studien konnte nachgewiesen werden, dass Persönlichkeitseigenschaften wie Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit und Fest-

halten an Normen sich mit zunehmendem Alter stärker in der Persönlichkeit manifestieren (Allemand, Zimprich, & Hendriks 2008; Costa & McCrae, 1992; Helson, Kwan, John, & Jones, 2002). Diese Persönlichkeitseigenschaften werden ebenfalls mit der Hilfsbereitschaft assoziiert (Pervin & John, 2001), sodass sie als mögliche Erklärungen für eine zunehmende Hilfsbereitschaft im Alter dienen können.

Entwicklungstheorien

Laut dem epigentischen Stufenmodell Eriksons (1963) durchlaufen Personen in ihrem Leben verschiedene Entwicklungsstufen, zwischen denen sich Persönlichkeitsmerkmale, Bedürfnisse sowie Motivationen verändern können. In jeder dieser Stufen kommt es zu einer entwicklungsspezifischen Krise (Entwicklungsaufgabe), deren Lösung den weiteren Entwicklungsweg ermöglicht. Die Krise im mittleren Erwachsenenalter äussert sich im Spannungsfeld zwischen der Generativität und der Stagnation.

Die Lösung des Konflikts (Generativität) liegt im erfolgreichen Übergang von der reinen Intimität zwischen den Liebespartnern zur zusätzlichen Liebe und Sorge um die nachfolgende Generation, bzw. die eigenen Kindern. Egozentrische Personen, die es nicht vermögen zu geben, würden gemäss Erikson stagnieren und unzufrieden bleiben. Die nächste Krise, in der Entwicklungsstufe des späteren Erwachsenenalters (ab 60 Jahren), sei zwischen der Ich-Integrität und der Verzweiflung. Mit einem Rückblick auf das bisherige Leben und dem näherkommenden Tod besteht die Aufgabe einer alternden Person darin, diese Tatsachen im eigenen Bewusstsein zu integrieren und zu akzeptieren. Dazu gehört, Errungenschaften und Ereignisse der eigenen Lebensgeschichte mit den Erwartungen an das Selbst vereinbaren und die Konfrontation mit Tod und Krankheit bewältigen zu können.

In späteren Arbeiten schreiben Erikson, Erikson und Kivnick (1986), dass die Generativität auch im hohen Alter eine wichtige Rolle einnehme. Die sogenannte *Grand-Generativity* beinhaltet die Sorge um

das Wohl der gegenwärtigen und zukünftigen jüngeren Generationen. Peck (1977) führt diese Idee Eriksons weiter und nennt diese Entwicklungsaufgabe „Ego-Transcendence“ vs. „Ego-Preoccupation“. Der Tod wird durch die Ego-Transzendenz bewältigt, indem eine Person durch ihren Beitrag zur Menschheit über ihren Tod hinaus weiterlebt und somit im übertragenen Sinne unsterblich wird. Rabbi Sir Jonathan Sacks (2005, S. 6) drückt diese Idee auf eine sehr treffende Art und Weise aus: „Those most mourned and missed were not the most successful, rich or famous. They were the people who enhanced the lives of others.” Man wird für all das Gute, welches man der Welt hinterlassen hat, erinnert und erlangt damit eine Form von Unsterblichkeit. Dieses innere Bedürfnis nach symbolischer Unsterblichkeit und Gebrauchtsein führt gemäss dieser Theorie dazu, dass ältere Menschen motiviert seien, gesellschaftliche Anforderungen und Verantwortung gegenüber der nachfolgenden Generation zu übernehmen (McAdams & de St. Aubin, 1992). Die „generative concerns“ im höheren Alter bilden dann den Ausgangspunkt für konkrete Pläne und Ziele, jüngeren Menschen zu helfen („generative committment“).

Fazit

Nach diesen theoretischen Überlegungen kann folgendes Modell entwickelt werden: Grafik siehe nächste Seite

© Auszüge aus der eingereichten Lizentiatsarbeit “Religiosität und Helfen über die Lebensspanne - Zusammenhänge von Alter, Religiosität und Konfession mit der Bereitstellung gesundheitsbezogener Hilfe.“

Verfasser: Noam Hertig
Referent: Prof. Dr. Mike Martin
Betreuer: Dr. phil. Mathias Allemand
September 2009

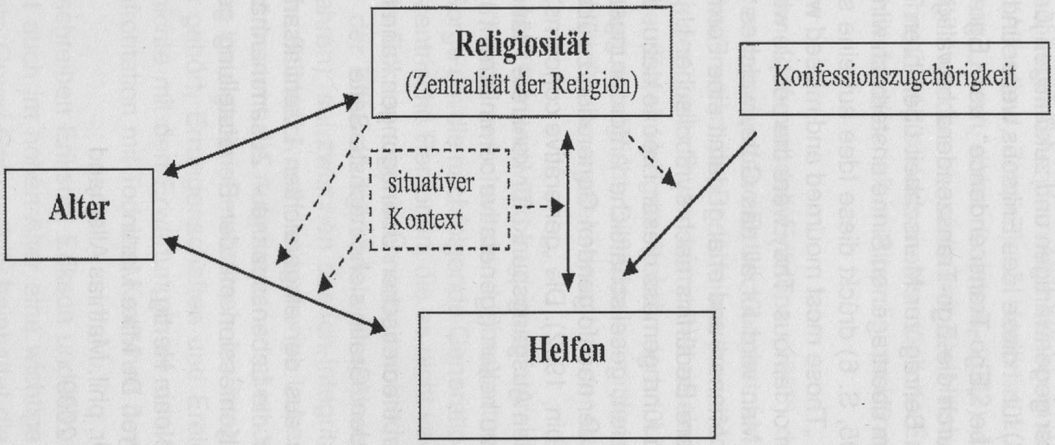



Abbildung 2: Modell der Zusammenhänge zwischen Alter, Konfessionszugehörigkeit, Religiosität und Helfen