

Freiheit und Verantwortung

Eine Handlungstheorie zwischen Vernunft und Glaube
Essay von Norbert Rieser, 2025 – Schlussfassung

[Norbert Rieser](#)

Inhaltsverzeichnis

- 1 Einleitung: Warum eine Handlungstheorie?
 - 2 Grundlagen des Handelns
 - 2.1 Merkmale des Handelns
 - 2.2 Handlungsgleichung (Grundmodell)
 - 2.3 Erweiterte Gleichung: Vertrauen und Gnade
 - 2.4 Emotionen, Bildung, Menschenbild und Transzendenz als Handlungsfaktoren
 - 3 Philosophische Ansätze des Handelns
 - 4 Geisteswissenschaftliche Ansätze
 - 5 Soziale, psychologische und soziologische Dimensionen
 - 6 Verantwortung – ein systemisches Modell
 - 7 Christlich-ethische Erweiterung: Freiheit und Gnade
 - 8 Vergleich: säkulare und christliche Perspektiven
 - 9 Exkurs: Vertrauen und Prozessethik (Peter Heintel)
 - 10 Fazit: Der Mensch als moralisches Wesen im Prozess
 - 11 Prozessberatung und Abgrenzung zu Therapie
 - 12 Literaturverzeichnis
 - Anhang: Einstieg und Synopse
-

1 Einleitung: Warum eine Handlungstheorie?

Handeln gestaltet Wirklichkeit. In Zeiten ökologischer Krisen, politischer Umbrüche und individueller Unsicherheiten stellt sich die Frage, wie Menschen verantwortlich handeln sollen. Eine Handlungstheorie beschreibt nicht nur Abläufe, sondern gibt Orientierung, Maßstäbe und Kriterien für Verantwortung.

Dieses Essay verbindet Philosophie, Psychologie, Soziologie und Theologie. Es berücksichtigt die geisteswissenschaftliche Perspektive, betont das Menschenbild und die Transzendenz, integriert die Prozessethik von Peter Heintel und stellt die Gnade als befreiende Dimension des Neubeginns heraus.

2 Grundlagen des Handelns

2.1 Merkmale des Handelns

Handeln ist intentional, auf Ziele gerichtet. Es ist reflexiv, weil es bewusst reflektierbar ist. Und es ist normativ, weil es moralisch bewertet werden kann.

2.2 Handlungsgleichung (Grundmodell)

$$H = f(U, P, I, S, G)$$

- H = Handlung
- U = Umwelt (soziale, kulturelle Normen, Institutionen)
- P = Persönlichkeit (Charakter, Werte, Temperament)
- I = Intention (Ziele, Sinnbezug)
- S = Situation (Rollen, Ressourcen, Druck)
- G = Geschichte (Biographie, Erfahrungen, Prägungen)

Einfach gesagt: Handeln entsteht durch ein Zusammenspiel von Umwelt, Charakter, Zielen, Umstände und Lebenserfahrungen.

2.3 Erweiterte Gleichung: Vertrauen und Gnade

$$H = f(U, P, I, S, G) + (V_T + V_G)$$

- V_T = Vertrauen (Selbstvertrauen, soziales Vertrauen)
- V_G = Gnade (Neuanfang trotz Fehlern)

Erklärung: Neben den „normalen“ Einflussgrößen ermöglichen Vertrauen und Gnade, dass Handeln nicht starr und festgelegt bleibt, sondern offen für Zukunft und Veränderung ist.

2.4 Emotionen, Bildung, Menschenbild und Transzendenz

$$H = f(U, P, I, S, G, E, B, M, T) + (V_T + V_G)$$

- E = Emotionen (Gefühle wie Freude, Angst, Wut, Hoffnung)
- B = Bildung (Fähigkeit, Wissen zu verarbeiten, Sprache zu verstehen)
- M = Menschenbild (Verständnis des Menschen: autonom, begrenzt, Geschöpf, Partner)
- T = Transzendenz (Bezug auf das Mehr-als-Sichtbare: Sinn, Glaube, Tiefe)

Erklärung: Menschen handeln nicht nur rational, sondern emotional, bildungsabhängig und geprägt von ihrem Menschenbild und ihrer Offenheit für Transzendenz.

