

3.12.2019

Bauchzentrum: Die soziale Unterfixierung:

In der frühen Geschichte der Menschheit war es wichtig, dass die Sippe, die Horde oder der Clan zusammenhält. Solange du in der Gemeinschaft bist und um das wärmende Lagerfeuer sitzt, bist du geschützt. Auch wilde Tiere trauen sich nicht heran. Wie schaffst es das Mitglied der Horde, dazuzugehören? Ganz einfach: indem jeder Einzelne etwas für die Gemeinschaft tut. Man muss eine wichtige und sinnvolle Rolle in der Gemeinschaft spielen, dann wird man akzeptiert und gehört dazu.

Wir Menschen können nur überleben, wenn wir zusammenstehen. Wenn z.B. eine politische Partei um ihre gesellschaftliche Bedeutung kämpft, dann hört man regelmäßig die Aufforderung, zusammen zu halten. Manchmal klappt das gut. Aber wenn es Streit oder Kampf in der Gruppe oder der Partei gibt, dann ist das schwer. In einer gespaltenen Gemeinschaft seinen Platz zu finden, ist kaum möglich, denn immer macht man sich bei irgendwem unbeliebt.

Bei der sozialen Fixierung kreist das ganze Denken um die Frage der Zugehörigkeit zur Gruppe, der Partei, der Familie, der Sippe, oder auch der Nation. Wenn der frühe Mensch draußen jagte, tat er es für die Horde. Denn es nützte ihm nichts, wenn nur er allein satt wurde. Erreicht man nichts für die ganze Gruppe, sind die anderen von einem enttäuscht. Das Ansehen und der Platz in der Gruppe sind gefährdet. Wer etwas für die Gemeinschaft tut und erreicht, kann sich sicher fühlen. Man ist ein nützliches Mitglied der Gruppe. Das berechtigt einen, dazuzugehören.

Hier kannst du dein eigenes Leben anschauen: welchen Platz nimmst du in der Familie ein? In der Herkunftsfamilie und in deiner jetzigen. In welche Gruppen warst oder bist du eingebunden? Wie erlebst du dich darin? Welche Rolle nimmst du ein? Wie würdest du deinen Platz beschreiben? Kannst du die Energie in dir spüren, die darauf gerichtet ist, den Zusammenhalt zu sichern und deine Position in der Gruppe zu behaupten.

Wie zeigt sich nun die soziale Fixierung konkret? Soziale Subtypen sind oft Kumpeltypen. Sie sorgen in Vereinen dafür, dass alle zusammenhalten. Sie sind ausgesprochene Familienmenschen. Ein schönes Beispiel für die soziale Fixierung sind auch die Burschenschaften. Man bildet eine Gemeinschaft, um anderen gegenüber im Vorteil zu sein. Man kann sich aufeinander verlassen, weil man sich gegenseitig hilft. Die Gruppe kann individuelle Schwächen durch die Gemeinschaft ausgleichen.

So entsteht ein System, das nach innen sehr stabil ist und sich nach außen abschirmt. Die Regeln der Gemeinschaft können sehr dominant und rigide werden. Wer dagegen verstößt oder gar aus der Gemeinschaft austritt, gilt als Verräter. Beim Militär ist das besonders gravierend. Früher nannte man das Wehrkraftzersetzung oder Landesverrat. In einer lebensgefährlichen Situation muss ich mich auf den anderen verlassen können. Mein Leben liegt in seiner Hand. Daher wurde das Desertieren oder das Verlassen der Truppe mit dem Tod bestraft.

Diese Art der Loyalität der Gruppe gegenüber ist nicht nur nützlich. Sie kann auch die persönliche Entwicklung blockieren. Unbewusst bin ich mit der Gruppe identifiziert. Die Angst vor dem Alleinsein kann so groß werden, das ich mich enorm anstrengte, irgendwie dazuzugehören. Dabei kann es sein, dass ich mich selbst vergesse und alles der Gemeinschaft unterordne.

Soziales Atom anfertigen.

Fragen zum Erforschen:

Wähle eine Gruppe im beruflichen oder privaten Bereich, zu der du gehörst.

1. Was soll es dir geben, zu dieser Gruppe zu gehören und was tust du dafür?
2. Wie erlebst du es, zu dieser Gruppe zu gehören ohne soziale Fixierung auf die Gruppe?