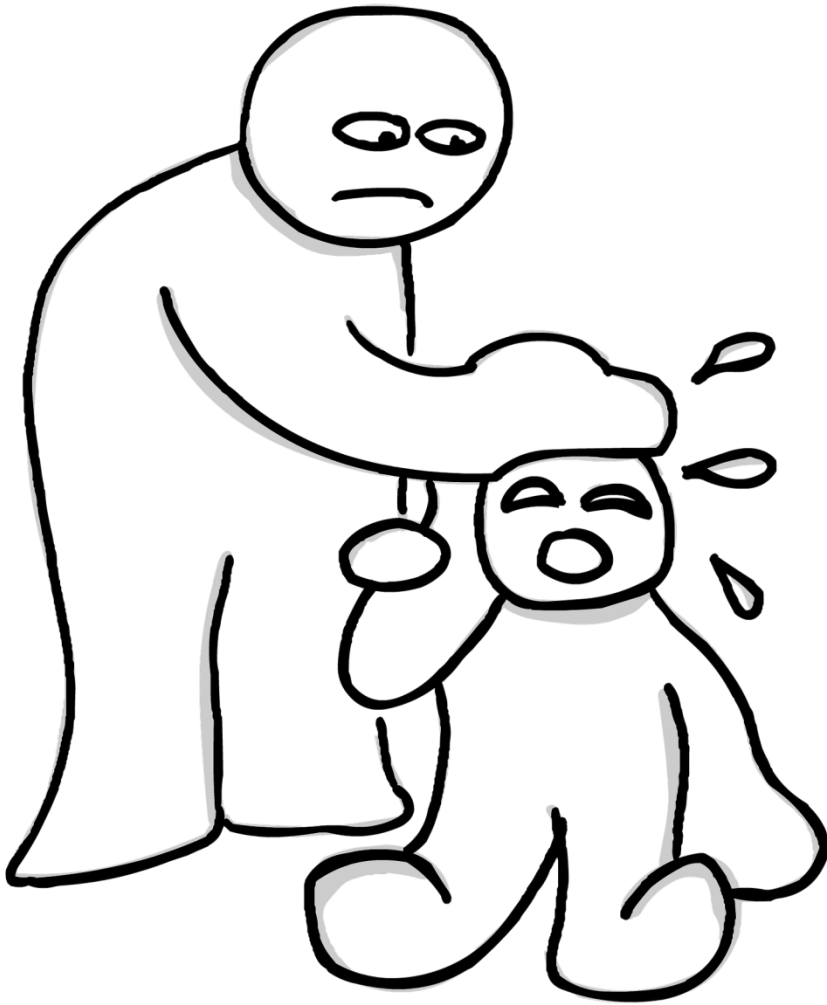


Empathie und Sympathie

Franz Sedlak



Eine Selbsthilfegruppe trifft sich einmal pro Woche. Es geht um die gemeinsame Orientierung im Dickicht der täglichen Entscheidungen. Diesmal ist das Thema: Wieweit soll man sich auf Probleme einlassen, die einem jemand erzählt? Ist es nicht besser, man zieht sich eine widerstandsfähige psychische Schutzmontur an und lässt nur wenig an sich heran?

Ein Teilnehmer berichtet: „Ich habe mich für den Zivildienst entschieden, weil ich den Dienst mit der Waffe ablehne. Zum Beginn unseres Einsatzes im Zivildienst mussten wir uns einen Dia-Vortrag anschauen. In der Bank vor mir saßen drei Burschen, sie hatten schon die ganze Zeit, während der uns erzählt wurde, was wichtig ist im Zivildienst, Karten gespielt. Nun blickten sie kurz auf als angekündigt wurde, man werde jetzt Unfallbilder sehen. Es sei wichtig, in Notsituationen cool bleiben zu können. Die drei lachten geräuschvoll und gaben sich wieder dem Kartenspiel hin. Zwei Reihen weiter vorn sah ich einen schwächlichen jungen Mann, der bei der Ankündigung des Dia-Vortrags noch kalkiger-weiß wurde. Dann kamen die Unfallfotos, man sah Blut, Verstümmelungen, Tote, man hörte Schreie, Wimmern – es dauerte nicht lange, bis der junge Mann aufsprang und auf das WC zusteuerte, wo er sich erbrach. Schuld bewusst ging er nachher zum Vortragenden, der aber reagierte ganz unerwartet: ‚Sie haben den Mut gehabt, sich ganz auf das Schreckliche einzulassen, um helfen zu können. Die lachenden Kartenspieler haben nichts von all dem erfasst.‘“ Ein anderer Gruppenteilnehmer, der zu diesem Gespräch dazugekommen ist, wirft allerdings ein: „Eine Freundin von mir ist Psychotherapeutin. Obwohl ihr Vater vor kurzem verstorben war, hielt sie eine Therapiesitzung ab. Hier ging es plötzlich auch um den Vater, den Vater der Patientin und seinen ebenfalls erst eingetretenen Tod. ‚Das Bemühen um Empathie war die Hölle‘, sagte meine Freundin. Sie hätte sich schützen müssen, damit es ihr nicht so unter die Haut ging.

Wenn Empathie als Mit-fühlen, aber nicht als Identifikation möglich ist, dann Ja zur Einfühlung. Wird aber die Grenze zur Sympathie, d.h. zum persönlich empfundenen Mit-leiden überschritten, dann Nein!“

Die Gruppenmitglieder diskutieren noch beim Verlassen des Gruppenraums. Die Frage, wann Empathie hilfreich ist und wann nicht bzw. wann Empathie sich zur Sympathie wandelt, beschäftigt alle.