

Dr. Sarah Pohl

PSYCHOLOGISCHE ASPEKTE DER ZUGEHÖRIGKEIT ZU EINER GESCHLOSSENEN WELTANSCHAULICHEN ODER RELIGIÖSEN GRUPPIERUNG

„*Verständnis bedeutet nicht Zustimmung. Es bezieht sich auf die Bedürfnisse, nicht auf die Taten*“¹, soll Marshall B. Rosenberg, der Begründer des Konzepts der „Gewaltfreien Kommunikation“, einmal gesagt haben. Welche gruppenspezifischen Aspekte sind von Bedeutung, wenn Menschen sich sogenannten Sekten oder geschlossenen religiösen Gemeinschaften anschließen? Wenn wir diese Hintergründe verstehen, fällt es uns leichter, den Kontakt zu Personen in solchen Gruppierungen aufrechtzuerhalten. Der Kontakt bleibt stabiler, auch wenn unterschiedliche und teils schwierige Meinungen und Glaubensüberzeugungen bestehen, wenn wir die individuellen Gefühle und Bedürfnisse der Betroffenen besser nachvollziehen können.

Menschen sind soziale Wesen. Das tiefe menschliche Bedürfnis, Teil einer Gruppe zu sein, ist fest in uns verankert.

„*Das Erste, was jemand tut, der sich nicht den Standards der ‚Normalgesellschaft‘ unterwerfen will, ist, sich eine andere Gruppe zu suchen, der er sich stattdessen anpassen kann*“², schreibt Burnett sehr treffend. Auch im religiösen Kontext ist die Zugehörigkeit zu einer Gruppe von grundlegender Bedeutung. Gruppierungen beeinflussen unser Verhalten und formen oft unsere Positionen und Überzeugungen. Die Psychologie untersucht seit vielen Jahren Gruppenprozesse und beleuchtet dabei Aspekte wie strukturelle Abläufe, Phasen der Gruppenentwicklung und die Aushandlung von Zielen innerhalb der Gruppe.³ Doch nicht jede Gruppe ist gleich. Stattdessen haben wir es mit dynamischen Systemen zu tun, die sich stark unterscheiden können und sich nicht immer nach festen Mustern verhalten. Grundsätzlich ist es ein evolutionärer Vorteil, Teil einer Gruppe zu sein. Gruppen helfen bei der Bewältigung von Gefahren, ermöglichen Kooperation und erhöhen die Überlebenschancen. Auch wenn wir heute nicht mehr in einer Gesellschaft leben, in der die Zugehörigkeit zu einer Gruppe lebenswichtig ist, haben Menschen weltweit eine natürliche Neigung zur Gruppenbildung und ein starkes Bedürfnis nach Zugehörigkeit. Religiöse Gemeinschaften erfüllen dieses Bedürfnis, indem sie verbindliche Strukturen, regelmäßige Treffen und soziale Kontakte zu Gleichgesinnten bieten. Dies kann besonders für Menschen attraktiv sein, die keine vergleichbare soziale Einbindung haben oder denen das Gefühl der Zugehörigkeit zeitweise fehlt. Gruppen erfüllen jedoch nicht nur das Bedürfnis nach Zugehörigkeit. Sie beeinflussen auch die Wahrnehmung der sozialen Realität und das Selbstkonzept ihrer Mitglieder. Gruppen definieren, was als erwünschtes oder unerwünschtes Verhalten gilt, und bieten dadurch Orientierung, Sicherheit und Sinn. Typischerweise durchlaufen Gruppen verschiedene Entwicklungsphasen, die in der Gruppenpsychologie durch Phasenmodelle beschrieben werden.⁴ Niebuhr beschreibt Gruppenprozesse in Bezug auf religiöse Gruppierungen als Kontinuum zwischen Ver- und Entsektungsprozessen.⁵ Gruppenstrukturen können sich verhärten, aber auch öffnen.

