

# Freiheit – Abhängigkeit – Bindung

## Wie frei ist der Mensch?

Karl Wimmer, September 2019

*Wer sagt: hier herrscht Freiheit, der lügt, denn Freiheit herrscht nicht.*

(Erich Fried)

*Kein Mensch ist gut genug, einen anderen Menschen ohne dessen Zustimmung zu regieren.*

(Abraham Lincoln)

*Sich ernsthaft um andere zu sorgen, sowohl im privaten wie öffentlichen Leben, würde uns der Welt, nach der wir uns so sehnen, sehr viel näher bringen.*

(Nelson Mandela)

### Inhalt

- 1 Einleitung: Der indische Vogel (Geschichte) ... 1
- 2 Freiheit - Abhängigkeit - Bindung: Ein schematischer Zusammenhang ... 2
- 3 Ist der Mensch grundsätzlich zur „Freiheit“ fähig? ... 3
- 4 Freiheit versus Abhängigkeit im Lebenslauf ... 5
- 5 Die Bedeutung der „zweiten Geburt“ für die Erlangung von Freiheit ... 6
- 6 Glaubenssätze (Beliefs) als Einschränkung oder Erweiterung von Freiheit ... 9
- 6.1 Die Entwicklung von Glaubenssätzen im Lebenslauf ... 9
- 6.2 Arbeitshaltungen, Beliefs und Antreiber ... 13
- 7 Neue Freiheiten – neue Abhängigkeiten am Beispiel der Sozialen Medien ... 16
- 8 Bildung als Weg in die Freiheit? ... 18
- 9 Die Rolle des Geldes als Beitrag zu mehr Freiheit - macht Geld „frei“? ... 22
- 10 Gelangen doch die „Harten“ zu mehr „Freiheit“ im Lebenskampf? ... 23
- 11 Resümee ... 27
- 12 Literatur ... 29

## 1. Einleitung: Der indische Vogel (Geschichte)<sup>1</sup>

Ein Kaufmann hielt einen Vogel in einem Käfig. Eines Tages wollte der Kaufmann nach Indien reisen, in das Land, aus dem der Vogel stammte, und fragte ihn, ob er ihm irgendetwas mitbringen

<sup>1</sup> Diese Geschichte stammt aus dem Sufismus und ist bekannt als Rumis Fabel. Mevlana Rumi kam am 30. September 1207 in Balch, Afganistan auf die Welt. Bereits von Haus aus genoss er eine sufische Erziehung. Aufgrund eines Disputs mit Fahreddin Razi, der bekannt war für seine Koranauslegung, verließ er Balch und ging nach Bagdad, Malatya, Erzurum und ließ sich schließlich in Konya nieder. Mevlana Rumi war ein Flüchtling: „Ich bin nicht vom Osten, nicht vom Westen, nicht von dieser, nicht von jener Welt. Mein Ort: Das Ortlose, Meine Spur, das Spurlose; Weder Leib bin ich noch Seele, Denn ich gehöre dem Geliebten.“

So sehr er von den Menschen seiner Zeit nicht „verstanden“ wurde, so sehr wird Mevlana Rumi heute verehrt. Zu seinen bekanntesten Lebenswerken gehören das *Mesnevi*, *Divan-i Kebir*, und *Fihi ma Fihi*.

Vgl. Rukiye Canli: *Wenn Herzen die Welt erblicken: Mevlana Rumis zeitlose Botschaften für den Frieden*; in: Islam kompakt beim Forum Dialog vom 28.03.2018 (<http://islam-kompakt.de/aktuelles/wenn-herzen-die-welt-erblicken-mewlana-rumis-zeitlose-botschaften-fuer-den-frieden/>).

**Dschalāl ad-Dīn Muhammad Rūmī** – kurz **Rūmī** (auch *Rumi* geschrieben) genannt (1207-1273), war ein persischer Sufi-Mystiker, Gelehrter und einer der bedeutendsten persischsprachigen Dichter des Mittelalters. Von seinen Anhängern, insbesondere den Derwischen, erhielt er den Beinamen *Maulānā* (türkische Schreibweise: *Mevlānā*), „unser Herr/Meister“ (von arabisch *maulā*; vgl. Mullah). Nach ihm ist der Mevlevi-Derwisch-Orden benannt. (Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Rūmī>).

könne. Der Vogel bat um seine Freiheit, aber das wurde ihm als einziges abgeschlagen. Da bat er den Kaufmann, er möge in Indien einen Dschungel aufsuchen und dort den freien Vögeln von seiner Gefangenschaft berichten.

Der Kaufmann, in Indien angelangt, kam dem Wunsch bald nach. Den freien Vögeln von der Gefangenschaft seines eigenen berichtend, hatte er kaum zu Ende gesprochen, als ein wilder Vogel, von derselben Art wie seiner, wie tot aus dem Geäst eines Baumes dumpf zu Boden fiel.

Der Kaufmann nahm an, dieser müsse ein Verwandter seines eigenen Vogels sein, und es tat ihm leid, vielleicht schuld an dessen Tod zu sein.

Als er nach Hause kam, fragte ihn der Vogel sogleich, ob er gute Nachrichten aus Indien mitbringe. „Nein“, sagte der Kaufmann. „Ich fürchte, ich habe schlechte Nachrichten. Einer deiner Verwandten brach tot zusammen und fiel mir vor die Füße als ich von Deiner Gefangenschaft erzählte.“

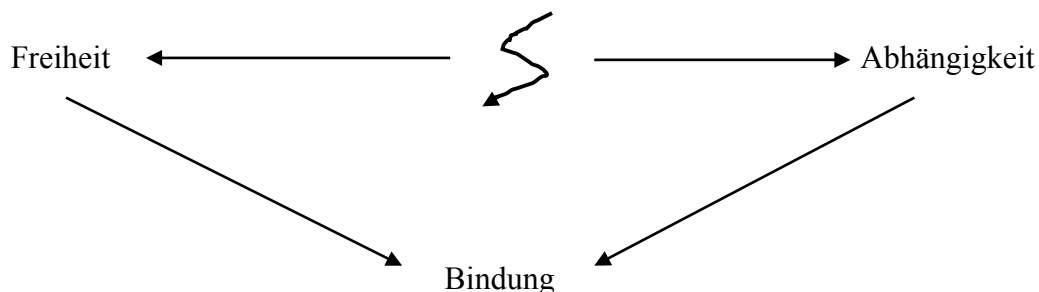
Kaum waren diese Worte ausgesprochen, brach der Vogel des Kaufmannes zusammen und fiel auf den Boden des Käfigs. „Die Nachricht vom Tode seines Verwandten hat auch ihn getötet“, dachte der Kaufmann. Betrübt nahm er den Vogel und legte ihn sanft auf die Fensterbank. Doch sogleich wurde der Vogel wieder lebendig und flog auf einen nahen Baum.

„Nun verstehst Du wohl“, sagte der Vogel, „dass das, was du für ein Unglück hieltest, in Wirklichkeit für mich eine gute Nachricht war. Und dass die Botschaft, der Rat, wie ich mich verhalten müsse, um mich befreien zu können, mir von dir selber, der du mich in Gefangenschaft hieltest, überbracht wurde.“

Und endlich befreit, flog er davon.<sup>2</sup>

## 2. Freiheit – Abhängigkeit – Bindung

Mit „Freiheit“ meine ich die Möglichkeit, selbstbestimmt und selbstkontrolliert Entscheidungen zu treffen und Handlungen zu setzen. Mit „Abhängigkeit“ meine ich das entsprechende Gegenteil, d. h., eben die Unfreiheit im Entscheiden und Handeln. Mit „Bindung“ meine ich das Eingehen von bzw. Sich Einlassen auf Beziehungen welcher Art auch immer. Ein Schema soll den möglichen Zusammenhang zwischen diesen Faktoren verdeutlichen:



Freiheit und Abhängigkeit sind Gegensätze. Das Eine schließt das Andere aus. Jedenfalls in einer theoretisch-grundsätzlichen Weise. Tatsächlich gibt es im realen Leben durchaus „Mischformen“. Bindung im Sinne von Beziehung, kann sowohl aus dem Faktor „Freiheit“ wie auch aus dem Faktor „Abhängigkeit“ resultieren bzw. entstehen und gestaltet werden.

<sup>2</sup> Diese Geschichte findet sich in: Idries Shah: *Das Geheimnis der Derwische. Sufigeschichten*; Herder 2001, S.143 f.

### 3. Ist der Mensch grundsätzlich zur „Freiheit“ fähig?

Versucht man der Frage auf den Grund zu gehen, ob der Mensch grundsätzlich überhaupt einen „freien Willen“ und damit eine grundsätzliche Basis für „Freiheit“ in sich trägt, so ergibt sich bislang keine eindeutige Antwort darauf. Traditionelle Vorstellungen zufolge setzt Freiheit bzw. 'freier Wille' voraus, dass man unter streng identischen Bedingungen auch anders hätte handeln können. Die auf den ersten Blick plausible Vorstellung wirft eine Reihe gravierender Schwierigkeiten auf: So ist nicht einzusehen, wie man eine Person für eine Handlung verantwortlich machen kann, die doch völlig unabhängig von den Überzeugungen und Absichten der Person variieren kann.<sup>3</sup>

Neue Fragen beginnen sich unter diesem 'revolutionären' Gesichtspunkt zu stellen: Wenn ich einen Unfall verursache und jemanden schwer verletze - bin ich dann 'schuld'? Wenn ich doch keine Alternative gehabt habe? Quasi 'vom Schicksal' gesteuert wurde? Nun, so einfach können wir es uns dann doch nicht machen, das wäre ja ein Rückfall in der Entwicklungsgeschichte des Menschen um Jahrhunderte oder gar Jahrtausende. Wenn ich zwar unter diesen Bedingungen, unter denen der Unfall passiert ist, in diesem Augenblick, keine Wahlmöglichkeit gehabt habe, so habe ich doch Einflussmöglichkeiten auf das Zustandekommen so einer Situation, d.h. ich kann Denken, Lernen, vorausschauend Planen usw. Und ich kann Bedingungen (mit) schaffen, die dazu beitragen, dass solche Unfallsituationen möglichst vermieden werden. Dazu braucht es nicht notwendigerweise das (mentale) Konzept des 'freien Willens'. Denn das Leben funktioniert sowieso so wie es eben funktioniert, ob wir die Prinzipien dahinter nun begreifen oder auch nicht.

Allerdings berührt die Erforschung von Gehirn und Bewusstsein direkt das menschliche Selbstverständnis. Nehmen wir an, wir hätten nachweisen können, dass Bewusstsein wirklich identisch ist mit einer bestimmten Aktivität von Nervenzellen in der Hirnrinde (was die Neurowissenschaftler ja in der Tat behaupten), dann stellt sich unweigerlich die Frage, welche Konsequenzen dies hat für das menschliche Selbstverständnis: wenn unsere geistigen Aktivitäten mit Hirnprozessen gleichzusetzen sind, die Naturgesetzen folgen, kann von Freiheit nicht mehr die Rede sein. Unsere Handlungen würden dann nicht von uns selbst bestimmt, sondern von jenen Gesetzen. Einerseits würden wir ein Tun nie als frei bezeichnen, wenn wir von außen dazu genötigt werden. Andererseits muss Freiheit aber auch gegen den bloßen Zufall abgegrenzt werden. Wenn ein rein zufälliges Feuern von Nervenzellen Herrn P. veranlasst, zu Fuß zu gehen, reden wir nicht von einer freien Handlung, sondern von einem zufälligen Geschehen.

Offenbar erwarten wir von einer freien Handlung, dass sie sich einer Person zurechnen lässt. Zur Freiheit gehört also auch Urheberschaft. Beiden Kriterien können wir gerecht werden, wenn wir 'Freiheit' mit 'Selbstbestimmung' übersetzen. Diese Übersetzung ist weit mehr als ein Spiel mit Worten; sie verdeutlicht etwas, das in der Diskussion um die Willensfreiheit häufig übersehen wird: Freiheit benötigt eine Person, ein 'Selbst', das sich bestimmt. Doch dann kann nicht jede Form der Determination die Freiheit beeinträchtigen. Wenn dieses 'Selbst' sich bestimmt, wird die Freiheit nicht eingeschränkt - die Festlegung durch das 'Selbst' ist gerade das, was eine freie Handlung von einer bloß zufällig entstehenden Aktivität unterscheidet.<sup>4</sup>

Als Alternative zu der traditionellen Vorstellung des 'freien Willens' kann daher eine Konzeption von 'Freiheit als Selbstbestimmung' treten. 'Selbstbestimmung' entspricht einerseits unseren wichtigsten vorwissenschaftlichen Intuitionen von Freiheit. Auf der anderen Seite lässt sich die Entste-

<sup>3</sup> Vgl. Karl Wimmer (05/2005): *Was ist die Seele?* In: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm), S. 13 ff.

<sup>4</sup> Vgl. Michael Pauen: *Von Fledermäusen und der Freiheit des Willens*; in: *Gehirn&Geist* Nr. 1/2002, S.48 ff.

hung der dafür notwendigen Fähigkeiten mit den Mitteln der empirischen Wissenschaften beschreiben, und schließlich stimmt diese Theorie auch mit den derzeit verfügbaren Erkenntnissen der Neurowissenschaften überein.<sup>5</sup>

Der Mensch ist ein autonomes und damit grundsätzlich „freies“ Wesen, machen uns die chilenischen Biologen Humberto Maturana und Francisco Varela im *Baum der Erkenntnis* bewusst.<sup>6</sup> Der alten darwinistisch geprägten Biologie zufolge überlebt ein Lebewesen nur dann, wenn es sich möglichst perfekt seiner Umwelt anpasst. Es wäre damit sklavisch abhängig von einer objektiven Außenwelt. Für Maturana und Varela gibt es jedoch keine „objektive“ Wirklichkeit. Wenn Grunderfordernisse des Lebens erfüllt sind, haben lebende Systeme alle Freiheit, sich ihre Welt selbst zu schaffen, anstatt bloß auf Vorgegebenes zu reagieren. Für den Menschen gilt das natürlich in besonderem Maße. Das Subjekt ist somit entscheidend an der Schöpfung seiner nur scheinbar objektiven Wirklichkeit beteiligt. Die neue Bezeichnung von Leben, wie es Maturana und Varela definiert haben, ist Autopoiesis, was so viel heißt wie: sich selbst schaffen.<sup>7</sup>

Dabei tritt der Aspekt des *Lebenskampfes* bei der Auslese zurück. An seine Stelle tritt das *natürliche Driften* der Lebewesen. In den Vordergrund stellen die Autoren hierbei Prozesse der *Interaktion* mit dem Milieu, als Umgebung mit eigener *struktureller Dynamik*, in denen nach ihrer Auffassung die Prinzipien des Lebens und seiner Entwicklung zum Ausdruck kommen. Die Struktur des Lebewesens determiniert, *wie* es verändert (perturbiert) wird. Dabei gibt es ihrer Meinung nach keinen *Optimierungs-Fortschritt*, sondern eine fortwährende *phylogenetische Selektion* bei andauernden *Strukturkoppelungen*.<sup>8</sup>

Es gibt somit dem Grunde nach keine „Instruktiven Interaktionen“ bzw. „Instruktive Macht“, ist eine „logische“ Konsequenz aus dieser Erkenntnis.<sup>9</sup> Der Mensch kann in jeder Situation grundsätzlich selbstbestimmt entscheiden, ob er so oder so oder auch nicht handelt. Niemand kann uns unter diesem Verständnis von außen *kausal* und *fremddeterminiert* zu einem bestimmten Verhalten zwingen, es obliegt ausschließlich uns, wie wir auf einen äußeren Reiz reagieren.

„Fazit: Wenn sich zu der genetischen Ausstattung des Menschen die notwendigen Umweltbedingungen hinzugesellen, ist er ein aufgrund mehrerer körpereigener Systeme in Richtung Kooperation und Menschlichkeit ausgerichtetes Wesen.“<sup>10</sup>

<sup>5</sup> Vgl. Michael Pauen: *Das Rätsel des Bewusstseins*; Mentis 2001.

<sup>6</sup> Vgl. Humberto R. Maturana / Francisco J. Varela: *Der Baum der Erkenntnis. Die biologischen Wurzeln menschlichen Erkennens*; Fischer 2009.

<sup>7</sup> Vgl. dsb., ebenda.

<sup>8</sup> Vgl. Humberto Maturana / Francisco Varela: *Der Baum der Erkenntnis. Die biologischen Wurzeln menschlichen Erkennens*. Deutsche Übersetzung von Kurt Ludewig. Frankfurt a. M. 1984.

<sup>9</sup> **Björn Kraus**, ein deutscher Erkenntnistheoretiker und Sozialwissenschaftler führt dazu aus: „Als instruktive Macht gilt das aus einer Beobachter\*innenperspektive bestimmte Potential eines Systems, das Verhalten oder Denken eines anderen Systems dem eigenen Willen entsprechend zu determinieren. (Instruktive Macht als Möglichkeit zu instruktiven Interaktionen ist vom Eigensinn der zu Instruierenden abhängig.) Als destruktive Macht gilt das aus einer Beobachter\*innenperspektive bestimmte Potential eines Systems, die Möglichkeiten eines anderen Systems dem eigenen Willen entsprechend zu reduzieren. (Destruktive Macht als Möglichkeit zu destruktiven Interaktionen ist unabhängig vom Eigensinn der zu Instruierenden.)“ (Björn Kraus: *Macht – Hilfe – Kontrolle. Grundlegungen und Erweiterungen eines systemisch-konstruktivistischen Machtmodells*. In: Björn Kraus, Wolfgang Krieger (Hrsg.): *Macht in der Sozialen Arbeit – Interaktionsverhältnisse zwischen Kontrolle, Partizipation und Freisetzung*. Jacobs, Lage 2016, S. 101–130, [https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source\\_opus=15621](https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source_opus=15621)

(Siehe dazu auch: [https://de.wikipedia.org/wiki/Björn\\_Kraus#cite\\_note-macht-hilfe-kontrolle-23](https://de.wikipedia.org/wiki/Björn_Kraus#cite_note-macht-hilfe-kontrolle-23)).

