

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 45 (2019)

**Heft:** 3

**Artikel:** Die humanökologische Perspektive für die psychosoziale Praxis

**Autor:** Tretter, Felix

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-865659>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Die humanökologische Perspektive für die psychosoziale Praxis

2019-3  
Jg. 45  
S. 13-20

Mit Blick auf die philosophische Anthropologie wird ein humanökologisches Rahmenkonzept zum Mensch-Umwelt-Verhältnis als Ökologie der Person skizziert. Es fokussiert auf den Begriff «Beziehung» und ist wissenschaftlich fundiert. Es bietet auch der multiprofessionellen klinischen Arbeit theoretische Orientierungen. Dazu wird ein mehrdimensionales Grundraster für die Charakterisierung des individuellen Menschen vorgeschlagen. Die Notwendigkeit und Sinnhaftigkeit einer Differenzierung und Systematisierung der Begriffe «Umwelt» und vor allem «Beziehung» werden demonstriert und Beispiele aus der Praxis und Verbindungen zu ähnlichen Rahmenmodellen angeführt.

FELIX TRETTER

Prof. Dr. Dr. Dr., Präsident Deutsche Gesellschaft für Humanökologie,  
Belvederegasse 37/9, A-1040 Wien, edu@felix-tretter.de

## Philosophische Vorbemerkungen

Die hier gewählte erkenntnistheoretische Grundposition (Epistemologie) lässt sich irgendeiner der in den Sozial- und Humanwissenschaften üblichen Spielformen des Konstruktivismus zuordnen: Es gibt keine Strategie, die «wirkliche Wirklichkeit» zu bestimmen, ausser durch Diskurse. Darauf hat bereits Platon mit seinem Höhlengleichnis hingewiesen. In neuerer Zeit haben Gregory Bateson, Paul Watzlawick, Heinz von Foerster und Ernst von Glasersfeld diese Position ausführlich herausgearbeitet (Gumin & Meier 1992). Dennoch gibt der Konstruktivismus zu, dass es «da draussen» etwas gibt (Landschaft), bezugnehmend auf das die Konstruktion der Aussenwelt (die Landkarte) «viabel» ist, also gegebenenfalls durch «Hindernisse» korrigiert werden muss, aber sonst Handlungen ermöglicht. Die dabei verwendete Sprache ist essentiell für das Verstehen und Sich-darüber-Verständigen (Wittgenstein 2003; Wittgenstein 2001). Im Anschluss daran sind wissenschaftstheoretische Aspekte wie die Differenz von Beschreibung, Erklärung und Prognose zu berücksichtigen (Schurz 2006).

Eng damit verknüpft ist das aktuelle, wenig ausgebaute Gebiet der Konzipierung verschiedener Organisationsstufen

der Welt, der Ontologie, die zuletzt wohl von Nicolai Hartmann (2014 [1942]) ausgearbeitet wurde. Bemerkenswerterweise stösst heute der Big-Data-Ansatz in diese Konzipierungslücke, indem er assoziativ alle Bereiche der Lebenswelt möglichst aller Menschen zu erfassen versucht und verhaltensklärende Zusammenhänge in Form von hierarchischen Konzeptstrukturen pragmatisch und theoriefrei «herausrechnen» will (Anderson 2007; Hurwitz et al. 2015).

Auf einen weiteren, hier zentralen Bereich der Philosophie, nämlich die philosophische Anthropologie als allgemeine Menschenkunde, wird Bezug genommen, insofern Grundcharakterisierungen des Menschen, seine Vieldimensionalität und auch seine essentiellen Verhaltensantriebe angesprochen werden. Für die Gegenwart relevant haben Max Scheler, Helmuth Plessner und Martin Heidegger differenzierte Grundlagen der Anthropologie als philosophische menschenkundliche Disziplin geschaffen (Heidegger 1967 [1927]; Bohlken & Thiess 2009). Schliesslich ist der Bereich Ethik relevant, insofern die Frage zu klären ist, wie mit einer derartig integralen Erfassung von Menschen die PatientInnensouveränität gesichert ist, und zwar in Hinblick auf die vor allem durch die Digitalisierung gestei-

gerte Problematik der elektronischen Erfassung von Allem und Jedem und den Missbrauchsmöglichkeiten derartiger Informationen (Deutscher Ethikrat 2016). Die philosophische Weite und vor allem die nötige Tiefe, insbesondere was die Begriffsprobleme betrifft, müssten allerdings gesondert ausgearbeitet werden.

## Was ist der Mensch? – Perspektiven der Philosophie

Hier steht das Verhältnis des Menschen zu seiner Umwelt im Fokus, und zwar im Hinblick auf seine Störungen und Krankheiten, also eine «Ökologie der kranken Person», etwa was Suchtstörungen betrifft. Dabei wird von einem Mehr-Ebenen-Modell ausgegangen, das begrifflich äussere Differenzierungen der Umwelt und innere Differenzierungen des Menschen berücksichtigt (Abb. 1; Tretter 2008, 2016).

