

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	<b>5</b>
<b>Geleitwort</b> .....	<b>7</b>
<b>Abkürzungs-, Begriffs- und Wegweiserverzeichnis</b> .....	<b>11</b>
<b>Einführung: Soziale Arbeit und ihr Bezug zur Macht</b> .....	<b>12</b>
<b>1 Um was geht es bei Macht?</b> .....	<b>18</b>
1.1 Was ist Macht und wie funktioniert sie? .....	19
1.2 Warum sind Machtstrukturen gesellschaftlich notwendig? ...	28
1.3 Interdisziplinär-historischer Abriss zur Macht .....	30
1.4 Konstruktive und destruktive Machtnutzung .....	34
1.5 Die dunkle und die helle Triade .....	39
1.6 Das Macht-Paradox: Warum Macht korrumpieren kann .....	42
1.7 Praktisch zusammengefasst .....	57
<b>2 Um was geht es bei Ohnmacht?</b> .....	<b>59</b>
2.1 Was bewirkt Ohnmacht? .....	60
2.2 Auswirkungen auf die körperliche und psychische Gesundheit .....	62
2.3 Die erlernte Hilflosigkeit: Geringe Selbstwirksamkeit und Ohnmacht .....	65
2.4 Das Ohnmächtig-Machen in der Praxis .....	69
2.4.1 Beispiele auf systemischer Ebene .....	71
2.4.2 Beispiele auf Gruppenebene .....	75
2.4.3 Beispiele auf individueller Ebene .....	83
2.5 Druck erzeugt Gegendruck .....	93
2.6 Praktisch zusammengefasst .....	95
<b>3 Um was geht es bei der Machtsensibilität?</b> .....	<b>97</b>
3.1 Wie entwickelt sich Machtsensibilität? .....	98
3.1.1 Wissen um den eigenen Status .....	100
3.1.2 Wissen um das Eigenwirkpotenzial von Macht .....	102
3.1.3 Wissen um unterschiedliche Wahrnehmungen der Machtanwendung .....	103

3.1.4	Wissen um sozialpsychologische Fallstricke der Wahrnehmung .....	105
3.1.5	Wissen um Korrumpierungsmechanismen .....	111
3.1.6	Wissen um Prinzipien zur Orientierung in Zweifelsfragen .....	112
3.1.7	(Selbst-)Verantwortung übernehmen und Rollenklarheit gewinnen .....	115
3.2	Was bewirkt Machtsensibilität? .....	119
3.3	Was hat Macht mit Vertrauen und Gerechtigkeit zu tun? ...	122
3.4	Wie kann Macht sinnvoll für Adressierte genutzt werden? ...	129
3.5	Selbstreflexion und die Macht über sich selbst .....	132
3.6	Sensibel für Habitus und Diversität? .....	134
3.7	Machtsensibilität, ein Schutz vor Machtkorruption? .....	139
3.8	Praktisch zusammengefasst .....	141
<b>4</b>	<b>Wie lässt sich Macht in der Sozialen Arbeit konstruktiv nutzen? .....</b>	<b>143</b>
4.1	Warum die Soziale Arbeit Macht differenziert sehen muss ..	144
4.2	Eigene Anker setzen: Prinzipien und Macht .....	145
4.3	Konstruktive Macht langfristig gedacht .....	147
4.4	Eine kleine Methodensammlung: Partizipative Strategien in der Praxis .....	149
4.4.1	Brücken bauen: Wege für andere bereiten .....	149
4.4.2	Das Prinzip der kleinen Schritte: Wie es Beppo Straßenkehrer macht .....	151
4.4.3	Alternativen statt Vorgaben: Wie Alternativen Motivation und Partizipation fördern .....	152
4.4.4	Prosoziale Verhaltensweisen im täglichen Miteinander: Anderen freiwillig nutzen .....	153
4.4.5	Das Prinzip Heldin/Held des Alltags: Jede und jeder kann es sein .....	154
4.4.6	Das Prinzip Stärke statt Macht: Eine neue Form von Autorität stellt sich vor .....	156
4.4.7	Win-Win-Situationen herstellen: Wie alle Seiten etwas davon haben können .....	157
4.4.8	Hilfe zur Selbsthilfe: Soziale Arbeit macht sich überflüssig .....	158
<b>5</b>	<b>Erlebnisse aus der Praxis: Zum Umgang mit Macht in der Arbeitspraxis .....</b>	<b>160</b>
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>165</b>
	<b>Anhang .....</b>	<b>180</b>