

Vortrag Stephan Grünewald 03.11.2010

Ich freue mich, dass Sie so zahlreich erschienen sind. Ich muss mit einer gewissen Hypothek diesen Abend beginnen. Ich bin gebürtiger Mönchengladbacher und das zeigt, dass man doch so bestimmte geschichtliche Prägungen hat.

Wir haben ja jetzt schon hier und da das Wort Couch gehört, das wollte ich noch mal vertiefen.

Ich bin ja Psychologe und die Couch ist das, wo wir unsere Forschungen betreiben, d.h. wir versuchen zu verstehen, was die Menschen, was die Zuschauer, was die Verbraucher bewegt.

Dieses Verstehen läuft jetzt nicht über Fragebögen oder Telefon. Wir legen die Menschen buchstäblich über zwei Stunden auf die Couch. D.h., wie beim Analytiker versuchen wir einen sehr vertrauensvollen Gesprächsduktus aufzubauen. Wir versuchen im Alltag, in den eigenen Worten den Menschen zu verstehen, also nicht kurz, was rational ist, oder was sozial erwünscht ist, sondern wir brauchen diese Zeit, damit sich derjenige der mit uns spricht selber ein bisschen auf die Schliche kommt. Die beiden Bücher, die schon thematisiert worden sind, sind die Essenz der Forschung, die wir in den letzten Jahren herausbekommen haben. Und ich werde mich heute erst einmal auf Deutschland konzentrieren, denn Köln ist ein Kapitel für sich, sehr humorig, aber wenn ich jetzt mit Köln anfangen, dann schaffe ich nicht mehr den Sprung nach Deutschland.

Es wurde mir eröffnet, dass es nach dem ca. 50-minütigen Vortrag eine Fragerunde geben wird, und dann können Sie mich natürlich nach Köln fragen.

Da sind zumindest ein paar Nuancen in Abgrenzung zu Deutschland, weil die Kölner sind schon anders als die Deutschen...

Starten wir bei den Deutschen. Wenn wir uns das aktuelle Geschehen ansehen, sind wir im Moment in einer sehr gemischten Stimmungslage, also wir haben alle noch diese Krisenszenarien vor fast genau zwei Jahren vor Augen. Auf einmal kam im Hinterkopf diese Vorstellung: irgendwann bricht das ganze Finanzsystem zusammen, Geldautomaten spucken keine Scheine mehr aus und in Supermärkten gibt es nichts mehr. Das waren ja auf einmal solche Horrorvorstellungen! Also die Vorstellung, es tut sich ein gigantisches schwarzes Loch auf und in diesem schwarzen Loch versinken nicht nur Banken, sondern da können ganze Staaten, aber auch die eigene Immobilie und Reichtümer versinken.

Jetzt sind wir eigentlich, zwei Jahre danach, in einer fast ganz anderen Phase, wir sind erstaunt, dass wir unter drei Millionen Arbeitslose haben, dass wir wieder gigantische Wachstumsraten verzeichnen können, wir sind fast wieder Exportweltmeister und man könnte meinen die Welt sei in Ordnung.

Es gibt aber bestimmte Symptome oder Indizien, die darauf hinweisen, dass die Welt so in Ordnung nicht ist. Zum Beispiel was frappierend ist, Angela Merkel hat mit doch viel Glanz die letzte Wahl gewonnen aber seit dem Wahlsieg gibt es einen sehr starkem Bedeutungs- und Sympathieverlust, der so gar nicht zu erwarten war. Die Angela Merkel war in der Krise so etwas wie eine nationale Schutzheilige, sie generierte sich so als Vermittlungseln und man hatte das Gefühl, sie steht oder sie schwebt über den Lagern, sie lässt auch keinen fallen, sie ist für alle da. Mittlerweile hat sich dieses Bild gewandelt, man hat das Gefühl sie ist Teil eines Lagers, eines rechten Lagers und dadurch hat sie ihre fast präsidiale Aura eingebüßt und wird stärker angegriffen. Was wir auch erlebt haben in der jüngeren Vergangenheit, unser Bundespräsident hat Fahnenflucht begangen. Das heißt, auf einmal, es war für viele Leute wirklich unvorstellbar, dass der oberste Vater des Staates freiwillig sein Amt hergibt. Aber diese ganzen Symptome, der rapide Vertrauensverlust für den Schützling Merkel, diese Unfassbarkeit, dass der Bundespräsident sein Amt kündigt, sind Ausdruck einer tiefen Vertrauenskrise, ja sogar einer Glaubenskrise. Uns geht es zwar wirtschaftlich gut, aber die Leute spüren etwas, was sie eigentlich um die Jahrtausendwende gespürt haben. Sie spüren, dass unsere Maximierungskultur, die immer darauf baut, dass es noch weiter geht, dass wir nur noch stärker wachsen, dass wir die nächsten Rekorde knacken, dass wir alle Probleme, die wir haben auflösen können, weil wir darauf bauen können dass wir immer mehr akkumulieren können. Diese Maximierungskultur ist an ihre Grenzen geraten, d.h., viele Menschen glauben nicht mehr an Maximierung und Wachstum und sind daher auf einer Suchbewegung, was ist es eigentlich, das unser Leben ausmacht, worauf erziehen wir unsere Kinder hin, woran wollen wir festhalten und glauben? Und ich versuche in meinem Vortrag nachzuzeichnen, wie wir in diese Glaubenskrise rein geraten sind. Diese Glaubenskrise macht sich nicht nur in der Sphäre des Politischen fest, sondern wenn wir psychologisch mit den Menschen sprechen, dann schildern uns die Leute, dass ihr Alltag anders geworden ist die letzten 20 Jahre. Spontan wird immer geschildert, der Alltag ist von einer sehr großen Rhythmus-

steigerung befallen, und man hat das Gefühl, es dreht sich alles immer schneller. Man hetzt von einem Termin zum andern, man kommt nicht mehr dazu sich für Sachen richtig Zeit zu nehmen.