Aus der Sicht der Philosophie, die sich gewissermassen als Metatheorie der Wissenschaften begreifen lässt, ist die Frage «Was ist der Mensch?» sowohl erkenntnistheoretisch – «Wie können wir wissen, was der Mensch ist?» – wie auch ontologisch – «Was konstituiert den Menschen?» – und nicht zuletzt – «Was macht den Menschen zum Menschen?» – als genuin anthropologische Frage aufzugliedern. Generell differenziert man die





Frage nach «dem» Menschen in eine diversifizierte Pluralisierung: Männer und Frauen, Kinder und Greise bzw. Greisinnen usw. werden unterschieden und die Frage mündet in die Individualisierung des Menschen. Bereits Aristoteles hat eine Dreidimensionalität erkannt, indem er betonte, dass der Mensch ein Tier, aber eben ein geistvolles, reflektierendes Tier (*Zoon logon echon*) und vor allem ein soziales Tier (*Zoon politicon*) ist. Der Mensch, bzw. jede Person, ist also, wie wir heute sagen, ein bio-psycho-soziales Wesen. In letzter Konsequenz sind sich viele Philosophen einig, dass Menschen pragmatisch als mehrdimensionales Wesen charakterisiert werden müssen (Häffner 2000). Das entspricht auch den Erfahrungen in der klinischen Praxis, in der sich jeder Mensch recht individuell beschreiben lässt, wenn man etwa acht relativ abgrenzbare, aber kausal verknüpfte Dimensionen seines Daseins betrachtet, die bereits bei einer qualifizierten Anamnese in der Praxis von helfenden Berufen wie ÄrztInnen,

PsychologInnen, SozialpädagogInnen u. a. erhoben werden (vgl. Tretter 2016: 75):

1. *Die Zeitlichkeit*: Der Zeitpunkt der Geburt, die Jahreszeit, die Epoche, in der ein Mensch geboren wird und seine Kindheit verbringt (z. B. Kriegszeit) prägen das weitere Leben. Die Zeitlichkeit, mit Gegenwart als Schnittstelle zwischen Vergangenheit und Zukunft, wird in der individuellen Ontogenese zunehmend auch subjektiv als Dimension der Endlichkeit des

Daseins erfahren und prägt somit das Erleben und Verhalten. Letztlich ist das Endlichkeits-Wissen ein spezifisch menschliches Wissen, das auch nicht von lernenden Maschinenalgorithmen in seiner existenziellen Dimension erfahrbar sein wird. Mit ihren Moden (z. B. Modedrogen) prägt die Zeit aber auch das konkrete Dasein.

2. *Die Örtlichkeit (bzw. Räumlichkeit)*: Nicht nur der Zeitpunkt, sondern auch der Geburtsort und seine geophysischen Merkmale (Klima, Land-

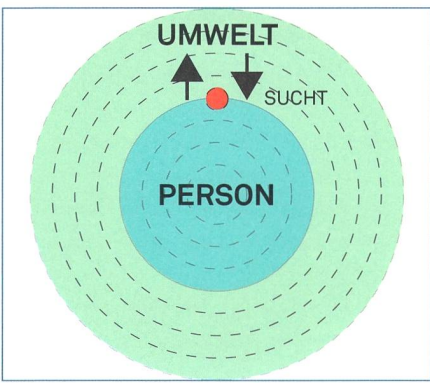


Abbildung 1: Leitmodell der inneren und äusseren Vielschichtigkeit des Menschen-in-der-Welt (integratives Zwiebelschalenmodell), das Störungen (z. B. Sucht) als Folge von Inkonsistenzen des Beziehungsgefüges begriff (vgl. Tretter 2016).

- schaft) bestimmen die physischen Lebensbedingungen der Person, die eben hier und nicht dort auf die Welt gekommen ist. Physische Orte bringen auch bestimmte personelle und soziokulturelle Merkmale mit sich, die auf die Person einwirken und mehr oder weniger bestimmend sind. Der sich auf diese Merkmale aufbauende reale Ortsbezug, etwa als Heimerleben, entwickelt sich in Summe positiv oder negativ, er bestimmt ggf. auch die Disposition zur Migration (Push-Faktoren). Der fiktive Bezug zu einem anderen Ort, Phantasien dazu, als Hoffnungen etwa, sind dann Pull-Faktoren, die zusätzlich die innere Disposition zu migrieren bestimmen.
3. *Die Körperlichkeit (Personalität I)*: Die genetische und epigenetische Individualität, ebenso wie die individuelle Geschlechtlichkeit und andere somatische Merkmale, äusserlich wie innerlich («Leiblichkeit»; Merlau Ponty 1975 [1966], Clark & Chalmers 1998), implizieren Optionen ebenso wie Friktionen zu leben. Sie bestimmen auch, aber determinieren nicht, Gesundheit und Krankheit, etwa in Form einer physiologischen Stressvulnerabilität, die auch zur Sucht disponieren kann.
  4. *Das Geistige (Personalität II)*: Bereits die erlebte Körperlichkeit, die Leiblichkeit, prägt das Verhalten und das Verhältnis zur Umwelt. Kognitive Kompetenzen und emotionale Dispositionen prägen Charakteristika der individuellen Persönlichkeit, die durch soziokulturelle Faktoren mit geprägt wird. Leitstruktur des Verhaltens sind nachhaltig psychosozial produzierte und konstruierte affektiv-kognitive Schemata. Auf diese Weise ergibt sich die Basis der soziopsychobiographischen Individualität. Sie lässt sich durch die Gehirnstruktur alleine nicht erklären (Searle 2004; Clark & Chalmers 1998; Fuchs 2018).
  5. *Die Sprachlichkeit*: Das Sprachvermögen, die Fähigkeit zur Symbolisation, zur Rezeption und Produktion, die Kommunikation, die im sozialen Umfeld praktizierte Sprache, die sprachliche Kompetenz und die letztlich realisierte Performanz der Person prägen ihr Geistiges und damit auch ihre sozialen Chancen und Grenzen. Bereits an dieser Stelle kann das wichtige Konstrukt der «strukturellen Kopplung» zwischen Bewusstsein und sozialer Welt genutzt werden (Luhmann 1984).
  6. *Die Sozialität*: Die Bedeutung des äusseren Gegenüber, das Interpersonelle als fundamentale Bezogenheit zu anderen Menschen betreffen zunächst jene Personen, die die Familie ausmachen, in welche die Person hineingeboren ist und auch die sie umgebende Verwandtschaft. Sie bestimmen von Geburt an die soziale Mikrowelt, als Optionen und Friktionen der Kindheit. Jede dieser Umfeldpersonen bringt das hier dargelegte mehrdimensionale Potenzial von Menschen in die Entwicklung des Kindes mit ein: Empathie für das Kind oder Konflikte der Eltern mit ihm haben bekanntlich einen stark prägenden Einfluss auf die psychische Entwicklung der Person. Später sind Peers die relevanten Bezugspersonen, die BerufskollegInnen, die Eigenfamilie usw. Dieser Ebene des Mikrosozialen ist die Mesoebene der Gemeinde und die Makroebene der Institutionen der Gesellschaft überlagert.
  7. *Die Kultur*: Die Einbettung der Person in das lokale, regionale und nationale System der Werte, des Glaubens, Wissens, des Sinns, der Moral, der Ethik usw., also der Kultur als Inhalt des Sozialen, bestimmen als übergeordnete Strukturen die Grundmuster des Verhaltens und der Gefühle. Die Kulturelemente können zueinander, aber auch zu den inneren Antrieben konflikthaft stehen (Wissen contra Glauben), und sogar pathogenetisch relevant sein, wie es ja Freud mit der Sexualpathologie des 19. Jahrhunderts in seinem Strukturmodell hervorgehoben hat. Nicht nur therapiepraktisch, sondern auch forschungslogisch limitiert die Kulturimmanenz die Kompetenz jedes Experten, jeder Expertin, was nur im interkulturellen Vergleich abgeschätzt werden kann (Wimmer 2002).
  8. *Ökonomische Basis*: Die ökonomische Ebene des individuellen Haushalts ist die Grundlage des Lebenskomforts ab