Tabelle: Bildungsgrad und Kommunikation

Bildungsgrad	Zugangsebene	Sprache	Beispiel
Grundlegend	bildhaft, praktisch	einfache Sätze, Alltagsbilder	„Ein Haus braucht ein Fundament – so wie unser Leben Vertrauen braucht.“
Mittel	anschaulich, einfach theoretisch	klare Begriffe, Praxisbezug	„Wenn wir fair handeln, wächst Vertrauen – auch im Team.“
Hoch	komplex, abstrakt	Theorien, Fachbegriffe	„Hans Jonas betont: Handeln muss die Zukunft mitdenken.“

3 Philosophische Ansätze

Die Philosophie hat zahlreiche Handlungstheorien entwickelt. Kant forderte, so zu handeln, dass die eigenen Maximen allgemeines Gesetz werden können. Bentham und Mill sahen das größte Glück der größten Zahl als Ziel. Habermas erklärte, dass Normen im freien Diskurs ihre Geltung gewinnen. Kierkegaard betonte die Entscheidung im Angesicht von Angst und Freiheit. Jonas verlangte zukunftstaugliches Handeln. Dilthey sah Handeln eingebettet in Erfahrung. Fromm unterschied Sein und Haben. Frankl stellte Sinn als letzte Motivation heraus. Aristoteles betonte die praktische Klugheit. Arendt verstand Handeln als Freiheitsmoment. Heintzel schließlich verdeutlichte: Handeln bleibt zeitlich, offen und verhandelbar.

Tabelle: Philosophische Ansätze im Überblick

Ansatz	Vertreter	Kerngedanke	Alltag
Deontologie	Kant	Regeln, die für alle gelten	Prinzipientreue
Utilitarismus	Bentham, Mill	größtes Glück für viele	Politik
Diskursethik	Habermas	Geltung im Dialog	Demokratie
Existenzielle Ethik	Kierkegaard	Mut zur Entscheidung	Lebenskrisen
Verantwortungsethik	Jonas	Zukunftstauglichkeit	Klima, Technik
Lebensphilosophie	Dilthey	Erfahrung als Basis	Erziehung
Humanistische Ethik	Fromm	Sein statt Haben	Lebensstil
Sinnzentrierte Handlung	Frankl	Sinn trägt	Krisenbewältigung
Praktische Klugheit	Aristoteles	tugendhafte Mitte	Konfliktlösung
Politische Freiheitslehre	Arendt	Handeln als Freiheitsmoment	Engagement
Prozessethik	Heintzel	Offenheit, Zeitlichkeit	Neubewertung

4 Geisteswissenschaftliche Ansätze

Die Geisteswissenschaften beschreiben den Menschen als Sinnwesen. Philosophie fragt nach Wahrheit, Freiheit und Verantwortung. Geschichte zeigt, dass Handeln immer in Zeit und Tradition eingebettet ist. Hermeneutik macht bewusst, dass jedes Verstehen Interpretation ist. Kulturwissenschaften zeigen, dass Sprache, Symbole und Rituale Handeln prägen. **In einfachen Worten: Geisteswissenschaften erinnern daran, dass Menschen ihre Welt nicht nur gestalten, sondern auch deuten.**

5 Soziale, psychologische und soziologische Dimensionen

Handeln vollzieht sich in Rollen – Eltern, Arbeitnehmer, Bürger. Erwartungen prägen unser Verhalten. Psychologisch betrachtet steuern Bedürfnisse, Selbstwirksamkeit und Emotionen das Handeln. Soziologisch sind Strukturen, Institutionen und Systeme bestimmend. Globalisierung und Digitalisierung verändern die Bedingungen. Prozessethik betont: Alles Handeln ist zeitlich und offen, kein Endzustand.

6 Verantwortung – ein systemisches Modell

$$R = W + V + B + E + H + F$$

- W = Wahrnehmen
- V = Verstehen
- B = Bewerten
- E = Entscheiden
- H = Handeln
- F = Reflektieren
-

Erklärung: Verantwortung bedeutet, die Situation zu sehen, zu verstehen, zu bewerten, zu entscheiden, zu handeln und daraus zu lernen.

7 Christlich-ethische Erweiterung: Freiheit und Gnade

Freiheit ist Berufung zum verantworteten Tun. Gnade bedeutet: Auch nach Fehlern darf neu begonnen werden. Ohne Gnade wird Handeln zum Druck, mit Gnade wird Handeln Befreiung.