Das wird dann auf ein Bild gebracht: das Leben ist wie ein gigantisches Hamsterrad, man dreht immer schneller durch, man gerät in einen Zustand besinnungsloser Betriebsamkeit. Man ist zwar betriebsam, man ist nicht faul, man rackert sich ab, aber in dieser Betriebsamkeit kommt man nicht zur Ruhe. Man weiß oft gar nicht, wieso man das alles betreibt und macht.

Wenn das Hamsterrad am Wochenende oder am Feiertag mal zum Stillstand kommt, dann ersehnt man diese Besinnungspause nicht als befriedigend sondern eher als störend, man sieht sich auf einmal mit den ungelösten Fragen seines Lebens konfrontiert. Also wirklich Probleme, Fragen tauchen auf, die sonst im Alltagsbetrieb weggedrängt worden sind und das ist vielen Menschen unangenehm. Es führt auch dazu, das man jetzt am Reformationstag dann ganz gerne shoppen geht, weil man beim Shoppen beschäftigt ist und sich die anderen Tagesprobleme wieder weggedrängt haben. Manche Menschen sind auch froh, wenn sie montags dann wieder ins Hamsterrad einsteigen können, dann sind sie auch wieder in ihrer routinierten Betriebsamkeit. Andre Menschen machen sich am Sonntag buchstäblich auf Sinnsuche und schalten dann gerne bei früher Christiansen andere bei Anne Will rein, weil sie Antwort bekommen wollen auf ihre offenen Fragen. Sie merken aber... (Das Lachen zeigt ja, das diese Intention schon relativ gewagt ist.) dass sie da keine klare Richtungsbestimmung bekommen. Sie kriegen da keine klaren Antworten, sondern sie geraten in ein routierendes Richtungsgewoge, d.h., der gordische Knoten der Wirklichkeit der verknotet sich im Laufe einer einstündigen Talkshow eher noch mehr, und man versucht auch irgendwie bei den Politikern herauszukriegen, ja wofür steht der eigentlich, was empfiehlt er mir, wohin geht die Reise? Aber man merkt der Politiker ist mal da, dann mal wieder auf einer ganz anderen SeiteEs fällt sehr schwer da eine Richtung aus zu machen, was die Zuschauer beschreiben ist so ein bisschen... wie im Kölner Karneval. Politikerrunden sind so Schunkelrunden, es geht nach links, es geht nach rechts, es ist eine ungeheure Bewegtheit da, aber diese Bewegtheit kommt nicht von der Stelle und hinterher ist man auch nicht klüger.

Wenn man jetzt diese beiden Bilder, das Hamsterrad des Alltags oder die Schunkelrunde, die wir in der politischen Auseinandersetzung erleben, nebeneinander stellen, dann wird vielleicht schon mal deutlich warum ich als zentrale Diagnose in „Deutschland auf der Couch“ sage, wir sind in einem Zustand überdrehter Erstarrung oder besinnungsloser Betriebsamkeit.

D.h., es tut sich sehr viel, aber wir wissen nicht mehr genau wohin es geht, wieso wir es betreiben und was wir am Ende von dieser ganzen Betriebsamkeit erwarten. Und ich versuch in meinem Buch nachzuzeichnen, wie sind wir eigentlich in diesen Zustand, über den eigentlich alle meckern, aber den keiner wirklich ändern will, wie sind wir herein geraten, was hat uns in diese überdrehte Erstarrung gebracht?

Und wenn wir jetzt ein bisschen zurück gehen, dann landen wir so inmitten der 90-er Jahre.

Wir haben Mitte der 90-er Jahre eine Studie gemacht mit jungen Leuten. Diese jungen Leute sind natürlich heute auch schon Anfang 30, sie prägen die Gesellschaft. Die waren damals 18/19 und wir haben in den Interviews gemerkt, diese jungen Leute sind ganz anders als früher. Denken Sie an die 68-er, die sind früher immer in Opposition gegangen, zu ihren Lehrern, zu ihren Vätern, zu den Politikern. Die haben so etwas wie eine gesellschaftliche Antithese begründet. Und in diesem Wechselspiel zwischen These und Antithese entstand dann etwas Neues. Wir hatten in den 90-er Jahren in meinen Augen eine Kulturrevolution, die in ihren Auswirkungen gravierender war als die 68-er, weil sich diese Kulturrevolution sehr subtil, unterhalb der wahrnehmbaren Oberfläche abgespielt hat.