der Geburt und setzt sich fort in der Situation, ein Kind ärmerer oder reicherer Eltern zu sein, was die Optionen, selber einen ökonomischen Aufstieg zu erreichen, stark mitbestimmt (vertikale Mobilität). Eine sehr gute Ökonomie der Herkunftsfamilie kann sowohl eine Förderung wie auch eine Hemmung durch Verweigerung bewirken. Bekannt sind schichtenspezifische inverse Korrelationen von Krankheitsrisiken (z. B. Tabakkonsum), wobei auch Bildungsfaktoren einfließen. Eine philosophische Vertiefung dieser Dimension erscheint bereichernd (Davis 2002).

Von diesen acht dimensional Kategorien sind allerdings nur die Körperlichkeit, das Seelische und die verinnerlichte soziale Welt der Person unmittelbar zugehörig, was sich auch im «bio-psycho-sozialen Modell» der Medizin spiegelt (Engel 1977). Zeit, Ort, personelles Umfeld als das äussere Soziale, Kultur und Ökonomie sind externe Dimensionen bzw. Faktoren, die der «Umwelt» zuzurechnen sind, in die der Mensch im Sinne von Heidegger «geworfen» ist.

### Was ist die «Umwelt»?

Die abgrenzende Hervorhebung des Menschen impliziert das Konzept «Umwelt» als umgebendes Äusseres. Dieser Ausdruck wird im Alltag allerdings gerne auf die natürliche Umwelt und im sozialwissenschaftlichen Kontext auf die soziale Umwelt bezogen. Auch ist oft von «Umfeld», «Umgebung», «Setting» usw. die Rede. Dabei werden unsystematisch «Faktoren», «Dimensionen», «Bereiche», «Ebenen» usw. der Umwelt unterschieden. Eine verbindliche interdisziplinäre Sprachregelung existiert nicht. Die begriffliche Heterogenität liesse sich nur durch Konsensus-Konferenzen auflösen. Es ist aber dennoch hilfreich, vor allem im Hinblick auf die letztlich dargelegte ökologische Perspektive, folgende begriffliche Unterscheidungen zu beachten und als einen Ordnungsrahmen zu verwenden (Tretter 2008):

1. Subjektive versus objektive Umwelt: Je nach epistemologischer Position des betreffenden Betrachters kann die

Umwelt über physiko-chemische Variablen und Methoden bestimmt werden oder aus subjektiver phänomenologischer Perspektive (z. B. gemessene und/oder erlebte Lufttemperatur). Diese Differenz spiegelt sich auch in der epistemischen Differenz zwischen der Sicht der akademischen Ökologie, wie sie Ernst Haeckel 1866 definiert hat («umgebende Aussenwelt»), und der Umweltlehre, wie sie Jakob von Uexküll («Merkwelt» und «Wirkwelt» des Individuums) konstruiert hat (Haeckel 1866; Uexküll 1909). In neuerer Zeit sind subjektzentrierte Begriffe wie «Lebensraum» nach Lewin (1936) und die «Lebenswelt» nach Schütz und Luckmann (1979; 1984) theoretisch wie auch praktisch bedeutsam geworden.