Bei vielen sog. Sekten existiert ein In- und ein Outgroup-Gefühl. Die eigene Gruppierung wird aufgewertet, das Umfeld oder andere Systeme werden abgewertet, es existiert ein Elitebewusstsein. Die Theorie der Sozialen Identität von Henri Tajfel und John Turner ist eine sozialpsychologische Theorie intergruppalen Prozesses, welche unter anderem der Frage nachgeht, weshalb Individuen ihre eigene Bezugsgruppe gegenüber Fremdgruppen abgrenzen.⁶ Die Grundannahme besteht darin, dass Gruppen

¹ <https://craniosacrale-arbeit.jimdo.free.com/gewaltfreie-kommunikation/m-rosenberg-zitate>.

² Dean Burnett: *Unser verrücktes Gehirn*, München 2016, 275.

³ Z.B.: Daniel Birrer u. Roland Seiler: *Gruppendynamik und Teambuilding*, 2008; Eberhardt Stahl, Friedemann von Thun: *Dynamik in Gruppen: Handbuch der Gruppenleitung*, Weinheim Basel 2012.

⁴ Z.B. Bruce Tuckman u. Mary Ann C Jensen: Stages of small-group development revisited. *Group Facilitation: A Research & Applications Journal*, 2010, 10. Jg., 43-48.

⁵ Helmut Richard Niebuhr: *The social sources of denominationalism*. 1954.

⁶ Henri Tajfel: Experiments in intergroup discrimination. In: *Scientific American*. Band 223, November 1970, 96–102.

uns dabei helfen, die Welt besser zu verstehen und zu ordnen. Überzeugungen können an der sozialen Realität der Gruppe gemessen werden. Eine Gruppe formt das Selbstbild der Individuen und bietet eine Basis für Identifikation. Sie reduziert Unsicherheit und stiftet Sinn. Gruppen liefern Verhaltensrichtlinien, definieren erwünschtes und unerwünschtes Verhalten und bieten dadurch einen Rahmen für Handlungen und Sicherheit.

Dabei spielt auch die Frage eine Rolle, ob sich eine Gruppe anderen Gruppen gegenüber unterlegen oder überlegen fühlt. Generell neigen Gruppen dazu, sich abzugrenzen und sich von anderen unterscheiden zu wollen. Viele Gruppen entwickeln, besonders bei Bedrohung von außen, schnell hierarchische Strukturen. In solchen Hierarchien gehen typischerweise Partizipationsmöglichkeiten verloren, und die Mitglieder müssen sich einfügen und unterordnen. Aus der Unternehmensforschung weiß man, dass Stress und Krankheiten bei Mitarbeitern auf mangelnde Entscheidungsbeteiligung zurückgeführt werden können. Die Psychologie zeigt zudem, dass Hierarchien innerhalb einer Gruppe Schutz vor äußeren Feinden bieten.⁷ Je mehr Feinde im Äußeren lauern, desto effizienter sind hierarchische.

Es stellt sich an dieser Stelle auch die Frage, weshalb Menschen offensichtlich hierarchische Gruppenstrukturen in einer Gesellschaft wählen, in welcher wir frei entscheiden können. Ruso und Atzwanger zufolge ist es denkbar, dass Menschen ihre Gruppenzugehörigkeiten so wählen, dass über soziale Erfolge ihr Selbstwertgefühl steigt. Das bedeutet, dass Gruppierungen, welche ja für manche Menschen mit erfolgreichen hierarchischen Positionen, Rangordnung usw. verknüpft sind, das Bedürfnis nach Selbstwertsteigerung erfüllen können, weil beispielsweise in anderen Gruppierungen und gesellschaftlichen Systemen nur niedrige Rangpositionen bekleidet werden.⁸ Grotepass erwähnt überdies, inwiefern auch Verantwortungsübergabe ein Attraktor sein kann, die eigene Selbstbestimmung aufzugeben.⁹