Diese Kulturrevolution war sehr stark mental geprägt. Wir sind in die Sphäre einer coolen Gleichgültigkeit rein geraten. Diese coole Gleichgültigkeit zeigte sich bei den Jugendlichen dergestalt, dass sie sich mit den Eltern jetzt nicht stritten, sondern immer eine übergeordnete Beobachterposition einnehmen. Sie standen immer über den Dingen und guckten auf ihre Eltern herab und amüsierten sich köstlich darüber, dass die Eltern ständig so betroffen sind. Die ärgern sich über das Waldsterben, die sind besorgt über das Wettrüsten, die haben Angst vor der Klimakatastrophe. Als junger Mensch hatte man in den 90er Jahren das Gefühl, ja das kann ja alles sein, aber was interessiert mich das? Wieso muss ich mich da so aufregen? Die jungen Leute hatten so den Eindruck: das ganze Leben ist eine Art Fernsehspiel, das erweitert meinen Beobachtungsrahmen, ich kann mir im Fernsehen alles angucken, aber wenn mir das Programm nicht passt, dann zapp ich weg.

Psychologisch nennt man das einen Zustand der Überdistanz, also die ganzen Geschehnisse rücken einem nicht nahe. Umgekehrt hat man das Gefühl, die Eltern sind in einer komischen Unterdistanz.

Die lassen sich viel mehr von der Wirklichkeit vereinnahmen und reinziehen als es gesund oder notwendig wäre.

Es gibt eine wunderbare Anekdote von dem guten Psychoanalytiker Kies, der den Zustand der Unterdistanz anhand eines Bauern beschrieben hat, der in einer ländlichen Gemeinde lebt, und der mit 40 Jahren zum ersten Mal in eine größere Stadt kommt. Und abends geht er ins Theater, er sitzt in der ersten Reihe und es wird Julius Cäsar von Shakespeare gegeben. Er ist total engagiert und eifrig dabei und in dem Moment als Brutus sich anschickt quasi den Cäsar auf zu suchen, reißt es diesen Bauern, als es heißt „er hat den Dolch dabei“, aus dem Sitz und er ruft „Cäsar gib acht, sie sind bewaffnet“.

Der hat die ästhetische Illusion nicht verstanden, das heißt der hat nicht realisiert, dass das alles ein Spiel war. Genauso haben die jungen Leute das Gefühl, die Eltern haben nicht realisiert: das Leben ist doch nur ein wunderbares Spiel, wir können Party machen, wir müssen uns nicht darum stören.

Heute sind die Jugendlichen anders, aber das, was in den 90iger Jahren bestanden hat, prägt heute die Gesellschaft. Ich kann später noch mal auf die heutigen Jugendlichen eingehen.

Die Jugendlichen haben so etwas wie eine Relativitätstheorie der Wirklichkeit entwickelt.

Die hatten das Gefühl, es gibt keine letzte Wahrheit, alles ist gleichermaßen wahr und Zufall.

Ich muss den Kirchen nicht glauben und es gibt viele Kirchen. Das sind auch quasi nur partielle Wahrheiten, genauso wie Ideologien. Mit der Relativitätstheorie war eine große Entideologisierung verbunden.

Man glaubte weder dem Kapitalismus noch dem Kommunismus, noch glaubte man den Weltreligionen.

Weil alles relativ ist, hatte man das Gefühl, alles ist gleichermaßen gültig, aber auch nicht gültig und wenn alles gleich gültig ist, dann kann ich auch gleichgültig sein. Da muss ich mich nicht aufregen, da muss ich mich nicht echauffieren, dann muss ich nicht mit letztem Einsatz für eine Idee kämpfen.

Diese coole Gleichgültigkeit ist natürlich psychologisch betrachtet ein Versuch der Schmerzvermeidung.

Also jede Generation auch jede Gesellschaft stellt sich die Frage „Was kann ich machen um nicht in schmerzliche Entwicklungen zu geraten?“

Und die jungen Leute der 90-er Jahre haben sich gefragt „Was ist der wunde Punkt der Wirklichkeit?“

Dann gerate ich an eine Stelle, wo ich mich schuldig oder unbehaglich fühle und Sie hatten das Gefühl, es wird immer dann ganz schlimm und schmerzlich, wenn ich mit Leidenschaft und Inbrunst an einer Idee hänge. Der Großvater, der hat an Adolf Hitler und an das Tausendjährige Reich geglaubt.

Er stand 45 vor den Trümmern seines Weltbildes. Der Onkel im Osten, der hat an den Kommunismus geglaubt, und spätestens 89 war sein Weltbild am Boden. Der eigene Vater hat vielleicht an die APO-Ideale geglaubt, und der steht heute auch zerknirscht am Tresen. D.h., wir kommen schuldlos, wir kommen

schmerzlos durchs Leben, wenn wir nicht so leidenschaftlich sind. Wenn wir alles immunisieren, wenn wir das ganze Leben von einer coolen gleichgültigen Warte betreiben. Mittlerweile ist diese coole

Gleichgültigkeit, sagen wir mal, in diese Gesellschaft reingeschwappt. Viele Menschen beschreiben uns, sie kommen nur zur Nachtruhe wenn sie die Betroffenheit der Tages durch unzählige Comedy Formate im

Fernsehen oder durch YouTube Filmchen, die so lustige Sendungen haben, relativiert haben. Wenn sie also in einer Sphäre humorvoller Wohlgefälligkeit angelangt sind, dann kann man halt zur Nachtruhe finden.

