

Rotraud A. Perner

## Wie entscheiden wir uns, wenn wir uns entscheiden

### **Abstract:**

*Im dritten Jahrtausend mit seinem weltweiten Anspruch auf demokratische Entscheidungsstrukturen (Mitbestimmung in den Betrieben, Bürgerpartizipation, Staatenkooperation etc.) braucht es für die große Zahl der Entscheidungen weniger die Bezugnahme auf die historischen Reflexionen von geistigen Eliten über ethische Grundwerte als den konkreten Rückblick auf die eigenen wie auch fremden Voraussetzungen und Beweggründe.*

*Entscheidungen fallen zumeist entweder kognitiv (d. h. nach vorgegebenen Mustern) oder emotional (d. h. „spontan aus dem Bauch heraus“). Um diese Impulse bereits im Vorhinein in verantwortliches Handeln überzuleiten, braucht es die Erforschung und Integration des individuellen wie auch kollektiven „Schattens“ (C. G. Jung) und diesbezüglich Achtsamkeit auf die eigene (gedankliche wie auch hörbare) suggestive Sprachwahl.*

*Prüfet aber alles und das Gute behaltet.  
PAULUS von Tarsus, 1. Brief an die Thessalonicher 5,21*

Mit der Wahl meines Titels will ich bereits die Unterscheidung provozieren, dass man das „Wie“ als *richtungsweisende Orientierung* verstehen kann oder aber als *Prozess*. Meine „Entscheidung“ wählt den Blick auf den Prozess, d. h. auf die Genese von Entscheidungen, und lässt den jeweiligen Inhalt weitgehend offen.

Ethik ist für mich nicht primär Wissen um ethische Konzeptionen, nicht Diskurs über Werte – beides ist wichtig und hilfreich, wenn es darum geht, als Individuum aber auch Kollektiv ethische *Entscheidungen* zu treffen und – zu verANTWORTen. Eine *Entscheidung* setzt aber voraus, dass eine Wahl zwischen Alternativen erkennbar und erkannt wird. Dazu einige Überlegungen und eine Anleitung, wie man mehrere Blickwinkel zu einem gesamten verdichtet.

### **Blickwinkel**

Man könne die Ereignisse nur am Beobachter beobachten, zitierte der altösterreichisch-französische Ethnopschoanalytiker Georges DEVEREUX (geboren als György Dobó in Lugos, 1908 – 1985) den Ausnahmephysiker Albert

EINSTEIN (1879 – 1955)<sup>1</sup> und meinte damit nicht bloß Messgeräte. DEVEREUX bedauerte 1967: „Der Einfluss, den die Ideologie des Wissenschaftlers, seine ethnisch-kulturelle Klassenzugehörigkeit und sein beruflicher Status ausüben, der sich in gewissen kulturhistorischen Trends wie auch in wissenschaftlichen Moden niederschlägt, ist bislang relativ wenig untersucht worden.“<sup>2</sup> Daran hat sich bis heute nicht viel geändert – außer dass Vertreterinnen einer feministisch-historischen Forschung versuchen, fehlende Blickwinkel auf die angeblich mangelnde jedoch tatsächliche Präsenz von Frauen aufzuzeigen, die dahinter liegenden Interessen nachzuweisen und die sozialen Folgen zu verdeutlichen. So spezifisch will ich meine Überlegungen hier aber nicht ausrichten – dafür gibt es Berufenere als mich. Ich will einige Sichtweisen aus meinen erlernten und ausgeübten Berufen einbringen, und daher dies gleich zu Beginn transparent machen.

*Da ich bedingt durch die aktuellen Kontaktbeschränkungen<sup>3</sup> diese Vorlesung nicht wie geplant live und interaktiv halten kann, davor aber bereits mit einer Verschriftlichung meiner Gedanken begonnen hatte, kann ich diese, nunmehr vervollständigten, parallel zu der Videoaufzeichnung meines Vortrags zur Verfügung stellen.*

Sie werden nunmehr meine Beobachtungen und Überlegungen – und meine *Entscheidungen*, was ich für wesentlich halte und daher zu Gehör bringe und was nicht, sowie meine dazu gehörenden Gefühle *im Sinne der von DEVEREUX betonten kulturellen Prägungen* im Video auch an mir selbst beobachten können. Ich möchte damit zur historisch-biographischen Selbstreflexion anregen – und gleichzeitig zur grundsätzlichen Kritik an Lehrinhalten im Sinne des vorangestellten Paulus-Zitats. Bitte üben Sie sich darin, immer auch ihre

---

<sup>1</sup> G. Devereux, S. 17.

<sup>2</sup> A. a. O., S. 162.

<sup>3</sup> Geplant war diese Vorlesung für 16. März 2020, wurde infolge der Covid-19-bedingten Einstellung von Schul- und Hochschulbetrieb am 10. März auf unbestimmte Zeit verschoben und am 22. März eine Videoaufzeichnung aus meiner eigenen Akademie vereinbart.

begleitenden Emotionen wahrzunehmen und im Nachhinein – quasi in einer Selbstsupervision – nachzuforschen, auf welche Vorerfahrungen diese gründen. Sie üben damit die synchrone Überprüfung ihrer ethischen Entscheidungen, denn:

Jeder Gedanke, jede Positionierung, jede Handlung wird von einem Menschen mit seiner höchstpersönlichen Biographie und damit Erziehung (und Sprachform) in einer spezifischen Zeit und Region gestaltet – bewusst oder aber unbewusst (wobei sich das Unbewusste teilweise auch aus der Wortwahl erschließen lässt).

Traditionell gibt es einen Konflikt zwischen Philosophen und Theologen, wer Experte für Ethik sei, und auch aktuell beanspruchen Philosophen (z. B. Konrad Paul LIESSMANN<sup>4</sup>) hier ein säkulares weil zeitgemäßes Monopol.

Wie Sie bereits vermuten konnten: Mein Ansatz ist ein multidisziplinärer – obwohl ich ja u. a. auch Theologin bin: Er geht aus psychotherapeutisch – psychoanalytischer Sicht vom denkenden, fühlenden, handelnden Menschen aus und vereint einige der Sichtweisen all der Berufe, die ich gelernt und (bis heute) ausgeübt habe. Konkret: Für mich besteht Ethik weniger im Nachdenken über gelingendes Leben oder absolute Werte sondern im Erforschen, welche Werte dominieren, wenn man schwerwiegende *Entscheidungen* zu treffen hat. Ich erlebe in meiner beratenden bzw. therapeutischen Arbeit immer wieder die Dilemmata, wenn Menschen innerseelisch *in Konflikt mit ihren eigenen und den Anforderungen der Gesellschaft* geraten.

Solche Konflikte betrachten wir PsychoanalytikerInnen als Zeichen von Lebendigkeit (anstelle von psychischer Grabesruhe) und Ansatz für linguistische Friedensarbeit.