2. Die zweite Grunddimension ist der Raum bzw. der Ort, der nach «Reichweiten» wie Makroumwelt, Mesoumwelt und Mikroumwelt, jeweils «objektiv» bzw. subjektiv begrifflich differenziert werden kann. Unter Mikroumwelt wird im Kontext der Humanökologie, etwa im Sinne von Uri Bronfenbrenner vor allem die Familie, aber auch die Schule bzw. die Arbeit, der Freizeitbereich und andere Teilbereiche des Lebensraums des Individuums verstanden, während die Mesoumwelt die Zusammenfassung dieser Mikroumwelten darstellt. Sie ist ihrerseits wieder als mittlere Ebene in die Makroumwelt eingebettet (Bronfenbrenner 1981).
3. «Entitäten»: materiell-energetische bzw. physische versus immaterielle (informationelle) Umwelt und auch weitere Subbereiche lassen sich unterscheiden, wie natürliche unbelebte, natürliche belebte, technische, personale, soziale, kulturelle usw. Umwelt. Das alltagssprachliche Begriffsverständnis reicht hier zunächst aus, aber eine präzise Definition dieser Begriffe ist schwierig, zumal gegenwärtig eine philosophische Ontologie fehlt (s.o.).
4. Lebensbereiche: Wohnumwelt, Arbeitsumwelt usw. sind Umweltbereiche, die nach der funktionellen Bedeutung für die Person unterschieden werden.

5. Qualitäten: Sie lassen sich im Sinne der von der Person erlebten Wirkungen der Umwelt als «gut» oder «schlecht» klassifizieren.
6. Quantitäten: Sie lassen sich bspw. als Dichte der im raumzeitlichen Rahmen auftretenden Umweltelemente darstellen.
7. Wirkungen und ihre Direktionalität: Einwirkungen, Auswirkungen, Wechselwirkungen sind entsprechende Kategorien.

Dieser Begriffsapparat zum Gegenstand «Umwelt», der wie erwähnt, meist implizit in den verschiedensten Texten vorkommt, zeigt Bezüge zu Begriffen von Bourdieu wie «sozialer Raum» bzw. «Felder», ein Aspekt der genauer zu klären wäre, zumal Bourdieu eine objektive soziale Realität anerkennt und nicht nur ihre Konstruiertheit durch das Subjekt, wie es Konstruktivist\*innen häufig sehen. Somit ist die Verortung der Person über ihre Position mit ihrem Status oder ihrer Lebenslage aus pragmatischer Sicht über verschiedene Theorien ähnlich gut möglich (vgl. Artikel von Degkwitz in dieser Ausgabe).

### Was sind «Beziehungen»?

Die kategorische Unterscheidung von Mensch und Umwelt impliziert zugleich den Begriff «Beziehung»: Das Getrennte muss, um die Realitätsnähe zu sichern, wieder aufeinander bezogen werden. Dabei muss, ähnlich wie beim Umweltbegriff, eine grundlegende Doppelperspektive der Person-Umwelt-Beziehung beachtet werden, nämlich jene aus der Sicht des externen Beobachters und auch jene aus der inneren Sicht des erlebenden Subjekts.

Umgangssprachlich wird unter «Beziehung» meist die Beziehung zwischen Menschen, also der Kontakt, das (interpersonelle) Verhältnis usw. bezeichnet. Dieser Ausdruck kennzeichnet damit vornehmlich die erlebte Nähe zu einer anderen Person, also eine räumliche Beziehung, bzw. auch deren «Bedeutung», also die Wirkung für das eigene Leben. In dieser Sichtweise ist auch die Gestalt des motorischen Verhaltens der Person gegenüber der Umwelt als Muster der

Lebensführung ebenfalls eine Form der Person-Umwelt-Beziehung: Das motorische Verhalten der Person, etwa zu gehen oder zu bleiben, zu sprechen oder zu schweigen oder etwas zu nehmen, zu geben oder zu verweigern usw. manifestiert aspekthaft das (innere) Verhältnis der Person zu ihrer physischen bzw. sozialen Umwelt. In dieser Sichtweise ist der Lebensstil, bezogen auf einen bestimmten Lebensbereich, ein Beziehungsmuster der Annahme, Aneignung, Annäherung, Entfernung, Aufnahme, Ablehnung usw. So sind etwa Mobilitätsstile Muster des Raumbezugs und des Zeitbezugs, insbesondere beschleunigt unterwegs zu sein, in sich zu ruhen usw. Es ist ein personenseitiges, von der Person reguliertes Umweltverhältnis (vgl. Artikel von Sommerfeld in diesem Heft). Aber auch die Wahrnehmung bzw. das Verhalten, die Einwirkung der Umwelt und deren Auswirkung auf das Verhalten sind in Kategorien der Beziehung präzise formulierbar.

Der Begriff Beziehung, wie er hier dargelegt wird, ist somit einer der abstraktesten Begriffe überhaupt und daher gut geeignet für eine umfassendere Taxonomie, die sich an den erwähnten Dimensionen des Menschseins anlehnt:

- Grundlegend ist also die Epistemologie zu beachten und damit zwischen «subjektiver» Beziehung, und «objektiver» Beziehung zu unterscheiden.
- Die Zeitlichkeit: Aktuelle Beziehungen, vergangene Beziehungen, zu erwartende zukünftige Beziehungen usw. wären abzugrenzen.
- Die Örtlichkeit (bzw. Räumlichkeit): Hier geht es vor allem um die Nähe und Distanz der Person zu den Umweltelementen, und zwar auch metaphorisch bzw. topologisch: Lokale, weiträumige, fokale Beziehungen, Innen-Beziehungen, Aussen-Beziehungen, Nähe-Verhältnisse usw. Ein elementarer Raumbezug ist das Erleben von Heimat. Darüber hinaus ist die Beziehung der Person zu den Subjekten im sozialen Raum und ihre Abgrenzung identitätsstiftend – etwa in der Pubertät – und wird durch die Interaktionserfahrungen der Person konstituiert. Dies wird von der psy-

choanalytischen Objektbeziehungs-  
theorie als innere Repräsentanzen  
vom Selbst und den Objekten der  
Umwelt (v. a. die Mutter) und deren  
Beziehungen zueinander modelliert  
(Kernberg 1979). Für die psychiatri-  
sche Praxis wurde übrigens die genau-  
ere raumbezogene Analyse des sozia-  
len Lebens der PatientInnen in den  
1980er-Jahren bereits unter der Rubrik  
«ökologische Psychiatrie» diskutiert  
(Andresen et al. 1992; Tretter 1987).

- Kontexte: Je nach Bezug der Person zur Umwelt können Arbeitsbeziehungen, Familienbeziehungen usw. gemäss der Lebensbereiche der Person unterschieden werden.
- Die Modalität: Hier lassen sich physisch-materielle, körperliche, geistige, usw. Beziehungen differenzieren.
- Die Direktionalität: Beziehungen «weg von» oder «hin zu», selbstbezügl. Beziehungen usw. wären zu unterscheiden. Vereinfacht kann man beim «weg von» auch vom «Geben» und beim «hin zu» vom «Nehmen» sprechen, vor allem, wenn es um Interaktionen mit Objekten geht.
- Qualität: Nach der Wirkung können «positive» oder «gute», «negative» oder «schlechte» Beziehungen usw. unterschieden werden.
- Intensität: Starke und schwache Beziehungen usw. bieten sich als Unterscheidungsmerkmale an.
- Quantität: Attribute wären «viele» oder «wenige» Beziehungen.
- Frequenz: Dieser Aspekt kann durch die Bezeichnung «häufig» oder «selten» usw. charakterisiert werden.
- Wirkung: Beziehungen können bezüglich eines Systemzustandes steigernde oder hemmende Wirkungen haben.
- Funktion: Es lassen sich bspw. bezogen auf eine Funktion einer anderen Person (z. B. Arbeit) «stabilisierende» oder «destabilisierende» Beziehungen unterscheiden.

**Die humanökologische Perspektive in der bio-psycho-sozialen Helferpraxis**

Auf der Basis dieses Begriffsapparats von «Person», «Umwelt» und «Beziehung» lässt sich eine humanökologische Perspektive gut entwickeln. Ökologie

wird nämlich in kürzester, aber treffender Form als die Wissenschaft vom «Haushalt der Natur» gezeichnet. Sie hat als universitäre Disziplin allerdings seit ihrer Gründung durch Ernst Haeckel 1866 eine grosse Differenzierung und Übernahme in andere Disziplinen erfahren. Insbesondere in der Soziologie als Humanwissenschaft wurde in Form der «Humanökologie» («Human Ecology» bzw. «Social Ecology») der bevölkerungsökologische Ansatz der Biologie bereits in den 1920er-Jahren in die Stadtsoziologie übernommen (Park 1936; Hawley 1950). Relativ unabhängig davon hat in der Psychologie vor allem Kurt Lewin die ökologische Perspektive auf der Basis seiner Feldpsychologie konzipiert (Lewin 1936), die von Urie Bronfenbrenner (1981) weiter ausgebaut wurde. Auch im Bereich der Sozialpädagogik hat sich zeitweise eine individuumzentrierte ökologische Perspektive artikuliert (Wendt 1982; Mühlum et al. 1986; Oppl & Weber-Falkensamer 1986; Thiersch 2015).

Hier wird zunächst davon ausgegangen, dass der Begriff «Haushalt» als Beziehungsgefüge im Rahmen der Ökologie der Person am besten charakterisiert, worum es bei dieser integrativen Metaperspektive geht.

*«Haushalt» als Beziehungs-Beziehungen: Stress als Ungleichgewicht des Beziehungshaushalts*

Der Begriff «Haushalt» wird hier also in Hinblick auf Gesundheit und Krankheit als Verhältnis von Beziehungen bzw. von «Wechselwirkungen», also von Beziehungs-Beziehungen zwischen Person und Umwelt verstanden. Wenn nämlich auch die Beziehung von der Umwelt her gedacht wird, dann ergibt sich ein Beziehungsverhältnis des Gebens und Nehmens mit verschiedenen Formen, das sich über mehrere Ebenen erstreckt. Im interpersonellen Bereich ergeben sich oft Asymmetrien als pathogene sozio-emotionale Schief lagen: Ich gebe mehr als ich bekomme, ich kann Angebote nicht annehmen usw. Ich fühle mich überfordert von der Umwelt, deren Erwartungen ich nur vermute oder die mir gegenüber explizit formuliert werden usw. Angebote der vielgestaltigen Umwelt betreffen Räumliches (Wohnung),

Personelles (Hilfe), Soziales (Berechtigungen), Kulturelles (Unterhaltung), Ökonomisches (Finanzierung). Auf diesen Ebenen spielen sich auch Forderungen der Umwelt ab (Zuwendung, Aufmerksamkeit, Raum, Geld, Zeit usw.). Auch die Angebote der Person oder ihre Forderungen an die Umwelt betreffen u. a. solche Ebenen.