<sup>10</sup> Joachim Bauer: *Prinzip Menschlichkeit. Warum wir von Natur aus kooperieren*; Heyne 2008; zitiert in: [http://p6.sengelhart.de/fileadmin/user\\_upload/Transnational/Modul4/VortrPrinzMenschl/ImpulsPrinzipMenschlichkeit.pdf](http://p6.sengelhart.de/fileadmin/user_upload/Transnational/Modul4/VortrPrinzMenschl/ImpulsPrinzipMenschlichkeit.pdf)

Dabei gibt es allerdings schon auch eine „Wenn-Dann-Komponente“: Eben dann, *wenn* sich zur grundsätzlichen genetischen Ausstattung die *notwendigen Umweltbedingungen* hinzugesellen. Nun ja, die gesellen sich halt nicht immer im notwendigen, geschweige denn im ausreichenden Maße hinzu. Und darin liegt neben der angeblich grundsätzlichen basalen Freiheit des Menschen auch die Crux. Häufig sind nämlich die (psychosozialen) Umweltbedingungen derart einschränkend, dass die „Freiheit“ des Menschen eben auch mitunter drastisch eingeschränkt wird.

Ein Drogensüchtiger mag theoretisch grundsätzlich „frei“ sein in seinem Entscheiden, Drogen zu nehmen oder auch nicht. Praktisch ist diese „Freiheit“ zumeist relativ eingeschränkt. Ein Bankangestellter, dem ein Räuber die Pistole an den Rücken setzt und ihn zur Geldübergabe auffordert, mag grundsätzlich „frei“ darin sein, zu entscheiden ob er dieser Aufforderung nachkommt oder nicht, in der Praxis ist diese „Freiheit“ doch zumeist etwas eingeschränkt.

#### 4. Freiheit versus Abhängigkeit im Lebenslauf

Betrachten wir diesen Zusammenhang bzw. diese Wechselwirkung im Beispiel des Menschen in seinem Entwicklungsverlauf. Wenn wir mit der Zeugung beginnen, so ist klar, dass im Mutterleib in einer gewissen Weise eine ziemlich vollkommene Abhängigkeit besteht. Einerseits was die „Versorgung“ des kleinen Wesens im Mutterleib anbelangt, andererseits auch in einem hohen Maße, was den Lebensstil der Mutter während der Schwangerschaft betrifft.

Ob die Mutter das Kind liebevoll annimmt, stressfrei lebt, sich gesund ernährt, Nikotin - aktiv und passiv - meidet usw., oder ob das Gegenteil der Fall ist, macht wohl einen Unterschied, der für das Kind einen entscheidenden Unterschied macht. Das Kind im Mutterleib hat praktisch keine Wahlfreiheit.

Nach der Geburt kann natürlich auch eine andere Person als die leibliche Mutter die Versorgung und Beziehungspflege übernehmen. Entscheiden kann dies ein Neugeborenes natürlich nicht selber. In den ersten Lebensmonaten ist jedenfalls eine große Abhängigkeit von der Bezugsperson unvermeidlich.

Gewisse „Freiheiten“ beginnen dann so nach und nach. Etwa wenn das Kind beginnt sich im Öffnen von Schubladen und Schränke zu üben usw. Ein größerer Schritt in Richtung „Freiheit“ beginnt im Rahmen der sogenannten „Pubertät“, in einer gewissen Weise auch als „zweite Geburt“ bezeichnet. Im Rahmen dieser, das spätere Leben stark prägenden Entwicklungsphase entsteht einerseits eine neue Freiheit, andererseits mitunter auch neue Abhängigkeiten.<sup>11</sup>

Freiheit entsteht in dem Sinne, dass das Kind nun beginnt, sich von seinen bisherigen Bezugspersonen, meist den Eltern, abzugrenzen. Diese Abgrenzung ist wichtig und Voraussetzung für die weitere Entwicklung hin zu einer eigenständigen, selbstbestimmten Persönlichkeit. Gelingt diese „zweite Geburt“ nicht oder nicht angemessen, so bleibt der junge Mensch (vorläufig) noch in Abhängigkeiten, die seine Entwicklung in Richtung „Freiheit“ hemmen oder verzögern.

---

<sup>11</sup> Vgl. Christoph Bornhauser, SBW Haus des Lernens; in: [https://www.elisabetha-hess.ch/files/Inhalte%20EHS/Dokumente/präs\\_bo\\_201902115\\_02\\_Adoleszenz\\_breit.pdf](https://www.elisabetha-hess.ch/files/Inhalte%20EHS/Dokumente/präs_bo_201902115_02_Adoleszenz_breit.pdf)



## 5. Die Bedeutung der „zweiten Geburt“ für die Erlangung von Freiheit

Meine eigene „zweite Geburt“ verlief etwas holprig. Der erste Fehler war, beim eigenen Vater in die Lehre zu gehen. Den eigenen Vater zum Lehrherrn haben, in einer Zeit, in der es dem Grunde nach um die Ablöse vom Elternhaus geht, möchte ich niemandem raten. Ein häufiges Ringen und Streiten stand auf der Tagesordnung. Bewahrung, Sicherung des Bestehenden versus Veränderung, Drang nach Neuem wurde zum Dauerkonflikt.

Nach der Lehre verließ ich 19-jährig nach einem Streit in einer Nacht- und Nebelaktion das Elternhaus, was zwar eine Lösung für das aktuelle Problem, aber keine wirkliche Lösung im Sinne einer konstruktiven Ablöse darstellte. Erst nach einem Jahr kam ich wieder zurück, wobei mir mitgeteilt wurde, dass ich als der ursprünglich als Erbe vorgesehene Erstgeborene, nun nicht mehr das Erbe übernehmen würde, sondern mein um sechs Jahre jüngerer Bruder.

Ich begann nun als Hilfsarbeiter in der VOEST im Schichtbetrieb zu arbeiten. Da ich aber zu Hause wohnte, war es praktisch unmöglich mich „frei“ zu fühlen, denn Arbeit gab es in Hülle und Fülle und es war selbst unausgesprochen klar, dass ich nebenbei auch im elterlichen Betrieb zur Unterstützung (unbezahlt) mitarbeiten musste.

Ich war in einer gewissen Weise ein Gefangener, der nun nicht nur die acht Stunden tägliche Schichtarbeit (+ zusätzliche zwei Stunden Hin- und Rückfahrt aus dem Mühlviertel nach Linz) zu verrichten hatte, sondern zudem noch vier bis fünf Stunden Mitarbeit im elterlichen Betrieb. Dem konnte ich kaum entkommen.

Erst nach einigen Jahren, als ich meine erste (Dauer-) Freundin und spätere Frau kennenlernte, begann ich diesen bisher unhinterfragten Zwangsmodus so nach und nach zu verändern, indem ich immer öfter anstatt in den elterlichen Betrieb, zu meiner Freundin fuhr und dort auch immer öfter die Nacht verbrachte. Meine erste Liebe war somit gewissermaßen auch Ablösehilfe. Und nach der eigenen Hausstandgründung und der kurz darauffolgenden Hochzeit war dieser Prozess der „Freiheitserlangung“ endgültig vollzogen. Das Ganze streckt sich schon über etliche Jahre dahin.

Soviel zu meiner eigenen Geschichte. Aus einer viel späteren Zeit, als ich bereits als Psychotherapeut arbeitete, erinnere ich eine Geschichte, die hierher passt. Ein neunundzwanzigjähriger junger Mann kam in Therapie mit dem Thema, dass es ihm nicht möglich sei, die ihm viel zu viel erscheinenden Besuche bei seiner Mutter zu reduzieren.

Sein Anliegen sei es, zu einer Lösung zu kommen, die sowohl für ihn, wie für seine Freundin, mit der er seit etwa drei Jahren zusammenlebt, wie auch für seine Mutter befriedigend sein sollte. Er sei mit vierundzwanzig Jahren aus dem Haus, in dem seine Mutter alleine lebt, ausgezogen und habe in der rund 80 Kilometer entfernten Landeshauptstadt eine Arbeit angenommen.

Daraufhin „pendelte“ es sich so ein, dass er seine Mutter fast jeden Samstag Nachmittag besuchte und er die rund 80 Km lange Hin- wie auch Rückreise in Kauf nahm. Diesen Rhythmus habe er auch nachdem er seine Freundin kennenlernte beibehalten. Anfangs sei seine Freundin des Öfteren mit ihm zum Besuch der Mutter mitgefahren, sie habe dies aber zunehmend verweigert und er sei in der Folge immer stärker in einen Konflikt geraten, aus dem er alleine anscheinend nicht mehr herauskomme.

Auf meine Frage, was ihn daran hindere, diese „Besuchsregelung“ in seinem Sinne zu verändern, sagte er, dass er schon mehrmals versucht habe, die Besuche zu reduzieren ohne das anzusprechen, doch wenn er dann wieder zu seiner Mutter fuhr, dann fragte diese ihn zum Beispiel, ob er denn

so viel zu tun hätte am Wochenende, dass er keine Zeit mehr hätte, sie zu besuchen usw. Er fühle sich dann jedes Mal schlecht und steigere die Besuchsanzahl wieder.

Gleichzeitig merke er, dass er damit zunehmend ein Problem mit seiner Freundin bekäme, der diese häufigen Mutterbesuche seltsam erschienen. Auf meine Frage, was für ihn wie auch für seine Freundin, eine „angemessen“ Besuchsregelung sein könnte, sagte er, dass ein Samstag Nachmittag im Monat ein verträglicher Rahmen sein könnte.

Auf meine Frage, wie er das mit seiner Mutter kommunizieren könne, sagte er, dass sie das wahrscheinlich als Affront gegen sie interpretieren würde und sehr gekränkt reagieren könnte. Ich nahm nun eine kleine „Aufstellungsarbeit“ zu Hilfe und ließ ihn anhand von Bodenmarkern einmal die Ist-Beziehungs-Situation: Mutter - Freundin - er selber, räumlich darstellen. Diese Aufstellung macht rasch deutlich, dass es ihn zwar von der Liebe stark zu seiner Freundin, von der Bindung her aber stark zu seiner Mutter hinzog und er sich wie ein „Zerrissener“ fühlte.

Wir ergänzten das Szenario mit einem - nicht weiter benannten - Faktor, der diese Bindung zu seiner Mutter symbolisieren sollte. Deutlich wurde in der Folge rasch, dass seine Mutter - als Alleinerzieherin - und er als ihr einziges Kind, in einer fast „eheähnlichen“ Symbiose leb(t)en. Nach und nach veränderten wir die Positionen, bis er zu einer „stimmigen“ Positionierung gelangte.

In der darauffolgenden Therapiesitzung berichtete er, dass er erstmals mit seiner Mutter über die Besuchshäufigkeit sprechen konnte und dass er mit diesen häufigen Besuchen bei ihr zunehmend ein Problem mit seiner Freundin bekomme. Er berichtete, dass seine Mutter nicht, wie erwartet gekränkt reagierte, sondern eher nachdenklich. Und sie begann, über ihre eigene Kindheit und Jugendzeit zu sprechen und darüber, dass ihr ihre - inzwischen verstorbene - Mutter (seine Großmutter) oft sehr gefehlt habe, da diese auch an Wochenenden bei Bauern Aushilfsarbeit leisten musste und daher kaum Zeit für sie hatte.

In der Folge wurde es möglich, die Besuche auf einen Samstag Nachmittag zu begrenzen und es zeigte sich, dass nun auch seine Freundin gelegentlich wieder mit zu Besuch kam. Er habe nun das Gefühl, von seiner Mutter „frei“ zu sein. Soviel zur „zweiten Geburt“.

Die beiden Beispiele zeigen, wenn auch von einer etwas zögerlichen, aber dennoch gelungenen Abnabelung von der oft stark bindenden Eltern-Kind-Beziehung. In meinem Fall war es weniger das Festhalten der Eltern an dieser Bindung, als vielmehr die mir selber auferlegten Normen und „Pflichten“ aus einer stark leistungsbezogenen Konditionierung heraus.

Von meinen Eltern spürte ich in der Folge niemals irgendeine Forderung, in welcher Weise auch immer, mehr „verfügbar“ oder „greifbar“ sein zu sollen. Meine Mutter freute sich herzlich, wenn ich gelegentlich zu einem „Kurzbesuch“ auftauchte und ich hatte nie das Gefühl, dass irgendetwas nicht angemessen sei. Ich hatte das authentische Gefühl, „frei“ zu sein von meinen Eltern.

Meine Mutter war trotz oder vielleicht wegen ihrer Bescheidenheit eine sehr hingebungsvolle Persönlichkeit, die keine Forderungen stellte, sondern schlicht und einfach das tat, was das Leben ihr eben gerade abverlangte. Hauptsächlich bestand dies aus Arbeit, vom Sonnenaufgang bis zum Sonnenuntergang, auch am Samstag. Und natürlich waren am Sonntag auch die Tiere im Stall zu versorgen und die Kühe zu melken. Am Sonntag Nachmittag wurden für die Kinder Kleider genäht und gestrickt und nebenbei das „Wunschkonzert“ im Radio gehört.

Beschwert hat sich meine Mutter nie, sie nahm das Leben, so wie es kam und sie zeigte sich stets von einer beherzten und beseelten Seite. Bis zu ihrem achtzigsten Lebensjahr arbeitete sie im Sägewerk meines Bruders mit. Die Gelenks- und Rückenschmerzen „gehörten einfach dazu“. „Das vergeht schon wieder“. In einer gewissen Weise kann man sagen, dass meine Mutter in einem „Flow-Zustand“<sup>12</sup> lebte, indem sie schlicht und einfach, dass annahm, was kam, Leid wie Freud, und das tat, was zu tun war, stets mit einem Gefühl der Hingabe verbunden.

GEBEN war ihre GABE. Auch als sie eine mehr als bescheidene Pension bekam, wurde der verbliebene „Überschuss“ stets an die Kinder weitergegeben. Jetzt mit neunzig Jahren, im Altersheim lebend, sagt sie, dass es ihr noch nie so gut gegangen ist als jetzt. Sie brauche sich nun um nichts mehr zu kümmern und alles sei da, was sie zum Leben braucht. Auch Arbeit bekommt sie täglich in Form eines Wäschekorbes und das Falten und Schlichten der Wäsche macht sie mit einer Hingabe, Sorgfalt und Präzision, über die man nur Staunen kann.

Grundsätzlich kann man sagen, dass dort, wo die Liebe fließt oder wieder zum Fließen kommt, so wie etwa auch im oben beschriebenen Beispiel der Mutter des jungen Mannes, dass dort auch das „Loslassen“ und das „Freiwerden“ als natürlicher Prozess gelingt. Denn die Liebe bindet nicht, die Liebe macht frei. Ein liebender Mensch braucht nichts festhalten, denn er weiß zutiefst in seinem Inneren: alles ist da, alles was er braucht, ob es nun gerade anwesend ist oder nicht, spielt keine Rolle.

Die „Qualität“ der Liebe erkennt man an ihren systemischen (Aus-)Wirkungen: „Ich kann zum Beispiel zwei Menschen betrachten und sehen, was zwischen den beiden abläuft. Klammere ich aus, wie sich deren Handeln auf ihre Umgebung oder ihre Kinder auswirkt, erfasse ich etwas Wesentliches nicht. Die beiden mögen sich gut fühlen, und gleichzeitig kann ihr Verhalten sich schlimm auf ihre Kinder oder Enkelkinder auswirken. Ordnung hat immer mit der Einbeziehung vieler zu tun und heißt eigentlich, dass Unterschiedliches zusammenwirkt, dass es gut für alle ist. Ordnung geschieht nicht auf Kosten von irgendjemandem, sondern auf gleiche Kosten, zum gleichen Vorteil für alle Beteiligten oder zumindest zu einem ähnlichen, Es geht darum, dass man aus dem engen Gesichtskreis in einen größeren tritt, alle Betroffenen anschaut und die Wirkung, die ein bestimmtes Verhalten hat.“<sup>13</sup>

Eine Beziehung, die von Liebe getragen wird, bleibt ebenso wach aus der Ferne, wie aus der Nähe, denn die Liebe kennt keine Grenzen. Und eine Beziehung, die von „bedingter Liebe“ oder „Ersatzliebe“ gehalten wird, mag körperlich noch so nahe sein, sie ist im Grunde ungreifbar weit entfernt und keine Kraft der Welt, kein Festhalten, kann sie ersetzen.

„Wird die Liebe in der Weise des *HABENS* erlebt, so bedeutet dies, das Objekt, das man ‚liebt‘, einzuschränken, gefangenzunehmen oder zu kontrollieren. Eine solche Liebe ist erwürgend, lähmend, erstickend, tötend statt belebend. Was als ‚Liebe‘ bezeichnet wird, ist meist ein Missbrauch des Wortes, um zu verschleiern, dass in Wirklichkeit nicht geliebt wird.“<sup>14</sup>

Ich erinnere mich an eine Mutter, die vor längerem einmal zu mir sagte: „Ich will, dass meine Kinder einmal im Monat bei mir auftauchen!“ Ihre drei erwachsenen Kinder lebten in ganz Europa im Umkreis von tausend Kilometer „verstreut“. Der Mutter, eine junge rüstige Pensionistin, war offensichtlich langweilig. Das ist Missbrauch, Anmaßung, Kontrolle und hat nichts mit „Liebe“ zu tun.

<sup>12</sup> Vgl. Mihaly Csikszentmihalyi: *Flow. Das Geheimnis des Glücks*; Klett-Cotta 2019.

<sup>13</sup> Gunthard Weber; in: *Zweierlei Glück*; Carl Auer 1993, S. 107 f.

