

Umgang mit Erbitterung

Meine Gedanken zur aktuellen Weltlage, der „Züchtung“ von Erbitterten, den Risiken durch erbitterte Machthaber, der Diagnose von erbitterten Verrückten, „Erste Hilfe“ für erbitterte Machthaber und Ansätze an der Basis zur Vermeidung von zukünftigen Formen der Erbitterung bei jungen Menschen.

Philipp Sonntag, 12.4.2024

Die globale Erbitterung, wegen schier unzähligen Leiden, ist enorm. Fast alle Leiden wären vermeidbar. Das wissen die Informierten. Gefühlt ähnlich ahnen es zum Beispiel die Desinformierten, die Verschwörungstheoretiker, auch etliche sachzwanghafte Experten. Noch dazu „möchten“ einige Softwareprogramme von KI mitreden, „natürlich“ ohne eigene emotionale Erbitterung. Das gilt zunehmend auch für Erweiterungen von KI in Richtung von Künstlicher Emotion (KE). Ein Beispiel ist „Affective Computing“, welches bereits Gefühle erfasst¹ – und womöglich bald aktiv auf Entscheidungen Einfluss nehmen kann. So etwas kann bei Menschen weitere Formen von Erbitterung auslösen.

Für gesellschaftliche Veränderungen ist längst mehr als genug Druck vorhanden – nicht zuletzt durch wachsende Erbitterung. Wir brauchen eine 2. Aufklärung². Wir brauchen diese auch, um den Umgang mit Erbitterung zu verändern:

- Denn akut wächst die Erbitterung durch ausufernde Katastrophen, welche von geisteskranken Machthabern verursacht werden.
- Damit wächst zugleich die Zahl geisteskranker Machthaber die durch Erbitterung in Katastrophen geradezu gezüchtet werden.

In Demokratien gibt es einerseits eine gewisse Neigung, sich an verrückte Politiker zu gewöhnen. Andererseits sind dort die Bemühungen um Bildung und Mitbestimmung stark – wenn auch noch nicht stark genug.

Gefährliche Psychopathologie von Machthabern gab es schon lange bei unseren Vorfahren. Shakespeare hat das dramatisch überzeugend dargestellt. Jane Goodall hat das Phänomen für Menschenaffen untersucht und Ursachen benannt:

„Isolation, Grausamkeit und Vernachlässigung führt zu langanhaltender, oft lebenslanger sozialer und psychologischer Beeinträchtigung. Sobald die Tiere erwachsen sind, eignen sie sich nicht mehr für ihre Rolle, können aber nicht in die Freiheit entlassen werden. Sie werden oft eingesperrt, leiden ein Leben lang unter psychischen Störungen und werden sehr aggressiv.“³

Die Züchtung von Erbitterten

Sehr viele menschliche Kinder und Jugendliche leiden unter grausamen Bedingungen. Womöglich werden in GAZA derzeit so effektiv wie kaum je zuvor

¹ Thomas Brandstetter: „Wie KI Gefühle erfasst“. In Gehirn&Geist, 05/2024, S. 66-71

² Rolf Kreibich: „Die Menschheit zukunftsfähig machen – Plädoyer für eine Zweite Aufklärung und Nachhaltige Entwicklung“, NOEL Verlag, Oberhausen, www.noel-verlag.de (2021)

³ <https://www.janegoodall.ch/welche-online-inhalte-schaden-den-menschenaffen/#:~:text=Direkte%20Interaktionen%20zwischen%20Schimpansen%20und,k%C3%B6nnen%2C%20die%20beide%20Seiten%20gef%C3%A4hrden>

Antisemiten inklusive Terroristen geradezu „gezüchtet“. Wer ist Ursache? Das ist bei den Kontrahenten erbittert umstritten.

Könnte jemand bei solcher Erbitterung helfen, vermitteln? Ein Fazit von Warlam Schalamov, der in Russland das Lager Kolyma I überlebt hat, ist⁴:

„Ich habe erkannt, dass der Mensch sich am längsten die Erbitterung bewahrt. Das Fleisch an einem hungrigen Menschen reicht nur für Erbitterung – allem anderen gegenüber ist er gleichgültig.“

Da ist es schwer, für künftige Versöhnung ein neues Vertrauen aufzubauen. Darüber hinaus: Wie könnten Kontrahenten einander überhaupt so konstruktiv wahrnehmen, dass sich beide Seiten halbwegs gerecht behandelt fühlen? Dahin führt ein weiter Weg, obwohl: eine andere Vor-Bedingung für das eigene Überleben gibt es nicht.