Gruppendruck bedeutet, dass man Dinge tut, mitträgt oder sagt, die eigentlich nicht dem eigenen Willen, der eigenen Meinung oder dem eigenen Geschmack entsprechen. In der Fachsprache nennt man dies „normative soziale Beeinflussung“¹⁰. Wenn Menschen unter dem Einfluss der Gruppe von der eigenen Meinung abrücken, fällt das darunter. Manchmal geschieht dies aus Angst vor Ablehnung oder negativen Konsequenzen. „Mit beunruhigender Häufigkeit räumt unser Gehirn einem Gemocht werden den Vorzug vor einem Rechthaben ein.“¹¹ Mit diesem Zitat bringt Burnett auf den Punkt, dass eine Motivation auch sein kann, Anerkennung von der Gruppe nicht zu verspielen.

Bekannt ist in diesem Kontext das Konformitätsexperiment von Salomon Asch, der in einem Versuch mit kleinen Gruppen jeweils einer Versuchsperson einen Zettel mit drei unterschiedlich langen Strichen zeigte, mit der Frage, welcher davon der längste sei. Antworteten alle eingeweihten Gruppenmitglieder mit einem falschen Ergebnis, schlossen sich die Versuchsteilnehmer in drei Viertel aller Fälle dem falschen Ergebnis an.¹² Dies liegt nicht daran, dass sich die Wahrnehmung veränderte, sondern zumeist wollten die Versuchsteilnehmer keinen Anlass für Diskussionen bieten, nicht unangenehm auffallen und die Zusammengehörigkeit der Gruppe nicht infrage stellen. Dieses kleine Experiment verdeutlicht, dass die Gruppe selbst keinen aktiven Druck oder gar Zwang ausübt, sondern der Betreffende sich aus freien Stücken der Gruppe unterwirft – weil er dazugehören möchte, gemocht werden will und dies offenbar oft wichtiger zu sein scheint als die Wahrheit. Deswegen gehen Menschen „faule Kompromisse“ ein und tun so, als seien die Überzeugungen der Gruppe auch die eigenen.

⁷ Fanny Jiménez: Hierarchie in der Gruppe schützt vor Feinden, 27.03.2014
<https://www.welt.de/gesundheit/psychologie/article126263661/Hierarchie-in-der-Gruppe-schuetzt-vor-Feinden.html> (letzter Zugriff am 28.01.2022)

⁸ Bernhart Ruso; Klaus Atzwanger: Motive für hierarchisches Sozialverhalten Vereinsmeierei als evolutionspsychologisches Relikt, Graz 2005.

⁹ Christoph Grotepass: Fundamentalismus und Verschwörungsglaube am Beispiel der Organischen Christus-Generation (OCG) [https://sekten-info-nrw.de/information/artikel/fundamentalismus/fundamentalismus-und-verschwörungsglaube-am-beispiel-der-organischen-christus-generation-\(ocg\)](https://sekten-info-nrw.de/information/artikel/fundamentalismus/fundamentalismus-und-verschwörungsglaube-am-beispiel-der-organischen-christus-generation-(ocg))

¹⁰ Klaus Jonas, Wolfgang Stroebe, Miles Hewstone: *Sozialpsychologie. Eine Einführung*. Springer-Verlag, 2013.

¹¹ Dean Burnett: Unser verrücktes Gehirn. Über Blackouts, Aberglaube, Seekrankheit–wie uns das Gehirn austrickst. München: Bertelsmann. 2016, S. 306.

¹² Solomon Asch. (1956). Studies of independence and conformity: I. A minority of one against a unanimous majority. *Psychological Monographs*, 70(9), 1–70.