Es geht also dabei um die Frage des Gleichgewichts oder auch nach Klaus Grawe um die «Kongruenz»: Erlebt eine Person anhaltend, dass sie mehr gibt, als sie bekommt, oder dass ihr mehr genommen wird, als sie bekommt, so entstehen auf der Basis dieser Ungleichgewichte der interpersonellen Beziehungen Störungen der Person mit sich anschließenden negativen (z. B. aggressiven) Interaktionen. Geht man bezüglich der Beziehungs-Beziehungen von einem (dynamischen) Gleichgewichtskonzept aus, dann lässt sich auf diese Weise Stress auch anders, nämlich als Produkt von anhaltenden Beziehungsungleichgewichten beschreiben (s. u.). In der alltäglichen Interaktion, deren Gestalt in Form von dynamisierenden Ungleichgewichten (Inkompatibilitäten, Dissens) und stabilisierenden Gleichgewichten (Kompatibilitäten bzw. Konsens) das Befinden der Akteure/AkteurInnen prägt, finden sich viele Beispiele (Tab.1).

GEBEN	INHALT	NEHMEN
(aus)geben	Anerkennung	annehmen
(hin)geben	Ablehnung	hinnehmen
abgeben	Belastung	annehmen
(an)bieten	Zuwendung	fordern
(her)geben	Geld	annehmen
(weg)geben	Möbel	annehmen

Tabelle 1: Alltags sprachliche Bezeichnungen für interpersonelle Austauschprozesse, die abstrakt betrachtet als gerichtete Beziehungen verstanden werden können und in der grundlegenden Geben-Nehmen-Dialektik des Sozialen das angestrebte (dynamische) Gleichgewicht ausmachen.

In Form von Visualisierungen (Abb.2) lässt sich diese auch phänomenal erfahrbare Situation noch stärker verdeutlichen: Bereits wenn man in den einschlägigen Diagrammen die Gerichtetheit von Pfeilen (u. a. gerichteten Zeichen) bedenkt, dann lässt sich im Hinblick auf die Quelle der Pfeile die

Übersetzung in die Worte «Geben» oder «Bieten» vornehmen. Was das Ziel des Pfeiles betrifft, schliesst sich der Begriff des «Nehmens» an (z. B. Annehmen). Gerade letzteres muss aber in der Regel expliziert werden, denn im Fall von Person-Umwelt-Beziehungen im sozialen Bereich gibt es Situationen, in denen Angebote abgelehnt werden und in der Folge im psychischen Bereich der Person eine Verstörung und Ärger, Traurigkeit bzw. Rückzug ausgelöst werden können. Diese emotionalen Auslenkungen können sich zu behandlungsbedürftigen psychischen Störungen chronifizieren. Und umgekehrt: Die Therapie kann emotionale Probleme wie Ärger, Angst, Traurigkeit als Umwelt-Beziehungsproblem der Person begreifen und daran differenziert arbeiten.

**Lebensbereichs – Struktur-Modell**

Das Befinden der Person hängt wesentlich von ihrem Beziehungsgefüge zu den wichtigsten Lebensbereichen wie Wohnbereich, Familie, Arbeit und Freizeit ab (Abb. 3). Das gesamte Gefüge, das sich aus einzelnen Handlungssystemen bezogen auf die einzelnen Lebensbereiche zusammensetzt, wird von Sommerfeld als «Lebensführungssystem» bezeichnet (Sommerfeld et al. 2011; vgl. auch Beitrag von Sommerfeld in dieser Ausgabe). Es geht dabei um das Integral des Erlebten in diesen Bereichen, und zwar über eine gewisse Zeit hin kumuliert. Es ergibt sich so das Lebensgefühl.

**Lebensstil – Muster der Lebensführung**

Alltägliche, typische Handlungsmuster als personale Beziehungsformen zur Umwelt werden vor allem im Kontext der Sozialwissenschaften als «Lebensstil» bzw. «Muster der Lebensführung» bezeichnet (Vetter 1991). Auch in der Medizin ist die pathogene und salutogene Bedeutung von Lebensstilen in ihrem Gewicht gegenüber Genen und sozialer Lage erkannt worden, und zwar bereits dann, wenn anerkannt wird, dass der Ernährungsstil eine Komponente des gesamten Lebensstils ist und deutliche Effekte auf das Körpergewicht haben kann, zuzüglich des «Bewegungsstils» als Muster der Mobilität.

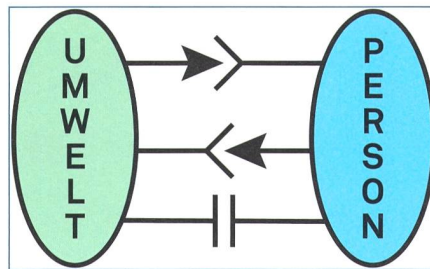


Abbildung 2: Person-Umwelt-Beziehungen als Gefüge von einfachen bzw. doppelten Geben-Nehmen-Relationen bzw. Geben-Geben- oder Nehmen-Nehmen-Relationen und zusätzlichen reziproken Ablehnen-Relationen. Das gesamte Beziehungsverhältnis kann pathogene Ungleichgewichte ergeben.