Ein tastender Versuch geschah am Rande der Münchner Sicherheitskonferenz (16. – 18. Februar 2024), als António Guterres (derzeitiger Generalsekretär der Vereinten Nationen) sich mit Charlotte Knobloch (seit 1985 Präsidentin der Israelitischen Kultusgemeinde München und Oberbayern) gut bis herzlich verständigen konnte. Guterres nahm eine bewusst und begründet neutrale Haltung ein⁵:

„Zudem sprach Guterres von einer »Kollektivbestrafung« der Palästinenser in Gaza durch die israelischen Militärschläge. Wörtlich sagte er im November: ‚Das palästinensische Volk hat 56 Jahre lang unter einer erdrückenden Besatzung gelitten. Aber die Beschwerden des palästinensischen Volkes können die entsetzlichen Angriffe der Hamas nicht rechtfertigen. Und diese schrecklichen Angriffe können die kollektive Bestrafung des palästinensischen Volkes nicht rechtfertigen.‘“

Politik und Politikwissenschaft geraten akut in eine Veränderungsdynamik, teils erst nach Polarisierungen, teils bewusst grundlegend⁶:

„Der Terror der Hamas und der Krieg in Gaza haben in den letzten Monaten polarisierende Debatten ausgelöst. Zuletzt haben das die Auseinandersetzungen um die Berlinale, die Position von Judith Butler oder um Begriffe wie Genozid oder Apartheid gezeigt. Grau- und Zwischentöne drohen im öffentlichen Diskurs unterzugehen. Jochen Müller, Co-Geschäftsführer von ufuq.de, kommentiert, dass es ohne Perspektivwechsel und Ambiguitätskompetenz kein Miteinander geben kann – nicht in der Schule, nicht in der Gesellschaft und auch nicht in internationalen Konflikten.“

Die Frage nach gefährlicher Prägung in Kindheit und Jugend und auch danach stellt sich akut bei einer Reihe von Machthabern, die für den Umgang mit Genozid-Waffen verantwortlich sind. Das ist „nichts Neues“, aber derzeit vielleicht absurder, kafkaesker als gewohnt. So bei Donald Trump⁷:

⁴ Warlam Schalamov: „Durch den Schnee – Erzählungen aus Kolyma I“; Mathes & Seitz, Berlin (2007)

⁵ <https://www.juedische-allgemeine.de/politik/habe-die-plakette-immer-in-meiner-manteltasche/> ; 5. April 2024 Jüd. Allgemeine

⁶ Jochen Müller: „Warum ist es so schwer, ‚und‘ zu sagen? Öffentlicher Diskurs und pädagogische Praxis zum Nahostkonflikt“ <https://www.ufuq.de/aktuelles/warum-ist-es-so-schwer-und-zu-sagen-oeffentlicher-diskurs-und-paedagogische-praxis-zum-nahostkonflikt/>

⁷ Wikipedia 2024 zu Donald Trump

„Im Dezember 2018 führte die Faktencheck-Abteilung der Washington Post eine neue Kategorie ein, den bottomless Pinocchio für Aussagen, deren Unwahrheit nachgewiesen wurde und die ein Politiker trotzdem mindestens zwanzigmal wiederholte. Bis dahin erfüllte Trump als einziger Politiker überhaupt diese Kriterien, während die meisten anderen Politiker nachgewiesene Lügen nicht wiederholten.“

Risiken durch erbitterte Machthaber

Als ich 1981 über Gewalt und atomare Katastrophen nachdachte, hatte ich wenig Hoffnung, ein Jahr wie 2024 zu erleben. Für die Bevölkerung blieben die Gefahren mehr so abstrakt, geradezu unwirklich, kaum greifbar – zivil ebenso wie militärisch. Hingegen heute ist mein Eindruck, vor allem durch realistische Berichte im Fernsehen, dass Risiken anschaulicher wahrgenommen werden. Das gilt zum Beispiel für Gewalt, wachsende Klimaschäden und etliche, offensichtlich verrückte Politiker.

So fürchtet die Bevölkerung sich derzeit stärker bedroht, als 1981. Und sie sieht, wie die Menschheit insgesamt eine chaotische Zukunft provoziert. Vielleicht gibt uns dies Hoffnung: Es ist enorm, was für verrückte Politiker wir überlebt haben – wie verrückt? Seit 1981 wurde die Psychopathologie von Machthabern thematisch breit erforscht.

Fürs Überleben gegensteuern konnten immer vernünftige Politiker, auch konstruktive Experten, und weitere Engagierte aus jeglicher Gesellschaft. Wir ahnen, wir sind die Gesellschaft der einander Überfordernden, aber wir können uns ändern.