Entscheiden sich Menschen für die Zugehörigkeit zu einer religiösen Gruppierung, kommen weitere Faktoren zum Tragen. Man sollte doch meinen, dass jeder heutzutage, im Zeitalter des Internets, rasch in der Lage ist, an Informationen über kritische Punkte bei einer fragwürdigen religiösen Gruppierung heranzukommen. Hier kommt aber die „Informationelle soziale Beeinflussung“ ins Spiel. Damit ist gemeint, dass Menschen andere Menschen als zuverlässige Informationsquelle anerkennen.¹³ Wenn Menschen in Gruppen Berichte von anderen hören, diese „Zeugnis“ geben und beispielsweise erzählen, wie positiv sich ihr Leben durch die Mitgliedschaft bei der Gruppe verändert habe, kann der Effekt eintreten, dass das Gehirn solchen Informationen automatisch einen anderen Stellenwert einräumt als Informationen von außen. Solche Berichte können dann mehr überzeugen als Zahlen, Daten und Fakten, die man sich jederzeit aus dem Internet beschaffen könnte. Gerade in chaotischen, krisenhaften und undurchschaubaren Momenten greift dieser Effekt besonders – dann zieht unser Gehirn es offenbar vor, sich an anderen Menschen zu orientieren und diese als verlässliche Informationsquelle zu betrachten. Geschichten von Personen können Hoffnung machen, ein positives Gefühl vermitteln und werden deswegen höher bewertet als gegenläufige Fakten.

Gruppen haben die Tendenz, ins Extreme abzurutschen. Dies wirkt zunächst kontraintuitiv, da man meinen würde, in einer Gruppe bestehe ein reger Austausch zwischen unterschiedlichen Standpunkten und Meinungen, und die Gruppenmeinung stelle sozusagen einen Mittelwert dieser verschiedenen individuellen Haltungen dar. Aber „*Mitglieder von Gruppen äußern Meinungen, die extremer sind als die, die sie als Einzelpersonen vertreten würden*“¹⁴. Woran liegt das? Zunächst kommt hier der Wunsch nach Gruppenharmonie zum Tragen, der – wie schon beim Thema Gruppendruck beschrieben – dazu führen kann, dass Mitglieder von Gruppen eigene Wahrnehmungen oder Meinungen zugunsten der Harmonie in der Gruppe hintanstellen. Dieser Effekt kommt vor allem in Gruppen zum Tragen, welche die Tendenz haben, sich nach außen stark abzuschotten und sich gegen Kritik zu immunisieren.

Menschen sind in der Lage, sich auf Befehl gegenseitig Schmerzen zuzufügen.¹⁵ Wenn der Versuchsleiter, wie im bekannten Milgram-Experiment, den Befehl gab, vermeintliche Probanden mit an Intensität zunehmenden Stromstößen zu foltern, leisteten 65 % der VersuchsteilnehmerInnen diesem Befehl Folge. Fazit solcher Experimente ist u.a., dass ein beträchtlicher Teil der Menschheit bereit ist, Autoritätspersonen zu gehorchen. Die Verantwortung für etwaige Folgen der eigenen Handlungen wird an die Autoritätsperson delegiert. Autoritätszuschreibungen erhöhen sich mit räumlicher Nähe und bestimmtem Aussehen (weißer Kittel war in besagtem Experiment von Vorteil). Eine Schlussfolgerung aus diesem Experiment ist auch, dass der blinde Gehorsam offenbar evolutionäre Vorteile bietet. Die menschliche Neigung, Autoritäten anzuerkennen, macht das Arbeiten in Gruppen effizienter.

„Massenbewegungen können ohne den Glauben an einen Gott entstehen und wachsen – aber niemals ohne den Glauben an einen Teufel.“¹⁶

Es klang bereits an einigen Stellen an: Sündenböcke und Schuldige spielen in hierarchisch organisierten und autoritären Gruppen eine wichtige Rolle. Ein gemeinsamer Feind begünstigt die Entwicklung eines besonders starken Wir-Gefühls. Feinde und Sündenböcke können aus den eigenen Reihen gewählt oder außen gesucht werden. Einen Feind heraufzubeschwören, der außen lauert, stärkt den inneren Zusammenhalt. Feinbilder können sehr rasch entstehen, es genügt oft ein gegenseitiges Nichtverstehen, um jemanden als bedrohlich wahrzunehmen. Je glühender man einer Weltanschauung anhängt, desto empfindlicher ist übrigens die Reaktion auf Kritik von außen.