<sup>14</sup> Erich Fromm: *Haben oder Sein*; dtv 1989, S. 87.



Wo das WILL-HABEN und das BESITZ-ERGREIFEN als „Ersatzliebe“ oder „Liebesersatz“ Regie führt, dort ist für Freiheit und Liebe wenig Raum.<sup>15</sup> Und wenn Eltern im Rahmen des Erwachsenwerdens der Kinder diese nicht loszulassen vermögen, dann haben die Kinder von sich aus die Aufgabe, diese Ablöse klar und deutlich zu vollziehen, damit sie aus dieser Bindung entwachsen können.

Zwei ihrer Kinder folgten ihrem Diktat. Eines sagte: Mama, ich liebe dich, ich komme dich zweimal im Jahr besuchen. Und du kannst mich gerne auch - nach Vereinbarung - (nicht „jederzeit“!) besuchen. Das ist ein „erwachsener“ Umgang mit derartigen Übergriffen von Eltern.

Um des lieben (Familien-) Friedens willen, nehmen erwachsene Kinder oft viel in Kauf und schränken ihr eigenes Leben und ihre eigene Freiheit ein, nur um es ihren Eltern „recht“ zu machen. Auch dort, wo es nicht mehr angemessen und stimmig ist. Dann mag es zum Beispiel richtig und wichtig sein, wenn die Mutter ruft, dass das „Kind“ sagt: Ja, Mama, ich höre deinen Ruf, doch ich kann ihm so nicht (mehr) folgen, ich lebe mein Leben und du deines.

*Wer anderen die Freiheit verweigert, verdient sie nicht für sich selbst.*  
(Abraham Lincoln)

## 6. Glaubenssätze (Beliefs) als Einschränkung oder Erweiterung der Freiheit

Glaubenssätze sind angelesene Haltungsmuster. Wir bilden sie im Laufe unseres Lebens aufgrund unserer Erfahrungen heraus. Glaubenssätze bezeichnen unsere persönlichen „Wahrheiten“ und prägen unser Denken, Fühlen und Handeln. Es handelt sich dabei um Meinungen und Überzeugungen über uns selber und die Welt, die wir in der Kindheit, Jugend und auch im Erwachsenenleben durch Erlebnisse und Erfahrungen oder auch von anderen Menschen übernommen haben. Sie sind einerseits wichtig und hilfreich, weil sie für uns und in unserem Unterbewusstsein die Welt überschaubarer und einfacher machen. Eben darin liegt aber auch die Einschränkung, das kann uns auch vieles an Freiheit rauben.

### 6.1 Die Entwicklung von Glaubenssätzen im Lebenslauf

Erik Erikson<sup>16</sup> beschreibt in seinem Entwicklungsmodell die Themen, die in der jeweiligen Entwicklungsphase vorherrschend sind. In diesem Zusammenhang steht auch die Herausbildung verinnerlichter Haltungen, die für das gesamte Leben des Menschen förderlich, aber auch einschränkend sein können.<sup>17</sup>

#### Vertrauen versus Misstrauen (1. Lebensjahr)

Im ersten Lebensjahr geht es um die Bildung von (Grund-)Vertrauen versus Misstrauen. Lernt das Kind, dass es seinen Bezugspersonen vertrauen kann, verliert es seine Ängste und entwickelt Selbstvertrauen und (Selbst-)Sicherheit. Ist dies nicht der Fall, so wird sein weiteres Leben mit

<sup>15</sup> Vgl. Karl Wimmer (09/2019): *Liebe als Motivkraft – Und ihre Antagonisten*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>16</sup> **Erik Homburger Erikson** (1902-1994) war ein deutsch-amerikanischer Psychoanalytiker und Vertreter der psychoanalytischen Ich-Psychologie. Er gilt als Neofreudianer. Bekannt wurde er insbesondere durch das von ihm entwickelte Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung. (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Erik\\_H.\\_Erikson](https://de.wikipedia.org/wiki/Erik_H._Erikson)).

Erik H. Erikson: *Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze*; Frankfurt a. M. 1966; 2. Aufl. 1973.

<sup>17</sup> Vgl. Karl Wimmer (03/2019): *Der menschliche Lebenszyklus als Entwicklungsweg nach Erik H. Erikson*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

einem Maß an Misstrauen einhergehen. Es wird der Welt gegenüber ängstlicher und mit Vorbehalten begegnen.

Eine liebevoll zugewandte Bezugsperson vermittelt dem Säugling Urvertrauen, indem sie einfühlsam auf dessen Bedürfnisse eingeht und stets für ihn da zu sein scheint. Der Säugling gewinnt an Selbstvertrauen, indem er seine körperlichen Bedürfnisse immer besser kennen lernt und beginnt, an seine Fähigkeiten - diese stillen zu können - zu glauben. Das Vertrauen in sich selbst und in seine eigene kleine Welt bildet die Grundlage für einen späteren Glauben an eine „unterstützende Ordnung“. Sicherheit entsteht, indem durch das Erleben der eigenen Vertrauenswürdigkeit das Gefühl entsteht, dass es eine Übereinstimmung zwischen der Umwelt und den eigenen Bedürfnissen gibt. Ein gesundes Maß an Misstrauen im Sinne von „Vorsicht“ ist wichtig, um rechtzeitig Gefahren erkennen zu können.

### **Autonomie versus Scham und Zweifel (3. Lebensjahr)**

In der zweiten grundlegenden Entwicklungsphase, etwa um das dritte Lebensjahr herum, besteht die grundlegende Herausforderung darin, ob wir die Regeln beherrschen lernen, mit denen wir uns die Welt (einfacher) gestalten können, oder ob die Regeln uns beherrschen. Autonomie versus Scham und Zweifel ist das Thema.

Mit zunehmender körperlicher Unabhängigkeit ergeben sich neue Möglichkeiten der Persönlichkeitsentwicklung für das Kind, aber es läuft auch Gefahr, Misserfolge zu erleiden. In dieser Phase bekommt das Kind erste kulturelle Normen vermittelt, lernt seine Handlungsmöglichkeiten innerhalb sozialer Ordnungen kennen und lernt, sich darin einzuordnen. Die Verfolgung eigener Ziele kann dabei in Konflikt geraten mit vorgegebenen Regeln: Autonomie (Selbstständigkeitsstreben) und Abhängigkeit erzeugen eine Konfliktsituation.

Die Sauberkeits-Erziehung ist dafür ein gutes Beispiel: Scham und Zweifel im Hinblick auf die eigene Selbstkontrolle entstehen, wenn die Regeln des Anstandes nicht eingehalten werden können, weil z. B. die Sauberkeitserziehung zu früh oder zu streng war oder die Eltern versuchen, den Willen des Kindes zu brechen. Wenn Eltern den Wunsch des Kindes nach Durchsetzung des eigenen Willens fest und sicherheitsgebend lenken und es ermutigen, auf eigenen Füßen zu stehen, so kann das Kind diese Phase leichter bewältigen.

### **Initiative versus Schuldgefühl (4. und 5. Lebensjahr)**

In diesem Alter hat das Kind bereits ein Ich-Bewusstsein. In dieser Phase geht es darum, welches Ich es sein will. Die Eltern sind die ersten Ideale und werden als groß, schön und mächtig wahrgenommen. Das Kind identifiziert sich mit dem jeweiligen Geschlecht, ein erstes Konstrukt der Geschlechterrolle ist in diesem Alter bereits vorhanden.

Die Entwicklungsthemen dieser Phase sind: Herausbildung des Gewissens durch Identifikation mit den Eltern, Entstehung eigener Interessen, Übernahme von Einstellungen und geschlechtsspezifischen Verhaltensweisen. Das Kind lernt, sich einen Weg zu bahnen, die Initiative zu ergreifen, Ziele zu entwickeln und zu verwirklichen und mit anderen zu konkurrieren. Es versucht, alles zu erforschen, auszuprobieren und zu erfragen, was jedoch durch Überschätzung der eigenen Kräfte und durch soziale Normen immer wieder eingeschränkt wird. Es gewinnt einen ersten Einblick in Rollen, Funktionen und Institutionen und wird darin eingeführt.

Gefahren, die diese Phase in sich birgt sind zum einen die Herausbildung eines ängstlichen, rigiden und heteronomen Gewissens und zum anderen die Entstehung eines unrealistischen Ich-Ideals. Übergehorsam, ein übergenaues Befolgen von Verboten und Geboten durch allzu einschränkendes

Verhalten der Eltern; Resignation und Ressentiments, wenn die Eltern die aufgestellten Regeln selber nicht befolgen. Das Kind kann das Gefühl haben, es müsse ständig etwas tun, ständig konkurrieren, ständig etwas „machen“, um als Person wertvoll zu sein. Tabuthemen können Resignation, Schuld und Angst verursachen.

Die Zuwendung, die das Kind über „bedingte Liebe“ erfährt - ich mag dich, weil ... (du deine Hausaufgabe brav gemacht hast; du dein Zimmer so schön aufgeräumt hast usw.), erzeugt im Kind Abhängigkeiten. „Ich bin nur o.k., wenn ...“. Die wenigsten Eltern nehmen das Kind in den Arm und sagen: „Ich hab´ dich lieb, weil du bist, so wie du bist!“ Das würde den Selbstwert nähren und bedingungsloses (Selbst-)Vertrauen schaffen, unabhängig von (seitens der Eltern) „erwünschten“ Verhaltensweisen. Kinder brauchen einen „sicheren Hafen“ und die Botschaft „Ich hab´ dich lieb“ - und dies ohne Bedingungen und ohne Druck. Das macht sie stark und unverführbar.<sup>18</sup>

### **Wertsinn versus Minderwertigkeitsgefühl (6. Lebensjahr bis zur Pubertät)**

Diese Phase wird dominiert durch die systematische Einführung in das Wissen der Kultur, durch die daraus entstehenden Lernanforderungen und Leistungsbewertungen. Die Schule konfrontiert das Kind mit den Kulturtechniken wie Lesen, Schreiben, Rechnen. Die Bezugsgruppe erweitert sich auf Schule, Wohngegend, FreundInnen etc.

Die entsprechenden Entwicklungsthemen sind daher Sachinteresse und Leistungsvertrauen oder Misserfolgsängstlichkeit und Minderwertigkeitsgefühle. Wird ein Verhalten als Erfolg erlebt, entsteht das Gefühl, geschickt und kompetent zu sein. Wird ein Verhalten als Misserfolg wahrgenommen, entsteht das Gefühl, minderwertig, unvollkommen und unfähig zu sein.

Die Schule und der Umgang mit Schulerfolgen oder auch „Misserfolgen“ spielt hier eine bedeutende Rolle für das Erleben von persönlicher Kompetenz bzw. Inkompetenz. Ein häufig zu hörender Glaubenssatz lautet: „Ich bin schlecht in Mathe“. ICH (Subjekt) BIN (Identität) SCHLECHT (kausale Zuschreibung). Eine hilfreiche Transformation dieses Glaubenssatzes könnte z. B. lauten: „Mathe interessiert mich nicht!“ Damit würde die „Inkorporation“ des „ICH BIN SCHLECHT“ aufgelöst und eine hilfreiche, konstruktive Distanz zwischen der Person und ihrer Haltung entwickelt. Dies würde Freiheit und neue Möglichkeiten eröffnen.

Der Musiker, Komponist, Gitarrenbaumeister und Journalist André Stern schreibt und spricht von der dem Menschen angeborenen Fähigkeit, sich begeistern zu können. Begeisterung "verleiht uns Flügel", sagt Stern. Wer die kindliche Begeisterung durch Leistungsdruck verliert, verliert auch eine wichtige Ressource, um ein den Talenten entsprechendes Leben zu leben.

Auch im hohen Alter kann jeder Mensch diese Kraft seiner Kindheit wiederentdecken. Gemeinsam mit dem Hirnforscher Gerald Hüther hat Stern ein Buch geschrieben. "*Was schenken wir unseren Kindern? Ein Denkanstoß*".<sup>19</sup> Und kommt zu dem Schluss: Kinder brauchen keine Ablenkungen, sondern Erwachsene, um von ihnen zu lernen, wie das Leben geht.

<sup>18</sup> Vgl. André Stern / Gerald Hüther: *Was schenken wir unseren Kindern? Ein Denkanstoß*; Penguin 2019.  
Arno & André Stern: *Mein Vater mein Freund. Das Geheimnis glücklicher Söhne*; Zabert Sandmann 2011.

<sup>19</sup> Vgl. André Stern / Gerald Hüther: *Was schenken wir unseren Kindern? Ein Denkanstoß*; Penguin 2019.  
André Stern / Katharina Saalfank: *Werde, was du warst: Manifest für eine Ökologie der Kindheit*; Ecwin 2016.  
André Stern: *Begeisterung die Energie der Kindheit wiederfinden*; Sandmann 2019.

### **Identität versus Rollendiffusion (Adoleszenz)**

Insgesamt ist diese Zeit eine ruhige Periode, eine „geistige“ Phase. Freud definierten diese Phase als „Latenzperiode“. Das Finden der eigenen Identität steht in dieser Phase im Vordergrund und wird durch einen gelungenen Verlauf der vorangegangenen Phasen positiv beeinflusst. Der Jugendliche ist aufgefordert, Facetten eines Selbstkonzeptes aufzubauen hinsichtlich Geschlecht, Familienherkunft, Religion, moralische Werte, Bildungs- und Berufsaspirationen und entsprechende eigene Fähigkeiten, politische Haltung usw. Diese verschiedenen Facetten muss er zu einem stimmigen Gesamtbild im Sinne eines passenden Selbstbildes zusammensetzen, was letztlich seine Identität ergibt.

Die Identitätsfindung ist u.a. abhängig davon, ob es der Jugendlichen gelingt, den zum Teil widersprüchlichen Erwartungen, die an sie als Trägerin verschiedener sozialer Rollen gestellt werden, gerecht zu werden. Sie muss sich zwischen verschiedenen Rollenmodellen entscheiden. Freundeskreis, Clubs, religiöse Gemeinschaften oder politische Bewegungen helfen dabei, neue Rollen auszuprobieren.

Aus der Kindheit übernommene Identifikationen und die neuen Impulse müssen zu einer vollständigen Identität integriert werden, um mit den neuen Bedürfnissen, Fertigkeiten und Zielen besser zu Recht zu kommen. Bei nicht gelungener Integration entsteht ein innerer Zwiespalt, die Persönlichkeit scheint zersplittert zu sein und erlebt Rollendiffusion.

Weitere Kennzeichen dieser Phase sind eine stärkere Beschäftigung mit der eigenen Person und physiologische Veränderung des Körpers. Gefahren, die diese Phase mit sich bringen kann, sind eine zu starke Unterordnung unter totalitäre Ideologien und die Flucht in eine irrealer Welt, um sich nicht mit den unterschiedlichen Ansprüchen, die an die Person gestellt werden, auseinandersetzen zu müssen (z. B. Drogenmissbrauch, Internetsucht usw.).

### **Intimität versus Isolation (Beginn des Erwachsenenalters)**

Intimität mit anderen ist nur möglich, wenn eine Identität ausgebildet wurde, ansonsten entsteht eine zu große Angst davor, sich in einer Beziehung zu verlieren. Unter Intimität wird hier - über eine sexuelle Beziehung hinaus gehend - der Aufbau von Solidarität in einer Wir-Gruppe verstanden und die Abwehr von Einflüssen und Menschen, die für das eigene Wesen gefährlich sein könnten. Intime Beziehungen stabilisieren die Identität.

Die zentralen Entwicklungsaufgaben dieser Phase sind daher das Knüpfen entscheidender Bindungen zum anderen Geschlecht, zu gleichgeschlechtlichen FreundInnen, sowie der Zugang zu den eigenen, innersten Gefühlen und Gedanken.

Misslingt der Aufbau von intimen Beziehungen, so hat das den Rückzug in die Isolation zur Folge und/oder stereotype, gefühllose und hohle soziale Beziehungen.

### **Generativität versus Stagnation (mittleres Erwachsenenalter)**

Das Entwicklungsziel dieser Phase ist die Generativität: Die Förderung der Entwicklung der nächsten Generation, der eigenen Kinder und/oder anderer junger Menschen, sowie darüber hinaus die Förderung von kreativen und produktiven Ideen im Sinne eines beruflichen, sozialen und politischen Engagements.

Die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Persönlichkeitsentwicklung in dieser Phase sind Vertrauen in die Zukunft, Glaube an die Menschheit und die Fähigkeit, sich für andere Menschen einzusetzen.

Mangelnde Generativität führt zu Stagnation, Langeweile und dem Gefühl der Sinnlosigkeit der eigenen Existenz.

### **Ich-Integrität versus Verzweiflung (späteres Erwachsenenalter)**

Das Ziel dieser Phase ist das Erreichen einer „Ich-Integrität“. Im Alter zieht der Mensch Bilanz über sein Leben und ist herausgefordert, den eigenen Lebensweg und die Begrenztheit des Lebens zu akzeptieren. Er kommt in Kontakt mit dem Gefühl, Teil einer umfassenden Geschichte, die über mehrere Generationen verläuft, zu sein. Ist der Mensch zufrieden mit dem Ergebnis dieser Bilanz, erreicht er Integrität.

Bei Nicht-Erreichen einer „Ich-Integrität“ droht Verzweiflung und man trauert um das, was einem im Leben misslungen ist oder was man verpasst hat, man fürchtet sich vor dem Tod und erhebt Vorwürfe gegen sich selbst.