Für den Umgang mit Risiken atomarer Katastrophen fand ich es 1981 notwendig, den Geisteszustand von Machthabern zu untersuchen. Es ging mir um deren Einfluss, sowohl auf Risiken von Eskalation als auch auf das Ausmaß von Schäden. Damals gab es immerhin Berichte über die Psychopathologie von Präsidenten der USA. Für deren Entscheidungen unter Stress stellte ich Fragen wie⁸:

„Ist eine erpresserische Drohung mit der Zündung einer Atombombe glaubwürdig? Wie kann man dies einschätzen und damit umgehen?“

Soll in einem verlustreichen konventionellen Krieg eine atomare Demonstration gewagt werden? Gelingt es daraufhin, den Krieg zu beenden oder löst dieser Schritt vielmehr eine weitere verheerende Eskalation aus?

Wenn nach einer atomaren Katastrophe die Behörden und Hilfskräfte durch eine Besatzungsmacht in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt werden (wie dies zum Beispiel in Hiroshima und Nagasaki geschehen war) – worauf kommt es dann an, damit ein möglichst hoher Teil der Bevölkerung überleben kann?

Wenn einflussreiche Kräfte versuchen, das Ausmaß einer Katastrophe zu vertuschen, welchen Einfluss kann dies auf das Schadensausmaß haben?“

Diese letzte Frage zum Ausmaß stellte ich vor der Explosion in Tschernobyl – die Vertuschung hat dort die Leiden und andere Schäden enorm vergrößert. Derzeit ist relevant, ob und wenn ja wie sich Deutschland mit Zivilschutz – bis hin zu Ausbildungen in Schulen – vorbereiten soll. Sogar bei einem Atomkrieg, in den Deutschland nicht hineingezogen würde, könnten beachtliche Menge an Radioaktivität unser Land über hunderte Kilometer hinweg erreichen und verstrahlen.

⁸ Philipp Sonntag: Verhinderung und Linderung atomarer Katastrophen. Osang Verlag, Bonn (1981), Seite 101

Mitten in einem Chaos kann eine gute Vorbereitung hilfreich sein. So gibt es in Israel bei den medizinischen Versorgungseinrichtungen regelmäßige Übungen an Hand von Katastrophenszenarien. Der Brigadegeneral Prof. Elon Glassberg, Kommandeur des Medizinkorps der israelischen Streitkräfte, berichtete über Erfahrungen⁹:

„Das Einzige, was am 7. Oktober funktioniert hat, waren die Protokolle der medizinischen Versorgung.“

Diagnose von verrückten Erbitterten

Das Thema Zivilschutz bleibt jedoch heiß umstritten, nicht zuletzt weil wir eine Rückwirkung auf psychopathologisch gestörte Machthaber nicht einschätzen können. Zum zukünftigen Verhalten vom erbitterten russischen Machthaber Putin gibt es zwar wilde Vermutungen, aber wissenschaftlich große Unsicherheit.

Hingegen wurden die amerikanischen Präsidenten schon bis 1981 durchaus gezielt untersucht – so wie es eben allenfalls in einer Demokratie geschehen kann. Rentschnik und Accoce untersuchten Krankengeschichten amerikanischer Präsidenten und anderer politischer Führer. Sie dokumentierten¹⁰:

- „- die Krankheiten einer Person;
- Die Art der Geistesstörungen, gefährlichen Emotionen oder irrationalen Verhaltensweisen, die mit so einer Krankheit wahrscheinlich verbunden sind;
- die offensichtlichen Fehler der Person, die zu den Krankheiten und Emotionen der Person passen.

Sie fanden eine hohe Übereinstimmung.

So gab es für Präsident Eisenhower nach dessen Herzinfarkt die Diagnose: „Anosognosie“. Das bedeutet Verständnislosigkeit für die eigene Krankheit, Funktionsstörungen des Gehirns, einschließlich eingeschränkter Wachheit, vermindertem Antrieb, gestörter Orientierung und verlangsamter Denkabläufe. Ganz entsprechend traute Eisenhower sich nicht zu, in einer Krise wie damals im Libanon zu entscheiden – wohl aber über einen Weltkrieg mit Russland.“

Als Ergänzung hierzu ein verkürzter Auszug, aus meinem Buch 1981¹¹.

