

## German Angst oder: Ich weiß nicht was soll es bedeuten...

Erna Weitblick:

„German Angst“ oder auch „German disease“ - eine neue Volkskrankheit geistert durch die Nation. Die Symptome, ein ausgeprägter, als typisch deutsch deklariertes, in der Volksseele tief verankerter, Hang zum Grübeln, Meckern und Jammern. Die Folgen: eine Unfähigkeit zu angemessenen Reaktionen auf strukturelle Veränderungen. Insbesondere der gesellschaftspolitischen und ökonomischen Realitäten, die mit Selbstblockade des Handelns und des wirtschaftlichen Fortschritts einher gehen. Wessen Fortschritt damit gemeint ist, sei als Frage dahin gestellt und kann hier nicht beantwortet werden.

Der Begriff „German Angst“ ist kein medizinischer durch Wissenschaftler geprägter. Er stammt ursprünglich aus dem Wirtschaftsleben, basiert auf subjektiven Beobachtungen, die, vor der Diagnosestellung, wissenschaftlich weder verifiziert noch falsifiziert wurden. Im Gegensatz zur wissenschaftlichen Arbeit. Die fragt zunächst, ist eine „German Angst“ möglich. Anhand wissenschaftlicher Standards wird erst dann eine Diagnose gestellt, wenn diese mit hoher Wahrscheinlichkeit als gesichert gilt. Eine als Tatsache verkündete subjektive Feststellung hingegen, bedarf einer nachträglichen Begründung zur Rechtfertigung der Behauptung.

Obwohl aktuell in aller Munde, befinden wir uns ergo auf dem Boden eines rein hypothetisch aufgestellten Konstrukts, dessen wie und warum sich als reale Tatsache nachträglich bestätigen lassen können muss. Umso schwieriger, da Mentalität und Stimmung im Fokus der Betrachtungen stehen, die, da diffus und subjektiv, objektiv schwer erfassbar sind. Ohne Ursachen keine Krankheit. Was meinen Experten dazu, die sich bereits seit vielen Jahren mit der Hypothese der „German Angst“ beschäftigen.

Kai Beisswenger:

Der Psychiater und Psychoanalytiker Hans Joachim Maaz meint, dass die Menschen Ostdeutschlands an der unverarbeiteten Geschichte der DDR leiden. Zudem ängstige sie ein möglicher sozialer Abstieg.

Auch die Kölner Journalistin Sabine Bode beschreibt in ihrem Buch „Die deutsche Krankheit – German Angst“ die deutschen Ängste. Die Deutschen haben Angst, die von unverarbeiteten Kriegserlebnissen herrühre und sich zudem von Scham und einem tiefen Misstrauen gegenüber der deutschen Mentalität nähre. Leid und Schuld wurden nicht ausreichend betrauert und die Folgen aus verdrängter Trauer sind der heutigen Jugend übertragen worden. Die unbewussten Existenzängste der Deutschen in Ost und West wurden lange durch eine kostspielige Staatsfürsorge kompensiert, in der Bundesrepublik ebenso wie in der DDR. Schließlich meint der Psychoanalytiker Horst Eberhard Richter, dass der Nazi-Terror schuld an der Panik und Mutlosigkeit sei und das Land Opfer einer nie betrauerten Geschichte.

Erna Weitblick:

Selbst wenn man die Thesen der oben genannten Experten als wahr annimmt, sind dies herausgegriffene Teilaspekte aus der **Komplexität** gesellschaftlicher und sozialer Systeme. Einfacher verdeutlicht, ein Professor der Medizin fragt einen Studenten: Sie finden folgende Symptome vor: Fieber, Bauchschmerzen. Was schließen sie daraus? Lautet die Antwort des Studenten Blinddarmentzündung, wäre die Reaktion des Professors, setzen sechs. Die richtige Antwort wäre gewesen, ich führe eine weitere Diagnose durch. Bezogen auf die „German Angst“ bedeutet das Herausgreifen einzelner Teilaspekte unzureichende Diagnostik, sprich Analyse. Die Folgen einer Fehldiagnose ist eine Fehltherapie. Man könnte das Thema „German Angst“ somit beenden, wäre es ausschließlich ein theoretisches Konstrukt auf abstrakter Ebene.

Kai Beisswenger:

Natürlich könnten wir jetzt endlos debattieren, ob die Diagnostik zureichend oder unzureichend ist. Das könnte ein Arzt im Übrigen auch, doch er verlässt sich in der Praxis auf seine Erfahrungen und kommt zu einer raschen Analyse, denn die Patienten im Wartezimmer können nicht stundenlang auf ihn warten. Vielleicht liegt er falsch, doch in der Mehrzahl der Fälle, wird seine

Diagnose Blinddarmentzündung, wie im obigen Beispiel wohl auch, richtig sein.