Genauso wie man Andersdenkende und Nichtmitglieder der eigenen Meinungs- und Überzeugungsgruppe ablehnt, neigt man dazu, die Mitglieder der eigenen Gruppierung zu glorifizieren. Die Meinung derjenigen, die in uns persönlich wichtigen Punkten der gleichen Ansicht sind, akzeptieren wir leicht auch bei anderen Themen. Wir differenzieren also nicht, sondern generalisieren. Die Expertise von Gleichgesinnten wird rasch überschätzt. Man lässt sich gegenseitig so einiges durchgehen, deckt den anderen aus der Gruppe und schaut großzügig über Fehler hinweg, solange in wichtigen Überzeugungen Einigkeit besteht. Im Übrigen neigen Menschen auch dazu, die Bewertung der Attraktivität zugunsten von Ingroup-Mitgliedern

¹³ Burnett, 2016, S. 308.

¹⁴ Dean Burnett, 2016, S. 312.

¹⁵ Stanley Milgram: Behavioral Study of Obedience. In: Journal of Abnormal and Social Psychology. Band 67, 1963, S. 371–378.

¹⁶ Eric Hoffer: The true believer. New York: Perennial.

vorzunehmen.¹⁷ Die Sympathie für Menschen aus der eigenen Gruppierung ist erhöht. Das beschreiben Mitglieder unterschiedlichster religiöser Gruppierungen immer wieder. Immer wieder taucht im Zusammenhang mit Extremgruppierungen das Schlagwort „Gehirnwäsche“ auf, um zu beschreiben, wie sich das Denken während der Mitgliedschaft in der Gruppe verändert hat. Aussteiger und Beobachter benutzen mitunter diesen Begriff, wenn eine Person gezielt dahingehend beeinflusst wird, dass sie dem eigenen Urteilsvermögen, den eigenen Grundprinzipien nicht mehr vertraut und stattdessen eine gelenkte Umorientierung stattfindet. Der Begriff „Gehirnwäsche“ hat allerdings keine solide wissenschaftliche Basis. Er wird vorwiegend benutzt, um das Unerklärliche einer solch radikalen Veränderung im Wertegefüge zu benennen und die betroffenen Personen von der Verantwortung dafür zu entlasten. Seinen Ursprung hat die Vorstellung in der „Umpolung“ in totalitären Staaten, wo entsprechende Versuche häufig auch unter Anwendung physischer Gewalt vorgenommen wurden. Im Grunde geht es im Kontext von religiösen Gruppierungen jedoch um einen Prozess der mentalen Anpassung. Grundlegend ist die Erkenntnis, dass Meinungen von anderen automatisch abfärben. Auch wenn wir uns für eine Gesellschaft von Individualisten halten, so lassen wir uns doch vom Verhalten der Umgebung beeinflussen. Nicht von ungefähr beeinflussen Bewertungen bei Amazon oft die Kaufentscheidung, der Freundeskreis den Kleidungsstil und den Musikgeschmack. Wenn Gruppierungen gesamtgesellschaftlich betrachtet eine Minderheitenmeinung vertreten, besteht meist auch eine Tendenz zur Abschottung. Nur so kann die Plausibilität der eigenen Wirklichkeitsdefinitionen aufrechterhalten werden. Innerhalb von geschlossenen Systemen können sich die Mitglieder rückversichern und in ihrer Weltanschauung gegenseitig stabilisieren. Zwar begünstigen geschlossene Systeme Dogmatismus, Fundamentalismus, Schwarz-Weiß-Denken und eine Abkehr von der Außenwelt. Gleichzeitig jedoch erleben Mitglieder solcher Systeme einige positive Nebeneffekte wie ein starkes Zusammengehörigkeitsgefühl, eine familiäre Atmosphäre und enge emotionale Bindungen. Zur Abgrenzung nach außen wird auf unterschiedlichen Ebenen Distanzierung vorgenommen. Neben einer sozialen geschieht auch eine ideologische Distanzierung gegenüber Andersdenkenden sowie eine sittlich-moralische Distanzierung. Exklusivitätsansprüche können die soziale Fixierung auf die Gruppierung erhöhen. Übrigens erhöht auch Anfeindung von außen den inneren Zusammenhalt, und gleichzeitig wird dadurch die Sicht bestätigt, dass die Außenwelt feindlich sei. Oft verfügen geschlossene Gruppierungen über diverse Kontrollmechanismen und Systeme aus Belohnung und Bestrafung.