Was meine Professoren im altsprachlichen Gymnasium (für Knaben, damals um 1960 gab es noch keine Koedukation) in der 7. und 8. Klasse zur Ethik

---

<sup>4</sup> <https://www.derstandard.at/story/1358304758111/religionen-sind-ja-keine-anleitung-zum-guten-leben>.  
Abgerufen 10. 3. 2020.

gelehrt haben, ist mir nicht mehr genau erinnerlich, ja – Kants Kategorischer Imperativ, und Auguste Comte, aber den nur, weil der Professor seinen Vornamen falsch ausgesprochen hat – jedoch von Konflikthaftem war sicherlich nicht die Rede, sondern nur davon, was die „großen Denker“ (männlich) für „gut“ bzw. „richtig“ vorgegeben haben. Sehr wohl gab es Ethik in meinem Jus-Studium (1962 – 1966), und zwar im Strafrecht, quasi als Anleitung zu einer Art „How to do“ – allerdings verkürzt auf das Gebot, juristische Ethik bedeute, im Zweifelsfall dem „höherwertigen Gut“ zu Geltung zu verhelfen. Wie man dies herausfände, wurde nicht gesagt – und auch nicht gefragt, denn die Vorlesungen waren damals nicht interaktiv (wie ich selbst es in meinem universitären Unterricht immer praktizier(t)e – z. B. sogar im Auditorium maximum der Universität Salzburg).

Zum Begriff des „höherwertigen Gutes“ (was voraussetzt, dass zwischen mehreren Möglichkeiten unterschieden werden muss) gleich ein aktuelles Fallbeispiel: Eine Krankenschwester kommt in Therapie, da sie bei sich ein akutes Burn-out diagnostiziert. Die Anamnese ergibt folgende beispielhafte Permanentsituation: Sie arbeitet auf einer chirurgischen Station, und hat im Nachtdienst in einem Zimmer 2 Patienten mit Schädel-Hirn-Trauma, die beide wahrscheinlich nicht überleben werden, einen hochaggressiven psychiatrischen Patienten mit vielen Brüchen nach einem Suizidversuch und einen randalierenden alkoholvergifteten Mann, der einen schweren Autounfall hatte. Ihr Selbstverständnis ist (auf Nachfrage), sie sei dafür verantwortlich, „dass es allen gut geht“.

Meine Vorgehensweise:

- a) Zuerst zur Entlastung von Schulgefühlen, nicht perfekt zu funktionieren, die Feststellung, dass es sich um eine hochkomplexe Situation handle, die klarerweise Hochstress auslöse (denn dagegen „trainiert“ werden nicht einmal alle Angehörigen von „Blaulichtberufen“). Um diesen zu mindern, wird die Anforderung an sich selbst gemindert: Nicht so gut wie möglich, sondern so gut wie nötig, d. h. korrekt. Primäres Ziel muss immer sein, arbeitsfähig (d. h. im Sinne der Work Life Balance: lebensfähig) zu bleiben.
- b) Primär ist daher die Diagnose der eigenen Befindlichkeit – und die nenne ich im konkreten Fall „Chaos“. Um Chaos zu bewältigen, helfen klare Strukturen: diese

können *vorgegeben* sein (durch Gesetze, Verordnungen bis hin zu Anweisungen oder Befolgung von Ersuchen oder Bitten) oder müssen – bei Zeitdruck oder fehlender übergeordneter Autorität –, „nach bestem Wissen und Gewissen“ *autark* getroffen (und im Nachhinein verantwortet) werden.

- c) Eine in der Notfallmedizin entwickelte Entscheidungshilfe besteht in „Triage“, d. h. in der Scheidung einer übergroßen Patientenzahl in diejenigen, bei denen Interventionen vermutlich keinen Erfolg zeitigen werden, diejenigen, bei denen dabei sicherer Erfolg zu erwarten ist, und diejenigen, bei denen Interventionen weitgehend unnötig sind, weil ihre Selbstheilungskräfte ausreichen werden.
- d) Auf die konkrete Situation angewendet, bedeutet das: der psychiatrische Patient ist nicht nur selbst- sondern möglicherweise auch fremdgefährdend, daher gilt ihm der Vorrang (sowohl zum Schutz der Zimmergefährten als auch der Krankenpflegerin), während den anderen Patienten kollektiv mit Hilfe der von mir entwickelten Gesprächsmedizin beruhigende Zuwendung gespendet werden kann (und die Anleitungen dazu bekam meine Klientin logischerweise gleich aktuell dazu).
- e) Sollte sich aber späterhin die Notwendigkeit ergeben, die eigene Verhaltensweise rechtfertigen zu müssen, genügt die Darlegung der strukturierenden Überlegungen, damit klar ist, dass es sich um eine *wohlüberlegte bewusste Entscheidung* zwischen mehreren Alternativen gehandelt hat und nicht um ein „unbedachtes Agieren“.<sup>5</sup>

Das „höherwertige Gut“ kann also durchaus in eine utilitaristische Sichtweise eingereiht werden.

Auch in den anderen Berufen, die ich nach meinem juristischen Erstberuf erlernt und ausgeübt habe, kam Ethik nicht vor, nicht einmal in den 5 Psychotherapieausbildungen, die ich in den 1970er/ 80er Jahren absolvierte und auch nicht in meiner Ausbildung zur Erwachsenenpädagogin an der Pädagogischen Akademie (heute Hochschule) in Wien<sup>6</sup> sondern erst im evangelischen Theologiestudium (2010 – 2015<sup>7</sup>). Aber in der 1987 von mir gemeinsam mit DSA Werner NEUBAUER begründeten Ersten Wiener Sexualberatungsstelle war die Psychologin und Philosophin Dr. Stella REITER-

---

<sup>5</sup> Diese Struktur vermittelte ich auch in meiner Interpretation von Salutogenese s. später.

<sup>6</sup> Der Mangel zeigt sich rückblickend an den später enttarnten häufigen sexuellen Übergriffen auf Schutzbefohlene.

<sup>7</sup> Meine Masterarbeit habe ich bei dem Medizinethiker Ulrich Körtner in Sexualethik verfasst und – gekürzt und popularisiert – als Buch unter dem Titel „Sexuelle Reformation – Freiheit und Verantwortung“ veröffentlicht.

THEIL mit im Team, die sich damals in Systemischer Familientherapie fortbildete und kurz darauf, 1990, als Geschäftsführerin der Akademie für Ethikfragen in der Medizin der Universität Göttingen berufen wurde. Sie beschäftigte sich damals intensiv mit den Thesen von Lawrence KOHLBERG und brachte ihre Forschungsfragen (betreffend Dilemmata) in unsere Teamsitzungen ein.