„So diagnostizierte ein Neurologe bei Woodrow Wilson eine Gehirnkrankheit. ... Über Richard Nixon schrieb Henry Kissinger, er sei niemals gefährlicher gewesen, als wenn er glaubte, in seinen Entscheidungen nicht mehr frei zu sein...“

Da sind Zweifel angemessen, wie vernünftig politische Entscheidungen ausfallen können. Zwar gibt es beim Militär strategische Denkmodelle zur Eskalation, die rational in sich schlüssig formuliert wurden. Sie können sich für die Vorbereitung ebenso hilfreich wie irreführend auswirken. Aber, teils sogar nach einer Verinnerlichung solcher Modelle, kann sich die Realität völlig anders entwickeln.

Nicht nur bei Machthabern, sondern ebenso an der Basis, bei den Opfern, ist die Diagnose von verrückten Erbitterten breit zutreffend.

⁹ Elon Glassberg, zitiert im Bericht von Paul Schubert: „Mehrtägiger Blackout als Super-Gau – Kritische Infrastruktur mehreren Gefahren ausgesetzt“; in Behörden Spiegel / April 2024, S. 35

¹⁰ Rentschnick P. und P. Accoce: „Ces malades qui nous gouvernent“, Stock, Paris(1976)

¹¹ A. a. O. S. 100-114

„Erste Hilfe“ für erbitterte Machthaber

Einer der geistigen Väter der heute gültigen Doktrin der Rüstungskontrolle im Bereich der Atomwaffen war Thomas Schelling. Als ich ihn vor etwa 50 Jahren traf, hatte ich einen ebenso besonnenen wie auch sachkundigen Eindruck. Er betonte, dass USA eine strategische Streitmacht plant, die besonders geeignet sei, in Krisen eine abwartende Haltung einzunehmen, einen Überraschungsangriff zu überleben und einen Angreifer nach seiner Aktion zu bestrafen. So könne übereilte Eskalation vermieden werden. Für mich war sofort plausibel, dass er in Washington realistische „Kriegsspiele“ für hohe Politiker moderierte. Aber was bleibt bei Machthabern hängen? In den fünf Jahrzehnten seitdem bis heute, gewann ich oft den Eindruck, dass solche Experten und hohe Militärs ruhiger und besonnener wirken, als so manche Politiker an der Macht.

Noch dazu: Nur in den seltensten Fällen wäre ein Machthaber bereit, sich laufend auf seinen körperlichen und geistigen Zustand untersuchen zu lassen, um bei bedenklicher Diagnose sein Amt zur Verfügung zu stellen. Eine Ausnahme war 1980 der 70-jährige Präsident Reagan. Aber hätte er bei neutralen medizinischen Gutachtern zugestimmt?

Derzeit gibt es zu den beiden Präsidentschaftskandidaten Biden und Trump laufend Pressemeldungen, wie rundum gesund sie selbst seien – und wie ungesund der Kontrahent.

Als durchaus schwer einschätzbar erscheint mir, wie pragmatisch resilient beide Präsidentschaftskandidaten der USA unter Stress reagieren würden, ja überhaupt könnten. Die Herausforderung wird besonders deutlich, gemessen an Hand einer Definition der Vereinten Nationen, erwähnt durch Dr. Wolfram Geier, den im Zivilschutz unmittelbar Verantwortlichen¹²:

„Resilienz, wie sie im sicherheitspolitischen und damit auch im bevölkerungsschutzspezifischen Sinn verstanden wird, beschreibt die Fähigkeit eines Systems, einer Gemeinschaft oder einer Gesellschaft, sich rechtzeitig und effizient den Auswirkungen einer Gefährdung widersetzen, diese absorbieren, sich anpassen, sie umwandeln und sich von ihnen erholen zu können.“

Das steht auch in den „Verteidigungspolitischen Richtlinien“ von 2023 und ist zentral für die „Kritische Infrastruktur (KRITIS)“.

Keine derartige „Erste Hilfe“ wirkt über einen kurzen Moment hinaus, soweit jegliche „Zweite Hilfe“ einer mental gesunden Infrastruktur fehlt. Ähnlich gilt medizinisch, akut für Gaza: Soweit über improvisierte erste Hilfe (Blut abbinden usw.) hinaus, die Krankenhäuser nicht funktionsfähig sind, sterben viele, und die Erbitterung im Umfeld steigt enorm.