Für Aussteiger ist es von zentraler Bedeutung bei der Integration der hinter sich gelassenen Lebensphase in die eigene Biografie, nicht selbst in eine Schwarz-Weiß-Haltung zu verfallen und nicht nur eine negative Sicht auf die Zeit in der Gemeinschaft zu kultivieren oder die Gruppierung gar zum Sündenbock werden zu lassen. Vielmehr geht es darum, eine differenzierte Perspektive einzuüben, sich selbst besser zu verstehen, Verantwortung für eigene Lebensentscheidungen zu übernehmen und die Jahre, welche in der Gruppierung verbracht wurden, nicht als völlig vergeudete Lebenszeit zu werten. De nachzuspüren, welche Bedürfnisse die Gruppierung erfüllte, kann helfen, solchen Bedürfnissen nachhaltiger gerecht zu werden, Verantwortung für die künftigen Lebensentscheidungen zu übernehmen und aus den erlernten Schemata von Mitläufertum, Anpassung und Unterwerfung auszubrechen. Durch die Betrachtung von gruppenpsychologischen Wirkmechanismen wird das eigene Verhalten besser verstehbar. Es erscheint dann gar nicht mehr so unnormal. Insofern bildet die Einbeziehung dieser Perspektive einen besonders wichtigen Bestandteil einer präventiven Arbeit in Bezug auf religiöse Extremgruppierungen.

¹⁷ David Wilder: Predictions of belief homogeneity and similarity following social categorization. *British Journal of Social Psychology*, 23, 1984. 323-333; Ulrich Wagner; Phillip L. Ward: Variation of out-group presence and evaluation of the in-group. *British Journal of Social Psychology*, 1993, 32. Jg., Nr. 3, S. 241-251.

Weiterführende Literatur

- Antons, Klaus: Die dunklen Seiten von Gruppen. Alles über Gruppen. Theorie, Anwendung, Praxis, Weinheim 2009.
- Birrer, Daniel/Seiler, Roland: Gruppendynamik und Teambuilding, in: Beckmann, Jürgen/Kellmann, Michael (Hg.): Anwendungen der Sportpsychologie, Göttingen u. a. 2008, 311–392.
- Burnett, Dean: Unser verrücktes Gehirn, München 2016.
- Kaufmann, Kathrin/Illig, Laura/Jungbauer, Johannes: Sektenkinder. Über das Aufwachsen in neureligiösen Gruppierungen und das Leben nach dem Ausstieg, Köln 2021.
- Neuberger, Sylvia: Menschen auf der Suche. Beratung und Psychotherapie im Umfeld von sogenannten Sekten und weltanschaulichen Gemeinschaften vor dem Hintergrund systemischen Denkens, Wien 2018.
- Pohl, Sarah: Spiritueller Schiffbruch. Sich selbst und anderen in Sinnnot helfen, Göttingen 2022.
- Ruso, Bernhart/Atzwanger, Klaus: Motive für hierarchisches Sozialverhalten. Vereinsmeierei als evolutionspsychologisches Relikt, Graz 2005.
- Stahl, Eberhard: Dynamik in Gruppen. Handbuch der Gruppenleitung, Weinheim/Basel 2012.