*Nichts ist mächtiger als eine Idee,  
deren Zeit gekommen ist.  
Victor Hugo (1802 – 1885)*

Ende der 1980er Jahre war die Zeit „reif“ geworden: Sexueller Missbrauch von Kindern wurde zum Medienthema (und damit der Diskurs zur sexuellen Selbstbestimmung), ich veröffentlichte dazu das erste kritische Buch in Österreich (und wurde von dem federführenden Vertreter der „sexuellen Befreiung des Kindes“ wegen übler Nachrede geklagt, aber in allen Instanzen freigesprochen<sup>8</sup>), homosexuell l(i)ebende Menschen organisierten sich gegen ihre strafrechtliche Diskriminierung, Vergewaltigung in der Ehe wurde ebenso strafbar wie Gewalt gegen Kinder (was zuvor als Erziehungsmaßnahme toleriert worden war). *Gewalt gegen die Natur* war zwar seit den Bürgerinitiativen gegen den Bau des Kernkraftwerks Zwentendorf (ab 1975, Volksabstimmung 1978) sowie die Besetzung der Hainburger Au 1984 zur Verhinderung des Baus eines Wasserkraftwerks Motiv für Protest und Widerstand auf der politischen Bühne aufgetaucht, aber nach Abschluss der Aktionen in der breiten Öffentlichkeit wieder verblasst (und fehlen heute obwohl Natur als Lebewesen jetzt überfällig Kur und Pflege bedürfte).

Schon ein Jahrzehnt vorher – im europäischen Ausland noch früher – wurden gesellschaftliche Machtverhältnisse konkret und lebensnah kritisiert (also

---

<sup>8</sup> Meine Beiträge aus diesem Buch „Zuliebe zu Leibe – Über die Möglichkeit und Unmöglichkeit kindlicher Erotik“, Edition Tau, Bad Sauerbrunn 1991, bei dem ich Herausgeberin war, habe ich 2014, wieder als Herausgeberin, gemeinsam mit anderen Beiträgen und vor allem auch meinem kritischen historischen Überblick auf die Politik nach 1991 unter dem Titel „Tabuthema kindliche Erotik“, LIT Verlag, wieder veröffentlicht.

nicht nur von avantgardistischen Wissenschaftlern oder revolutionären Politikern). Das zeigte sich in Österreich in der Regierungswende 1970 und den nachfolgenden Reformen. Jedenfalls war Mitbestimmung – Partizipation – damals (nach 40 Jahren) wieder eine gelebte Möglichkeit: zuerst für Konzeptionen, danach Forderungen und letztlich Verwirklichungen, und vieles musste mit historischen, philosophischen, ökonomischen und eben auch ethischen Argumenten untermauert werden.<sup>9</sup>

*Widerstand* wurde als Ausübung eines demokratischen Menschenrechts eingefordert, argumentiert und teilweise respektiert. (Von einem Paradigmenwechsel ist aber meiner Ansicht nach auch heute noch nicht zu sprechen – möglicherweise ergibt er sich durch die Maßnahmen gegen die Covid-19-Pandemie). In ihrem Buch „Widerspruch“ zeigt die (zuletzt an der Universität Bremen tätige) Psychologieprofessorin Barbara GRÜTER (\*1950) bereits einleitend auf, dass „wissenschaftliche Konzepte das Verhältnis der Forscher zum Gegenstand bestimmen“ und damit auch die Ergebnisse – sich der Gegenstand selbst aber solch einer Determinierung entzieht, was „zu einem allgemeinen, die Wissenschaften übergreifenden Problem von ökologischer Dimension geworden“ sei.<sup>10</sup> Ähnlich konnte schon DEVEREUX nachweisen, wie sehr der ethische Charakter, die Klassenzugehörigkeit, der Berufsstand die geistige Konzeptionen begründet<sup>11</sup>, die vielfach dazu führen, dass die geistigen Konzeptionen der beobachteten Menschen nicht wahrgenommen oder negativ konnotiert werden (z. B. besonders was die differenzierten Werthaltungen gegenüber dem anderen Geschlecht<sup>12</sup> oder anderen Alter<sup>13</sup> als dem des Forschers betrifft). DEVEREUX stellt nüchtern fest: „Die ethnozentrische, kulturspezifische Verzerrung ist unvermeidbar. Statt das zu beklagen, müssen wir sie als Quelle systematischer

---

<sup>9</sup> Es lohnt sich, diese aus den verschiedenen ideologischen Positionen (religiöse mitgemeint) zu überprüfen, da wir 2020, also 50 Jahre danach, erkennen können, was sich wie weiterentwickelt hat – oder eben nicht. Etliche Zeitzeugen – wie auch ich – leben noch.

<sup>10</sup> B. Grüter, S. 7.

<sup>11</sup> G. Devereux, S. 163 ff.

<sup>12</sup> A. a. O., S. 209.

<sup>13</sup> A. a. O., S. 224.

Fehler berücksichtigen.“ Wenn man also zwei Berichte zweier Autoren mit unterschiedlicher Kulturzugehörigkeit und Persönlichkeitsstruktur hinsichtlich ihrer unterschiedlichen „systematischen“ Fehler vergleiche und somit korrigieren könne, lasse sich durch diese „Triangulation“ ein größeres Maß an Objektivität erreichen.<sup>14</sup>

In einer Zeit, in der die „Globalisierung“ zumindest bis jetzt zu einer weitgehend weltweiten Freizügigkeit in der Wirtschaft (Kulturbetriebe und Tourismus inbegriffen) und im Informationsaustausch geführt hat, gilt das Gebot der Stunde dem wertschätzenden Augenmerk auf die Geisteshaltungen der Entscheidungsträger wie Opinion Leader im Großen wie im regionalen Kleinen. Die Erkenntnisse aus der Vergangenheit in der Suche nach absoluten Werten (das Gute, Schöne, Wahre) bildet dabei Nährboden und Frucht an Gedankengebäuden bisher richtungsweisender Denker; dies entspricht dem, was der Psychologe und Jungianische Psychoanalytiker Erich NEUMANN (1905 – 1960) die „alte Ethik“ nennt (siehe später).

## **Denken**

Ähnliches meint wohl auch Ludwig WITTGENSTEIN (1889 – 1951), wenn er in seinem „Vortrag über Ethik“ die Worte Hamlets zitiert, „An sich ist nichts weder gut noch böse; das Denken macht es erst dazu.“, und weiter ausführt, „Ich meine jedoch, dass ein *Bewusstseinszustand*, soweit wir darunter eine beschreibbare Tatsache verstehen, in keinem ethischen Sinn gut oder böse ist.“<sup>15</sup> (Hervorhebung von mir.) Ich ergänze: Das wird er – und die daraus erwachsenden Handlungen – erst in Gefolge einer *Beziehung* zu einer wertenden Instanz, sei diese nun ein Individuum, ein Kollektiv oder, „in Stein gemeißelt“ ein Gesetz.

Mit Hilfe der Errichtung solch einer „übergeordnete Instanz“ wird versucht, eine mentale Hierarchie absoluter Geisteshaltungen zu errichten und kritiklose

---

<sup>14</sup> A. a. O., S. 166.

<sup>15</sup> L. Wittgenstein, S. 12.



Unterwerfung zu provozieren. Um sich dieses mentalen Machtmissbrauchs zu entziehen, ist *bewusstes* Suchen nach Alternativen nötig, und dies benötigt ein geistiges Vor-Bild und – Zeit.