## **6.2 Arbeitshaltungen, Beliefs und Antreiber**

Das Konzept der "Antreiber", welches im Rahmen der Transaktionsanalyse<sup>20</sup> entwickelt wurde, beschreibt Haltungen und beobachtbare Verhaltensweisen: "**Beeil dich**" (mach schnell), "**sei perfekt**" (sorgfältig, genau, mach keine Fehler), "**sei liebenswürdig**" (gefalle mir, mach's mir recht), "**streng dich an**" (gib dir Mühe, gib nie auf) und "**sei stark**" (sei ungerührt, zeige keine Gefühle, lass nichts an dich heran). Antreiber wirken wie Glaubenssätze. Wir glauben dann, wir sind "*nur*" dann in Ordnung, wenn wir "*immer*"... schnell, perfekt oder liebenswürdig sind, uns anstrengen oder keine Schwäche zeigen usw.<sup>21</sup>

Die Ausprägung dieser Antreiber kann vielfältig sein, sie wirken meist unbewusst und treiben uns mitunter in erhebliche Stresszustände. Beispiele von einschränkenden Glaubenssätzen bzw. Antreibern:

Mach' es ja allen recht! Hilf' wo du nur kannst! Pass' dich überall an! Schau' drauf, dass es allen anderen gut geht! Nur wenn alle anderen zufrieden sind, machst du eine Sache gut! Auf das Lob von anderen kommt es an! Mach' ja keinen Fehler! Wehe, wenn etwas nicht stimmt! Es ist sowieso nie gut genug! Man kann nie korrekt genug arbeiten! Man muss Kompetenz zeigen! Auch „Nebensächlichkeiten“ sind wichtig! Nur die Starken kommen durch! Man muss sich halt durchbeißen! Gefühle zeigen ist eine Schwäche! Zeig' nicht, wie's dir wirklich geht! Gib' dir nur ja keine Blöße! Im Berufsleben haben persönliche Bedürfnisse keinen Platz! Zeit ist Geld! Es kann nie schnell genug gehen! Wer rastet, der rostet! Schneller! Es gibt noch viel zu tun! Mach' rasch und bündig, nur kein Leerlauf! Man muss immer aktiv sein! Nur wer schnell ist, erreicht etwas im

<sup>20</sup> Die **Transaktionsanalyse** (TA) ist eine psychologische Theorie der menschlichen Persönlichkeitsstruktur. Sie wurde Mitte des 20. Jahrhunderts von dem US-amerikanischen Psychiater **Eric Berne** begründet und wird laufend weiterentwickelt. Sie erhebt den Anspruch, anschauliche psychologische Konzepte zur Verfügung zu stellen, mit denen Menschen ihre erlebte Wirklichkeit reflektieren, analysieren und verändern können.

Schon zu Lebzeiten Bernes setzten verschiedene Transaktionsanalytiker in ihrer Arbeit unterschiedliche Schwerpunkte, die auch die weitere Entwicklung der Transaktionsanalyse beeinflusst haben. Neuere Entwicklungen gründen zum Beispiel auf Mary und Robert Goulding (Neuentscheidungstherapie), Jacqui Lee Schiff (Neubeelterung), Fanita English (Ersatzgefühle; Episkript), Richard G. Erskine (Integrative Psychotherapie), Charlotte Sills, Helena Hargaden, William F. Cornell (Beziehungsorientierte Transaktionsanalyse) und Bernd Schmid (Systemische Transaktionsanalyse). (Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Transaktionsanalyse>).

<sup>21</sup> Vgl. Mathias Hofmann / Louisa Reiser / Gerlind Pracht: *Das Modell der „Inneren Antreiber“*; in: [https://www.shsconsult.de/wp-content/uploads/2017/02/131023\\_InnereAntreiber\\_TrainerKit-funal.pdf](https://www.shsconsult.de/wp-content/uploads/2017/02/131023_InnereAntreiber_TrainerKit-funal.pdf)



Leben! Ohne Fleiß kein Preis! Nur mit Anstrengung kommt man ans Ziel! Erfolg muss man sich hart erarbeiten! Man darf auf keinen Fall lockerlassen! Mühsal ist der Welten Lohn! Nur was hart erarbeitet wurde, zählt!

Ein Schüler von Eric Berne,<sup>22</sup> Taibi Kahler,<sup>23</sup> der das „Antreiber-Konzept“ entwickelt hat, bemerkt, dass alle Antreiber (beeil dich, sei perfekt, sei liebenswürdig, streng dich an, sei stark) dem Grunde nach in jedem Menschen angelegt sind. Jeder von uns weist Verhaltensweisen auf, die jeweils einem der fünf Antreiber zugeordnet werden können. Es gibt jedoch einen stärksten, einen zweitstärksten usw. Der auffälligste wird als „Primärantrieber“ bezeichnet.

Niemand steht ständig unter dem Einfluss der Antreiber. Sie werden eher in bestimmten Situationen und im Zusammenhang mit gewissen Personen ausgelöst. Meistens gerade dann, wenn in irgendeiner Form nicht alles rund läuft. Kahler glaubt, dass sie in allen Kulturen zu finden sind.

Antreiber wirken sich deswegen negativ aus, weil sie auch in unpassenden Situationen einen Anspruch auf 100%ige Erfüllung stellen. So können wir beispielsweise nur bedingt beeinflussen, ob uns jemand mag. Schafft jemand mit einem „Sei gefällig“ Antreiber es nicht bei jemanden anders anzukommen, kommt es zumindest zu einem inneren Unbehagen.

Antreiber haben oft nur wenig mit einer angemessenen Reaktion auf gegenwärtige Ereignisse zu tun. Sie sind eher ein verinnerlichtes Verhaltensmuster, das nicht hinterfragt und reflektiert wurde. Menschen, die als Kinder das Verhaltensmuster der Antreiber entwickelt haben, stellen sich gefühlsmäßig diese Frage: "Was kann ich tun, damit ich doch noch ein Gefühl von in Ordnung sein / meinen Platz haben / gemocht werden etc. haben kann?"

Die jeweiligen Antreiber bieten eine Antwort. Ihnen zu gehorchen verdeckt eine darunter liegende Thematik, nämlich das Gefühl des Nicht-Okay-seins. Anders ausgedrückt: Ein Mensch mit Antreiber erlebt sich solange als in Ordnung, solange er perfekt, gefällig usw. ist.<sup>24</sup>

Solche Haltungen können bis zu einem gewissen Grad hilfreich sein für das Arbeits- und Zusammenleben, sind sie aber zu stark in uns präsent, so schränken sie unser Leben nicht nur stark ein, sondern wirken über kurz oder lang als krankmachende Stressoren. In diesem Fall geht es darum, sie in hilfreiche, tatsächlich effektiv unterstützende Beliefs zu transformieren.

---

<sup>22</sup> **Eric Berne** (1910-1970) war ein kanadisch-US-amerikanischer Psychiater. Berne entwickelte die Transaktionsanalyse (TA) als psychotherapeutisches Verfahren, das er aus der Psychoanalyse ableitete. (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Eric\\_Berne](https://de.wikipedia.org/wiki/Eric_Berne)).

Eric Berne: *Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben? Psychologie des menschlichen Verhaltens*; Fischer 1983.

<sup>23</sup> **Taibi Kahler** (\* 1943) ist ein US-amerikanischer Psychologe, Autor und Kommunikationsberater in politischen Kontexten. Inspiriert durch die Arbeit des Begründers der Transaktionsanalyse Eric Berne, entdeckte er das Konzept des Miniscripts und die Antreiber („Sei perfekt.“ / „Sei stark.“ / „Streng dich an.“ / „Mach’s anderen recht.“ / „Beeil dich.“). In weiterer Folge entwickelte er das Process Therapy Model und das Process Communication Model, welche die menschliche Persönlichkeit und Kommunikation behandeln. Diese Modelle von Kahler wurden unter anderem zwischen 1978 und 1996 bei der NASA im Zuge der Auswahl potenzieller Astronauten vom leitenden Psychiater Terry McGuire eingesetzt. Außerdem nutzte Bill Clinton das Process Communication Model, um seine politischen Reden effektiver an die Sprache seiner WählerInnenschaft anzupassen. Des Weiteren wird Prozesskommunikation für Echtzeitanalysen von Callcenter-Interaktionen eingesetzt. (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Taibi\\_Kahler](https://de.wikipedia.org/wiki/Taibi_Kahler)).

Vgl. Taibi Kahler: *Process Therapy Model. Die sechs Persönlichkeitstypen und ihre Anpassungsformen*; Verlag Kahler Communication, KCG 2008.

Taibi Kahler: *Process Model – Persönlichkeitstypen, Miniskripts und Anpassungsformen*; in: [https://kcg-pcm.de/wp-content/uploads/2017/09/dgta-artikel-taibi\\_kahler.pdf](https://kcg-pcm.de/wp-content/uploads/2017/09/dgta-artikel-taibi_kahler.pdf)

<sup>24</sup> Vgl. TA-Transaktionsanalyse: *Innere Antreiber, wie sie dich stressen und was du dagegen tun kannst*; in: <https://www.transaktionsanalyse-online.de/innere-antreiber/>

### Beispiele von erweiterten, hilfreichen Glaubenssätzen:

Besinn' dich auf deine Stärken! Mach' eins nach dem anderen! Nütze die Ressourcen in deinem Umfeld! Gib' dir Freiraum für deine Erholung! Mach' dir deine Erfolge bewusst! Gib' dein Bestes und achte auf deine Grenzen! Pausen sind wichtig! Wo gearbeitet wird, darf auch mal ein Fehler passieren! Es darf auch leicht sein! Man kann's nun mal nicht allen rechtmachen! („Allen Menschen recht getan, ist eine Kunst, die niemand kann!“) Such' dir Hilfe, wenn's dir schlecht geht! Lass' dich unterstützen!

### Was kann man gegen einschränkende Glaubenssätze machen?

Ein Weg ist, dass man seine einschränkenden Glaubenssätze in konstruktive Beliefs transformiert, z. B. mit entsprechenden Affirmationen quasi „überschreibt“. Das braucht meist etwas Zeit, Geduld, Übung und beinhaltet natürlich Rückschläge - aber es klappt!

In unserem Gehirn gibt es viele neuronale Verbindungen. Je öfter wir eine neuronale Verbindung denken, desto stärker wird dieser „Nervenstrang“. Dies nennt man auch Priming (Bahnung).<sup>25</sup> Wenn Sie etwas Neues, Anderes denken, dann ist diese neue Verbindung zunächst noch sehr dünn/schwach und Sie werden leicht wieder ins alte Muster zurückfallen. Es sei denn, Sie stärken kontinuierlich diesen neuen Strang. Die alte Bahn löst sich allmählich auf wie eine Spur im Sand, die der Wind nach und nach verweht, weil sie nicht mehr verwendet wird.

Stellen Sie sich vor, Sie haben eine spezifische Spazierrunde durch den Wald. Sie nehmen immer den gleichen Weg. Dieser ist gut ausgetreten. Wenn Sie nun einen neuen Weg gehen, so wird dieser neue Weg zunächst etwas mühsam sein, weil vielleicht Äste, Verwucherungen etc. im Weg liegen. Sie müssen sich da erst einmal durchkämpfen. Leichter ist es natürlich jetzt, wenn Sie beim nächsten Mal wieder den alten Weg gehen. Wenn Sie aber beim neuen Weg bleiben, wird dieser nach und nach angenehmer zu gehen sein und der alte Weg verwuchert zunehmend und verschwindet schließlich.

*Wege entstehen, indem wir sie gehen.*  
(Franz Kafka)

Also: Beginnen sie mit der neuen Bahnung. Benennen Sie Ihre(n) neuen Glaubenssatz(e), die Ihnen zukünftig hilfreich(er) erscheinen so oft wie möglich, machen Sie sich ein inneres Bild dazu und leben Sie so gut wie möglich nach diesem neuen Muster. Früher oder später wird daraus ein neues Gewohnheitsmuster.

---

<sup>25</sup> Der Begriff **Priming** bzw. **Bahnung** bezeichnet in der Psychologie die Beeinflussung der Verarbeitung (Kognition) eines Reizes. In den meisten Fällen hat ein vorangegangener Reiz implizite Gedächtnisinhalte aktiviert. Die Verknüpfung des Reizes mit speziellen Assoziationen im Gedächtnis, aufgrund von Vorerfahrungen geschieht häufig und zum allergrößten Teil unbewusst.

Solch ein bahnender Reiz kann ein Wort, ein Bild, ein Geruch, eine Geste oder Ähnliches sein. Der *primende* bzw. *bahnende* Reiz aktiviert bottom up Gedächtnisinhalte, die top down bestimmen, wie schnell der nachfolgende Reiz verarbeitet wird, oder ob er korrekt erkannt wird, oder – bei uneindeutigen Reizen – auf welche Weise er interpretiert wird, oder sie beeinflussen den Gemütszustand oder nachfolgendes Verhalten. Das Konzept beruht auf der Aktivierungsausbreitung von Assoziationen. (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Priming\\_\(Psychologie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Priming_(Psychologie))).

## 7. Neue Freiheiten – neue Abhängigkeiten am Beispiel der Sozialen Medien

Im Zuge der Pubertät geht es jedoch nicht nur um das Erlangen von Freiheit im Sinne einer psychosozialen Abnabelung von den bisherigen Bindungen an das Elternhaus. Begleitend folgen auch neue Bindungen und mitunter neue Abhängigkeiten. Die zunehmende „Digitalisierung der Welt“ ist ein aktuelles Beispiel, das in beide Richtungen enorme Ausprägungen zu bewirken vermag, mit insbesondere für den jungen Menschen bedeutsamen Auswirkungen.<sup>26</sup> Man danke dabei beispielsweise an die „Sozialen Medien“. Denn diese neuen „Freiheiten“, die sich mit diesem und durch dieses Medium ergeben, folgen neue „Abhängigkeiten“ unmittelbar auf dem Fuß bzw. haften sich an die Fersen.

Der junge Mensch will dabei sein. Die Angst, etwas zu verpassen, kennt vermutlich jeder aus seiner Jugendzeiten. Wer wollte nicht dabei sein, wenn alle Freunde gemeinsam etwas unternehmen. Weil in den sozialen Netzwerken aber immer etwas läuft, kann diese Angst zum ständigen Begleiter werden. Das nennt man heute «Fomo» («fear of missing out»).

„FoMO (*Fear of Missing Out*), die Angst, etwas zu verpassen, nicht dabei zu sein, nimmt, seit es soziale Netzwerke gibt, massiv zu. Mit dem Aufkommen von ortsbezogenen sozialen Medien, die in real-time laufen, explodiert diese Angst geradezu. Auch nur wenige Tage auf sein Handy zu verzichten, ist bereits zu einer schier unmöglichen Aufgabe geworden.“<sup>27</sup>

Einerseits tun sich neue, bisher ungeahnte Möglichkeiten in der Beziehungsaufnahme und Beziehungsgestaltung auf. Man kann dem Prinzip nach ständig mit jedem quasi nach Belieben in Kontakt sein. Und ist gleichzeitig unter der Kontrolle von allen. Auch die Eltern haben inzwischen mit allen möglichen Apps die Möglichkeit, ihre Kids zu kontrollieren. Die Kids untereinander können jederzeit feststellen, wo sich wer gerade befindet, was er/sie gerade macht usw.

Gleichzeitig ist auch dem Bösen im Netz Tür und Tor geöffnet und durch diese Türen entstehen brandgefährliche Tendenzen und Abhängigkeiten. „Die virtuelle Welt selbst wird zunehmend aggressiver und gefährlicher. Seit der Nutzung von sozialen Netzwerken werden immer mehr junge Menschen Opfer von *Cyberbullying*, das in vielen Fällen zu schweren Depressionen bis hin zu Selbstmord führt. Problematisch ist zudem, dass Kinder und Jugendliche im Internet Gefahr laufen, mit Menschen in Kontakt zu treten, die deren Unerfahrenheit und Mangel an menschlicher Urteilskraft ausnutzen. Die oft folgenschwere sexuelle Belästigung, die viele Minderjährige über soziale Netzwerke erfahren, ist heute eine unter dem Begriff *Cybergrooming* bekannte kriminelle Handlung, die trotz hoher Strafen eine für die Exekutive nur schwer kontrollierbare Gefahrenquelle darstellt.“<sup>28</sup>

Dazu kommt eine zunehmende Radikalisierung im Netz: „Hasspostings überfluten das virtuelle Netz, 70 Jahre nach Ende des NS-Regimes erstarkt die rechte Szene in ganz Europa. Die längst totgeglaubten Geister der Vergangenheit melden sich und durchlöchern das menschenrechtsbe-seelte Netz der Demokratien.“<sup>29</sup>

<sup>26</sup> Vgl. Karl Wimmer (10/2017): *Digitale oder menschliche Gesellschaft? Die Welt im Umbruch – eine kritische Reflexion*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>27</sup> Manfred Spitzer: *Cyberkrank. Wie das digitalisierte Leben unsere Gesellschaft ruiniert*; Droemer 2015, S. 177 ff.

<sup>28</sup> Vgl. <http://www.gesundheit-und-wohlbefinden.net/die-digitalisierung-der-gesellschaft-und-ihre-auswirkungen/>

<sup>29</sup> Ludmilla Leitner: „*Das gefährlich Furchtbare*“; Ausschreibungstext für einen Vortrag in Rohrbach-Berg i.M. In: *Tips Rohrbach* vom 13.09.2017, S. 46.

Nicht nur das „*Doxing*“<sup>30</sup> nimmt zu, sondern auch die Kriminalität über das sogenannte „*Darknet*“.<sup>31/32</sup>

Erwähnt sei auch das hohe Suchtrisiko im Zusammenhang mit Online-Spielen.<sup>33</sup> „Das enorme Suchtrisiko von Online-Rollenspielen gegenüber anderen Computerspielen liegt dabei vor allem in der Verbindung der Eigenschaften klassischer Computerspiele mit der sozialen Funktion des Internets, denn statt alleine oder in einer Kleingruppe zu spielen, sind Millionen von Nutzern eingebunden und miteinander vernetzt. So entstehen Verpflichtungen nach dem "Hilfst du mir, helfe ich dir"-Prinzip und diese Gruppenstruktur erhöht den sozialen Druck, regelmäßig am Spiel teilzunehmen.“ (Stangl, 2017)<sup>34</sup>

„Die Tatsache, dass das Spiel kein Ende hat, sondern endlos fortgesetzt werden kann ist definitiv ein suchtbegünstigender Faktor. Im Gegensatz zu einem Buch, das man irgendwann gelesen hat und beiseitelegt, gibt es durch die ständige Veränderung bei Online-Spielen keinen Abschluss.“<sup>35</sup>

<sup>30</sup> Vgl. Julia Ebner: *Wut. Was Islamisten und Rechtsextreme mit uns machen*; Theiss 2018. (Originalausgabe: *The Rage: The Vicious Circle of Islamist and Far-Right Extremism*; Tauris, 2017).