8 Vergleich säkulare und christliche Perspektiven

In säkularen Ansätzen gilt der Mensch als autonom und rational. In christlicher Sicht ist er zugleich Geschöpf, freiheitsfähig und begrenzt. Säkular bestimmen Pflicht, Nutzen und Sinn das Motiv, - christlich Liebe, Hoffnung und Gnade. Säkular sind Ziele Glück, Gerechtigkeit und Gemeinwohl, - christlich Versöhnung und Reich Gottes.

Scheitern bedeutet säkular Resilienz, - christlich Vergebung und Neubeginn. Transzendenz bleibt säkular oft ausgeblendet, während sie in der christlichen Sicht die Tiefe des Lebens eröffnet.

9 Exkurs: Vertrauen und Prozessethik

Handeln geschieht im Zeitfluss. Symbolisch:

$$H(t) = f(U, P, I, S, G, E, B, M, T) + (V_T + V_G)$$

t zeigt, dass Handeln Schritt für Schritt geschieht. Emotionen, Bildung, Menschenbild und Transzendenz beeinflussen jede Handlung. Vertrauen und Gnade halten Handeln offen für Hoffnung und Neubeginn.

10 Fazit: Der Mensch als moralisches Wesen im Prozess

Vernunft ordnet. Gefühle geben Energie. Bildung schafft Verständnis. Das Menschenbild bestimmt die Haltung. Transzendenz gibt Tiefe. Gnade eröffnet Neubeginn. Prozessethik erinnert, dass alles Handeln offen, korrigierbar und lernfähig bleibt. Der Mensch ist somit ein moralisches, lernendes und hoffendes Wesen.

Video-Hinweis: Ergänzend siehe „Freiheit und Gnade – eine Spurensuche“
(<https://youtu.be/pyr6UjcAAjo?feature=shared>).

11 Prozessberatung und Abgrenzung zu Therapie

Die Modelle sind Instrumente für Prozessberatung. Sie helfen, Entscheidungen zu strukturieren, Kommunikation zu erleichtern und Orientierung zu geben. Dabei gilt es, die Sprachebene an den Bildungsgrad des Gegenübers anzupassen. Menschen mit einfacher Bildung erreicht man über Bilder und Geschichten. Menschen mit mittlerem Bildungshintergrund durch klare Strukturen und Praxisbeispiele. Menschen mit höherer Bildung durch abstrakte Theorien. Gleichzeitig gilt: Gefühle sind ebenso wichtig wie Argumente. Beratung muss emotionalen Ausdruck ernst nehmen.

12 Literaturverzeichnis

- Arendt, Hannah: Vita activa. München 1960
Bandura, Albert: Self-Efficacy – The Exercise of Control. New York 1997
Bonhoeffer, Dietrich: Ethik. München 1949
Born, Rainer: Sprache – Erkenntnis – Wirklichkeit.
Dilthey, Wilhelm: Gesammelte Schriften. Leipzig 1922 ff.
Frankl, Viktor: Der Mensch auf der Suche nach Sinn. Wien 1946
Fromm, Erich: Haben oder Sein. München 1976
Gabriel, Markus: Der Sinn des Denkens. Berlin 2018
Goffman, Erving: Wir alle spielen Theater. München 1969
Habermas, Jürgen: Moralbewusstsein und kommunikatives Handeln. Frankfurt am Main 1983
Härle, Wilfried: Warum Gott? Tübingen 2015
Heintel, Peter: Prozessethik. Über den Umgang mit Zeit, Entscheidung und Verantwortung. Wien 2000
Jonas, Hans: Das Prinzip Verantwortung. Frankfurt am Main 1979
Kant, Immanuel: Grundlegung zur Metaphysik der Sitten. Riga 1785
Körtner, Ulrich: Evangelische Ethik. Göttingen 1999
Luther, Martin: Von der Freiheit eines Christenmenschen. Wittenberg 1520
Maslow, Abraham: Motivation and Personality. New York 1954
Mead, George Herbert: Geist, Identität und Gesellschaft. Frankfurt am Main 1968
Sloterdijk, Peter: Du musst dein Leben ändern. Frankfurt am Main 2009
Sölle, Dorothee: Mystik und Widerstand. Stuttgart 1997

Wichtig: Diese Modelle ersetzen keine Therapie. Bei psychischen Erkrankungen, Traumata oder schweren Krisen ist professionelle Hilfe durch Psychotherapie oder Medizin notwendig. Prozessberatung kann begleiten, ermutigen und Handlungsspielräume öffnen, sie ist aber keine Behandlung.

