

## ***Die Situation der postmodernen Gesellschaft***

Betrachten wir die Entwicklung der Industriegesellschaften westlicher Prägung innerhalb der letzten 30 Jahre, so ist neben einer deutlichen Zunahme des allgemeinen Wohlstandes eine gleichermaßen spürbare Zunahme seelischer Befindlichkeiten zu verzeichnen.

Offenbar hat die Zeit der wissenschaftlichen Aufklärung den Menschen nicht nur körperlich schwere Arbeit und einige Ängste genommen, sondern gleichermaßen Stress, einen sehr lauten, hektischen Alltag und neue Sorgen ungeahnten Ausmaßes verschafft. Neben den Bequemlichkeiten und Verheißungen einer konsumorientierten Industriegesellschaft hinterließ diese Epoche nicht nur den Scherbenhaufen einer ruinierten Umwelt, sondern schuf gleichermaßen in Bezug auf die Sinnggebung unserer Existenz eine gähnende Leere, in der das Individuum in einer nie zuvor da gewesenen Weise zu vereinsamen droht.

Noch in den Neunzehn-Siebzigern haben wir über die US-amerikanische Gesellschaft geschmunzelt, in welcher der Besuch beim Psychotherapeuten zur Tagesordnung gehörte und fragten uns in den 1980-ern, zuweilen noch etwas verschämt, ob sich unsere Gesellschaft „zu Tode feiere“.

Machen wir uns nichts vor: Die Erscheinungen aus Übersee haben uns längst eingeholt. Störungen wie Migräne, Verspannungen, Burnout, Depressionen, Hyperaktivität, um nur einige wenige zu nennen, sind zu Volkskrankheiten geworden. Mysteriöse Krankheitsbilder mit nicht, oder nur sehr schwer qualifizierbaren Ursachen, deren Betroffene oftmals Monate, wenn nicht jahrelang von einem Spezialisten zum anderen reisen, sind keine Seltenheit mehr.

Was also soll der Mensch tun, der einen Ausweg aus einer solch abstrakt und unpersönlich gewordenen Lebenssituation sucht, der entweder in einer Treitmühle aus beruflicher Überforderung, Ignoranz und Bürokratie zusammenzubrechen droht, oder als eine Art „personifizierter Müll“ überflüssigen „Menschenmaterials“ auf der Halde unserer „Sozialstrukturen“ gestrandet ist?

Es scheint, dass wir uns in einer Phase befinden, in der unsere Art der wissenschaftlichen Denkweise bezüglich konstruktiver und praktikabler Antworten auf die brennendsten Fragen einer gesellschaftlichen Orientierung außerhalb materiellen Wachstums und vielleicht gar einer zukünftigen Ethik für postindustrielle Gesellschaften mit ihrem Latein offenbar am Ende ist.

Ungeachtet dessen wird der Ruf nach Rückkehr zu den tradierten Werten immer lauter als ob die Konjunkturkonzepte der 1950-er geeignet wären, eine

auch nur annähernd adäquate Antwort auf die Herausforderungen der heutigen Gesellschaft geben zu können. Vor noch nicht einmal 30 Jahren gab es kein Internet und kein Mobiltelefon. Die Idee einer Festplatte im Gigabyte-Bereich hielt man einfach für absurd; das Maß der heute alltäglichen Überwachung durch Unternehmen und Nachrichtendienste und die damit verbundenen Datenmengen waren einfach unvorstellbar und vage Vorstellungen der damit verbundenen Problematiken kamen bestenfalls in bössartiger Sciencefiction vor.

„Vernetzt und doch einsam?“ titelt ein Feature des ZDF-Info<sup>1</sup>. Die Kommunikationsmöglichkeiten sind inschier unermessliche gestiegen, die tatsächliche Kommunikation aber hat unverkennbar gelitten. Ich beobachtete zwei junge Frauen in einem Café. Beide wechseln Satzketzen, während sie via Smartphone gleichzeitig mit mehreren Personen chatten. Die Themen wechseln in absurder Geschwindigkeit – eine tatsächliche Kommunikation findet nicht statt. Eine wirkliche Emotion kann nicht aufkommen – jede Regung ist auf das Aufflackern eines Strohfueuers verkürzt. Das Ganze erscheint, wie eine Szene aus Samuel Becketts<sup>2</sup> absurdem Theater und ist inzwischen einfach nur noch „normal“.