<sup>31</sup> Aufgrund der Eigenschaften des **Darknets** werden erhebliche Möglichkeiten für kriminelle Aktionen, wie etwa illegalem Drogen- oder Waffenhandel gesehen. Dahingehende kriminalistische Ermittlungen werden in jüngerer Zeit verstärkt durchgeführt. Eine Anfang Februar 2016 veröffentlichte Studie des britischen Thinktanks *International Institute for Strategic Studies* stuft 57 Prozent von 5205 untersuchten aktiven Seiten im Darknet inhaltlich als „illegal“ ein. Jedoch würde über ein Drittel der Angebote legal genutzt, darunter auch Hidden Services wie jene von Facebook oder Mailbox.org. Constanze Kurz, Sprecherin des Chaos Computer Clubs (CCC), kritisierte auf netzpolitik.org eine einseitige Sicht der Massenmedien auf das Darknet; so würden „verschlüsselte Netzwerke genauso von Journalisten, von Menschenrechtsorganisationen, von Whistleblowern oder von Menschen, die sich aus anderen Gründen schützen müssen, verwendet.“ Der Sprecher des CCC Linus Neumann sagte: „Das Darknet ist das Internet, wie man es sich eigentlich wünschen würde. Ein Netz ohne Zensur und Überwachung, mit all seinen Vor- und Nachteilen.“ Die in Deutschland geführte Debatte um Darknet-Kriminalität zeige auch, dass man in einer relativ freien Gesellschaft lebe. „In einem Land wie China landest du schneller im Darknet, weil du deine Kommunikation stärker schützen musst.“ Der Geschäftsführer der Menschenrechtsorganisation Reporter ohne Grenzen (ROG), Christian Mihr, weist auf die Kommunikation per Darknet in Ländern wie Syrien oder Iran. Jedoch würde gerade das Darknet auch für Deutschland relevant sein, da „auch hier [...] das Internet immer mehr überwacht“ werde. Mit zunehmender Überwachung steige „die Zahl derer, die die Anonymität von Darknets schätzen lernen.“ Man habe ein Recht auf „anonyme Kommunikation“, und eine Gleichsetzung von Kriminalität und Darknet sei nicht angebracht. Besondere Bedeutung hat das Darknet auch für Whistleblower, diesbezüglich haben auch schon bedeutende Zeitungen wie die New York Times Seiten im Darknet eingerichtet, um dort anonymisiert vertrauliche Informationen erhalten zu können.

Der Telegram Messenger gehört aufgrund seiner Merkmale mit Verschlüsselung und nach dem Verbot von Territorien verschiedener Länder zum Darknet. Aufgrund der Anonymität enthält es verschlüsselte Kanäle für den Verkauf verbotener Substanzen, die Rekrutierung verschiedener Organisationen und die Koordination regierungsfeindlicher Maßnahmen. (Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Darknet>).

<sup>32</sup> Vgl. Anonym: *Darknet. Ein Leitfadens im Umgang mit dem dunklen Fleck im Deep Web*; Grin 2018.

<sup>33</sup> Was an Online-Spielen vermutlich abhängig macht, sind die Erfolgserlebnisse, die vor allem Jugendliche daraus schöpfen. Nach manchen Schätzungen sind sechs bis neun Prozent der aktiven Spieler von Online-Spielen abhängig. Entscheidend ist meist, auf welche jugendlichen Persönlichkeiten solche Medieninhalte treffen, denn stille, zu Depressionen neigende Jugendliche kompensieren mit ihren Erfolgen in fiktiven Welten oft soziale und schulische Enttäuschungen, manche davon haben auch Teilleistungsstörungen wie etwa eine Legasthenie. Betroffen sind nach Bert te Wildt (2011) vor allem junge Männer in der Adoleszenz, die beim Übergang in ein selbstbestimmtes Erwachsenenleben schulisch, beruflich oder privat scheitern und sich gekränkt, selbstunsicher und depressiv in virtuelle Parallelwelten zurückziehen, um dort die Helden zu spielen, die sie in der konkreten Welt nicht sein können. Eine zweite Gruppe von Spielern sind die eher quirligen, oft auch hyperaktiven Jugendlichen, die ständig nach neuen Attraktionen suchen und sich auch sonst nicht lange konzentrieren können. Im Internet und bei Online-Spielen punkten sie mit ihrer Schnelligkeit, was für sie zu Erfolgserlebnissen führt, die sie im normalen Alltag durch ihren Mangel an Konzentrationsfähigkeit etwa in der Schule oder im Beruf nicht erhalten können. (Stangl, 2017).

Verwendete Literatur: Stangl, W. (2017): *Internetsucht - Onlinesucht*. [werner stangls] arbeitsblätter. [www: http://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/SUCHT/Internetsucht.shtml](http://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/SUCHT/Internetsucht.shtml) (2017-09-16)

<sup>34</sup> Dsb., ebenda.

<sup>35</sup> Prof. Leidmaier: *Internetsucht*, Forschungsseminar Universität Innsbruck WS 08/09 (<https://www.uibk.ac.at/psychologie/mitarbeiter/leidlmair/iad4.pdf>)

## 8. Bildung als Weg in die Freiheit?

*Bildung ist die mächtigste Waffe, um die Welt zu verändern.*  
(Nelson Mandela)

Unser modernes Verständnis von Freiheit gründet in der Aufklärung. Damals verwandelte sich die göttliche Welt in etwas, das von uns selbst bestimmt wird. Die Entdeckung der eigenen Freiheit und der mit ihr verbundenen Verantwortung erweckte in uns die Hoffnung auf die Verwirklichung demokratischer Ideale und sozialer Gerechtigkeit. „*Die Menschen werden frei und gleich an Rechten geboren und bleiben es*“, lesen wir in Artikel 1 der französischen Erklärung der Menschen- und Bürgerrechte. Diese Rechte sind universeller Natur, und „die Freiheit besteht darin, alles tun zu dürfen, was einem anderen nicht schadet: Die Ausübung der natürlichen Rechte eines jeden Menschen hat also nur die Grenzen, die den anderen Mitgliedern der Gesellschaft den Genuss eben dieser Rechte sichern“ (Artikel 4).

Einen wesentlichen Einfluss auf unser heutiges Verständnis von Freiheit hatte das Werk *Development as Freedom*<sup>36</sup> (in Deutschland erschienen als „*Ökonomie für den Menschen. Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft*“<sup>37</sup>) des indischen Nobelpreisträgers Amartya Sen. Sen versteht Entwicklung als einen Prozess der Erweiterung realer Freiheiten ("Verwirklichungschancen") die Basis des ethischen Handelns und somit das eigentliche Entwicklungsziel ist. Eine solche Vorstellung steht im Gegensatz zu der gängigen Auffassung von Wirtschaftswissenschaftlern, die Entwicklung primär als Wachstum des Bruttoinlandsprodukts (BIP) verstehen. Der immanente Wert der Freiheit, der sich in der „Befähigung einer Person, die Dinge zu tun, die sie mit gutem Grund hochschätzt“ ausdrückt, ist gleichzeitig ein Maßstab für den erreichten Entwicklungsstand. Die einzelnen Freiheiten bedingen und fördern einander: Armut ist z. B. nicht nur ein Mangel an Einkommen, sondern auch ein Mangel an grundlegenden Möglichkeiten. Arbeitslosigkeit, ein niedriges Einkommen, ein eingeschränkter Zugang zum Gesundheits- und Bildungswesen sowie soziale Isolation mindern die Chance auf Entwicklung und fördern die Unzufriedenheit.<sup>38</sup>

Als einer der bedeutenden Wirtschaftstheoretiker der Gegenwart fordert Sen die Moral in der Marktwirtschaft ein und packt das Weltproblem Nr. 1 an: die sich immer weiter öffnende Schere zwischen dem global agierenden Turbokapitalismus und der zunehmenden Arbeitslosigkeit und Verarmung. Eindringlich stellt er dar, dass Freiheit, Gleichheit und Solidarität keine abstrakten Ideale sind, sondern fundamentale Voraussetzungen für eine prosperierende, gerechte Weltwirtschaft.<sup>39</sup>

<sup>36</sup> Amartya Sen: *Development as Freedom*; Oxford University Press 2001.

<sup>37</sup> Amartya Sen: *Ökonomie für den Menschen. Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft*; dtv 2002.

<sup>38</sup> Vgl. Beata Kowalska, Soziologin an der Jagiellonen-Universität Krakau; in: *Frauen und Freiheit. Der Schlüssel zur Freiheit – Bildung, Bürgerrechten und Arbeit*; Goethe-Institut Polen, März 2018 (<https://www.goethe.de/ins/pl/de/kul/sup/fee/21207295.html>).

<sup>39</sup> Vgl. Amartya Sen: *Ökonomie für den Menschen. Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft*; dtv 2002.



Paulo Freires<sup>40</sup> *Pädagogik der Unterdrückten. Bildung als Praxis der Freiheit*<sup>41</sup> basiert auf einer „Kultur des Schweigens“. Paulo Freire nennt die Kultur des ländlichen Proletariats und der Slumbewohner Brasiliens die *Kultur des Schweigens*. Er sieht, wie diese Menschen sich ihrem Schicksal - "es ist alles Gottes Wille" - ergeben, wie sie dem Mythos verfallen, schlechtere Menschen zu sein, und wie sie apathisch ihren Unterdrückern, z. B. Gutsherren, vertrauen. Konsequenterweise lehnen die Unterdrückten deswegen auch Bildung ab. Ihre Unterdrücker regeln für sie ja alles. Dafür verantwortlich ist auch das herrschende Schulwesen, welches nicht auf die Probleme der Schüler eingeht, sondern Wissen nach westlichem Vorbild verbreiten will oder muss.

Paulo Freire entwickelt ein Gegenkonzept. Er will die herrschende Passivität aufbrechen. Er führt sein anthropologisches Konzept der Kultur ein, "that is, the distinction between nature and culture." Er glaubt, dass eine Diskussion über diese Unterscheidung Analphabeten zu der Erkenntnis führt, dass sie genauso Kultur schaffen wie belesene Menschen, dass Kultur grundsätzlich etwas von Menschen Geschaffenes und somit auch veränderbar ist.

Die Unterscheidung zwischen Kultur und Natur beinhaltet in diesem Zusammenhang auch den Unterschied zwischen Mensch und Tier und die Wichtigkeit von Sprache und Schrift. Um die Diskussion über Natur und Kultur, Menschen und Tiere und Kultur im Leben der Menschen anzustoßen, ließ Paulo Freire zehn Bilder von einem Maler anfertigen, die dann abfotografiert wurden. Mit Hilfe eines Diaprojektors wurden diese Bilder in den Dörfern an die Wand geworfen.

Der "Kordinator" beginnt mit den Dorfbewohnern, die freiwillig den Alphabetisierungskurs besuchen, einen **Dialog**. Die Dias werden nacheinander durchgesprochen. Hier können die Teilneh-

---

<sup>40</sup> **Paulo Freire** (1921-1997) war ein in Theorie und Praxis einflussreicher brasilianischer Pädagoge und weltweit rezipierter Autor. In der Weltwirtschaftskrise von 1929 machte er die Erfahrung des Hungerns. Deswegen zogen die Freires nach Jaboatão dos Guararapes, wo sein Vater starb. Mit elf Jahren widmete Paulo Freire sein Leben dem Kampf gegen den Hunger, „so dass andere Kinder nie erleben müssen, was er erlebt hatte.“

Paulo Freire war *kein* sehr erfolgreicher Schüler. Nach der Schule studierte er Jura und wurde Anwalt, war jedoch von seinem Beruf nicht überzeugt, da die Anwälte das Besitztum der Reichen verteidigten. Aus diesem Grund wurde er Lehrer für Portugiesisch. Seine Interessen lagen in der Philosophie, Psychologie, Pädagogik und den Sprachen.

Mit 23 Jahren heiratete er die Lehrerin Elza Maia Costa de Oliveira. Aus dieser Ehe gingen fünf Kinder hervor. Nach der Heirat studierte Freire Erziehungswissenschaft. Zwischen 1946 und 1954 war Paulo Freire der Direktor der Abteilung für Erziehungswissenschaft und Kultur des Bundesstaates Pernambuco. 1946 wurde er Dozent für Philosophie und Erziehungswissenschaften an der Universität von Recife, wo er 1959 auch promovierte. 1947 begann er seine Alphabetisierungskampagne. Das war die Zeit, in der er die „Kultur des Schweigens“ (siehe unten) entdeckte.

Im Jahre 1961 wurde João Goulart neuer Präsident von Brasilien. Er war sehr populär und unterstützte die Arbeit Paulo Freires. Zwischen 1961 und 1964 war die Hauptzeit der Alphabetisierungskampagne nach Freires Methode. 1964 übernahm das Militär durch einen Putsch die Staatsgewalt. Paulo Freire wurde zunächst unter Hausarrest gestellt, später saß er 70 Tage im Gefängnis. Anschließend entschloss sich Freire nach Chile auszuwandern, um einer weiteren Haft zu entgehen. Im Gefängnis begann er sein Buch *Erziehung als Praxis der Freiheit* zu schreiben.

In Chile arbeitete er mit der UNESCO und der chilenischen Weiterbildungseinrichtung zusammen. Seine Methode wurde 1965 in Chile für alle staatlichen Alphabetisierungsprogramme übernommen. 1969/70 war Paulo Freire Professor an der Harvard University. 1970 wurde er für mehr als zehn Jahre „Counsellor of the Office of Education“ beim „World Council of Churches“ in Genf. Des Weiteren war er Präsident der INDEP, der IDAC und Mitarbeiter der UNESCO. Außerdem arbeitete er mit der ILO in Genf, der FAO in Rom, der IRFED in Paris und dem „Center for the Study of Development and Social Change in Cambridge (USA)“ zusammen.

1970 veröffentlichte Paulo Freire die Bücher *Cultural Action for Freedom and Pedagogy of the Oppressed*. Das Letztere wurde in 18 Sprachen übersetzt. 1973 veröffentlichte er *Education for Critical Consciousness* und im nächsten Jahr *Conscientization. Teoria y practica de la liberacion*. 1975 gab er zusammen mit Ivan Illich das Buch *Dialogo* heraus. Aus seinem Engagement in Afrika entstand 1979 das Buch *Pedagogy in Process. The letters to Guinea-Bissau*. 1980 war es für Paulo Freire wieder möglich, nach Brasilien zurückzukehren. 1985 veröffentlichte er das Buch *The Politics of Education* und 1987 – zusammen mit Ira Shor – *A Pedagogy for Liberation*. Außerdem schrieb er noch unzählige Artikel in Fachzeitschriften und einige andere Bücher. (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Paulo\\_Freire](https://de.wikipedia.org/wiki/Paulo_Freire)).

<sup>41</sup> Vgl. Paulo Freire: *Pädagogik der Unterdrückten. Bildung als Praxis der Freiheit*; Rowohlt 2002.

mer ihr "real knowledge" (wirkliches Wissen) ausdrücken, ohne dass sie lesen oder schreiben können müssen. Dies regt die Teilnehmer an, nun selber lesen zu lernen. Paulo Freire nennt diesen Prozess "Bewusstseinsmachung". Für ihn ist es ein Prozess, in dem die Teilnehmer angeregt werden, ihre eigene Situation zu analysieren, um dann ihr Leben und ihre eigene Lebenssituation selbst zu gestalten.<sup>42</sup>

Weltweit zeigt die moderne Armutsforschung auf, dass wir in dieser Welt noch weit entfernt davon sind, dem Menschen ausreichend Bildung und somit eine grundlegende Chance auf „Freiheit“ geschweige denn „Gerechtigkeit“ zu ermöglichen.<sup>43</sup> Vielfach ist das auch gar nicht erwünscht. Und selbst in der „fortschrittlichen Welt“ zeigt sich, dass die Prämissen der Aufklärung: Freiheit, Gleichheit und Solidarität sich nur äußerst schemenhaft eröffnen. Funktionalisten für das bestehende Wirtschaftssystem zu schaffen, das steht im Vordergrund, entwickelte, selbstbestimmte und „freie“ Menschen mag vielleicht das „deklarierte“ Ziel sein, entspricht aber nicht oder nur am Rand der gelebten Realität.

Nicht einmal in den Ländern der „ersten Welt“, und schon gar nicht in den sogenannten „Schwellenländern“, wie etwa China und Indien. Dort werden am Fließband Funktionalisten quasi wie Roboter „gezüchtet“. So wird etwa in China auch die „Digitalisierung“ nicht als Weg in eine erweiterte „Freiheit“, sondern als Weg in eine „totalitäre Kontrolle“ betrieben. „Sozialkreditsystem“ nennt man das Ganze.<sup>44</sup>

Dennoch ist Bildung grundsätzlich ein Weg zu einem erweiterten Bewusstsein, zu mehr Reflexionsfähigkeit, zu einem stärkeren Verständnis des Miteinanders der Menschen, zu mehr Demokratiefähigkeit usw. Einem Menschen, der die Chance bekommt und ergreift, seinen Denk- und Wahrnehmungsrahmen zu erweitern, den kann auch ein Gefängnis nicht gefangen halten, jedenfalls nicht seine Gedanken, denn diese sind - zumindest in einer gewissen Weise - „frei“ und können weitgehend autonom gestaltet werden.<sup>45</sup> Von den durchaus nicht gerade seltenen „Gehirnwäsche-manipulationen“, etwa von terroristischen Organisationen einmal abgesehen.