Einstiegsanleitung – Fassung 1

(Grundlegend, bildhaft, emotional, praktisch)

Handeln heißt: Wir gestalten unser Leben. Wir entscheiden, wie wir mit anderen umgehen und wie wir die Welt prägen. Wir tun das nicht allein mit dem Kopf, sondern auch mit dem Herzen. Gefühle wie Freude, Angst oder Hoffnung bestimmen stark, was wir tun.

Jeder Mensch bringt seine Geschichte mit, seine Erfahrungen, seine Familie, seine Arbeit. Manchmal sind es auch Regeln und Erwartungen, die unser Handeln lenken. Aber es gibt mehr: Wir alle brauchen Vertrauen – in uns selbst und in andere. Und wir brauchen Gnade. Gnade bedeutet: Wir dürfen neu anfangen, auch wenn wir Fehler gemacht haben.

Wir können sagen: Handeln entsteht aus fünf Dingen: unserer Umwelt, unserem Charakter, unseren Zielen, der jeweiligen Situation und unserer Geschichte. Dazu kommen unsere Gefühle, unser Wissen und unser Bild vom Menschen. Manche sehen den Menschen nur als Einzelnen, andere als Teil der Schöpfung. Wer an Transzendenz glaubt, öffnet sich für etwas Größeres, das Leben übersteigt.

Am Ende geht es darum: Verantwortung übernehmen heißt sehen, verstehen, abwägen, entscheiden, handeln und aus Fehlern lernen. Wir müssen nicht perfekt sein. Mit Vertrauen und Gnade dürfen wir immer wieder neu anfangen.

Einstiegsanleitung – Fassung 2

(Mittel, klar, praxisnah, einfache Theorie)

Handeln bedeutet, dass wir mit unseren Entscheidungen die Welt gestalten. Unser Handeln wird beeinflusst durch die Umwelt, in der wir leben, durch unsere Persönlichkeit und Werte, durch unsere Ziele, die konkrete Situation und unsere Lebenserfahrungen. Dieses Grundmodell lässt sich erweitern: Gefühle, Bildung, unser Bild vom Menschen und die Offenheit für Transzendenz spielen ebenfalls eine wichtige Rolle.

Gefühle bestimmen oft stärker als reine Vernunft, welchen Weg wir gehen. Der Bildungsgrad beeinflusst, ob wir komplexe Zusammenhänge verstehen können. Unser Menschenbild entscheidet, ob wir andere respektieren oder gering schätzen. Transzendenz schließlich verweist darauf, dass Handeln nicht nur auf das Sichtbare begrenzt ist, sondern auf Sinn und Tiefe verweist.

Eine erweiterte Handlungsgleichung lautet: Handeln ist eine Funktion von Umwelt, Persönlichkeit, Intention, Situation, Geschichte, Emotionen, Bildung, Menschenbild und Transzendenz, ergänzt durch Vertrauen und Gnade. Vertrauen bedeutet Zutrauen zu uns selbst und anderen. Gnade bedeutet, auch nach Fehlern wieder neu beginnen zu dürfen.

Verantwortung lässt sich in sechs Schritten zusammenfassen: wahrnehmen, verstehen, bewerten, entscheiden, handeln und reflektieren. Einfach gesagt: Wir sehen, was ist, wir überlegen, wir wählen, wir setzen um, wir lernen. Dieses Modell ist eine Orientierungshilfe für den Alltag, nicht eine starre Vorschrift.

Einstiegsanleitung – Fassung 3

(Hoch, abstrakt, systematisch, reflektiert)

Handeln kann als Prozess beschrieben werden, der von mehreren Dimensionen geprägt ist: Umwelt, Persönlichkeit, Intention, Situation und Geschichte. Dieses Modell wird erweitert durch Emotionen, Bildungsgrad, Menschenbild und Transzendenz. Hinzu treten Vertrauen und Gnade als transzendente Kategorien, die Handeln über die reine Rationalität hinaus öffnen.

Formelhaft lässt sich sagen: $H(t) = f(U, P, I, S, G, E, B, M, T) + (V_T + V_G)$. Hierbei steht t für die Zeitabhängigkeit des Handelns. U bezeichnet die Umwelt, P die Persönlichkeit, I die Intention, S die Situation, G die Geschichte, E die Emotionen, B den Bildungsgrad, M das Menschenbild und T die Transzendenz. V_T steht für Vertrauen, V_G für Gnade.

