

PSYCHOLOGIE HEUTE

-
-
- **Neun Blogs on Adrian Naef**

Was kann das Ritual

Ritalin oder die richtige Schule

3:1 für Barcelona oder etwas Küchenpsychologie

Ein paar Gedanken zu Psychologie und Religion

Nie wieder

Die Schweiz jenseits von Gut und Böse

Gläserne Bürger – gläserne Seele

Can – cannot

Ich habe keine Skrupel von der Tagesschau auf einen Tierfilm umzuschalten

•

Was kann das Ritual?

Von [Adrian Naef](#)

[4. Aug 2015](#)

[1 Comment](#)

1

Ist eine Flasche halb voll oder halb leer – ich weiß, man kann das sehen wie man will, aber nach meinem Erleben sind wir nicht gerade auf dem gastfreundlichsten Planeten des Universums gelandet. Es gibt Philosophen, die ihn die Hölle nennen. Tatsächlich ist das Motto „Fressen und Gefressenwerden“, das sich auch in den Feinheiten unseres menschlichen Umgangs fortsetzt, nicht gerade ein freundliches.

Was tun? heißt eine programmatische Schrift von Lenin. Natürlich wusste er, was zu tun war. Hundert Jahre nach der Installation des Kommunismus in Russland kann man sagen, er wusste es auch nicht.

Was tun? Wo Rat holen in der Bedrängnis? Wo, wie, was, wenn uns das Wasser bis zum Hals steht? Steht's in der *Psychologie Heute*? Welches ist die richtige Therapie?

Psychologie in Ehren, sie tut viel Gutes, die Arztkunst ist ein Segen, die Religionen und Ersatzreligionen, mit oder ohne Gott, bieten etwas Halt und Trost – gut und recht.

Aber nach meinem Verständnis trägt ganz am Ende unseres eigenen und fremden Latein, wenn sogar Suizid als das kleinere Übel zur Option wird, nur noch eines: das Ritual.

Das wird jeder bestätigen, der einmal eine schwere Depression durchlebt hat, etwas vom Schlimmsten, das „eigenes Verschulden“ oder das Schicksal uns bescheren kann. Auch in der Psychose hält uns allein noch das Ritual vor dem Schlimmsten gegen sich selber oder schlimmer noch gegen andere zurück. Nicht umsonst ist der Verwirrte fast nur noch mit irgendwelchen Ritualen beschäftigt. Wer einmal als Therapeut oder Patient in einer Psychiatrischen Klinik zugange war, wird auch das bestätigen.

Was sind Rituale, was können Rituale?

Die Weltreligionen bieten ihre bekannten, ungefähr gleichen Rituale an, wie die Taufe, die Firmung, die Eheschließung, die Bestattung und so weiter. Weil die menschlichen Stationen der Reifung und das beängstigende Ausgesetztsein auf dem Planeten Erde an jedem Ort nach der gleichen Bewältigung ruft. Nach Ritualen eben. Ein Ritual stand am Anfang der Menschwerdung des Affen. Einer legte zum ersten Mal einen Ast über einen Toten, einmal schaute der aufrecht gehende Affe nicht nur in den Sternenhimmel, sondern tupfte mit dem Rußfinger Sternbilder an die Höhlenwand. Ötzi, die Eisleiche, war tätowiert. Man fand eine Flöte aus Tierknochen, die zwischen 30.000 und 40.000 Jahre alt sein soll! Flötentöne aus einer Höhle – die Bären nebenan werden sich gewundert haben.

Das Ritual ist älter – nicht älter als Religion –, aber älter als die Religionen, die sich eines Tages die Anmaßung herausnahmen, Ritual und Religion zu verwalten. Auch Tiere kennen Rituale, wenn auch unbewusst. Einige Tierarten stehen offenbar gerade an der Schwelle des bewussten Rituals (Raben, Schimpansen, Delfine). Mit dem bewussten Ritual hat Kultur begonnen, die diesen Namen verdient. Die heutige Kunstszene hat sich meilenweit davon entfernt und pflegt bloß noch „Ritual pour Ritual“. Von der vornehmen Aufgabe der Kunst, uns die Augen zu öffnen, ist nur noch ein kümmerliches Missverständnis übrig geblieben. Ein Versagen mehr unserer narzisstischen Zeit.