Wenngleich die „Über-Akademisierung“ in Europa vielfach bekrittelt wird, so ist sie doch ein Beitrag dazu, das menschliche Potenzial stärker zu entfachen und zu entfalten. Nutzen sollte man das halt auch verstärkt in der Realität und vor allem in einer Weise, wie es für die Weiterentwicklung dieser Welt nützlich und förderlich ist und nicht so sehr im Sinne des *business as usual*.

In Österreich hinken wir mit der „Bildung“ im Allgemeinen ein wenig hinterher. „Es gibt gravierende Mängel, was die Studierfähigkeit zahlreicher Abiturienten angeht“, schlägt Prof. Peter-Andre Alt, Präsident der deutschen Hochschulrektoren, der 268 Hochschulen in Deutschland vertritt, Alarm. Das betrifft vor allem die Fächer Mathematik, Ingenieurwissenschaften, Naturwissenschaften, Volks- und Betriebswirtschaftslehre. „Wir leben in der Fiktion, dass mit dem Abitur die Voraussetzungen für das Studium erfüllt sind. Die Realität zeigt: Viel zu oft stimmt das nicht. In

<sup>42</sup> Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Paulo\\_Freire](https://de.wikipedia.org/wiki/Paulo_Freire)

<sup>43</sup> Vgl. Anthony Atkinson: *Ungleichheit. Was wir dagegen tun können*; Klett-Cotta 2016.

<sup>44</sup> Das in der Volksrepublik China betriebene **Sozialkredit-System** (englisch *Social Credits*) ist ein auf verschiedene Datenbanken zugreifendes, online betriebenes Rating- oder Scoring-System (*social scoring* oder *citizen score*), bei dem beispielsweise die Kreditwürdigkeit, das Strafregister und das soziale und politische Verhalten von Unternehmen, Personen und weiteren Organisationen wie z. B. Nichtregierungsorganisationen zur Ermittlung ihrer Reputation verwendet werden. Das Ziel besteht darin, die chinesische Gesellschaft durch eine umfassende Überwachung zu mehr „Aufrichtigkeit“ im sozialen Verhalten zu erziehen. (Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Sozialkredit-System>).

<sup>45</sup> Vgl. Thorsten Havener: *Denk doch was du willst. Die Freiheit der Gedanken*; Wunderlich 2011.

Österreich ist das noch gravierender: Rund 30 Prozent der 15-jährigen können nicht ausreichend lesen, schreiben oder rechnen.<sup>46/47</sup>

Der Bildungsexperte Andreas Salcher zeigt auf wo es besonders hapert: „Österreich ist in Europa eines der Länder mit der höchsten Zuwanderung in den vergangenen zehn Jahren. Leider sind auch viele bildungsferne Migranten dabei. Österreichweit haben wir 20 Prozent Kinder, die aus einem nicht deutschsprachigen Haushalt kommen. Zum Vergleich: Der Anteil der Schüler mit Migrationshintergrund lag im Jahr 2000 noch bei elf Prozent. Wenn wir das nicht in den Griff bekommen, dann produzieren wir Generationen wie in Frankreich oder in Deutschland, die chancenlos sind. Nur 46 Prozent der Schüler mit Migrationshintergrund erreichten das Basislevel in den getesteten Bereichen bei PISA 2015. 31 Prozent der 15-Jährigen in Österreich sind in mindestens einer der drei PISA-Domänen Mathematik, Lesen und Naturwissenschaften besonders leistungsschwach. Das heißt, die Bildungsfernen rücken immer näher, wenn 80 Prozent einer Klasse dem Unterricht nicht folgen können. Das haben wir aber nicht notwendig, weil wir das zweitbeste Bildungssystem innerhalb der EU haben. Leider verbrennen wir das Geld systematisch.“<sup>48</sup>

Und er schlägt Lösungen vor: „Erstens: Es braucht eine massive Investition in die Kindergartenpädagogik. In Kanada verdienen die Kindergartenpädagoginnen gleich viel wie die höheren Lehrer. Zweitens: Wir brauchen ein Lehrerbild, das dem 21. Jahrhundert entspricht. Der Beruf des Lehrers muss zu den drei attraktivsten Berufswegen bei Studenten gehören, mit modernen Arbeitsplätzen und Aufstiegschancen. Und das Dritte sind ganztägige Schulformen. Nur so können wir die Kinder von bildungsfernen Eltern auf ein gutes Niveau bringen. Die besten Privatschulen sind ebenfalls ganztägig. In Kanada beispielsweise beherrschen viele Kinder von Migranten am Ende der Schulzeit die englische Sprache besser als die gebürtigen Kanadier. Davon sind wir Lichtjahre entfernt. Und in Kanada gibt es Ganztagschulen und exzellente integrative Unterrichtsformen.“<sup>49</sup>

Nur wenigen Politikern scheint die Problematik bewusst zu sein und noch weniger scheinen sich für ein funktionierendes Bildungswesen zu interessieren. Im vergangenen Wahlkampf war „Bildung“ eines der „vergessenen“ Themen.<sup>50</sup> Einzig Beate Meinl-Reisinger, Spitzenkandidatin der NEOS wies immer wieder darauf hin:

*Ich habe eine technische Frage. Kann es jetzt wirklich sein,  
dass wir heute Abend nicht über Bildung reden?  
(Beate Meinl-Reisinger, NEOS-Chefin)<sup>51</sup>*

*Wir müssen besser werden beim Thema Bildung. Wir können es nicht zulassen,  
dass ein Viertel der Schüler und Schülerinnen die Pflichtschule verlassen und  
gar nicht lesen können und dann mehr oder weniger direkt ins AMS gehen.  
(Aus dem Presse-Statement von Beate Meinl-Reisinger am Tag nach der Wahl - 30.09.2019)*

<sup>46</sup> Vgl. Tassilo Wallentin: „Bildungsnotstand“ in: Krone Bunt vom 07.07.2019, S.14.

<sup>47</sup> In Österreich können 960.000 der 16- bis 65-Jährigen nur schlecht oder gar nicht lesen. Das hat die Auswertung der OECD-Studie "Programme for the International Assessment of Adult Competencies" (PIAAC) ergeben. Von 5,6 Millionen Österreichern kann jeder fünfte nur unzureichend lesen. Österreich liegt damit wie schon bei der PISA-Studie für 15- und 16-Jährige beim Lesen unter dem OECD-Durchschnitt. (Vgl. <https://apps.derstandard.at/privacywall/story/1379293384170/fast-eine-million-oesterreicher-koennen-nur-unzureichend-lesen>).

<sup>48</sup> Andreas Salcher in Interview mit Ida Metzger: *Sind unsere Kinder zu blöd für das Schulsystem?* In: Kurier.at vom 01.09.2019 (<https://kurier.at/politik/inland/andreas-salcher-sind-unsere-kinder-zu-bloed-fuer-das-schulsystem/400592669>).

<sup>49</sup> Dsb. ebenda.

Vgl. Andreas Salcher: *Nie mehr Schule – Immer mehr Freude*; Ecowin 2012.

Dsb.: *Der talentierte Schüler und seine ewigen Feinde*; Ecowin 2019.

<sup>50</sup> Die „vergessenen“ Themen des Wahlkampfes; in: Kronen-Zeitung vom 29.09.2019, S. 16 f.

<sup>51</sup> Im Rahmen der „Elefantenrunde“ (Diskussion der SpitzenkandidatInnen) am 26.09.2019 um 20:15 Uhr im ORF; zitiert in Kronen-Zeitung vom 29.09.2019, S. 17.

Nach der Wahl<sup>52</sup> zeigt sich nun, dass die Aufteilung der Pfründe durch die Politik in Österreich in überraschender Weise neu durchmischt wird. Vielleicht hat ja das Volk doch mehr Macht als man gemeinhin bei uns annimmt - auch das ist eine Form von Freiheit. So wie etwa in der Schweiz, wo im Rahmen einer direkten Demokratie faktisch alle wesentlichen Errungenschaften auf Volksabstimmungen zurückgehen, selbst wenn Berufspolitiker anders entschieden hätten. Und wo man sich frei nach Lorient<sup>53</sup> an das Prinzip hält: „Der beste Platz für Politiker ist das Wahlplakat. Dort ist er tragbar, geräuschlos und leicht zu entfernen.“<sup>54</sup>

## 9. Die Rolle des Geldes als Beitrag zu mehr Freiheit - macht Geld „frei“?

Wenn ich reich(er) wäre – würde ich mich dann frei(er) fühlen? Mitnichten. Einerseits bietet eine breitere Finanzbasis sicherlich grundsätzlich mehr Freiraum, etwa in dem Sinne, dass ich nicht mehr ganz so abhängig bin von der „täglichen Hand in den Mund“ zu leben. Ich kann damit in einer gewissen Weise das Hamsterrad des Strampelns für den täglichen Lebenserhalt gelassener treten.

Andererseits zeigt sich, dass sich der Lebensstil von Menschen, die viel Geld zur Verfügung haben, nicht unbedingt grundsätzlich von denen unterscheidet, die wenig Einkommen haben. Sicherlich haben die Reiche(re)n mehr Wahlmöglichkeiten, glücklicher und zufriedener sind sie nur selten(er).

Forscher der Harvard University kamen über die Jahrzehnte hinweg immer wieder zu demselben Ergebnis: Es ist nicht das Geld, welches Menschen glücklich macht. Überraschenderweise ist sogar die Gesundheit weniger wichtig, als viele von uns vielleicht annehmen würden. Stattdessen zeichnet sich mit großem Abstand ein Faktor ab, welcher offensichtlich für das persönlich empfundene Glück oder Unglück einer Person am wichtigsten ist: die sozialen Beziehungen.

Und zwar ergaben die empirischen Untersuchungen, dass Menschen glücklicher sind, je besser die Qualität ihrer sozialen Beziehungen ist. Es kommt also nicht auf die Quantität an. Sie brauchen nicht viele Freunde oder eine Großfamilie für mehr Lebensglück. Stattdessen reichen einige wenige wirklich tiefgehende soziale Beziehungen für ein glückliches Leben aus. Sie benötigen also nicht mehr als eine Handvoll Menschen, welche Sie so akzeptieren und lieben wie Sie sind und Ihnen das Gefühl geben, in Lebenskrisen nicht alleine zu sein.

Andersherum ist also auch Armut kein Garant für ein unglückliches Leben, sondern Einsamkeit. Wer einsam, aber reich ist, wird vielleicht immer wieder das kurze Hochgefühl des Geldes erleben, niemals aber die dauerhafte innere Zufriedenheit des wahren Glückes. Einsamkeit endet jedoch nicht nur im Unglück, sondern in Extremfällen sogar tödlich. Einsame Menschen haben eine um 26 bis 32 Prozent erhöhte Mortalitätsrate – das ist vergleichbar mit dem Sterberisiko bei Übergewicht oder Rauchen.<sup>55</sup>

<sup>52</sup> Nationalratswahl in Österreich am 29.09.2019.

<sup>53</sup> Lorient (1923-2011) *deutscher Karikaturist, Kabarettist, Schauspieler und Regisseur*; eigentlich: Bernhard Victor Christoph-Carl von Bülow, kurz Vicco von Bülow. Der Künstlername „Lorient“ entstammt dem gleichlautenden französischen Wort für „Pirol“. Der Vogel ist das Wappentier der Familie von Bülow. In der mecklenburgischen Heimat des Adelsgeschlechtes hat sich daher „Vogel Bülow“ als eine gängige Bezeichnung für den Pirol eingebürgert.

<sup>54</sup> Vgl. Tassilo Wallentin: *Das Lorient-Prinzip*; in: Krone Bunt vom 22.09.2019.

<sup>55</sup> Vgl. Mirijam Franke: *Studie beweist: Nur unter einer Voraussetzung macht Geld wirklich glücklich*; in: arbeits-abc.de (<https://arbeits-abc.de/macht-geld-wirklich-gluecklich/>).

Resümee: Qualitativ gute soziale Beziehungen machen langfristig am glücklichsten. Geld kann jedoch ebenfalls kurzzeitig glücklich machen, indem es das neuronale Belohnungssystem stimuliert. Allerdings ist dies nur dann der Fall – beziehungsweise in einem höheren Ausmaß – wenn das Geld gewissenhaft verdient wurde. Positiv gewertet sorgt Ihre Moral also dafür, dass Sie Geld nicht auf Kosten anderer Menschen verdienen möchten, zum Beispiel durch Ausbeutung, Manipulation oder auch Diebstahl. Allerdings greift dieser Mechanismus nur, wenn Sie über ein „Gewissen“ verfügen, welches bei manchen Persönlichkeitsstörungen nicht oder nur teilweise ausgebildet ist. Deshalb sind es vor allem Narzissten, Sozio- und Psychopathen, welche sich durch Geld das große Glück versprechen. Doch dieser Plan geht allerdings selten auf.

Eine exaktere und vor allem allgemeingültige Antwort auf die Frage, ob Geld glücklich macht, gibt es (bislang) wohl nicht. Es kommt schlichtweg auf verschiedene Faktoren an. Sicher ist aber, dass Geld alleine nicht zu dauerhaftem Glück führt - und Armut nicht zwingend zu Unglück.<sup>56</sup> Ein etwas größerer Freiheitsrahmen in der Lebensgestaltung ist jedoch sicherlich anzunehmen. Ob er real genützt wird, das ist wiederum nicht ganz so sicher.

Mit einer gewissen Signifikanz zeigt sich, dass Menschen, die viel (materielles) besitzen, häufiger von Egoismen geprägt sind, als ärmere Menschen, die oft viel mehr Bescheidenheit oder auch Demut zeigen. Die Formen des Egoismus, die sich heute zeigen, lassen sich zunehmend als eine Form des „Raubtieregoismus“ bzw. des sogenannten „Raffgieregoismus“, der aus der Unersättlichkeit der Bedürfnisse genährt wird, darstellen. Der Raffgieregoist räumt sich selbst mehr Freiheiten ein, als er anderen zugesteht.<sup>57</sup>

## 10. Gelangen doch die „Harten“ zu mehr „Freiheit“ im Lebenskampf?

Hat Darwin doch recht? Charles Darwin (1809-1882) entwickelte seine Evolutionslehre auf der Grundlage des 'Gesetzes der natürlichen Auslese'. Die für die jeweiligen Umweltbedingungen am besten geeigneten Lebewesen setzen sich durch. Dass es sich dabei nicht ausschließlich um Körperkraft handeln muss, haben wir oben bereits festgestellt. In unserem Zusammenhang stellt sich die Frage, welche 'Mischung' aus Intelligenz und Gefühl dabei eine Rolle spielt.

Im Kampf um die Lebenserhaltung unter extremen Bedingungen sind es häufig 'gefühlskalte', skrupellose Verhaltensweisen, die sich durchsetzen und behaupten. So wie z. B. Viktor Frankl das über Verhaltensweisen in den Konzentrationslagern anhand eigener Erfahrungen berichtet: "Im Durchschnitt konnten sich jene am Leben erhalten, die in diesem Kampf um die Lebenserhaltung skrupellos waren. ... Wir wissen es und können es ruhig sagen: Die Besten sind nicht zurückgekommen."<sup>58</sup> Mit 'die Besten' meint er die mit der feineren, sensibleren, rücksichtsvolleren Seele.

Auch im Wirtschaftsbereich zeigt sich, dass nicht unbedingt die 'Gefühlvolleren' das Sagen haben. Durchsetzung braucht offensichtlich eine gewisse 'Härte' und die setzt eine bestimmte Art von Affektivität, z. B. eine spezifische Form der Aggressivität, voraus. Empathie und Sanftmut sind in bestimmten Kontexten nicht unbedingt zielführend.

Das zeigt sich auch oder vielleicht sogar ganz besonders am Beispiel des weltweiten Finanzwesens. Ein Blick hinter die Kulissen lässt einem erschauern. Ernst Wolff gibt einen derartigen Einblick: Die Finanzwirtschaft prägt unser Leben wie kein anderes Feld. Von der Öffentlichkeit

<sup>56</sup> Vgl. dsb., ebenda.

