



Von der vermeintlichen Arroganz, Verführung und Getriebenheit des Helfens

Franz Sedlak

Seitdem das „Helfersyndrom“ in unseren Köpfen „herumgeistert“, springen wir nicht sofort auf, wenn wir eine Notwendigkeit für das Helfen diagnostizieren, wir verharren mitten im Sprung oder schon unmittelbar vorher in der Startstellung: Helfersyndrom! Helfersyndrom! So hämmert es in unseren Schläfen. „Cave!“, schreien gewiefte (Fach-)Leute. „Hüten wir uns vor dem Helfen-Wollen, ja Helfen-Müssen! Es dient vielleicht nur unserer Eitelkeit, der Ablenkung von unserer inneren Misere. Oder es füttert unseren Narzissmus, indem wir mit geschickt versteckter oder uns selbst verborgener Arroganz den anderen helfen, uns selbst aber nicht als hilfsbedürftig erleben.“ Noch ärger: Ein Psychoanalytiker äußerte bei einem Kongress die Vermutung, dass schon das Anbieten der Mutterbrust eine bedenkliche, weil verführerische Triebhandlung gegenüber dem Säugling sein könnte.

Solchermaßen inkriminiert, wird jede Handlung für bzw. an jemand anderem fragwürdig. Aber was ist die Konsequenz daraus? Lieber nicht helfen? Es gibt die psychologische Empfehlung, wenn man in Not ist, zu sagen, was passiert ist, und konkrete Personen um Hilfe zu bitten. Das nimmt dem Helfen-Wollenden die Unklarheit. Z.B.: Dieser Mensch ist nicht betrunken, sondern hat echte Probleme! Ihm oder ihr zu helfen, resultiert aus dieser Notlage und Bitte und nicht aus eigenem Helferdrang! Auf der Helferseite ist es sicher wertvoll – sofern der Mensch ansprechbar ist – zu fragen, ob Hilfe gebraucht und gewünscht wird!

Wenn Gefahr beim Helfen droht, dann ist es weniger die Selbstwertsteigerung gegenüber den Opfern, sondern die Ausnutzung der Hilfsbereitschaft, um Verbrechen zu begehen! Es ist daher sicher ratsam, dem Wunsch zu helfen die Vernunft zur Seite zu stellen, um die konkrete Situation zu durchschauen. Hilfreich ist dabei die Überlegung, dass falsch angebrachte Hilfe Energie dort wegnimmt, wo sie wirklich gebraucht wird!