Aber diese coole Gleichgültigkeit hat auch in den letzten 20 Jahren dazu geführt, dass das Leben nicht einfacher geworden ist, sondern die Menschen haben eigentlich seit 20 Jahren mehr und mehr mit den Folgen der Gleichgültigkeit zu kämpfen, weil sie merken, es gibt in ihrem Leben auch nicht mehr die kleine

Wenigkeit. Also wer von Ihnen hier sehr religiös ist, den nehme ich explizit aus, aber die meisten Menschen, die sich, sagen wir mal, von den Ideologien und den Religionen und von den letzten Weisheiten distanziert

haben, die genießen eine ideelle Freiheit, sie merken aber auch, dass der Alltag schwierig ist, wenn alles gleichermaßen gültig ist. Ich will das an zwei Beispielen manifestieren. Wir haben sehr viele

Untersuchungen mit Frauen und Müttern im rheingold-Institut gemacht. Und wenn wir mit Müttern sprechen, dann merken wir positiv ist das Mutterbild nicht mehr so einlinig auf Küche, Kinder und Kirche fixiert.

Man hat als Mutter viel mehr Freiräume. Aber diese Freiräume führen dazu, dass man auf einmal das Gefühl hat, man muss gleichzeitig ganz unterschiedlichen, aber gleichgültigen Perfektionsidealen genügen

Man muss immer noch eine Mutter sein, die mit Inbrunst Mutter ist und am liebsten von morgens bis abends ihre Kinder umsorgt. Dann muss man gleichzeitig aber auch Karriere machen, man muss nach dem

Vorbild der Großmutter, die Trümmerfrau war, mit anpacken und was bewegen. Man muss aber auch for ever young sein und bis ins hohe Alter schön und eine attraktive Gespielin. D.h. es sind auf einmal drei

Perfektionsideale: Mutter, Karrierefrau, attraktive Dame. Dann soll man aber auch eine wunderbare

Freundin sein, auch das ist ein gültiger Anspruch, Tag und Nacht für seine Freundinnen zum Pferdediebstahl

bereit sein. Und dann soll man sich selbst verwirklichen. Da sagt man: das ist etwas zu viel für ein Leben und auf jeden Fall ist das zu viel für einen Tag. Das Problem ist, dass - egal wie der Tag läuft - viele Mütter am Ende des Tages mit einem latent schlechten Gewissen ins Bett gehen, dass sie das Gefühl haben: ja heute habe ich mit den Kindern zu wenig gespielt, im Büro ist was liegen geblieben und meine Freundin habe ich nicht angerufen und gejoggt, habe ich überhaupt keine Zeit zu gehabt und die Selbstverwirklichung ist in weite Ferne gerückt. Aber wie man den Tag auch dreht und wendet, es bleibt immer was auf der Strecke und man hat nie das Gefühl, dass der Tag rund war. Wir haben heute nicht mehr das Gefühl höllische Gewissensqualen zu leiden, alles ist ja relativ frei gestellt, aber wir sind ständig so von einem leisen Gewissenstremolo umsäuselt.

Immer ist in uns das Gefühl irgendwas stimmt nicht so ganz, und das führt zu einer schwelenden Überforderung und zu einer oft latenten mitunter sogar manifesten Erschöpfung. Wenn man das Gefühl hat, man kriegt diese ganzen Perfektionsansprüche nicht umgesetzt.

Ich geh mal zu den Männern. Die Männer haben es auch schwer. Wenn ich das mal sagen darf.

Bei den Männern macht sich die Gleichgültigkeit an zwei Ansprüchen oder an zwei Vorbildern fest.

Es gibt immer noch, wie in der früheren Zeit, das dominante, althergebrachte Männerbild: der Mann, der der Versorger der Familie ist, er muss das Geld hereinbringen und er hat eine gewisse Richtlinienkompetenz, was Familiengeschicke angeht. Dieses Männerbild, dieser Teil des Männerbilds, ist aber gerade in Deutschland mehr und mehr spätestens nach 68 in eine Krise geraten weil damals die Jugend sagte, also wir müssen uns von den alten Männern und den alten Vätern befreien, der moderne Mann der soll nicht mehr hart sein wie Kruppstahl sondern weich. Er soll nicht mehr schnell wie ein Windhund sein, sondern bedächtig. Er soll nicht mehr zäh wie Leder sein sondern sensibel. Es ist ein komplett anderes modernes sogar postmodernes Männerbild entstanden und dieses postmoderne Männerbild gipfelt in dem Anspruch, dass der Mann eigentlich metrosexuell sein soll. Ich weiß nicht ob Sie den Begriff schon einmal gehört haben, der metrosexuelle Mann ist ein Mann der quasi sehr viel Wert auf seine Kleidung legt, der Spaß hat im Grunde genommen Pediküre und Maniküre zu betreiben, der sogar gerne shoppen geht.

Für viele Männer ist das allein aus genetischen Gründen schon fast unmöglich. Aber er soll es mit Inbrunst machen. D.h., die Männer sind heute in dem Problem, dass es zwei diametral entgegengesetzte Bilder gibt, die in ihrem Leben Regie führen. Einerseits sollen Sie immer noch der durchsetzungsstarke Macho sein, andererseits aber der sensible Frauenerstehler.

Und diese Gleichzeitigkeit von widersprüchlichen Regieanweisungen führt im normalen Männeralltag immer wieder zu Inszenierungskrisen.