<sup>57</sup> Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Egoismus>

<sup>58</sup> Vgl. Viktor E. Frankl: *Trotzdem Ja zum Leben sagen*; Dtv 1998.



weitgehend unbemerkt, hat sie sich zur mächtigsten Größe auf unserem Planeten entwickelt. Dabei lenkt ihr Führungspersonal die Geschicke der Welt größtenteils im Verborgenen und auf eine Art und Weise, die einerseits selbst bei genauer Betrachtung kaum durchschaubar ist und andererseits Machenschaften praktiziert, die sich im Graubereich von krimineller Energie bewegen.<sup>59</sup>

Wolff kommt bei seinen Recherchen auch zu dem Schluss, dass selbst bei dem „Beinahe-Crash des globalen Finanzsystems“ 2008 keine wirksamen Maßnahmen getroffen worden seien um Auswüchse und Fehlentwicklungen im globalen Finanzsystem zu beenden. Wolff meint, die Politik habe eine eigentümliche Logik, der zufolge die Finanzmärkte wie das Wetter dem Willen der Menschen entzogen seien. Die Menschen würden weltweit jeder Freiheit, das Geldsystem mitbestimmen zu können beraubt. Und sie werden andererseits dazu benützt, dieses System unter unvorstellbaren Risiken am Leben zu halten.<sup>60</sup>

Tassilo Wallentin sieht das ähnlich: „Die Rettungssorgie für Pleitebanken hat versagt. Die EU-Kommission hat die Eurozone in eine monströse Schuldenunion verwandelt. Faktisch haftet jeder für jeden. Seit 12 Jahren kommt es zu fragwürdigen Bankenrettungen. Defizitsünder werden nicht mehr bestraft. Es gibt keine Sanktionen mehr gegen Euro-Länder, die durch Schulden, Korruption und Misswirtschaft die Gemeinschaftswährung gefährden. Die Zinsen für Sparer wurden abgeschafft. Dank der Schuldenunion können sich die Krisenländer auf den Kapitalmärkten mit immer neuen Schulden finanzieren - weil wir alle dafür haften und mitbezahlen.“<sup>61</sup>

Der Wirtschaftsphilosoph und Autor Klaus Woltron spricht in diesem Zusammenhang von „Europas Falschmünzern“: „Der Zwang zur Gleichschaltung unterschiedlicher Volkswirtschaften und drohender Pleiten ganzer Staaten haben die Europäische Zentralbank (EZB) zu Maßnahmen gezwungen, die man nicht anders als Falschmünzerei von Amts wegen bezeichnen kann. (...) Tatsächlich wird Geld oft aus höchst bedenklichen Quellen „geschöpft“. Dabei akzeptiert die EZB immer windigere Papiere als Sicherheiten. Ein ehemaliger Notenbanker spottete: Man könnte auch den Büstenhalter seiner Großmutter als Sicherheit in Frankfurt hinterlegen. (...) Die EZB akzeptiert beispielsweise hochriskante Anleihen von Griechenland, Portugal, Italien etc., die für sonst niemanden reizvoll sind, als ‚Sicherheit‘ und übernimmt damit auf Kosten des Steuerzahlers das Risiko für den Fall der Pleite. Gleichzeitig entlastet sie die bisherigen kummervollen Besitzer von Schrott-Anleihen, die mit dem aus Frankfurt eintreffenden Geldsegen alsbald fröhlich weiterspekulieren. (...) Fazit: Schlechtes Geld wird zu gutem gewaschen. Wir alle bürgen dafür, ohne gefragt worden zu sein. Der EZB-Rat besitzt damit mehr unkontrollierte Macht als der Vorsitzende der EU-Kommission und das EU-Parlament.“<sup>62</sup>

„Wir Steuerzahler werden erneut europäische Banken retten. Das haben ein paar demokratisch nicht gewählte Banker der EZB in geheimer Sitzung beschlossen. Nicht Aktionäre, Investoren oder Großkunden der jeweiligen Bankhäuser sollen den Schaden der Pleite zahlen, sondern der unbeteiligte Steuerzahler. Es ist bereits das sechste Bankenrettungspaket. Die Bürger der Eurozone haften also regelmäßig für fremde Missstände, Korruption, Unfähigkeit, Fehleinschätzungen oder

<sup>59</sup> Vgl. Erst Wolff: *Finanz-Tsunami. Wie das globale Finanzsystem uns alle bedroht*; Büchner 2017.

<sup>60</sup> Vgl. dsb., ebenda.

<sup>61</sup> Tassilo Wallentin: *Seilschaften. Die Euro-Zone steht vor dem Crash. Jetzt will man an das Bargeld und die Ersparnisse der Bürger. Postenschacher und unglaubliche politische Seilschaften machen das möglich*; in: Krone Bunt vom 01.09.2019, S. 14.

<sup>62</sup> Klaus Woltron: *Europas Falschmünzer. Wie unser Geld schleichend von Nord nach Süd wandert und von braven Sparern zu Bankern und Börsen. Das gefährliche Diktat der Schuldner*; in: Krone Bunt vom 30.06.2019, S. 6 f.

auch nur Pech irgendwelcher Banker. Die Politik der EZB lautet: „Gewinne von Banken privatisieren - Verluste von Banken auf alle Bürger überwälzen“. Das Geschäftsmodell könnte man auch „staatliche Vollkaskoversicherung für Banker und Spekulanten“ nennen.<sup>63</sup>

„Damit die Bürger von diesem Skandal nichts mitbekommen, heißt das sechste milliardenschwere Bankenrettungspaket nicht Bankenrettungspaket, sondern „GLRG III“. Das fünfte Bankenrettungspaket hieß übrigens „TLTRO-III“. Die EU hat aus der Krise nichts gelernt. (...) Der geldpolitische Wahnsinn - dieses unlimitierte Dauerretten von Pleitebanken und Pleitestaaten mit unserem Steuergeld - hat zu Wohlstandsverlust, Inflation, Vernichtung von Sparvermögen und Altersvorsorgen geführt. Die Auswirkungen bekommen wir längst zu spüren: 1,5 Millionen Österreicher sind armutsgefährdet. Ein Viertel hat keine Ersparnisse mehr. Die Hälfte der Österreicher hat am Monatsende kein Geld auf dem Konto.“<sup>64</sup>

Der Schacher mit dem Geld, der unbemerkt hinter unserem Rücken erfolgt, ist mehr als bedrohlich für unsere Zukunft und für unsere Freiheit. Die „Null-Zins-Politik“ und das 2,8-Billionen-Anleihekaufprogramm der EZB haben versagt: 2013 forderte der IWF (Internationale Währungsfond) eine 10-prozentige Zwangsabgabe auf alle privaten Vermögen der Bürger - und zwar für uneinbringliche Schulden von Pleitestaaten und Banken. 2014 forderte der ehemalige IWF-Chefökonom Ken Rogoff die Abschaffung des Bargeldes zur Weiterfinanzierung des Schuldenkarussells. Im gleichen Jahr hielt der Anti-Bargeld-Aktivist Larry Summers eine Rede vor dem IWF, in der er Bargeldabschaffung samt Strafzinsen und Konsumzwang propagierte. 2019 fordert der IWF eine Steuer auf Bargeld. Die Menschen sollen so gezwungen werden, alle Ersparnisse auf Bankkonten zu legen, damit Staaten und Zentralbanken jederzeit Zugriff darauf haben. Freiheit ade.<sup>65</sup>

Vergemeinschaftung der Schulden, Abschaffung des Bargeldes, Konsumzwang und Enteignung. Postenschacher und unglaubliche Seilschaften machen derartige Machenschaften möglich - scheinbar ohne jede Konsequenz. Präsident Macron, ehemaliger Investmentbanker bei „Rothschild & Co“ hat die Französin Christine Lagarde in einem üblen EU-Postenschacher als zukünftige EZB-Chefin ins Amt gehievt - eine willfährige Dienerin. Sie soll sicherstellen, dass weiter Schulden vergemeinschaftet und Zahlungen an Euro-Krisenländer wie Frankreich geleistet werden, so das politische Kalkül des französischen Präsidenten Macron. Anlässlich einer Hausdurchsuchung fand man einen ihrer Briefe an ihren einstigen Gönner, Frankreichs Präsident Sarkozy, dem sie ihre Ernennung zur IWF-Chefin verdankt: „Benutze mich so lange, wie es dir passt (...). Wenn du für mich Verwendung findest, benötige ich deine Führung und Unterstützung: Ohne Führung wäre ich ineffizient, ohne Unterstützung wäre ich nicht sehr glaubwürdig. Mit meiner immensen Bewunderung, Christine L.“<sup>66</sup>

Postenschacher gibt es, seit es Primaten gibt. Ob in der Politik oder bei den Affen: Macht wird durch Geld & Gaben erkaufte. Auch Affen suchen sich ihre Helfer sorgfältig aus, um sich versperrtes Obst zu verschaffen. Im Kern bleibt das Prinzip immer dasselbe. Der Mächtige oder der es werden will, belohnt Helfer mit Privilegien und Pfründen: Lehen nannte man das früher - ein Stück Land, ein politisches Amt, ein Recht zu fischen, zu jagen, Steuern einzutreiben etc. Der Lehensherr gab diese Wohltat unter der Bedingung gegenseitiger Treue in die Verfügungsgewalt des Berech-

<sup>63</sup> Tassilo Wallentin: „GLRG III“. Im September (2019, Anm.) schickt die Europäische Zentralbank (EZB) ein neues Bankenrettungspaket auf die Reise. Es trägt den kryptischen Namen „GLRG III“. Die Bürger sollen nicht mitbekommen, dass Gewinne von Banken privatisiert und Verluste von Banken verstaatlicht werden. Die Verarmung der Euro-Zone schreitet voran; in: Krone Bunt vom 25.08.2019, S. 14.

<sup>64</sup> Vgl. dsb., ebenda.

<sup>65</sup> Vgl. Tassilo Wallentin: „Gebt mir die Kontrolle über die Währung einer Nation, und es ist mir gleichgültig, wer die Gesetze macht.“ (legendärer Ausspruch Rothschilds); in: Krone Bunt vom 21.07.2019, S. 10.

<sup>66</sup> Vgl. Tassilo Wallentin: *Seilschaften*; in: Krone Bunt vom 01.09.2019, S. 14.

tigten. Ähnliches findet statt, wenn eine politische Partei oder einer ihrer Machthaber einem Anhänger einen einträglichen Posten verschafft, ihm oder ihr bevorzugt Förderungen zukommen lässt und damit Unterstützung und Treue erkauft.<sup>67</sup>

„Gebt mir die Kontrolle über die Währung einer Nation, und es ist mir gleichgültig, wer die Gesetze macht“, so lautet ein legendärer Ausspruch des Bankers Mayer Amschel Rothschild (1712-1786).<sup>68</sup> Eines wird jedenfalls am Beispiel der Geldpolitik deutlich: Sowohl die europäische wie auch die globale Geldwirtschaft, die hinter unserem Rücken und jenseits demokratiepolitischer Prozesse von Hintermännern gesteuert wird, rauben uns Teile von Freiheit ebenso, wie die globalen Konzerne, die es darauf anlegen, die Menschen in verstärkte Abhängigkeiten zu treiben, was letztlich in ein globales Desaster führt.<sup>69</sup> Dem gilt es mit verstärkter Wachheit und Zivilcourage zu begegnen.<sup>70</sup>

Etwa auch um unnötige, unsinnige und global schädigende „Freihandelsabkommen“ zu verhindern. Das geht nur mit Zivilcourage, denn die Politik ist vielfach in einem gewissen Sinne „käuflich“ und agiert nur selten mit Verantwortung, Vernunft und Augenmaß.<sup>71</sup> „Die EU hat sich mit den südamerikanischen „Mercosur-Staaten“ (Argentinien, Brasilien, Paraguay, Uruguay) bereits geeinigt. Die Verhandlungen fanden wieder hinter verschlossenen Türen ohne parlamentarische Kontrolle statt. Bei den Gesprächen waren nur EU-Beamte, Lobbyisten und Konzernvertreter zugelassen. (...) Der Deal lautet: „Autos gegen Billigfleisch für alle“ - Profit von Autoherstellern und Fleischkonzernen auf Kosten von Verbrauchern, Umwelt und Tieren!“<sup>72</sup>

*Mercosur ist ein Angriff auf das Weltklima!  
Die entfesselte Ökonomie führt zum ökologischen Desaster!*  
(Gerhard Drexel, Chef der Handelskette SPAR)<sup>73</sup>

*Die Welt hat genug für jedermanns Bedürfnisse, aber nicht für jedermanns Gier.*  
(Mahatma Gandhi)

Der Erde wird die Gier des Menschen überwinden, wie ein bekannter Witz aufzeigt: Ein fremder Planet trifft die Erde und sagt: „Du siehst aber schlecht aus, wie geht es dir?“ Darauf die Erde: „Nicht gut, ich habe Homo sapiens.“ Darauf der fremde Planet: „Keine Sorge, das geht vorüber.“ Doch bis dahin wird es, wenn wir die Wende nicht schaffen, immer trister und trister:

*Wo einst am frühen Morgen der herrliche Gesang der Vögel erschallte,  
ist es merkwürdig still geworden. Die gefiederten Sänger sind jäh verstummt.  
Schönheit, Farbe und der eigene Reiz, den sie unserer Welt verleihen, sind ausgelöscht.*  
(Rachel Carson, in: *Der stumme Frühling*)<sup>74</sup>

<sup>67</sup> Vgl. Klaus Woltron: *Die Sache mit der Freunderlwirtschaft*; in: Krone Bunt vom 08.09.2019, S. 10 f.

<sup>68</sup> Zitiert von Tassilo Wallentin: *Gebt mir die Kontrolle über die Währung ...*; in: Krone Bunt vom 01.09.2019, S. 10.

<sup>69</sup> Vgl. Karl Wimmer (02/2018): *Wirtschaft, Verkehr, Konsum, Müll und Klimafalle*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>70</sup> Vgl. Karl Wimmer (08/2019): *Zivilcourage – Über die Kunst, sozial mutig zu sein*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>71</sup> Vgl. Karl Wimmer (04/2018): *Menschlichkeit und Verantwortung in der Gesellschaft*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>72</sup> Vgl. Tassilo Wallentin: *„Es wird niemals so viel gelogen wie vor der Wahl, während des Krieges und nach der Jagt“* (Ausspruch von Bismarck); in: Krone Bunt vom 14.07.2019, S. 8.

<sup>73</sup> Zitiert im Interview mit Tassilo Wallentin; in: Krone Bunt vom 28.07.2019, S. 12 f.

<sup>74</sup> **Rachel Louise Carson** (1907-1964), amerikanische Zoologin und Biologin über die verheerenden Auswirkungen der nach dem Krieg massenhaft eingesetzten „Insektenbekämpfungsmittel“ in Form von chemischen Pestiziden, ins-

## 11. Resümee

Trotz all dem zeigt es sich heute, dass aufgrund der zunehmenden Kooperationsnotwendigkeiten 'hartes', 'gefühlskaltes' und 'hinterlistiges' Auftreten ein immer untauglicheres Mittel ist. 'Menschlichkeit' im Umgang miteinander gewinnt zunehmend an Bedeutung - wird sozusagen überlebensnotwendiger.<sup>75</sup> Die Menschen - vor allem die jüngeren - rücken weltweit immer mehr zusammen, um dem Wahnsinn, der Gier und der Zerstörung ihrer Zukunft mit Entschiedenheit entgegenzutreten, wie sich etwa am Beispiel der weltweiten „Fridays for Future“-Bewegung zeigt.<sup>76</sup> Auch die jüngeren Forschungen aus der Biologie lassen uns erkennen, dass Kooperation und Toleranz, nicht Konkurrenz und das 'Gesetz des Dschungels', die Grundlage aller Lebensvorgänge sind.<sup>77</sup> Darin liegen die Chancen für die Zukunft - und der Weg zu einer neuen, erweiterten „Freiheit“.

Freiheit erlangen wir auch damit oder dadurch, dass wir Freiheit gewähren. „Freiheit“ bedeutet auch „Frieden“. Frieden im eigenen Herzen führt zu innerer Freiheit. Innerer Friede und innere Freiheit ist ein Beitrag bzw. grundlegende Voraussetzung für äußeren Frieden. Voraussetzung ist dabei auch der Friede mit der Natur. Es geht dabei darum, die Natur wieder von der Unterjochung und dem „untertan machen“ freizugeben.<sup>78</sup> Sodass der Mensch vom „Feind der Natur“<sup>79</sup> über eine „Ökologische Revolution“<sup>80</sup> wieder zum „Frieden mit der Natur“, und damit - so wie dies auch früher der Fall war - wieder zur Einheit und zum Einklang mit Gaia, der großen Gebäerin<sup>81</sup>, kommt und sich schließlich wieder zum „Friend of the Earth“<sup>82</sup> wandelt.

**Ein** Beitrag besteht dabei auch darin, dass wir die Berge von der Unterjochung durch den Massentourismus wieder befreien und die damit einhergehenden Zerstörung der Flora und Fauna wieder soweit wie möglich rückgängig machen, so wie uns dies der legendäre Bergsteiger Reinhold Messner nachdrücklich ans Herz legt. Als Messner die Schönheit der Berge entdeckte, konnte niemand ahnen, dass dies der Beginn des alpinen Massentourismus sein würde. Ob Alpen, Himalaya oder Hohe Tatra: Heute sind ganze Bergregionen ein einziger Spielplatz mit inszenierten Freizeitparks, Klettersteigen, Skigebieten und kahlen Hängen. Mountainbiker, Bergsteiger und

---

besondere DTD; in: *Der stumme Frühling*; 5. Aufl. C.H. Beck 1974 (Erstauflage 1963). *Der stumme Frühling* (englischer Titel: *Silent Spring*) ist ein 1962 erschienenes Sachbuch der Biologin Rachel Carson und gilt als ihr wichtigstes Werk. *Der stumme Frühling* wird häufig als Ausgangspunkt der weltweiten Umweltbewegung und als eines der einflussreichsten Bücher des 20. Jahrhunderts bezeichnet. Das Buch löste in den USA eine heftige politische Debatte aus und führte letztlich zum späteren DDT-Verbot. Rachel Carson wurde im Jahre 1980 posthum mit der *Presidential Medal of Freedom*, der höchsten zivilen Auszeichnung der USA, ausgezeichnet. (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Der\\_stumme\\_Frühling](https://de.wikipedia.org/wiki/Der_stumme_Frühling)), (Vgl. [https://de.wikipedia.org/wiki/Rachel\\_Carson](https://de.wikipedia.org/wiki/Rachel_Carson)).

<sup>75</sup> Vgl. Daniel Goleman: *Emotionale Intelligenz*; Hanser 1996.

<sup>76</sup> Vgl. Karl Wimmer (03/2019): *Neue Werte transformieren die Welt. Die existenziellen Herausforderungen meistern. Greta Thunberg und die Bewegung „Fridays for Future“*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>77</sup> Vgl. Humberto R. Maturana / Francisco J. Varela: *Der Baum der Erkenntnis. Die biologischen Wurzeln des menschlichen Erkennens*; Scherz 1987.

<sup>78</sup> Vgl. Karl Wimmer (03/2017): *Die Welt in der wir leben (werden). Plädoyer für eine neue Kultur der Bescheidenheit*; in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)

<sup>79</sup> Vgl. Joel Kovel: *Der Feind der Natur: Das Ende des Kapitalismus oder das Ende der Welt?* 2. Auflage, London: Zed Books 2007 (1. Auflage London: Zed Books 2002).