Erna Weitblick:

Sicherlich führen Erfahrungen zu Erkenntnissen. Eine hervorragende Intuition z.B. basiert auf einem Mix aus Wissen und Erfahrung. In der Medizin sowie in der Wissenschaft steht aber Diagnose- Analysesicherheit vor wirtschaftlichen Aspekten (Zeit ist Geldfaktor). Kein Arzt würde aufgrund zweier Symptome tatsächlich urteilen.

Kai Beisswenger:

Gut, verlassen wir die Ebene vermeintlich hinkender Vergleiche. Natürlich, wie Erna Weitblick schon meint, sollten wir mit voreiligen Schlüssen vorsichtig sein. Doch kommen wir auf unser Thema zurück: Ob die Volkskrankheit „German Angst“ nun ein „real-existierendes“ Phänomen oder nur ein eingebildetes ist, scheint meines Erachtens nicht die zentrale Frage zu sein. Ich persönlich nehme ständig wahr, dass sich in Deutschland Individuen überfordert fühlen, Zukunftsängste haben und dass sich diese Ängste in Jammern und Meckern äußern. Daraus eine vorschnelle Diagnose abzuleiten, wäre in der Tat unwissenschaftlich. Doch registrieren einige Wissenschaftler dieses Phänomen auch, was von meinen Erfahrungen immer wieder bestätigt wird. Ich bin oft im Ausland unterwegs, wo die meisten Menschen die Leistungen der „Lokomotive Deutschland“ anerkennen, sich selbst jedoch mit größeren Problemen herumschlagen müssen und nur ein Kopfschütteln übrig haben für das in Deutschland auch von ihnen wahrgenommene Jammern und Meckern.

Erna Weitblick:

Phänomene zu verneinen, würde zu einer fatalen Fehleinschätzung gesellschaftlicher Befindlichkeiten führen. Empirischen Beobachtungen zufolge haben (Angst) stressbedingte Erkrankungen, Burn out Symptome, Antriebslosigkeit, Suchtverhalten, reaktive Depressionen usw. de facto zugenommen. Ebenso würde eine menschliche Emotion, sowie der Sinn und Zweck der Angst negiert. Hier scheint sich ein Paradoxon aufzutun. Einerseits werden tatsächliche medizinische Symptome einer Überforderung auf ein „sich überfordert fühlen“ reduziert, klein geredet. Andererseits jedoch ein durch und durch gesundes, evolutionsbedingtes archaisches Warnsignal, nämlich die Angst, zu einer Krankheit willkürlich umgedeutet. Ja sogar stigmatisiert.

Ängste als Jammern und Meckern zu stigmatisieren oder gar zu negieren, käme nicht nur einem - nicht ernst nehmen - konkreter Tatsachen und Bedenken gleich. Die Kommunikationsebene würde von einer sachlich, vernünftigen auf eine polemisch, polarisierende verschoben. Welche Ausmaße polarisierende Polemik angenommen hat, zeigt die Art und Weise, wie das Thema öffentlich diskutiert wird. Gut begründete Feststellungen, wie dudidu im Folgenden erklärt, können, je nachdem wie sie nach außen hin bewertet und kommuniziert werden, den Eindruck einer vorschnellen Analyse erwecken.

Kai Beisswenger:

Leid und Schuld liegen auf einer elementaren Grundebene. Darüber liegt die Ebene ökonomische Ängste wie Umbau des Sozialstaats und sozialer Abstieg. Doch der Überbau, der Katalysator der Volkskrankheit, wird von mehreren Gruppen konstruiert. Zum einen von den Hartz IV-Opfern, die in ihrer Lethargie gefangen sind. Sie erhalten Mitleid von den Entscheidungsträgern der 68er Generation, die heute als Politiker, Juristen, Lehrer und Wissenschaftler zu den Meinungsmachern gehören. Diese stecken im Dilemma, wie es SPD-Vize Steinbrück letzte Woche seiner Partei vorgeworfen hatte. Auf der einen Seite beklagen sie das „Gürtel-enger-schnallen“. Und auf der anderen Seite wissen sie, dass am Umbau der kostspieligen Staatsfürsorge kein Weg vorbeigeht. Deshalb fordern sie lautstark bessere Unterstützung und Förderung der Schwächsten, um ihr „gespaltenes Gewissen“ zu beruhigen. Die nächste Gruppe sind die Untergangsapologeten der Wirtschaft, die mit Büchern und Beiträgen der Untergangsstimmung ständig Zunder geben: „Deutschland – der Abstieg eines Superstars“, „Absturz oder Neubeginn“ oder „Ist Deutschland noch zu retten?“ nennen sie ihre Schriften. Doch am kläglichsten schneiden die Medien ab. Keine Zeitung, keine Radio- oder Fernsehnachricht kommt ohne Horrormeldungen aus. Zusammengefasst: wir alle scheinen an unserer

Vergangenheit und an den Verkündern schlechter Laune zu leiden.