Das Menschenbild bestimmt die grundlegende Anthropologie: Ist der Mensch autonom, sozial, begrenzt oder als Geschöpf verstanden? Transzendenz verweist auf die Öffnung des Handelns auf das Mehr-als-Sichtbare, sei es in Form von Sinn, Religion oder metaphysischem Bezug. Gefühle und Bildung sind nicht nur Randfaktoren, sondern konstituieren die Art und Weise, wie Menschen handeln, entscheiden und Verantwortung tragen.

Verantwortung ist ein systemischer Prozess: Wahrnehmen, Verstehen, Bewerten, Entscheiden, Handeln, Reflektieren. Prozessethisch gesehen (Peter Heintel) bleibt Handeln immer vorläufig und offen für Neubewertung. Christlich-ethisch gesehen bedeutet Gnade die Möglichkeit des Neuanfangs trotz Schuld. So wird der Mensch sichtbar als moralisches, lernendes und hoffendes Wesen, das in Freiheit Verantwortung übernimmt.

Synopse der drei Einstiegsanleitungen

Thema	Grundlegend (einfach, bildhaft)	Mittel (praxisnah, klare Struktur)	Hoch (abstrakt, systematisch)
Was ist Handeln?	Handeln heißt: Wir gestalten unser Leben. Wir tun das nicht nur mit dem Kopf, sondern auch mit dem Herzen. Gefühle bestimmen stark, was wir tun.	Handeln bedeutet, mit unseren Entscheidungen die Welt zu gestalten. Es wird beeinflusst durch Umwelt, Persönlichkeit, Ziele, Situation und Geschichte.	Handeln ist ein Prozess, geprägt durch Umwelt, Persönlichkeit, Intention, Situation und Geschichte, erweitert durch Emotionen, Bildung, Menschenbild und Transzendenz.
Welche Faktoren wirken?	Jeder bringt seine Geschichte, Familie und Arbeit mit. Regeln und Erwartungen lenken uns. Aber wir brauchen auch Vertrauen und Gnade.	Gefühle, Bildung, Menschenbild und Transzendenz prägen zusätzlich unser Handeln. Vertrauen und Gnade öffnen Handlungsspielräume.	Formelhaft: $H(t) = f(U, P, I, S, G, E, B, M, T) + (V_T + V_G)$. Handeln ist zeitabhängig (t). Faktoren sind Umwelt, Persönlichkeit, Intention, Situation, Geschichte, Emotion, Bildung, Menschenbild, Transzendenz.
Menschenbild	Manche sehen Menschen nur als Einzelne, andere als Teil der Schöpfung.	Menschenbild bestimmt, ob wir andere respektieren oder gering schätzen.	Anthropologisch: Der Mensch wird verstanden als autonom, sozial, begrenzt oder als Geschöpf.
Transzendenz	Leben ist mehr als das Sichtbare. Transzendenz gibt Hoffnung.	Transzendenz verweist auf Sinn und Tiefe jenseits des Messbaren.	Transzendenz öffnet Handeln auf das Mehr-als-Sichtbare, sei es Religion, Sinn oder metaphysischer Bezug.
Vertrauen und Gnade	Vertrauen heißt: Ich darf auf mich und andere bauen. Gnade heißt: Ich darf neu anfangen, auch wenn ich Fehler mache.	Vertrauen bedeutet Zutrauen zu uns selbst und anderen. Gnade bedeutet, nach Scheitern neu beginnen zu dürfen.	Vertrauen und Gnade sind transzendente Kategorien, die Handeln über Rationalität hinaus öffnen.
Verantwortung	Verantwortung heißt: sehen – verstehen – entscheiden – handeln –	Verantwortung lässt sich als sechs Schritte verstehen: wahrnehmen, verstehen, bewerten, entscheiden, handeln,	Verantwortung ist ein systemischer Prozess von Wahrnehmen, Verstehen, Bewerten, Entscheiden, Handeln

Thema	Grundlegend (einfach, bildhaft)	Mittel (praxisnah, klare Struktur)	Hoch (abstrakt, systematisch)
	nachdenken. Niemand muss perfekt sein.	reflektieren.	und Reflektieren; prozessethisch stets vorläufig.
Schluss-gedanke	Wir müssen nicht perfekt sein. Mit Vertrauen und Gnade dürfen wir immer wieder neu anfangen.	Dieses Modell ist Orientierungshilfe, keine starre Vorschrift.	Der Mensch ist moralisches, lernendes und hoffendes Wesen, das Verantwortung in Freiheit übernimmt.