Ich hab in „Deutschland auf der Couch“ so etwas augenzwinkernd ein klassisches Beispiel beschrieben was uns häufiger mal erzählt wurde. Wie verhält sich eigentlich der moderne Mann bei einem Rendezvous? Also man trifft die Angebetete zum ersten Mal in einem offiziellen Rahmen und geht zusammen Essen. Die erste Inszenierungskrise fängt schon bei der Frage an, „Wo gehen wir essen?“ Also mein Vater, der mittlerweile 75 ist, für den wäre klar gewesen er bestimmt natürlich den Austragungsort. Der moderne Mann stellt seine Frage, ob es nicht in basisdemokratischer Manier richtig und wichtig wäre, die Frau in diesen Entscheidungsprozess mit einzubeziehen. Die zweite Inszenierungskrise ist dann, wenn man im Restaurant ist: hilft man der Frau aus dem Mantel oder zeigt man nicht durch diese hilfreiche Leistung, dass man der Frau die simpelste Kleidungslogistik nicht zutraut? Die Inszenierungskrisen spitzen sich dann weiter beim gemeinsamen Essen zu. Also ich bin sicher mein Vater hätte es als seine heiligste Pflicht erlebt so in glühenden Farben seinen bisherigen Werdegang und seine Zukunftsvorstellungen auszubreiten.

Dem modernen Mann stellt sich die Frage, ob es nicht besser wär interessiert zu schweigen, die Dame reden zu lassen um wirklich nickend zu zuhören.

Sie merken das ist einfach therapeutisches Ideal. Wir Therapeuten sind ja eine Spezies Mann, die quasi eine Stunde oder auch zwei dabei sitzen, wenn die Frau da auf der Couch liegt und nur artig zuhören und vielleicht ab und zu mal eine kleine Deutung einfließen lassen.

Die letzte Inszenierungskrise ist dann, wenn die Zeche gezahlt werden muss. Auch da ist die Frage: „Zahl ich jetzt?“ oder die Überlegung ist ja durchaus berechtigt, die Frau verdient ja auch Geld, lass ich jetzt die Frau bezahlen. Das ist jetzt das therapeutische Ideal, ich hab ihr jetzt zwei Stunden zugehört...

das ist dann so eine Art Schmerzensgeld. Viele Männer haben dann die Idee die Zeche zu teilen und demonstrieren damit ihre Modernität. Ich hab das jetzt bewusst so ein bisschen humoriger gezeigt, weil ich wieder zu den ernsteren Themen vordringe. Ich glaube, dass spürbar ist, diese coole

Gleichgültigkeit hat uns von den Fesseln doktrinäer Lebensmodelle befreit, aber wir merken mehr und

mehr, dass wir Opfer dieser Freiheit sind, weil es kaum noch Leitplanken oder Regieanweisungen gibt, die verbindlich sind. Wir haben nicht nur mit einem Anspruch zu kämpfen, sondern mit einer Fülle von Ansprüchen. Es geht ja den Menschen in Deutschland so, wie dem antiken Helden, der der Hydra den Kopf abgeschlagen hat und jeder abgeschlagene Kopf gibt direkt zwei neue, d.h., man kämpft an ganz, ganz vielen Fronten. Gerade dadurch häufig in einem Zustand der Überforderung und Erschöpfung, und eigentlich seit der Jahrtausendwende, erleben wir eine Sehnsucht: wie kommen wir aus diesen Erschöpfungszuständen raus? wo finden wir in der Politik oder in der Religion wieder eine klare Überlebensprogrammatur? So einen Weg der dann sagt, das ist richtig und darauf können wir uns verlassen, um diese ungeheure Daseinskomplexität zu reduzieren. Das fällt uns gerade in Deutschland sehr schwer. Frau Müller sagte es bei der Einleitung, es gibt eine gewisse Visionstabusierung.

Wir haben in Deutschland die Erfahrung gemacht, dass übergreifende Programmatiken oder Visionen zweimal im letzten Jahrhundert zum Untergang geführt haben. Von daher haben wir eine gewisse Scheu klare Richtlinien oder Visionen zu ermitteln. Wir sind lieber depressiv als visionär weil, wer depressiv ist, sündigt zumindest nicht. Aber diese Sehnsucht nach Visionen ist nach wie vor da und bestimmt auch die Auseinandersetzung mit der Politik, allerdings fällt es sehr, sehr schwer. Ich hatte, als mein Buch erschienen war, ein halbes Jahr später eine Podiumsdiskussion mit Peer Steinbrück. Da ging es auch um die Frage, ob Politiker nicht auch wieder Visionen entwickeln können. Da wurde Herr Steinbrück ganz unruhig und meinte irgendwann mit Verweis auf Helmut Schmidt: wer Visionen hat, der muss zum Arzt.

Ich hab nach einem halben Jahr mit Ihm gesprochen, er sieht es mittlerweile etwas anders.

Er ist ja auch nicht mehr im aktiven Getriebe. Visionen stehen in Deutschland unter Krankheitsverdacht.

Wir stellen lieber alles frei als wieder zu überlegen: worauf setzen wir? wofür engagieren wir uns?

Psychologisch betrachtet, ganz visionslos geht es aber nicht, ich glaube ohne eine vage Leitidee kann kein Mensch leben. Und das Zentrum von „Deutschland auf der Couch“ ist die Beobachtung, dass sich in den letzten zwei Jahrzehnten so etwas wie eine geheime Vision ausgebildet hat. Ich nenne diese geheime Vision auch unbewusste Ersatzreligion, d.h., wir sind gar nicht so relativ und ungläubig wie wir immer tun.