Aber Religionen und Postkultur hin oder her, wir halten von früh bis spät kleinere oder größere, bewusste und unbewusste Rituale ab, der Übergang von Gewohnheit zum Ritual ist fließend. Auch gewisse psychologische Schulen bieten Rituale an, ob explizit oder unbenannt. Ob nicht die Rituale einer Therapiestunde oder Gruppensitzung den Hauptbeitrag zur Genesung des Hilfesuchenden beitragen, egal, was und aus welcher Schule verbal hin und her geht? Jemand hört zweimal die Woche zu, da ist das bequeme

Sofa, Opa Freuds Zigarren duften gut, die vielen Ikonen und der Nippes aus aller Welt auf seinem Pult. Er muss gar nichts sagen, nur da sein, ich darf mich im Rahmen dieses wöchentlichen Rituals entspannen und reden oder auch nicht, es tut einfach gut.

Ich tippe auf das Ritual als Haupteffekt der Heilung, jedenfalls psychosomatischer Leiden. Darum fällt der Placeboeffekt so erstaunlich hoch aus. Die Schulmedizin bestreitet es auch gar nicht. Insbesondere bei den Psychopharmaka, was ja vielsagend ist. Bei vielen dieser „mother's little helpers“ weiß man gar nicht, warum sie eigentlich wirken, wenn sie denn überhaupt wirken.

Bewusste und unbewusste Rituale leiten uns durch den Tag, das jedenfalls ist sicher – besser jedoch, wir sind uns unserer Rituale bewusst und ein psychologisches Angebot habe diese Bewusstwerdung im Programm.

Weil das Ritual leider auch einen schlechten Ruf haben kann. Zu Recht. Der Nationalsozialismus hat die Macht des Rituals zu furchtbaren Exzessen der Unmenschlichkeit missbraucht. Das nie zu akzeptierende Ritual der Hinrichtung gehört auch in diese Richtung. Der sogenannte „Islamische Staat“ mit seinen Enthauptungen und Kreuzigungen (!) führt es medienwirksam einmal mehr vor. (Die Rolle der Medien vor dem Karren der Hasspriester der Machttrunkenheit fern von der Kernbotschaft des Islam, wäre ein anderes lohnendes Thema.)

Und eben, besser Rituale seien uns bewusst und der Umgang mit Ritualen sei uns von verantwortungsvollen Erwachsenen nahegebracht worden. Die Gewaltexzesse Jugendlicher sind das Resultat dessen, was Alexander Mitscherlich als „Haus ohne Hüter“ bezeichnete. Wenn Erwachsene bei Initiationen Jugendlicher nicht auf den Rängen sitzen und das Schlimmste verhindern, führen sie sie selber durch und kühlen ihr Mütchen an wehrlosen Asylanten wie in der rechtsextremen Szene, oder fallen dubiosen Mullahs in die Hände, die ihnen Sprengstoffgürtel umhängen und mit der Vision von 72 Jungfrauen in den Tod schicken. Ich wundere mich daher gar nicht, dass der Islamische Staat so viele schlecht erzogene Jugendliche aus dem Westen anzieht, die Krieg mit einem Computerspiel verwechseln. Hierin versagt „der Westen“ zweifellos, die Konkurrenz- und Konsummentalität der letzten Jahrzehnte hat ihre unzweifelhaften Spuren hinterlassen.

Was ich hier meine: Das Ritual ist das Absetzen vom baren Vegetieren, und es wäre eine vornehme Rolle der Psychologie, uns Rituale bewusst zu machen. Die vornehme Rolle einer Religionsgemeinschaft wäre es weiterführend, uns zeitgemäße Rituale anzubieten. Leider passen die meisten Rituale der heute bekannten alten Religionen nicht mehr in unsere Zeit. Die Religionen haben, selbstverschuldet sich um sich selbst drehend, den Anschluss verpasst. Ihre Schläuche sind löchrig geworden und mit nichts mehr zu flicken (In der Schweiz will sich nur noch jedes dritte Paar in einer Kirche trauen lassen.) Und wer meint, der neu erwachte Furor des Islam, der jüngsten der Weltreligionen, habe mit lebendiger innerer Dynamik zu tun, verwechselt Gesinnungspflicht und Indoktrination Jugendlicher mit Religion. Der Katholizismus römischer Art steht ihm in wenig nach, der zum Beispiel unabdingbar fordert, Siebenjährige seien zur Beichte zu schicken.

Bewusst und wach kann kein Mensch einem anderen Schaden antun. Der wirklich Bewusste begreift jede Schandtät am andern als eine Schandtät gegen sich selbst. Es

gibt daher Religionen – leider außerhalb der großen Machtreigionen – die auf jegliche Gebote und Moral verzichten. Der Zen-Buddhismus mit seinen Ritualen ist zu anstrengend für Menschen, die im Mainstream Trost und Halt suchen.