Erna Weitblick:

Wie sagte schon Mr. Spock, denken sie nicht emotional, denken sie logisch, Kirk. Paradoxe Analysen, gepaart mit polarisierender Polemik, birgt die Gefahr hochgradiger Unlogik. Von einer grundsätzlich unvernünftigen und unlogischen Basis aus, ist eine allgemein zukunfts-fähige und nachhaltige Problemlösungsstrategie nicht möglich. Man mag vielleicht kurzfristige ( bessere/höhere) Bilanzen oder Wahlergebnisse erzielen. Doch langfristig werden sich die Fehler und Versäumnisse der Vergangenheit rächen. Folge dessen sind die folgenden, in der Tat guten, vorgeschlagenen Problemlösungsstrategien nicht das Papier wert auf dem sie stehen. Bestenfalls werden sie ad absurdum geführt. Menschen, deren Situationen und Bedenken weder wahr noch ernst genommen werden, werden für sich andere Problemlösungsstrategien entwickeln. Schlimmstenfalls boykottieren sie Arbeitsabläufe, wählen extreme Parteien. Denn ein ganz erheblicher Erfolgsfaktor kollektiver Zusammenarbeit wird ebenfalls nicht nur unterwandert sondern zerstört: Vertrauen.

Kai Beisswenger:

Ja, genau das könnte passieren, wenn Lösungsvorschläge zu abstrakt formuliert werden oder auch zu arrogant daher kommen. Die Frage ist also: wie erreichen wir die Betroffenen und wie können wir ihnen helfen?

Was sagen denn die Experten zu möglichen Wegen aus dem Jammertal? Peer Steinbrück, der seiner Partei „Heulsusen-Mentalität“ vorgehalten hat, empfiehlt, auf Weinerlichkeit zu verzichten, Verantwortung zu übernehmen und schließlich Chancen zu nutzen, statt Risiken zu bejammern. Der Journalist Hajo Schumacher schlägt dem zukünftigen Optimisten in seinem Buch „Kopf hoch, Deutschland“ ein 5-Punkteprogramm vor: Klare Ziele definieren, Geduld und Ausdauer haben, auf Ehrlichkeit achten, in der Zusammenarbeit Einverständnis erzielen und schließlich Mut zur Führung.

Hans Joachim Maaz setzt auf eine bessere Beziehungskultur. Menschen sollten ihre Beziehungen zueinander positiv gestalten, sich unter Zuhilfenahme der Tugenden Ehrlichkeit und Offenheit untereinander verständigen.

Der französische Soziologe Alain Ehrenberg analysiert und empfiehlt in seinem Buch „Das erschöpfte Selbst“ folgendes: Eigenverantwortung, Selbstverwirklichung, Erfolg und Glück seien Ansprüche, die in der modernen Gesellschaft selbstverständlich sind. Viele Menschen scheitern daran und reagieren mit innerer Leere, mit Depression, sowie Antriebslosigkeit und Suchtverhalten. Die Gesellschaft leide unter den Bedingungen und Normen, die sie selbst erzeugt habe. Ein Mittel gegen die Volkskrankheit Depression könne nur Offenheit sein, eine Eigenschaft, die auch Maaz preist.

Die Experten bauen demnach auf das „Prinzip Verantwortung“ gepaart mit offener Kommunikation.

Erna Weitblick:

Nicht wahr, das sind Ideen, die das Herz eines jeden an eine guten Zukunft Glaubenden höher schlagen lassen. Statements und Parolen sind schnell ausgegeben und aufgegriffen. Sie mit Leben zu füllen und obendrein noch eine konstante Integrität beizubehalten, eine andere. Machen wir uns nichts vor. Menschen generell weisen die Tugenden einer integeren Persönlichkeit an sich eher selten auf. Für die Meisten von uns, quer durch alle Schichten, bedeutet das Durchhalten der Tugenden Arbeit, Arbeit, Arbeit. Insbesondere harte Arbeit für Diejenigen, die zunächst Vertrauen zurückgewinnen müssen, damit Menschen an einem/ihren Strang mitziehen. Und auch in diesen Punkten werden wir uns nichts vormachen können. Es wird immer Menschen geben, die am Strang eines gemeinsamen Ziels nicht mitziehen können oder wollen. Auch hier spielt weder die Herkunft, noch der Status eine Rolle.

Kai Beisswenger:

Die Diskussion erscheint mir wie ein Streitgespräch zwischen zwei Prinzipien, zum einen: „Denke positiv und optimistisch“ und zum anderen „Denke tiefsinnig und kritisch“. Beides gehört

zusammen. Kritik ist ein wesentliches Merkmal, um Fehlentwicklungen von vornherein zu vermeiden. Aber ohne den „Willen zur Veränderung“ bewegt sich nichts. Deshalb setze ich auf die Empfehlung der Experten: Verantwortung und offene Kommunikation.