Wir haben einen geheimen Glauben, an dem wir festhalten und diesen geheimen Glauben, den will ich Ihnen erläutern. Ich nenne diesen geheimen Glauben das digitale Lebensideal, das digitale Lebensideal hat das analoge Lebensideal früherer Zeiten abgelöst. Man kann sich das wie folgt vorstellen: früher hatten die Leute den Eindruck das Leben ist wie eine Schallplatte, heute hofft man oder denkt man das Leben ist wie eine CD oder DVD. Ich beginne mal bei diesem alten Lebensmodell das Leben als Schallplatte bedeutet, dass man wie die Plattennadel irgendwann in einer Schicksalsrille drin ist. Man folgt den abenteuerlichen Drehungen des Lebens, dabei reibt man sich auf, man nutzt sich ab, man weiß auf dieser Reise entstehen Risse und Knacker und irgendwann ist die Platte zu Ende gespielt. Aber das „Dolle“ am Analogen ist, man ist unmittelbar in diesem Leben drin, man bringt quasi mit seiner Reibung die Musik des Lebens zum Schwingen und zum Klingen. Das digitale Lebensideal sagt, können wir nicht leben wie eine CD, können wir nicht ein Leben führen im ewigen Glanz? Ein Leben ohne Abnutzung, Alter, Krankheit und Tod? Ein Leben, wo wir auf Knopfdruck von Höhepunkt zu Höhepunkt springen können? Was uns nicht passt, wenn es mühsam wird, wenn es langweilig ist, das überspringen wir einfach. Ein Leben letztendlich, wo wir einem virtuellen Schöpfungswahn folgen können, mit der Vorstellung, dass wir alles frei bestimmen können. Wenn uns unsere Physis nicht passt, das Doppelkinn, die Cellulitis - ab unters Messer.

Wir können unsere Kinder schon genetisch quasi vorschauen und dafür sorgen, dass das nur wunderbare Geschöpfe werden. Auch die Hoffnung, die mit dem digitalen Lebensideal verbunden ist: werden wir nicht irgendwann Herr unserer Psyche? können wir nicht irgendwann durch Medikamente, durch die Stimmungsapotheke Fernsehen, durch mediale Verfassungsangebote uns immer in die Stimmung, in die Verfasstheit bringen, die uns gerade behagt? Also keine Langeweile mehr, nichts Zähes nichts „Miesepetriges“, sondern immer im Grunde genommen, oben auf. Dies unbewusste Ersatzreligion, die ist jetzt nicht verwerflich, also es gehört zur menschlichen Natur, dass wir immer Paradiesvorstellungen entwickeln, dass wir uns immer ein Erleben träumen, wo wir von der irdischen Mühsal entbunden werden. Was aber anders ist, ist, dass wir zum ersten Mal in der Geschichte einen Zustand haben, wo dieses Paradiesideal nicht ans Jenseits geknüpft ist, sondern wo es zu einem Diesseitsanspruch geworden ist. Die Menschen haben das Gefühl, sie müssen hier und jetzt dieses, wunderbare, aller Mühsal freie und dauernd erregte Leben führen. Und sie kreiden es ihrem Alltag an, wenn sie spüren das funktioniert gar nicht.

Wenn ich mit meinem Partner rede, dann gibt es immer nur Streit, die Kinder gehorchen nicht, bei der Arbeit ist es klebrig und zäh und manchmal werde ich im Grunde genommen zurück gesetzt. Sie merken das

Leben ist immer noch analog, sie reiben sich immer noch auf, es entstehen immer noch Risse und Knacker. Das wird aber nicht als natürlich, das wird aber nicht als Gott gegeben hingenommen, sondern das Gefühl, dass bin ich schuld oder da spielen mir die Verhältnisse übel mit, da wiederfährt mir was, was eigentlich im Grunde genommen so gar nicht sein müsste. Ich beobachte, ich mache jetzt seit 23 Jahren Forschung, dass sich eigentlich so seit 15 Jahren das Prestige des normalen Alltags verschlechtert hat. Man hat das Gefühl, der Alltag ist nicht mehr eine Quelle intensiver Daseinserfahrung, sondern der Alltag ist eine einfache und drastische und beständige Zumutung. Da bin ich ständig enttäuscht, zurücksetzt, mir wird etwas gespiegelt, was ich eigentlich gar nicht sehen will. D.h., es gibt nicht nur eine Politikverdrossenheit in Deutschland, es gibt eine sehr große Alltagsverdrossenheit, die - jetzt komme ich zu meinem letzten Gedanken - die sehr stark kompensiert wird durch die Möglichkeit, gerade auf Grund unserer Medienvielfalt, so etwas wie ein simuliertes Leben zu führen. Also die Leute haben das Gefühl, ja der Alltag ist halt so wie er ist, aber nach dem Alltag kommt irgendwas anderes. Wenn ich dann im Grunde genommen vor meinem Fernsehschrank stehe oder sitze und eine James Bond DVD einlege, dann merke ich, ich rette an einem einzigen Abend drei Mal die Erde. Kann sein, dass ich den ganzen Tag im Hamsterrad war, aber da habe ich das Gefühl etwas bewirkt zu haben und weltumspannende Entscheidungen zumindest mit verfolgt zu haben.