Lehrer klagen über zunehmend unsoziale Verhaltensweisen der Schülerschaft und die Sicherheitsbehörden attestieren gesellschaftlichen Randgruppen eine stetig wachsende Gewaltbereitschaft. In unserer täglichen Praxis begegnen uns zunehmend hochqualifizierte Menschen, die erfolgreich in gut bezahlten Jobs arbeiten und gleichzeitig mit kleinen alltäglichen emotionalen Unebenheiten definitiv nicht umgehen können. Einfache menschliche Regungen, wie Traurigkeit, harmlose Alberei, das Bedürfnis, ernst genommen, geliebt, oder einfach nur in den Arm genommen zu werden, sind anscheinend einer ungeschriebenen Werteskala zugeordnet, innerhalb derer sich der Einzelne täglich meint positionieren zu müssen.

Da ist Bärbel<sup>3</sup>, die nach einem ausgezeichneten Abitur und einem erfolgreichen Au-Pair-Jahr in den USA allen Ernstes der Meinung ist, nichts zu können und nichts wert zu sein. Annika<sup>3</sup> arbeitet in der Forschung, verteidigt summa cum laude ihre Doktorarbeit und verzweifelt daran, dass es nach zwei Fehlgeburten einfach mit dem Wunschkind nicht klappen will. Immer vor Augen steht mir auch Willy<sup>3</sup>, in eigenverantwortlicher Stellung im öffentlichen Dienst, der nach einer Trennung mit schwersten Depressionen in die Klinik muss und anschließend über ein halbes Jahr nicht mehr arbeiten kann.

---

1 *Eine Sendung unter der Rubrik „ZDF-Info“ am 22.01.2015*

2 *Samuel Beckett – irisch-britischer Autor 1906-1989*

3 *Name geändert*

Die Schweizer Psychologin und Buchautorin Julia Onken bemerkt hierzu in ihrem Buch „Herrin im eigenen Haus“<sup>4</sup> ganz richtig, dass eine Depression keineswegs pathologisch sein muss, sondern meist lediglich die völlig normale Reaktion einer noch gesunden Seele auf eine unerträgliche Situation sei. Wie aber reagieren wir gewöhnlich auf solche „Störungen“ ?

Die depressive Tochter lässt sich Psychopharmaka verschreiben, besucht eine Selbsthilfegruppe, versucht sich im Fitness-Studio abzulenken und holt sich anschließend in einer Wellnesseinrichtung das notwendigste Minimum an persönlicher Zuwendung - und all das nur dafür, dass sie in einer dauerhaft grotesken, ja völlig unzumutbaren Alltagssituation weiterhin "normal tickt"... ?!

Wer ist hier eigentlich krank? Werden an dieser Stelle nicht alle Ansätze einer tatsächlich hilfreichen Entspannung ad absurdum geführt? Es genügt eben nicht, die wechselnden Hilferufe unseres Körpers als Symptome einer Krankheit zu bekämpfen, anstatt ihnen in ihrer ganzheitlichen Bedeutung nachzugehen.

Wer aber mag schon heute tatsächlich einem Patienten, oder gar dessen Arbeitgeber erklären, dass dessen „Hexenschuss“ lediglich ein vergleichsweise harmloser Hinweis des Körpers auf eine notwendige Ruhephase sei, die auf andere Weise vom „Inhaber der biologischen Einheit“ bisher leider nicht zu bekommen war und deshalb am besten einfach nur abgewartet und eine Zeit lang ertragen werden muss.

Vermutlich werden wir noch eine ganze Zeit brauchen, um uns von herkömmlichen mechanistischen Denkstrukturen zu lösen. Vielleicht wird es noch viel länger dauern, bis wir damit beginnen, die tatsächlichen Ursachen anscheinend körperlicher Symptome in unseren Alltagsmustern zu erkennen. Im Einzelfall lohnt es sich jedoch ganz sicher, einen Schritt aus dem täglichen Karussell zu wagen und sich die „unabdingbaren Notwendigkeiten“ unseres Alltags aus solcher Distanz einmal gelassen anzusehen.

---

4 „Herrin im eigenen Haus“ Julia Onken bei Bertelsmann, München 2000