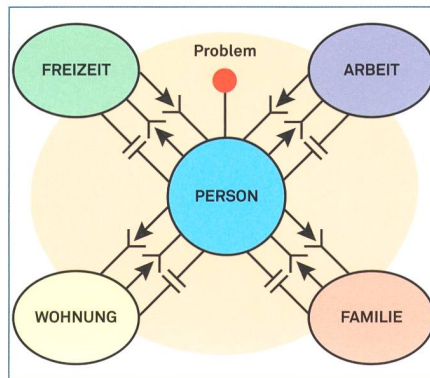


Abbildung 3: Orientierungsraster für ein systemisches Verständnis des reziproken Beziehungsgefüges der Person zu ihrer Umwelt mit Lebensbereichen als Lebenswelt. Für jeden Mikrobereich – Wohnen, Familie, Arbeit, Freizeit – existieren Geben/Nehmen-Verhältnisse, die in ihrer Gesamtheit das psychophysische Befinden und damit die Gesundheit der Person determinieren bzw. Krankheiten bedingen können. Gesundheit ist folglich das Produkt umfassend gelungener Person-Umwelt-Passungen.

Das bedeutet, dass es sinnvoll ist, das Konstrukt Lebensstil auf mehrere Lebensbereiche zu beziehen: Wohnstil, Muster im Umgang mit der Familie, Ernährungsstil, Arbeitsstil usw. So wird bspw. eine gesundheitsbezogene Empfehlung zur Änderung des Ernährungsstils auch die Muster der Fortbewegung betreffen müssen, um wirksam zu sein.

**Ein ökologisch-kybernetisches Lebensstilmodell**

Folgende begriffliche Komponenten erlauben es, ein einfaches Regelkreismodell (Abb. 4) der Lebensführung mit Istwerten und Sollwerten zu konstituieren:

- **Lebenslage/Lebensbereiche (Istwerte)**  
Die Lebensbereiche umfassen, wie erwähnt, die Teilbereiche Arbeit, Freizeit, Familie. Ihr Wechselverhältnis untereinander drückt sich u. a. in der beim Burnout Syndrom gestörten Work-Life-Balance aus.
- **Lebensziel/Lebensplan (Sollwerte)**  
Diese virtuelle bzw. visionäre Ebene beruht kausal auf Wünschen und Hoffnungen, die endogen oder exogen zustande kommen.
- **Lebensgefühl (Resultante)**  
Die Referenz vom Ist zum Soll ergibt das Lebensgefühl, das sich bei anhaltenden und/oder grossen Diskre-

panzen in stressartiger Anspannung äussern kann.

- **Lebensstile als Muster der Lebensführung (Verhalten)**

Die Lebensstile dienen der routinisierten Regulation der Lebenslage im Hinblick auf das Lebensgefühl bzw. dem dahinter liegenden Lebensplan. Insofern der Lebensplan hochgesteckt ist, lautet das Programm der Lebensführung möglichst schnell und stark zu sein: Coffee-to-go und jede andere «Gehstruktur» wird angestrebt und macht punktuell betrachtet effizient, kann aber mit anderen Verhaltensbereichen (z. B. öffentlicher Verkehr) kollidieren (z. B. Konsumverbot in der U-Bahn).

- **«Lebensmittel» (Mittel bzw. Instrumente zur Lebensführung, Lebenstechniken)**

An dieser Stelle sind Drogen als Mittel der Lebensführung zu sehen, weil sie das Lebensgefühl modulieren oder auch andere zielekompatible Lebensstile scheinbar zu realisieren helfen.

Gesamtheitlich betrachtet ergibt dieses Modell eine dynamische Sicht der Ökologie der Person und von Pathologien (Abb.4). Therapeutisch kann demgemäss dieser Regelkreis auf jeder Prozessstufe bearbeitet werden.

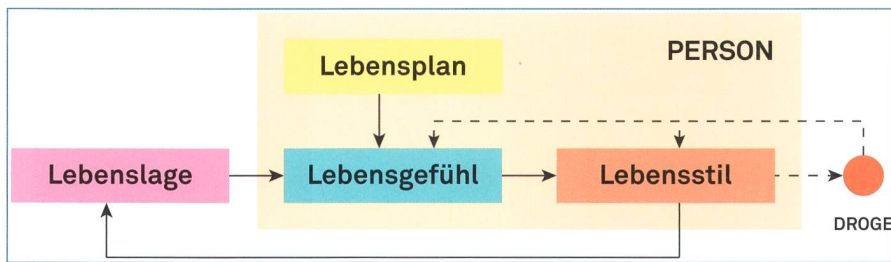


Abbildung 4: Regelkreismodell des Lebensstils als Resultante des Lebensgefühls, das auf dem Verhältnis von Lebenslage und Lebensplan beruht.

## Fazit

Eine humanökologische Variante eines integrativen Rahmenmodells für das Verständnis von Gesundheit und Krankheit bietet auf der Basis eines Interaktionsmodells von Person und Umwelt eine die Einzelwissenschaften übergreifende Perspektive an. Dabei sind unterschiedliche Modellvarianten möglich. Sie dienen einerseits der Einordnung der Bedingungen der Erkrankung und andererseits der multidimensionalen und multiprofessionellen Orientierung der Ermöglichung der Gesundung. Diese Modelle ermöglichen es, den Blick von der betreffenden Person zur Umwelt und vor allem zum Beziehungsgefüge zu richten, denn für eine gesundheitsförderliche Situation müssen die Grenzen der individuellen Anpassung der Lebensführung der Person mit veränderten Umweltbedingungen ergänzt werden. Mit dieser Perspektive hat die Humanökologie bzw. Sozialökologie in den Gesundheitswissenschaften im Bereich von Public Health und Health Promotion v. a. in den USA bereits breitere Akzeptanz erfahren (CDC 2018).

Es wird davon ausgegangen, dass durch derartige Modelle die interprofessionelle Verständigung bei Diagnose und Therapie verbessert werden kann. Querbezüge zu anderen Ansätzen, wie jenem von Sommerfeld und Mitarbeitenden und Bourdieu bieten sich an und müssten gesondert ausgearbeitet werden.