Wenn man eine konkrete Aussage „richtig“ oder „falsch“ zu ihrem Ursprung rückverfolgt, kommt man hinsichtlich „falsch“ zu einer (körperlichen) Empfindung des Widerwillens und zu einem Impuls zur Abwehr. *Primär* nenne ich dieses „Mischgefühl“ dann, wenn es spontan aus eigenem Ersterleben stammt, *sekundär*, wenn es auf „Erziehungsmaßnahmen“ oder Gruppendruck gründet. (*Tertiär* wäre es für mich in meiner Sprache, wenn es auf intensiver Selbstreflexion beruht.)

Der Schweizer Psychiater und Begründer der Analytischen Psychologie Carl Gustav JUNG (1875 – 1961) unterscheidet vier Formen des Bewusstseins (und ich ersetze gerne den Begriff Bewusstsein durch das Wort Denken, weil ich damit die Dynamik betonen möchte, die sich aus der folgenden Reaktion – und auch Nichts-Tun ist eine Reaktion mit einer zu Grunde liegenden „Entscheidung“! – ergibt. Als jeweils zwei polare Formen in Kreuzform angeordnet, bestehen diese Bewusstseinsformen aus

- a) Senkrecht: Kognitivem Denken (der im Westen „überwertigen“ Funktion) oben an der Spitze und emotionalem Fühlen als (im Westen „minderwertigen“) Gegenpol, sowie
- b) Waagrecht: körperlichen Empfinden links und Intuieren rechts.<sup>16</sup>

Üblicherweise suchen Menschen Orientierung (Beratung, Therapie), Stützung oder soziale Sicherheit in einer Gruppe, wenn sie die „Mitte“ gemäß diesem (gedanklichen) Kreuzbild extrem verfehlen: wenn sie aus Gefühlsüberflutung nicht mehr vernünftig denken können oder sie durch Gefühlskälte in Isolation geraten sind, wenn sie vor körperlichen Beeinträchtigungen keine

---

<sup>16</sup> J. Jacobi, S. 27 ff; C. G. Jung, S. 23 ff.

Zukunftsperspektive mehr finden oder sie infolge zu vieler Phantasien die „Bodenhaftung“ verloren haben.

Ich meine: In der „alten Ethik“ (Erich NEUMANN) wird Ethik kognitiv erdacht, bedacht und befolgt (das entspricht etwa auch der „konventionellen“, also vorschriftsgemäßen Ethik nach Lawrence KOHLBERG). In der „neuen Ethik“ (analog der „postkonventionalen“ Ethik nach KOHLBERG) werden die Entscheidungen ganzheitlich – alle vier Bewusstseinsformen mehr oder weniger gleichzeitig – ins Bewusstsein gehoben. Schrittweise eine nach der anderen reflektiert, braucht Zeit – dazu später KAHNEMAN – mit Übung kann man sich blitzschnell in den dazu nötigen Bewusstseinszustand bringen. Wenn dieser heute oft als „Bauchgefühl“ benannt wird oder als Intuition, stimmt dieser Hinweis zwar gelegentlich, ist aber unvollständig, weil die überprüfende Vernunft fehlt: Es sind im Idealfall alle vier Bewusstseinsformen, die sich zu einem Ganzheitserleben „verdichten“. (Und es ist das besondere Verdienst C. G. JUNGS, die vielfach verspottete Intuition als gleichberechtigte „Denk-Form“ rehabilitiert zu haben – ein Ergebnis seiner jahrzehntelangen vergleichenden Studien „östlicher“ Kulturen.)

Oft zeigt bereits die jeweilige Fachsprache an, was als Norm konstruiert wird (wurde) und was als Abweichung. Aber wo bzw. womit beginnt eine Fachsprache? Der russische Neuropsychologe und Sprachwissenschaftler Alexander R. LURIJA (1902 – 1977) schreibt dazu: „Laut Rivers<sup>17</sup> denken Menschen, die unter primitiven Bedingungen leben, nach den gleichen logischen Gesetzen wie wir. Der Hauptunterschied besteht allein darin, dass sie die Tatsachen der äußeren Welt *anderen als den uns vertrauten Kategorien* zuordnen.“<sup>18</sup> (Hervorhebung von mir.) LURIJA schildert, wie er bedingt durch die kulturellen Veränderungen nach der Oktoberrevolution die Gelegenheit hatte,

---

<sup>17</sup> William Rivers (1864 – 1922), britischer Neurologe / Psychiater und Ethnologe, Gegenspieler des französischen Philosophen und Ethnologen Lucien Lévy-Bruhl (1857 – 1939).

<sup>18</sup> A. R. Lurija, S. 71 ff.

seine Studien im Vergleich von analphabetischen Bauern und Bäuerinnen, Kolchosenmitgliedern, die Kurzlehrgänge und Frauen, die Schulungen für Kindergärtnerinnen besucht hatten, aber auch keine Schulbildung und nur Elementarkenntnisse im Lesen und Schreiben besaßen und StudentInnen zu durchzuführen.<sup>19</sup> Zuerst wurde erhoben, „wie die Menschen Grundkategorien ihrer visuellen Erfahrung, etwa Farbe und Form, sprachlich kodierten.“ Danach wurden die Prozesse der Klassifikation und Abstraktion erforscht, und danach komplizierte kognitive Verfahren wie die Lösung logischer Aufgaben und die Selbstanalyse.<sup>20</sup> Dabei ergab sich, dass diejenigen mit elementaren Lese- und Schreibkenntnissen geometrische Bezeichnungen wählten, die hingegen ohne solche die Namen von Alltagsgegenständen benutzten (z. B. Kreis / Teller, Viereck/ Spiegel, Dreieck / Kesselgestell).<sup>21</sup> Das zeigt eindeutig die Verhaftung in einem „gewohnten“ Denkmodell auf einer „unteren Ebene“ der Alltagsnützlichkeit.

Auf einer höheren Ebene kann man das gleiche Phänomen bei den „Fachausdrücken“ von „Experten“ beobachten: Wo Ärzte von Krankheiten sprechen, Psychotherapeuten von Störungen, Pädagogen von Fehlgeleertem sprechen Pfarrer von Sünde usw. Das alledem innewohnende gleiche Faktum besteht in der gedanklichen Konstruktion einer Abweichung von einer ebenfalls konstruierten Normalität, die von den Eignern der „Definitionsmacht“ als „unangenehm“ und, verallgemeinert, „sozial unerwünscht“ empfunden und öffentlich bewertet wird (beispielsweise durch Gesetze, Lehrbücher etc. und zunehmend durch breite mediale Öffentlichkeitsarbeit – auch in sozialen Medien). Diese Bewertungen werden unbewusst zu Grundlagen von *Entscheidungen* solange man die Genese seiner *Entscheidungen* nicht kontrolliert und allenfalls korrigiert.

---

<sup>19</sup> A. a. O., S. 76 f.