Erforschung von Erbitterung

Innen- wie außenpolitisch allzu üblich ist, dass Kontrahenten einander Unfähigkeit und teils sogar Böswilligkeit unterstellen – sei es nun bewusst oder unbewusst. Das

¹² Wolfram Geier, Leiter der Abteilung Risikomanagement, Internationale Angelegenheiten im BBK (Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe), im „editorial“ zu Heft 1/2024: Bevölkerungsschutz : „Resilienz“, S. 1

öffnet den Blick auf weitere Risiken. Was sich für die Zukunftsforschung seit 1981 bis jetzt enorm geändert hat, sind psychologisierende – dabei anwendungsorientiert nur bedingt verwendbare – Untersuchungen zu Typen von Menschen und deren Vernetzungen. Ein Beispiel¹³:

„Seit Kurzem wird eine gefährliche Allianz von Einfallsreichtum und Böswilligkeit genauer erforscht. Wie entstehen finstere Pläne, und was passiert dabei im Gehirn? ...“

Die Wissenschaft beschäftigt sich seit einigen Jahren mit der Tatsache, dass manche Menschen ihre Schöpferkraft bewusst dazu einsetzen, anderen Personen psychischen oder finanziellen Schaden zuzufügen – etwa mit kreativen Racheakten oder originellen Verbrechen.“

Bei der hingebungsvollen Aufrüstung der Bundeswehr braucht man niemand Böswilligkeit zu unterstellen, um Risiken zu sehen. Gängig ist jedoch die Argumentation, man würde aus edlem Verantwortungsgefühl heraus aktiv und da sei nichts gut genug, außer voller Einsatz und hohe Perfektion. Das kann jedoch zwanghaft ausarten. Thomas Curran unterscheidet selbst-, fremd- und sozial orientierte Perfektion¹⁴, alle drei Formen könne ein individuelles ebenso wie ein gesellschaftliches Ego in pathologische Reaktionen treiben.

Ansätze an der Basis zur Vermeidung von zukünftigen Formen der Erbitterung

Aus der Fülle der Risiken heraus sollte nicht überraschen: Ununterbrochen gibt es, global und auch lokal, Täter und Opfer. Es gibt schwere Schäden und entsprechend Betroffene. Niemals hört der Stress auf. Das Bewusstsein für die Sackgasse, in der sich die Menschheit befindet, wächst. Der Schrei nach Gerechtigkeit und Frieden ist, besonders an der Basis, grundlegend, laut und deutlich.

Gefühlt wären Schäden und Stress fast immer „eigentlich vermeidbar“. Insbesondere die Proteste der Jugendlichen sind da ganz natürlich und gut nachvollziehbar. Genau dort kann man versuchen, Erbitterung grundlegend zu verstehen und für den künftigen Umgang mit Risiken positive Erfahrungen zu ermöglichen. Wo es gelingt, ist es eine Art Einübung von diplomatisch lebendiger Demokratie.

Im Netzwerk Zukunft sind unsere Projekte in der Neuköllner Jugendsozialarbeit von zentraler Bedeutung. Oft sind wir selbst ebenso die Lernenden wie die Jugendlichen. Oft haben wir es mit frustrierten, wütenden jungen Menschen zu tun, die viele Diskriminierungserfahrungen verschiedenster Art, vor allem Armuts-, Kriegs- und Gewalterfahrungen gemacht haben.

Der erste Schritt ist immer, Frustrationen, Themen, Ängste und Wünsche zu verstehen, dann Interessen und Anliegen anzuerkennen, zu Engagement zu ermutigen, dafür im Kiez adäquate niedrigschwellige Gelegenheiten zu schaffen um junge Menschen zu Bündnissen zu befähigen, dabei Reaktionen wie Unzuverlässigkeit, Wut und Rückschläge auszuhalten, das ist eine immer neue Herausforderung: Für die Jugendlichen – und für uns.

Interessant wäre ein Projekt, in dem all die genannten Probleme aufgegriffen und für neue Computerspiele umgesetzt werden könnten, von Jugendlichen, und von uns mit

¹³ Corinna Perchthold-Stefan und Christian Rominger: „Die dunkle Seite der Kreativität“, in: Gehirn und Geist, 3/2024, S. 26

¹⁴ Thomas Curran: „Nie gut genug“, rowohlt (2023)

Unterstützung von Informatikern. So kann die Verringerung von Erbitterung vorstrukturiert und anschaulich werden.

Kein Spiel, sondern bitterer Ernst ist, sich an verrückte Politiker und Erbitterung zu gewöhnen. So bleibt nämlich jede Gesellschaft in der Sackgasse ihrer „chronischen Linderung von Symptomen“ stecken. Hoffnung entsteht, wo empathische Jugendarbeit gelingt, wo also fair auf Augenhöhe mit den Jugendlichen Erbitterung aufgearbeitet wird. Dort wird eine „2. Aufklärung“ ganz natürlich vorbereitet, eingeleitet – und anschaulich vorstellbar.