Oder für viele Menschen ist dann zum Beispiel der Fußball eine Möglichkeit eine Schicksalsintensität zu erfahren, die sie sonst im Alltag nicht mehr haben. Also sie haben das Gefühl sie geraten da in eine rauschhafte Steigerung, wenn der FC oder wenn Gladbach, was selten vorkommt, gewinnt. Andererseits sind sie über Tage zerknirscht, d.h., die ganze Wucht des Schicksals verlagert sich in das Feld des Fußballs, der Fußball wird zu einer Schicksalsfiliale und von der Entwicklung dieser Schicksalsfiliale hängt also ab, ob man einen guten Tag oder eine gute Woche oder eine minder gute Woche hatte. Das Dolle dabei ist, ich kann den Schicksalskitzel spüren, aber ich bin dem Schicksal nicht ausgeliefert, ich habe das Gefühl nach dem Spiel ist vor dem Spiel, ich kann jede Woche die Mannschaft umkrepeln, und wenn das nicht hilft einen neuen Trainer heranzuführen, und wenn das nicht hilft, schaff ich im nächsten Jahr eine komplett neue Mannschaft an. Also dieses Gefühl ich bin nicht angewiesen, sondern hab immer die Möglichkeit etwas zu verändern, was für die einen der Fußball ist, ist für die anderen der Aktienkurs. Auch Aktien können Schicksalsverläufe repräsentieren, ich setze auf eine Aktie und sehe dann der Verlauf ist nach oben gegangen, ich habe einen bombastischen Tag gehabt.

Was auch zum simulierten Leben gehört, ist die ständige Verfügbarkeit von Masturbationsanreizen. D.h., sie können nicht nur im Fernsehen, sondern vor allem im Internet im Grunde genommen all das runterladen, was den perfidesten Tagtraumphantasien entspricht und das verschafft ihnen die Möglichkeit, wenn sie sie denn nutzen wollen, nach einem Tag der schlecht verlaufen ist die Stimmungen des Tages im Hand umdrehen abzuführen. Wenn man sich so anguckt, was im Internet so getrieben wird, sind das horrende Nutzerzahlen und uns wird das quasi nicht nur von den Internetanbietern gespiegelt, das im Grunde genommen Sex die Ware ist, die von vielen vielen täglich, fast suchthaft aufgesucht wird um sich mit dem eigenen Tagwerk oder den eigenen Verhältnissen auszusöhnen. Das wird uns zum Teil auch von den Frauen gespiegelt. Frauen beklagen sich, dass sich die Sexualität vom Schlafzimmer immer mehr ins Wohnzimmer oder Arbeitszimmer verlagert hat. Dann unter Ausschluss natürlich. Während die Frauen da andere Steigerungsmöglichkeiten haben: z.B. das Shoppen bei ebay, hat mitunter auch eine sehr erregende und rauschhafte Qualität, weil man dann ein Objekt der Begierde hat, und man ist da mit anderen in einem Wetteifer. Bei ebay wird so etwas wie eine virtuelle Treibjagd veranstaltet. Und man hofft, dass man am Ende der Treibjagd den finalen Zuschlag bekommt. Das ist dann ein ungeheures Triumphgefühl, wenn man dann merkt, aha man kriegt jetzt diese Sache. Aber dieses ungeheure Triumphgefühl schlägt dann kurze Zeit später fast in eine Depression um, wenn man sich die Frage stellt, „was soll ich denn mit dem Toaster, ich hab doch schon zwei“.

D.h., ich habe versucht nachzuzeichnen, dass wir eine große Kulturrevolution in der letzten Zeit erlebt haben. Wir haben im Grunde genommen durch eine ganz andere jugendliche Sicht auf die Welt so etwas wie eine coole Gleichgültigkeit entwickelt, eine Emanzipation von allen klaren Rollenvorgaben. Wir haben aber auch unser Lebensmodell gewandelt. Wir hoffen in ein Leben einzutauchen, das nicht mehr analog sondern das digital ist, das quasi das Paradies nicht als Jenseitsverlockung sondern als Diesseitsanspruch markiert. Wir haben auch gesehen, dass letztendlich eine sehr starke Tendenz da ist wieder eine Orientierung, eine Ausrichtung zu finden. Diese Tendenz wird in Deutschland nicht befriedigt, allerdings es gibt so etwas wie eine Kompensationsform, die wir vor allem durch die Medien haben, die dazu führen, dass das Unbehagen, die Erschöpfung, die Unzufriedenheit, die viele Menschen verspüren, dass die nicht dazu führt, dass man irgendwann auf die Straße geht, sondern man zieht sich dann in sein

mediales Schneckenhaus zurück und findet die Erfüllung, die Steigerung, die Schicksalstraumatik, die man im normalen Leben nicht findet, in den Medien.

Ich höre natürlich nicht nur mit einer Bestandsaufnahme auf, sondern die Frage ist natürlich wie kommt man aus diesem Zustand der Simulation, der überdrehten Erstarrung wieder heraus.

Ich glaube, dass es kein Patentrezept gibt, aber es gibt so etwas wie eine Anregung zu einem Mentalitätswandel. Dieser Mentalitätswandel setzt dann ein, wenn wir uns vor Augen halten, dass dieses digitale Lebensideal diese Perfektionsansprüche, denen wir nachlaufen, dass die ein Popanz sind.

Dass die uns eher in die Unzufriedenheit, in die Erschöpfung treiben - und ich stelle diesem digitalen Perfektionsanspruch ein anderes Bild vom Menschen gegenüber - indem ich den Mensch als behindertes Kunstwerk beschreibe. Das ist eine ganz andere Sicht, wenn wir den Menschen im Grunde genommen als jemanden sehen, der einerseits ungeheuer kunstfertig ist, aber aber sein Entwicklungspotenzial nicht aus der Perfektion, sondern aus der Behinderung schöpft.