<sup>20</sup> A. a. O., S. 79.

<sup>21</sup> A. a. O., S. 80.

Bewertungen finden – egal ob bewusst oder unbewusst – mittels – eigener oder fremder – Hierarchisierungen und Skalierungen statt; Voraussetzung dazu ist, dass qualitative und quantitative Unterschiede wahrgenommen werden und durch die Bewertung bestimmte Ziele erreicht werden können. Diese sind wiederum – a priori oder ex post – positiv oder negativ bewertbar, sodass sich schlussendlich ein *circulus vitiosus* ergibt – sofern er nicht unterbrochen wird.

*Wer A sagt, der muss nicht B sagen –  
er kann auch erkennen, dass A falsch war.  
Bert Brecht (1898 – 1956)*

## **Wahrnehmung**

Wir leben in einer dualen<sup>22</sup> Welt: Wir erkennen etwas, indem wir es von etwas anderem unterscheiden, oder anders formuliert, indem sich für die einzelnen „Objekte“ Wahrnehmungsnervenzellen bilden.

Wenn wir ein etwas Neues sehen, hören, schmecken etc. und „erklärt“ bekommen, erhalten wir gleichzeitig die emotionale Färbung mit, die sich aus den Neurotransmitterausschüttungen der erklärenden Person ergibt – und je heftiger diese Person dabei erregt ist (z. B. bei Sorge, Angst, Verzweiflung, Zorn, ...), desto stärker verankert sich dieses Erleben neuronal, und zwar bei beiden.

Erziehung – und da besonders ethische Erziehung – zielt auf tiefe Verankerung im Unbewussten, und je entspannter, d. h. unaufmerksamer jemand ist, desto eher und tiefer<sup>23</sup> verankern sich die vermittelten Inhalte: Genau deswegen werden in der Hypnotherapie nach Milton H. ERICKSON (1901 – 1980) „Geschichten“ (angebliche oder reale Fallbeispiele, Metaphern,

---

<sup>22</sup> Diese polare „Zwei-Teilung“ der Welt und die daraus erwachsenen Konflikte entdeckte C. G. Jung in den Mythen, Sagen wie auch Religionen und Literaturerzeugnissen aller Kulturen und nannte sie Archetypen: sie spiegeln die immer wiederkehrenden sozialen Spannungen wider, und das löst das Interesse an den Kulturprodukten aus, in denen dies dargestellt wird – deswegen eignen sich solche ideal zur Verdeutlichung in Bildungsaktivitäten.

<sup>23</sup> Gerald Hüther benützt dafür in seinem Bilderbuch „Wie aus Stress Gefühle werden – Betrachtungen eines Hirnforschers“ (Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1999) das Bild eines Bergweges zur Verdeutlichung von Erinnerungsspuren. Ich habe weitgehend zeitgleich jedoch unabhängig in meinem Buch „Darüber spricht man nicht – Tabus in der Familie“ (Kösel, München 1999) ähnlich das Bild einer ausgetretenen Schispur verwendet.

Erinnerungen an Märchen etc. aber auch eigene Erlebnisse) erzählt, in denen sich „so nebenbei“ eine – beispielsweise auch ethische – Lösung „in perspektivische Aussicht gestellt“ aber nicht direktiv (im Sinne von „Machen Sie das!“) oktroyiert wird.

Mit „Innerhalb dessen, was an Erinnerung in uns hineinwächst und sich in uns aufbaut, unterscheidet man zwei verschiedene Gedächtnisarten: das episodische und das semantische Gedächtnis, oder das Erfahrungs- und das Lerngedächtnis.“, leitet der Heidelberger Ägyptologie-Professor Jan ASSMANN (\* 1938) seine Erörterungen über die zweifache Basis des Gedächtnis‘ – eine neuronale und eine soziale – ein.<sup>24</sup> „Semantisch“ erklärt er als Sinn- und Bedeutungs-Zusammenhang infolge der Bemühung, sich etwas einzuprägen. Bei „sinnlosen“ Daten wie den Seiten eines Telefonbuches könnten dies nur Menschen, die mit einem „photographischen“ Gedächtnis „begabt“ seien – doch „dieses wiederum geht oft mit Sozialisationsstörungen wie z. B. Autismus einher“. Allein diese Formulierungen – „begabt“ und „Störungen“ – zeigen, dass der Autor – wohlwollend vermutet: unbewusst – aus salutogen-ethischer Sicht kritikwürdige Wertungen „repliziert“ (d. h. weiterverbreitet). Wenn man „political correctness“ zwecks Vermeidung von Demütigungen oder Glorifizierungen, d. h. Schädigungen einer realistischen Selbstachtung (und dies ist bereits wieder eine Wertung!), ernst nimmt, dann wäre hier eine Alternativformulierung angebracht; um sich zu einer solchen zu *entscheiden*, braucht es

a) kritische subjektive wie objektive Wahrnehmung der eigenen wie kollektiven Werthaltung,

b) Sprach- und Sinnsensibilität und die

c) Zeit,

---

<sup>24</sup> J. Assmann, S. 11 f.

d) alternative Formulierungen zu konstruieren (was zusätzlich ein Zeichen von Wertschätzung wäre).

Genau dies versucht DEVEREUX ins Bewusstsein zu heben, wenn er schreibt: „Krankheit sieht man gewöhnlich – etwas übereilt – einfach als eine Abweichung vom (unterschiedlich definierten) ‚normalen‘ Zustand an, den man Gesundheit nennt. Die Vorstellung, dass Gesundheit ‚normal‘ ist, scheint eine Grundkategorie menschlichen Denkens zu sein.“, und „Obwohl das gehäufte Auftreten einer bestimmten Krankheit meines Wissens keine Gruppe dazu veranlasst hat, Krankheit für normal zu halten, haben einige Psychiater und psychiatrische Anthropologen – meiner Meinung nach zu Unrecht [ - ] – psychische Gesundheit mit den statisch prävalenten Typen der Persönlichkeitsstruktur gleichgesetzt, wahrscheinlich um die unhaltbare Ansicht zu rechtfertigen, dass Anpassung gleichbedeutend sei mit Normalität.“, denn „Diagnostischer Relativismus dieser Art beleuchtet lediglich die Unsicherheit des Menschen in Bezug auf die Gültigkeit seines Selbstmodells als Leitlinie und, in erweitertem Umfang und in abwehrender Absicht, die Gültigkeit jeglicher absoluten Leitlinie.“, weil eben Anpassung mit Normalität verwechselt würde.<sup>25</sup>

Als Beispiel für „scheinbar wissenschaftliche Konzeptionen von Normalität (Gesundheit), die ebenso willkürlich wie, statistisch gesehen, unrealistisch sind, führt er an, „Lehrbücher der Augenheilkunde behaupten *ex cathedra*, dass die normale Sicht des Menschen 20/20 ‚beträgt‘, obwohl nur ein Bruchteil derer, die keine nachweisbaren morphologischen oder funktionalen Augenschäden haben, eine Sicht von 20/20 hat. Da dieser Standard mittlerweile zu einer ewigen Wahrheit geworden ist, werden Telefonbücher, Zeitungen und Fußnoten in einer so kleinen Type gedruckt, dass nur wenige sie ohne Mühe lesen können.“<sup>26</sup>

Auch wenn heute in der elektronischen Kommunikation die Schriftgrößen den eigenen Bedürfnissen angepasst werden können, bleiben doch noch z. B. Beipackzettel bei Medikamenten und viele Bedienungsanleitungen frei von

---

<sup>25</sup> G. Devereux, S. 196 f.