Zu bedenken sind allerdings die Folgen der aktuellen Digitalisierung von Allem und Jedem, die bei derartig integralen Beschreibungsrastern für einzelne

Menschen einen vielleicht endgültigen Schritt in den «technologischen Totalitarismus» bedeuten. Gerade Selektionen im Berufsleben können dadurch im Bereich der grauen Datenwirtschaft neuen Aufwind bekommen, denn Gesundheitsdaten sind das preislich höchste Gut am Datenmarkt – jeder Betriebsverantwortliche möchte gerne wissen, ob er eine «riskante» Person in seinem Mitarbeiterstab hat.

## Literatur

- Anderson, C. (2008): «The end of theory: The data deluge makes the scientific method obsolete» WIREd Magazine 16/07. [www.tinyurl.com/3tg7c9](http://www.tinyurl.com/3tg7c9), Zugriff 21.05.19.
- Andresen, B./Stark, J./Gross, J. (Hrsg.) (1992): Mensch – Psychiatrie – Umwelt. Bonn: Psychiatrie Verlag.
- Bohlken, E./Thies, C. (Hrsg.) (2009): Handbuch Anthropologie. Stuttgart: Metzler.
- Bronfenbrenner, U. (1981): Die Ökologie der menschlichen Entwicklung. Stuttgart: Klett.
- CDC – Center for Disease Control and Prevention (2018): The social-ecological model: A framework for prevention. [www.tinyurl.com/y33duzfn](http://www.tinyurl.com/y33duzfn), Zugriff 21.05.19.
- Clark, A./Chalmers, D. (1998): The extended mind (active externalism): Analysis 58: 7-19. DOI: 10.1093/analys/58.1.7
- Clark, A. (1997): Being there: Putting brain, body, and world together again. Bradford Books. Cambridge: MIT Press.
- Davies, J.B. (2011): Individuals and identity in economics. Cambridge: Cambridge University Press.
- Deutscher Ethikrat (Hrsg.) (2016): Big Data und Gesundheit – Bericht über die öffentliche Befragung des Deutschen Ethikrates. Stellungnahme. [www.tinyurl.com/y6qnjhrb](http://www.tinyurl.com/y6qnjhrb), Zugriff 21.05.19.
- Engel, G.L. (1977): The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. Science 8 196(4286): 129-136.

- Fuchs, T. (2018): Ecology of the brain. Oxford: Univ. Press.
- Gumin, H./Meier, H. (Hrsg.) (1992): Einführung in den Konstruktivismus. München: Piper.
- Haeckel, E. (1866): Generelle Morphologie der Organismen. 2 Bde. Berlin: Reimer.
- Häffner, G. (2000): Philosophische Anthropologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hartmann, N. (1942/2014): Neue Wege der Ontologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hawley, A.H. (1950): Human Ecology: A theory of community structure. New York: Ronald.
- Heidegger, M. (1967 [1927]): Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer.
- Hurwitz, J./Kaufman, M./Bowles, A. (2015): Cognitive computing and big data analytics. Indianapolis: Wiley.
- Kernberg, O. (1979): Object relations theory and clinical psychoanalysis. New York: Jason, Aronson.
- Lewin, K. (1936): Principles of topological psychology. New York: McGraw-Hill.
- Luhmann, N. (1984): Soziale Systeme. Frankfurt: Suhrkamp.
- Merleau Ponty, M. (1975 [1966]): Phänomenologie der Wahrnehmung. Berlin: DeGruyter.
- Mühlum, A./Olschowy, G./Oppl, H./Wendt, W.R. (Hrsg.) (1986): Umwelt? Lebenswelt: Beiträge zu Theorie und Praxis ökosozialer Arbeit. Frankfurt: Diesterweg.
- Oppl, H./Weber-Falkensammer, H. (Hrsg.) (1986): Lebenslagen und Gesundheit. 3 Bde. Frankfurt: Diesterweg.
- Park, R.E. (1936): Human ecology. American Journal of Sociology 42: 1-15.
- Schütz, A./Luckmann, T. (1979, 1984): Strukturen der Lebenswelt. 2 Bde. Frankfurt: Suhrkamp.
- Schurz, G. (2006): Einführung in die Wissenschaftstheorie. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Searle, J.R. (2004): Mind: A brief introduction. Oxford: Oxford University Press.
- Sommerfeld, P./Hollenstein, L./Calzaferri, R. (2011): Integration und Lebensführung. Ein forschungsgestützter Beitrag zur Theoriebildung der Sozialen Arbeit. Wiesbaden: VS Verlag.
- Thiersch, H. (2015): Soziale Arbeit und Lebensweltorientierung. Gesammelte Aufsätze. Weinheim und Basel.
- Tretter, F. (2016): Sucht. Gehirn. Gesellschaft. Berlin: MWV.
- Tretter, F. (2008): Ökologie der Person. Lengerich: Pabst.
- Tretter, F. (1987): Perspektiven einer psychiatrischen Ökologie der Sucht. S. 144-171 in: K. Dörner (Hrsg.), Neue Praxis braucht neue Theorie. Gütersloh: Van Hoddiss.
- Uexküll, J. v. (1909): Umwelt und Innenwelt der Tiere. Berlin: J. Springer.
- Vetter, H.R. (Hrsg.) (1991): Muster moderner Lebensführung. München: Deutsches Jugendinstitut.