Erna Weitblick: Wie heißt es so schön, nichts ist so sicher, wie die Veränderung.

Aufgrund meiner Erfahrungen im Umgang mit eigenen Ängsten glaube ich einen Weg aus dem Jammertal gefunden zu haben.

Ich empfehle, persönliche Ziele festlegen, Wege zu den Zielen definieren und sich dann mit allen Sinnen der Aufgabe verschreiben, um dort hin zu gelangen, was der Psychologe Mihaly Csikszentmihalyi „Flow“ nennt: mit sich selbst verschmelzen, mit seinem Tun und der Welt, damit Bewusstsein und Handeln eins werden. Denn, selbst wenn wir kritisch sind, was bleibt uns anderes übrig, als unser Bewusstsein „positiv“ zu programmieren. Jeder hat schon von der „sich selbsterfüllenden Prophezeiung“ gehört: die gute Stimmung lässt die Verbraucher weniger sparen, es wird mehr konsumiert, die Unternehmer investieren, stellen ein und die Arbeitslosigkeit sinkt. Im privaten Bereich: Ich habe Mut, gehe meinen Weg und werde erfolgreich sein!

Im Übrigen wurde die „sich selbst erfüllende Prophezeiung“ durch Experiment **Pygmalioneffekt** und Praxis (Wirtschaftswunder in Westdeutschland) längst bestätigt. Hohe Erwartungen an uns selbst führen zu besseren Leistungen, während niedrigere Erwartungen schlechtere Leistungen verursachen. Zusätzlich gilt: bessere Leistungen aufgrund höherer Erwartungen führen zu einer höheren Wertschätzung. Uns selbst und anderen gegenüber.

Erna Weitblick:

Ich habe lange überlegt, was ich Kai Beisswengers Empfehlungen entgegensetzen könnte. Immerhin ging es uns nicht um Konsens. Ich habe entkräftende Argumente parat. Aber trotz unseres Streitgesprächs ging es auch nicht ums gewinnen oder verlieren. Was würde ich empfehlen? Eine Frage, die sich aus meiner Position nicht so einfach beantworten lässt. Niemand kann mit Sicherheit wissen, ob heute getroffene Entscheidungen in der Zukunft tatsächlich zu etwas Gutem führen. Ob sich Vorstellungen von heute, morgen nicht als Irrtum erweisen. Trotzdem habe ich eine Antwort gefunden. Weil mir eine meiner Lieblingstextstellen immer dann einfällt, wenn mich eine Themenkomplexität zu immer neuen Widerworten herausfordert. Meine Empfehlung: Gelassenheit.

Weil unser Text ohnehin lang ist, der Textauszug aber unschlagbar schön und voller Weisheit, habe ich die Textstelle abgeschrieben:

Zwei Freunde diskutieren über die Zustände der Welt.

Aus Molières „Der Menschenfeind“

Ach Gott, so ist die Zeit und so sind ihre Sitten  
die menschliche Natur muss stets um Nachsicht bitten.  
Wer sie erbarmungslos verwirft, der kennt sie nicht.  
Man muss sie liebend sehen, in einem milden Licht.

Verzeihen und verstehen wird große Geister adeln,  
ein unbeugsamer Sinn ist manches mal zu tadeln.  
Die wahrhafte Vernunft wird das Extreme lassen,  
um der Gegebenheit sich nüchtern anzupassen.

Das strenge Ideal der guten alten Zeiten  
verursacht heutzutage mit Recht nur Schwierigkeiten.  
Er will, was menschlich ist bei keinem Menschen leiden.  
Sucht die Vollkommenheit, anstatt sich zu bescheiden.

Der allergrößte Narr ist der, der sich vermisst die Menschheit zu verändern,  
sie bleibt stets wie sie ist.

Ich sehe, ganz wie sie, tagtäglich viele Dinge  
und fänd es wünschenswert, wenn manches anders ginge.  
Ich könnte ganz wie sie auf Schritt und Tritt ergrimmen.  
Doch will mich was ich sehe, nicht reizen, nicht verstimmen.

Ich lasse kühl und still den Dingen ihren Lauf  
und meine Seele nimmt das Menschenwerk in Kauf.  
Nun welche Haltung zeigt wohl mehr Philosophie  
mein Phlegma, ihr Geschrei, mein Freund, ich frage sie.

....doch sind die Übelstände ein Grund von hier zu scheiden  
die menschliche Gesellschaft für alle Zeit zu meiden?  
Im Gegenteil, sie bieten uns den Anlass uns in Ehren  
als echte Philosophen und Weisen uns zu bewähren.