<sup>26</sup> A. a. O., S. 198.

„sozialem Design“, oder viele Sitzgelegenheiten (Toiletten mitgemeint) für massiv übergewichtige Menschen unbenützlich und damit die Botschaft „Du bist nicht OK“ für gar nicht so wenige Menschen unvermeidbar. So schließt DEVEREUX auch seine Abhandlung zur Selbstbezogenheit der Experten mit: „Die Bedeutung eines eher individuellen Selbst-Modells für die Diagnose und die Formulierung therapeutischer Ziele wird durch das bittere Scherzwort beleuchtet, dass jedes psychiatrische Lehrbuch den Titel tragen sollte: „Wie du mehr so wie ich werden kannst“.<sup>27</sup>

Aus psychotherapeutischer Sicht wäre es daher oft angeraten, herauszufinden, welcher von anderen vorgegebenen Ethik jemand folgt bzw. welche er weswegen ablehnt, und das braucht Selbstreflexion. Der langjährige Psychoneuroimmunologieprofessor Joachim BAUER (\*1951) versucht in seinen populärwissenschaftlichen Büchern a) über die Wirkung der Spiegelneuronen und b) über die Schmerzgrenze zu zeigen, dass a) allein durch Beobachten von Interaktionen anderer, seien sie nun in tatsächlicher Anwesenheit oder virtuell via Bildschirmen, beim Beobachter unbewusst die gleichen Neuronen aktiviert werden wie bei dem Beobachteten (mit dem man sich, wieder unbewusst, identifiziert, und das ist meist die stärkere, vermutlich „siegreiche“ Person) und damit dessen Verhalten als normal, d. h. üblich aufgenommen wird sofern keine annehmbare (!) kritische Korrektur erfolgt, und dass b) bei schockierenden Erlebnissen (und dazu gehört auch „nur“ Zeugin von Gewalt zu werden) Reaktionen mit großer Zeitverzögerung (wenn sie verdrängt wurden, bis zu Jahren!) erfolgen können. Zu solchen traumatisierenden Erlebnissen – die sich in das episodale Gedächtnis einbrennen, aber wegen ihrer Unerträglichkeit oft ins Unbewusste verdrängt werden – zählen auch Demütigungen (und da reichen oft Blicke!<sup>28</sup>): Sie verletzen oder zerstören neben den physiologischen

---

<sup>27</sup> A. a. O., S. 207 f.

<sup>28</sup> Das, was so massiv schädigt, ist nämlich nicht der Blick oder das Wort, sondern die Neurotransmitterausschüttung: Jeder Gedanke ist ein chemisch-elektrischer Prozess und zumindest über den (mittels Galvanometer messbaren) elektrischen Hautwiderstand spürbar sofern diese Wahrnehmungsfähigkeit

Stressreaktionen die Selbstachtung und schädigen (dank der bildgebenden Verfahren, die heute in der Gehirnforschung verfügbar wurden) nachweislich bestimmte Gehirnpartien (Amygdala).<sup>29</sup> Das ist leider oft das Ziel – in der sogenannten „Schwarzen Pädagogik“, die mit Angstmache auf Unterwerfung zielt und Duckmäuser produziert – und das ist oft deren Überlebenstechnik.

*Wessen Lippen schweigen,  
der schwatzt mit den Fingerspitzen.  
Aus allen Poren dringt der Verrat.  
Sigmund Freud*

## **Verarbeiten**

Wir können das erste Quartal des dritten Jahrtausends wohl als Ära einer neuen Völkerwanderung und neuerlichen Sprachverschiebung (unabhängig von der deutschen Rechtschreibreform der ersten Dekade) verstehen – und anerkennen. Wenn ich dies so formuliere, schaffe ich damit ein „Mem“, das an Erfahrungen der Vergangenheit anknüpft und gleichzeitig für die Empfänger der Botschaft offenlässt, welche Entwicklung sich daraus ergeben wird bzw. kann. Damit wird aber auch die Frage potenzieller Gestaltungen und Partizipationen wie auch deren Folgen und Verantwortlichkeiten virulent.

Der Begriff „Mem“ stammt von dem nicht unumstrittenen britischen Evolutionsbiologen Richard DAWKINS (\* 1941), der ihn auf der Suche nach einem Grundprinzip, auf dem alles Leben beruht, konstruiert hat. Er ging dabei von einem „Gesetz“ aus, „dass alles Leben sich durch das *unterschiedliche Überleben sich replizierender Einheiten* entwickelt.“ (Hervorhebung von mir.) Dazu benennt er „eine neue Art von Replikator“, der sich zwar noch „im Anfangsstadium“ befinde, aber bereits einen „evolutionären Wandel“ hervorrufe<sup>30</sup>, und erklärt folgendermaßen: „Das neue Urmeer ist die ‚Suppe‘ der

---

nicht abtrainiert wurde (wie vielfach durch Verbote in der Kindheit). Diese Wahrnehmungsfähigkeit wieder zu erlangen, ist übrigens eines der Hauptziele für Überlebende sexueller Gewalt.

<sup>29</sup> S. Literaturliste!

<sup>30</sup> R. Dawkins, S. 226 f.



menschlichen Kultur. Wir brauchen einen Namen für den neuen Replikator, ein Substantiv, das die Assoziation einer Einheit der kulturellen Vererbung vermittelt, oder eine Einheit der Imitation. Das Wort ‚Mimem‘ kommt von einer geeigneten griechischen Wurzel, aber ich suche ein einsilbiges Wort, das ein wenig wie ‚Gen‘ klingt. Ich hoffe, meine klassisch gebildeten Freunde werden mir verzeihen, wenn ich Mimem zu *Mem* verkürze. [ - ] Beispiele eines Mems sind Melodien, Gedanken, Schlagworte, Kleidermode, die Art, Töpfe zu machen oder Bögen zu bauen. So wie Gene sich im Genpool vermehren, indem sie sich mit Hilfe von Spermien oder Eiern von Körper zu Körper fortbewegen, so verbreiten sich Meme im Mempool, indem sie von Gehirn zu Gehirn überspringen mit Hilfe eines Prozesses, den man im allgemeinen Sinn als Imitation bezeichnen kann. Wenn ein Wissenschaftler einen guten Gedanken hört oder liest, so gibt er ihn an seine Kollegen und Studenten weiter. Er erwähnt ihn in seinen Aufsätzen und Vorlesungen. Kommt der Gedanke an, so kann man sagen, dass er sich vermehrt, indem er sich von einem Gehirn zum anderen ausbreitet.“<sup>31</sup>

Jedes Gedankengebäude eines KANT, HEGEL, MARX wurde im Laufe der Zeit so in Mem-Gestalt „verdichtet“, dass oft nur die Assoziation zum Namen des Denkers – und peu à peu auch einer Denkerin (z. B. BEAUVOIR, ARENDT) – ausreicht, um eine Gedankenkette aus deren charakteristischen Gedankeninhalten auszulösen. Inhalte – weniger aber des persönlichen Hintergrunds und damit der „Übertragungen“ und „Gegenübertragungen“, die ihr Denken – und damit auch deren Ethik – *unbewusst* prägten und *ebenso unbewusst* die Akzeptanz ihrer Rezipienten.