Gerade das Widersprüchliche, das Imperfekte, das Nicht-so-glatt-laufende ist ein Ansporn, ein Anspruch sich zu entwickeln.

Wenn wird dieses Behinderte an uns und an anderen in der Gesellschaft akzeptieren, wenn wir nicht immer nur Perfektion in allen Lebenslagen fordern, dann nehmen wir ein ungeheures Maß an Spannung heraus. Und es gibt andererseits in der Geschichte wunderbare Beispiele für dies behinderte Kunstwerk. Ich verweise auf mein Kölnbuch...

Die Kölner, die haben ja ein Herz für Behinderte. Köln ist eine Stadt, wenn ich das kurz einfließen lassen darf, die eigentlich bei diesem Perfektionswahn der Deutschen nicht so mitgemacht hat. Köln ist ein bisschen schmutziger und imperfekter, darum werden die Sachen hier auch nicht fertig.

Darum gibt es hier auch Jecke. Der Jeck ist ja quasi schon ein Sinnbild des Behinderten. Aber wenn man sich als Jeck oder als behindert sieht, dann kann man sich ganz normal entfalten. Denken Sie Beethoven hat seine reifsten und tollsten Werke in Taubheit geschrieben. Die Pompadour war abgrundtief hässlich aber sie hat aus ihrer Hässlichkeit im Grunde genommen einen Scharm entwickelt und damit Fürsten bezirzt. Karl der Große, Napoleon waren kleinwüchsig, also behindert sein ist nicht schlimm sondern erlöst uns quasi von den Dogmen, gibt uns die Möglichkeit uns zu entfalten.

Also der erste Anregungspunkt: stellen wir alles in Frage, was glatt und perfekt ist, das Leben wird reicher wenn es schräg, provisorisch und behindert ist.

Der zweite Punkt: haben wir wieder den Mut uns mit Leidenschaft einer Sache zu widmen.

Also viele, gerade junge Leute betreiben heute so eine Kompetenz -Hamsterei, dass ich das Gefühl habe, wenn ich nicht überall gebildet bin, wenn ich nicht hier eine Qualifikation und da eine Qualifikation habe, dann droht die Gefahr, dass ich im Grunde genommen auf Hartz 4 lande oder keine vernünftige Anstellung kriege. Dadurch hat man zwar ein ungeheuer großes Spektrum, aber man ist nicht in den Punkten vorne, die einem wirklich was bedeuten. Also wieder mit Leidenschaft, mit Liebe zur Sache, den Punkten folgen, die einem wichtig sind. Ja natürlich auch riskieren, dass man nicht immer cool, dass man nicht immer gleichgültig ist, dass man enttäuscht wird, dass man sich die Birne einrennt, dass man zurück gesetzt wird. Aber dadurch gewinnt das Leben an Intensität, und ich glaube diese neue Leidenschaft, für die ich plädiere, die ist nur möglich, wenn man diese Multioptionalität, dieses Überangebot, diese Überprogrammierung reduziert, wenn wir all den Verlockungen folgen kommen wir zu nichts.

Leidenschaft kann sich nur entwickeln, wenn man sagt, das ist meine Aufgabe, das ist die Sache für die ich kämpfen will. Wenn ich im Grunde genommen alles im Spiel halten will, dann gerate ich in die Erschöpfung. Tolstoi hat dieses Paradox in einer wunderbaren Parabel beschrieben und damit will ich auch schließen.

Diese Parabel heißt: Wie viel Erde braucht ein Mensch? Er schildert, dass ein Bauer ein wunderbares Angebot bekommt. Er erhält so viel Land, wie er im Laufe eines Tages umrunden kann. Aber, sein Landanspruch verfällt, wenn es ihm nicht gelingt bis Sonnenuntergang den Kreis zu schließen. Also wir sind wieder in der Ausgangssituation: das ist ja wie ein Hamsterrad, was im angeboten wird, und er steigt jetzt in dieses Hamsterrad ein, erst so gemächlich unterwegs denkt er immer, und das Wäldchen, das nehme ich mit. Er vergrößert einen Radius, um den See da vorne, um das Dörfchen, um diese Weidefläche.

Sein Radius, sein Lebensradius wird immer grösser, er will immer mehr in seinen Lebenskreis einschreiben. Auf einmal guckt er zum Himmel und er bemerkt, die Sonne geht unter.

Jetzt muss er sein Tempo steigern, es rast, er beschleunigt, er will auf jeden Fall bis zum Sonnenuntergang diesen Kreis noch schließen, damit das alles für ihn ist. Und er erreicht mit letzter Kraft, wirklich zum Sonnenuntergang seinen Ausgangspunkt und dort bricht er tot zusammen.

Die Parabel heißt wie viel Erde braucht der Mensch?, d.h., er braucht jetzt nur zwei oder drei Quadratmeter. Im Umkehrschluss heißt das, ein erfülltes, ein leidenschaftliches Leben braucht nicht diese ganzen Sachen, braucht eher im Grunde genommen die Beschränkung auf die zwei, drei Punkte, die man in seinem Leben auch ausgestalten kann.

Damit bin ich am Ende und bedanke mich für die Aufmerksamkeit.