**Joel Kovel** (1936-2018) war ein amerikanischer Gelehrter und Autor, er gilt als der Gründer des „Öko-Sozialismus.“ (Vgl. [https://de.qwertyu.wiki/wiki/Joel\\_Kovel](https://de.qwertyu.wiki/wiki/Joel_Kovel)).

<sup>80</sup> Vgl. John Bellamy Foster: *Die ökologische Revolution - Frieden zwischen Mensch und Natur*; Laika 2013.

<sup>81</sup> **James Lovelock** - Chemiker, Biophysiker, Mediziner und Autor. Der Engländer, der heuer im Sommer seinen 100. Geburtstag feierte, hat die *Gaia-Hypothese* begründet. Gaia bedeutet in der griechischen Mythologie Göttin der Erde. Der Name Gaia ist indogermanischen Ursprungs - Gaia, die Gebälerin. In James Lovelocks Grundüberlegungen steckt der Gedanke, die Erde und ihre Biosphäre als Lebewesen zu betrachten. (Zitiert in Ö1 Radiokolleg - *Superorganismus Erde*, vom 01.10.2019, 9:30 Uhr.

Vgl. James E. Lovelock: *Gaias Rache. Warum die Erde sich wehrt*; Ullstein/List 2007.

<sup>82</sup> Vgl. David Ross Brower, Gründer mehrerer Umweltorganisationen, darunter "*Friends of the Earth*".



Skifahrer erwarten ein perfektes Vergnügen, Alpinisten eine allgegenwärtige Bergrettung. Die Erhabenheit der Natur wird zusehends banalisiert. Unser Verhalten bedroht eine einzigartige Wildnis und eine ökologisch wertvolle Kulturlandschaft.<sup>83</sup>

Es geht darum, zu lernen, auch mit der Natur wieder in Einklang und in Frieden zu leben und mit ihr zu kooperieren, statt sie zu unterjochen und zu zerstören. Dass der Mensch die Berge braucht, dass sie ihm guttun, ist offensichtlich, aber: brauchen die Berge auch uns? Der Bergsteiger, Abenteurer und Philosoph Reinhold Messner sagt: Ja! Weil Mensch und Natur gemeinsam eine Landschaft gestalten. Das, was wir als Gebirge erleben, besteht aus zwei miteinander verzahnten Elementen: Einer Kulturlandschaft aus Almen, Wäldern und Bergdörfern und einer Naturlandschaft, die sich weit über die Waldgrenze hinaus in die Hochgebirgsregionen erstreckt.

Messner zeigt nicht nur den Zerstörungswahn auf, sondern auch, wie das Zusammenspiel von Stadt und Land, Berg und Tal, Mensch und Natur funktioniert und was wir tun müssen, um die grandiose Landschaft und den einzigartigen Lebensraum der Gebirge für nachfolgende Generationen zu erhalten. Messner, der alle vierzehn Achtausender ohne zusätzlichen Sauerstoff bestiegen hat, macht uns an seinem Beispiel auch die Wandlungsfähigkeit des Menschen bewusst:

„Mein Leben besteht bisher darin, dass ich sieben Mal umgestiegen bin von einem Tun ins andere. Ich habe mich immer wieder neu erfunden. Gerade bin ich dabei, meine siebte Phase zu leben: als Filmemacher. Ich gehe immer noch auf den Berg, aber mein Ziel ist es nicht mehr, einen Gipfel zu erreichen, sondern eine Geschichte zu erzählen.“<sup>84</sup>

Ja, wir sollten uns viele Geschichten erzählen. Geschichten über Frieden, Freiheit und Schönheit. Geschichten, wie diese Qualitäten geschaffen und gestaltet werden können, Geschichten über Veränderung und neue Möglichkeiten der Welt- und Lebensgestaltung. Geschichten über das Wesen des Menschseins, Geschichten, die das Leben schreibt und vor allem auch jene Geschichte(n), die wir selber (mit-)geschrieben haben. Diese Geschichte sollte wahr und authentisch sein und, wenn wir sie unseren Kindern und Enkeln erzählen, diese - hoffentlich - mit Dankbarkeit erfüllen.<sup>85</sup>

*Ein alter Indianer saß mit seinem Enkelsohn am Lagerfeuer. Es war schon dunkel geworden und das Feuer knackte, während die Flammen in den Himmel züngelten. Der Alte sagte nach einer Weile des Schweigens: „Weißt Du, wie ich mich manchmal fühle? Es ist, als ob da zwei Wölfe in meinem Herzen miteinander kämpfen würden. Einer der beiden ist rachsüchtig, aggressiv und grausam. Der andere hingegen ist liebevoll, sanft und mitfühlend.“ – „Welcher der beiden wird den Kampf um Dein Herz gewinnen?“, fragte der Junge. „Der Wolf, den ich füttere“, antwortete der Alte.<sup>86</sup>*

*Weiter sah ich unter der Sonne: Nicht die Schnellen gewinnen den Lauf,  
noch die Helden den Kampf. So erlangen auch nicht die Weisen das Brot,  
auch nicht die Einsichtigen den Reichtum, und auch nicht die Wissenden die Gunst.  
Vielmehr ereilen die Zeit und das Schicksal sie alle.*

(Prediger Salomo)<sup>87</sup>

<sup>83</sup> Reinhold Messner: *Rettet die Berge. Ein Appell*; Benevento 2019.

<sup>84</sup> Reinhold Messner im Interview mit Onetz.de am 26.04.2019: *Die Berge werden eventisiert*. (<https://www.onetz.de/deutschland-welt/amberg/reinhold-messner-interview-berge-eventisiert-id2704519.html>).

<sup>85</sup> Vgl. Andreas Salcher: *Ich habe es nicht gewusst*; Ecowin 2012.

<sup>86</sup> Aus: dsb., ebenda.

<sup>87</sup> **Prediger (Salomo)** oder **Kohelet** (abgekürzt *Koh*, „Versammler, Gemeindeleiter“) ist ein Buch des *Tanach*, das dort zu den *Ketuvim* („Schriften“) gehört. Es ist eine Sammlung von Weisheitssprüchen, praktischen Lebensratschlägen und Warnungen vor falscher Lebensweise, die es einem anonymen Prediger zuschreibt. Im christlichen *Alten*



## 12. Literatur

- Anonym: *Darknet. Ein Leitfaden im Umgang mit dem dunklen Fleck im Deep Web*; Grin 2018.
- Atkinson, Anthony: *Ungleichheit. Was wir dagegen tun können*; Klett-Cotta 2016.
- Berne, Eric: *Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben? Psychologie des menschlichen Verhaltens*; Fischer 1983.
- Bornhauser, Christoph, SBW Haus des Lernens; in: [https://www.elisabetha-hess.ch/files/Inhalte%20EHS/Dokumente/präs\\_bo\\_201902115\\_02\\_Adoleszenz\\_breit.pdf](https://www.elisabetha-hess.ch/files/Inhalte%20EHS/Dokumente/präs_bo_201902115_02_Adoleszenz_breit.pdf)
- Canli, Rukiye: *Wenn Herzen die Welt erblicken: Mevlana Rumis zeitlose Botschaften für den Frieden*; in: Islam kompakt beim Forum Dialog vom 28.03.2018 (<http://islam-kompakt.de/aktuelles/wenn-herzen-die-welt-erblicken-mewlana-rumis-zeitlose-botschaften-fuer-den-frieden/>).
- Carson, Rachel L.: *Der stumme Frühling*; 5. Aufl. C.H. Beck 1974 (Erstauflage 1963).
- Csikszentmihalyi, Mihaly: *Flow. Das Geheimnis des Glücks*; Klett-Cotta 2019.
- Ebner, Julia: *Wut. Was Islamisten und Rechtsextreme mit uns machen*; Theiss 2018. (Originalausgabe: *The Rage: The Vicious Circle of Islamist and Far-Right Extremism*; Tauris, 2017).
- Erikson, Erik H.: *Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze*; Frankfurt a. M. 1966; 2. Aufl. 1973.
- Foster, John B.: *Die ökologische Revolution - Frieden zwischen Mensch und Natur*; Laika 2013.
- Franke, Mirijam: *Studie beweist: Nur unter einer Voraussetzung macht Geld wirklich glücklich*; in: [arbeits-abc.de](https://arbeits-abc.de) (<https://arbeits-abc.de/macht-geld-wirklich-gluecklich/>).
- Frankl, Viktor E.: *Trotzdem Ja zum Leben sagen*; Dtv 1998.
- Freire, Paulo: *Pädagogik der Unterdrückten. Bildung als Praxis der Freiheit*; Rowohlt 2002.
- Fromm, Erich: *Haben oder Sein*; dtv 1989.
- Gandhi, Mahatma K.: *Eine Autobiographie oder Die Geschichte meiner Experimente mit der Wahrheit*; Aquamarin 2013.
- Goleman, Daniel: *Emotionale Intelligenz*; Hanser 1996.
- Havener, Thorsten: *Denk doch was du willst. Die Freiheit der Gedanken*; Wunderlich 2011.
- Hofmann, Mathias / Reisert, Louisa / Pracht, Gerlind: *Das Modell der „Inneren Antreiber“*; in: [https://www.shsconsult.de/wp-content/uploads/2017/02/131023\\_InnereAntreiber\\_TrainerKit-funaf.pdf](https://www.shsconsult.de/wp-content/uploads/2017/02/131023_InnereAntreiber_TrainerKit-funaf.pdf)
- Kahler, Taibi: *Process Therapy Model. Die sechs Persönlichkeitstypen und ihre Anpassungsformen*; Verlag Kahler Communication, KCG 2008.
- Dsb.: *Process Model – Persönlichkeitstypen, Miniskripts und Anpassungsformen*; in: [https://kcg-pcm.de/wp-content/uploads/2017/09/dgta-artikel-taibi\\_kahler.pdf](https://kcg-pcm.de/wp-content/uploads/2017/09/dgta-artikel-taibi_kahler.pdf)
- Kaiser, Otto: *Kohelet. Das Buch des Predigers Salomo*; Radius 2016.
- Kowalska, Beata: *Frauen und Freiheit. Der Schlüssel zur Freiheit – Bildung, Bürgerrechten und Arbeit*; Goethe-Institut Polen, März 2018 (<https://www.goethe.de/ins/pl/de/kul/sup/fee/21207295.html>).
- Kovel, Joel: *Der Feind der Natur: Das Ende des Kapitalismus oder das Ende der Welt?* 2. Auflage, London: Zed Books 2007 (1. Auflage London: Zed Books 2002).
- Kraus, Björn / Krieger, Wolfgang (Hrsg.): *Macht in der Sozialen Arbeit – Interaktionsverhältnisse zwischen Kontrolle, Partizipation und Freisetzung*. Jacobs, Lage 2016, S. 101–130, [https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source\\_opus=15621](https://www.pedocs.de/frontdoor.php?source_opus=15621) (Siehe dazu auch: [https://de.wikipedia.org/wiki/Björn\\_Kraus#cite\\_note-macht-hilfe-kontrolle-23](https://de.wikipedia.org/wiki/Björn_Kraus#cite_note-macht-hilfe-kontrolle-23)).
- Leidlmaier: *Internetsucht*, Forschungsseminar Universität Innsbruck WS 08/09 (<https://www.uibk.ac.at/psychologie/mitarbeiter/leidlmair/iad4.pdf>)
- Leitner, Ludmilla: *„Das gefährlich Furchtbare“*; Ausschreibungstext für einen Vortrag in Rohrbach-Berg i.M. In: *Tips Rohrbach* vom 13.09.2017, S. 46.
- Lovelock, James E.: *Gaias Rache. Warum die Erde sich wehrt*; Ullstein/List, Berlin 2007. Die Originalausgabe erschien 2006 unter dem Titel *The Revenge of Gaia. Why the Earth is fighting back - and How We Can Still Save Humanity* bei Penguin Books, London.
- Marti, Kurt: *Prediger Salomo. Weisheit inmitten der Globalisierung*; Radius 2016.

---

*Testament* wird es zu den Büchern der Weisheit gezählt. In der *Septuaginta* heißt es „Ekklesiastes“, in der *Vulgata* „Liber Ecclesiastes“. (Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Kohelet>).

Vgl. Kurt Marti: *Prediger Salomo. Weisheit inmitten der Globalisierung*; Radius 2016.

Otto Kaiser: *Kohelet. Das Buch des Predigers Salomo*; Radius 2016.

- Maturana, Humberto M. / Varela, Francisco J.: *Der Baum der Erkenntnis. Die biologischen Wurzeln menschlichen Erkennens*; Fischer 2009.
- Messner, Reinhold: *Rettet die Berge. Ein Appell*; Benevento 2019.
- Pauen, Michael: *Das Rätsel des Bewusstseins*; Mentis 2001.
- Dsb.: *Von Fledermäusen und der Freiheit des Willens*; in: *Gehirn&Geist* Nr. 1/2002, S.48 - 55.
- Salcher, Andreas in Interview mit Ida Metzger: *Sind unsere Kinder zu blöd für das Schulsystem?* In: *Kurier.at* vom 01.09.2019 (<https://kurier.at/politik/inland/andreas-salcher-sind-unsere-kinder-zu-bloed-fuer-das-schulsystem/400592669>).
- Dsb.: *Nie mehr Schule – Immer mehr Freude*; Ecowin 2012.
- Dsb.: *Der talentierte Schüler und seine ewigen Feinde*; Ecowin 2019.
- Dsb.: *Ich habe es nicht gewusst*; Ecowin 2012.
- Sen, Amartya: *Development as Freedom*; Oxford University Press 2001.
- Dsb.: *Ökonomie für den Menschen. Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft*; dtv 2002.
- Shah, Idries: *Das Geheimnis der Derwische. Sufigeschichten*; Herder 2001.
- Spitzer, Manfred: *Cyberkrank. Wie das digitalisierte Leben unsere Gesellschaft ruiniert*; Droemer 2015.
- Stangl, W. (2017): *Internetsucht - Onlinesucht*. [werner stangls] arbeitsblätter. www: <http://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/SUCHT/Internetsucht.shtml> (2017-09-16)
- Stern, André & Arno: *Mein Vater mein Freund. Das Geheimnis glücklicher Söhne*; Sandmann 2011.
- Stern, André / Hüther, Gerald: *Was schenken wir unseren Kindern? Ein Denkanstoß*; Penguin 2019.
- Stern, André: *Begeisterung - die Energie der Kindheit wiederfinden*; Sandmann 2019.
- Stern, André / Saalfank, Katharina: *Werde, was du warst: Manifest für eine Ökologie der Kindheit*; Ecowin 2016.
- TA-Transaktionsanalyse: *Innere Antreiber, wie sie dich stressen und was du dagegen tun kannst*; in: <https://www.transaktionsanalyse-online.de/innere-antreiber/>
- Wallentin, Tassilo: „*Es wird niemals so viel gelogen ...*“; in: *Krone Bunt* vom 14.07.2019, S. 8.
- Dsb.: „*Gebt mir die Kontrolle über die Währung einer Nation, und es ist mir gleichgültig, wer die Gesetze macht.*“; in: *Krone Bunt* vom 21.07.2019, S. 10.
- Dsb.: „*GLRG III*“. *Im September (2019, Anm.) schickt die Europäische Zentralbank (EZB) ein neues Bankenrettungspaket auf die Reise. Es trägt den kryptischen Namen „GLRG III“. Die Bürger sollen nicht mitbekommen, dass Gewinne von Banken privatisiert und Verluste von Banken verstaatlicht werden. Die Verarmung der Euro-Zone schreitet voran*; in: *Krone Bunt* vom 25.08.2019, S. 14.
- Dsb.: *Seilschaften. Die Euro-Zone steht vor dem Crash. Jetzt will man an das Bargeld und die Ersparnisse der Bürger. Postenschacher und unglaubliche politische Seilschaften machen das möglich*; in: *Krone Bunt* vom 01.09.2019, S. 14.
- Weber; Gunthard: *Zweierlei Glück*; Carl Auer 1993.
- Wimmer, Karl (05/2005): *Was ist die Seele?* In: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)
- Dsb. (03/2017): *Die Welt in der wir leben (werden). Plädoyer für eine neue Kultur der Bescheidenheit.*
- Dsb. (10/2017): *Digitale oder menschliche Gesellschaft? Die Welt im Umbruch – eine kritische Reflexion*
- Dsb. (02/2018): *Wirtschaft, Verkehr, Konsum, Müll und Klimafalle.*
- Dsb. (04/2018): *Menschlichkeit und Verantwortung in der Gesellschaft.*
- Dsb. (03/2019): *Der menschliche Lebenszyklus als Entwicklungsweg nach Erik H. Erikson.*
- Dsb. (03/2019): *Neue Werte transformieren die Welt. Die existenziellen Herausforderungen meistern. Greta Thunberg und die Bewegung „Fridays for Future“.*
- Dsb. (08/2019): *Zivilcourage - Über die Kunst, sozial mutig zu sein.*
- Dsb. (09/2019): *Liebe als Motivkraft – Und ihre Antagonisten.*
- Sämtliche Artikel als pdf-Download verfügbar in: [www.wimmer-partner.at/aktuell.htm](http://www.wimmer-partner.at/aktuell.htm)
- Wolff, Ernst: *Finanz-Tsunami. Wie das globale Finanzsystem uns alle bedroht*; Büchner 2017.
- Woltron, Klaus: *Europas Falschmünzer. Wie unser Geld schleichend von Nord nach Süd wandert und von braven Sparern zu Bankern und Börsen. Das gefährliche Diktat der Schuldner*; in: *Krone Bunt* vom 30.06.2019, S. 6 f.
- Dsb.: *Die Sache mit der Freunderlwirtschaft*; in: *Krone Bunt* vom 08.09.2019, S. 10 f.