*Entscheidungen* werden weitgehend bestimmt durch Meme: Das können „Kopfbewohner“<sup>32</sup> sein – Sätze von Bezugspersonen, die sich durch die ausgelöste Emotion (z. B. Beschämung) über die „Schmerzgrenze“ hinaus verankert haben, und deren Neuerleben man unbewusst zu vermeiden sucht. Oft

---

<sup>31</sup> „Neu“ bezieht sich auf 1978!

<sup>32</sup> Vgl. M. Goulding s. Literaturverweise.

sind es aber auch nur Begriffe wie „Gewissen“ – aber immer wird emotional verankert, nicht kognitiv. Da ist es wieder, das was Jan ASSMANN mit „episodischem“ oder Erfahrungsgedächtnis meint: die Prägung durch ein heftiges – negatives aber auch positives – Gefühl. (Vgl. S. 23 und FN 12.) Und das ist es auch, was Psychotherapie beabsichtigt: Diese alten neuronalen Verschaltungen aufzulösen und neue, salutogenere (d. h. gesündere) möglich zu machen. Die Wege dazu können verbale sein, emotionale, körperorientierte oder intuitive (z. B. in den Kunsttherapien).

*Das Ausmaß, in dem wir an unsere Überzeugungen glauben,  
hängt überwiegend von der Qualität der Geschichten ab,  
die wir über das erzählen können, was wir sehen,  
auch wenn wir nur wenig sehen.*

*Daniel Kahneman*

### **Mittels Selbstbeobachtung wahrnehmen**

Der Psychologieprofessor an der Princeton University und Wirtschaftsnobelpreisträger 2002, Daniel KAHNEMAN (\* 1934), differenziert zwischen dem „schnellen“, daher oberflächlichen Denken, das vielfach die Wurzel von Vorurteilen abgibt, und dem „langsamen“, reflektierten Denken. Er schreibt: „Emotionalität und Anschaulichkeit beeinflussen Abrufflüssigkeit, Verfügbarkeit und Wahrscheinlichkeitsurteile – und erklären daher unsere überzogene Reaktion auf die wenigen seltenen Ereignisse, die wir nicht ignorieren können.“<sup>33</sup> Wie er auch aufzeigt, „Die stärkste psychische Ursache der Illusion ist zweifellos die Tatsache, dass Menschen, die stock-picking betreiben, hohe kognitive Leistungen erbringen.“<sup>34</sup> Dieses ungeduldige Investieren in erhoffte Gewinnfelder ähnelt und wird auch oft Suchtverhalten, weil es bis zur Klimax die Endorphin-Ausschüttungen steigert und selbst nach dem Absturz noch immer den Perspektivenblick auf mögliche künftige Beglückung unverändert lässt. Gier hat

---

<sup>33</sup> D. Kahnemann, S. 397.

<sup>34</sup> A. a. O., S.269.

viele Ausprägungen (z. B. auch Neugier) – aber alle zeichnen sich durch Beschleunigung aus. Im Hinblick auf die von C. G. JUNG wie auch Georges DEVEREUX beschriebene Missachtung des langsameren emotionalen oder intuitiven Denkens im Westen, erklärt das auch die Ungeduld, mit der Klärungen und Lösungen komplexer Problemlagen gefordert werden, von Eltern wie auch Vorgesetzten und derzeit (Kipp-Punkt Covid-19-Pandemie April 2020) von Oppositionsparteien wie auch Medien und deren „Gläubigen“. Und genau da erfordert es kühle Vernunft, um in der nötigen langsamen Zeit die (nur vermutlich) richtigen *Entscheidungen* zu treffen, so wie KAHNEMAN betont, „Organisationen können Fehler besser vermeiden als Individuen, weil sie naturgemäß langsamer denken und die Macht haben, geordnete Abläufe durchzusetzen.“<sup>35</sup>

*Entscheiden* können, heißt auch zu erkennen, wann man sich schnelles Denken leisten kann und wann man langsam denken muss – beispielsweise bei ethischen *Entscheidungen*. Diese sind dadurch gekennzeichnet, dass sie nicht nur zwischen zwei Möglichkeiten sondern auch deren Folgen und den eventuell bestehenden Möglichkeiten, diese Folgen zu beeinflussen, also bereits mindestens vier Möglichkeiten und auf jeden Fall der Möglichkeit, sich selbst in dieser *Entscheidungs*-Situation in den Zustand zu bringen, in dem man optimal *entscheiden* kann. Dieser Zustand kann kurz gesagt, als „Ruhens in der eigenen Mitte“ gedeutet werden – dann, wenn die von C. G. JUNG beschriebenen vier Formen des Bewusstseins (kognitives Denken und emotionales Fühlen, körperliches Empfinden und intuitives Ahnen) als Ganzheit vereint sind. (Vgl. S. 9, FN 16.) Viele Menschen gelangen durch Meditation – besonders Atemmeditation – in diesen Zustand. Der deutsch-amerikanische Soziologe und Freudianische Psychoanalytiker Erich FROMM (1900 – 1980) schreibt ähnlich: „Sich selbst zu erkennen, bedeutet, sich eine größere intellektuelle *und* affektive Einsicht in bis dahin verborgene Teile der Psyche zu erwerben.“, und dieser

---

<sup>35</sup>A. a. O., S. 517.

Prozess „wirkt sich in einer Verstärkung der Energie aus, da diese jetzt von der Aufgabe befreit wird, Verdrängungen aufrecht zu erhalten; daher wird der Mensch um so wacher und freier, je mehr er mit seiner inneren Realität in Kontakt kommt.“<sup>36</sup> Deutlicher noch wird der Jungianische Analytiker Erich NEUMANN: „Die neue Ethik fußt auf einer Bewusstmachung der positiven *und* der negativen Kräfte der menschlichen Struktur und auf ihrer bewussten Einbeziehung in das Leben des Einzelnen und der Gemeinschaft.“<sup>37</sup> Indem man seine eigene „Schatten“-Seite wahrnimmt und annimmt, muss man sie nicht mehr – etwa aus Angst vor sozialem Ausschluss – auf andere zu projizieren (d. h. von sich weg abzuspalten) und dort hassen und verfolgen, sondern kann sie integrieren und damit zu einem Teil unter vielen anderen in der eigenen Persönlichkeit minimieren.

Ganz werden bedeutet in diesem Sinn auch liebender zu werden.

### **Salutogenese**

Sigmund FREUD sah psychische Gesundheit in Arbeits- und Liebesfähigkeit. Beides wird durch Angst und Hass gefährdet, denn dann verengt man seine Wahrnehmung wie auch seine Atmung und verspannt sich, insbesondere sein Herz (das ja auch ein Muskel ist!). Man macht sich körperlich kampf- oder fluchtbereit (oder stellt sich tot) und merkt dies oft nicht einmal.<sup>38</sup>

Salutogenese – Aufbau, Förderung und Schutz von Gesundheit – besteht in meiner Bearbeitung des Konzeptes ihres Wort- und Begriffsschöpfers, des amerikanisch-israelischen Medizinsoziologen Aaron ANTONOVSKY (1923 – 1994) in drei Schritten:

---

<sup>36</sup> E. Fromm, S.46.

<sup>37</sup> E. Neumann, S. 92.

<sup>38</sup> Vgl. R. A. Perner, „Hand Herz Hirn“.

- a) Zuerst muss wahrgenommen, Betonung auf wahr!, werden, d. h. man muss darauf achten, sich selbst nicht zu belügen (andere sowieso nicht vgl. das Weltethos<sup>39</sup>), also nicht zu verharmlosen oder zu dramatisieren,
- b) Dann muss man sich für die augenblickliche Situation und Verfassung ein Zukunftsziel vornehmen und dafür alternative Wege suchen, finden oder erfinden,
- c) und letztlich muss man sich für die Alternative *entscheiden*, die man verANTWORTen will und kann: Dann ist man auch wirklich „bei sich“.

Um „ganz zu sich zu kommen“ – die Balance der vier Zugangsformen zur eigenen Mitte zu bewirken – hilft auch die Methode Focusing, die der austroamerikanische Philosoph und Psychotherapeut Eugene Gendlin (1926 – 2017) entwickelte. Sie besteht in einer Art rituellen Selbstbefragung nach dem körperlichen, seelischen, intuitiven und kognitiven Befinden.<sup>40</sup>

Wenn man diese Methode zur Lösung eines ethischen Dilemmas anwenden will, bietet sich die Frage nach dem Ziel an: Was für ein Mensch will ich (in Bezug auf die konkrete Aufgabe) sein? Hans JONAS schreibt: „... da bei der unlöslichen Verflechtung menschlicher Angelegenheiten wie aller Dinge es sich gar nicht vermeiden lässt, dass mein Handeln das Schicksal Anderer in Mitleidenschaft zieht und so das aufs-Spiel-Setzen des Meinigen immer auch ein aufs-Spiel-Setzen von etwas ist, das Anderen gehört und worüber ich eigentlich kein Recht habe“, muss in allem Handeln das Element der Schuld übernommen werden.<sup>41</sup>

Um der oder die zu werden, wer man sein will, braucht es die Integration des „Schattens – all dessen, des man sich nicht gerne besinnen will.

---

<sup>39</sup> Nach Hans Küng findet sich in allen Hochreligionen das Verbot zu töten, zu stehlen, zu lügen und zu missbrauchen, d.h einen Menschen wie eine Sache zu verwenden. S. Literaturverweise.

<sup>40</sup> Vgl. Eugene Gendlin, „Focusing. Technik der Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme“. Otto Müller Verlag, Salzburg 1981/ 84<sup>4</sup>.

<sup>41</sup> H. Jonas, S. 77.

## Literaturverweise:

ASSMANN Jan, Religion und kulturelles Gedächtnis. Verlag C. H. Beck, München, 2000/ 2007<sup>3</sup>.

BAUER Joachim, Schmerzgrenze. Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt. Karl Blessing Verlag, München 2011.

BAUER Joachim, Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Hoffmann und Campe, Hamburg 2005/ 06<sup>9</sup>.

DAWKINS Richard, Das egoistische Gen. Springer-Verlag, Berlin Heidelberg New York 1978.

DEVEREUX Georges, Angst und Methode in den Verhaltenswissenschaften (1967). suhrkamp taschenbuch, Frankfurt/ Main 1984/ 88<sup>2</sup>.

FROMM Erich, Anatomie der menschlichen Destruktivität. Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbek bei Hamburg 1977/ 79<sup>56. -65. Tausend</sup>.

GOULDING Mary, „Kopfbewohner“ oder: Wer bestimmt dein Denken. Junfermann Verlag, Paderborn 1988/ 93<sup>4</sup>.

GRÜTER Barbara, Widerspruch. Individuelle Entwicklung als Systemerneuerung. Roland Asanger Verlag, Heidelberg 1990.

JONAS Hans, Das Prinzip Verantwortung. Versuch einer Ethik für die technologische Zivilisation (1979). suhrkamp taschenbuch, Frankfurt / Main 1984.

JACOBI Jolande, Die Psychologie von C. G. Jung. Eine Einführung in das Gesamtwerk. Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt/ Main 1977/ 82<sup>21. - 25. Tausend</sup>.

JUNG C. G., „Psychologische Typologie“ (1936). In: C. G. Jung, „Typologie“, dtv, München 1990/ 93<sup>15. - 18. Tausend</sup>.

KAHNEMAN Daniel, Schnelles Denken – langsames Denken. Siedler Verlag, München 2012<sup>24</sup>.

KÜNG Hans/ KUSCHEL Karl-Josef, Erklärung zum Weltethos. Die Deklaration des Parlaments der Weltreligionen. Piper, München 1993/ 96<sup>2</sup>.

LAMBERTINO Antonio, Psychoanalyse und Moral bei Freud. Bouvier Verlag, Bonn 1994.

LURIJA Alexander R., Romantische Wissenschaft. Forschungen im Grenzbezirk von Seele und Gehirn. Rowohlt Taschenbuch Verlag, Reinbek bei Hamburg 1993.

NEUMANN Erich, Tiefenpsychologie und neue Ethik. Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt/ Main 1985/ 90<sup>8. - 9. Tausend</sup>.

PERNER Rotraud A., Die reuelose Gesellschaft. Residenz Verlag, St. Pölten – Salzburg 2013.

PERNER Rotraud A., Hand Herz Hirn. Zur Salutogenese mentaler Gesundheit (2011). edition roesner, Mödling – Krems 2014.

PERNER Rotraud A., Sexuelle Reformation. Freiheit und Verantwortung. LIT Verlag, Münster – Wien 2017.

SUDA Max Josef, Ethik. Ein Überblick über die Theorien vom richtigen Leben. UTB Böhlau, Wien – Köln – Weimar 2005.

WITTGENSTEIN Ludwig, Vortrag über Ethik. In: Ludwig Wittgenstein, Vortrag über Ethik und andere kleine Schriften (Herausgegeben von Joachim Schulte) suhrkamp taschenbuch wissenschaft, Frankfurt/ Main 1989.