Ja, wer weiß es nicht: Bewusst werden, und eben auch seiner täglichen Rituale bewusst zu werden, ist anstrengend.

Ob sich die Psychologen unser nicht etwas mehr erbarmen könnten?

One Response to "Was kann das Ritual?"



• [Clara Fiedler](#)

28. Sep 2015 - 1:23 [Reply](#)

Für mich passt Bewusstwerdung und Ritual bzw. Gewohntheit schon überhaupt nicht zusammen. Aber möglicherweise liegt das an der Begriffsdefinition. Etwas, was regelmäßig wiederholt wird, schaltet meiner Ansicht nach das Gehirn aus, wenn man nicht aufpasst. Wenn man etwas jeden Tag macht – zum Beispiel ein Musikinstrument spielen, nützt es nichts, dieselbe Übung immer wieder zu wiederholen. Es nützt dann etwas, wenn man durch die Wiederholung immer bewusster wird, nämlich mal sich darauf konzentriert, wie das Körpergefühl ist, dann wieder auf den Klang, dann auf verschiedene Körperregionen und so weiter. Aber jeden Tag um Punkt 5 Uhr mit dem Hund rausgehen, mit dem Hund immer dieselbe Strecke laufen und dann um 5.30 Uhr wieder zurückkommen? Nützt nichts, wenn man sich nicht vorher dafür entscheidet, bewusst zu werden.

Rituale sind furchtbar, wenn man sie braucht, um bestimmte Emotionen hervorzuholen und wieder durchzukauen. Beispiel: Nein, ich will mich nicht jedes Weihnachten gleich besinnlich fühlen. Kann ich gar nicht, weil zwischendrin ein Jahr vergangen ist, in dem ich viel gelernt habe, was mich verändert hat.

Bewusstsein bedeutet, Veränderung, Prozess und Dynamik wahrzunehmen. Und Rituale sind dabei die höhere Schule. Sorry, aber diesen Artikel kann ich nicht unterschreiben.

Clara
PhantomsLair.net

Ritalin oder die richtige Schule

Von [Adrian Naef](#)
[30. Jun 2015](#)



Ob in Deutschland, Österreich oder der Schweiz: Die Debatte um die „richtige Schule“ kann sicher ein Dauerbrenner genannt werden. In unserer viersprachigen Schweiz geht es gerade wieder einmal darum, ob schon Erstklässlern Englisch beigebracht werden soll oder doch erst die wichtigste andere Landessprache und ob schon im Kindergarten Hochdeutsch gesprochen werden soll oder weiterhin Dialekt und wann und wie die Kinder an den Computer herangeführt werden sollen, den sie eh schon im Kinderzimmer stehen haben. Dass hier jedes zweite Kind neben den Schulaufgaben – die auch umstritten sind – privat noch in einen Förderunterricht in einem für seine Zukunft entscheidenden Fach geschickt wird, ist auch eine Tatsache. Neben der Geigenstunde und dem Frühjoga selbstverständlich, damit es auch zu etwas Bewegung kommt, was wiederum nur dem Lernziel zugute kommt.

Dass hier jede Gemeinde Schulpsychologen beschäftigt – nötig oder nicht – gehört bereits zum Standard. Und dass heute Ritalin geschluckt wird, wie wir früher geklaute Bonbons lutschten, als Zucker noch Zucker war, ist auch bekannt.

Als ich Lehrer war und insgesamt 30 Jahre lang als Vertreter und Fachlehrer von Schulhaus zu Schulhaus tingelte, von der Stadt aufs Land und wieder zurück, war von alledem noch wenig zu spüren. Und in meiner Kindheit in den 1950er Jahren auf dem Dorf hätte nicht einmal einer sagen können, was Pädagogik sein sollte – wohl etwas Medizinisches. Schon eher verstand man unter Psychologie, was man im Irrenhaus im Bezirksort vermutete, wenn wieder einer mit dem gelben Wagen, dem „gääle Wägeli“ abgeholt wurde, was gar nicht selten vorkam. Was auf unseren Bauernhöfen abging, hatte nichts mit den freundlichen Geranien zu tun, die man vors Fenster stellte. Darin war auch unser ärmlicher Bauernhof keine Ausnahme.

Das war alles nicht sehr schön, aber es war einfach so.

Auch was mit uns Kindern passierte, war nicht immer lustig. Auch nicht in der Schule, wo Ohrfeigen, in der Ecke stehen oder der „Tatzen“ mit dem Lineal auf die hingestreckte Hand noch zum offiziellen pädagogischen Inventar gehörten.

Aber wir Kinder hatten Spielraum nach Belieben. Jahrelang war uns Buben das Gehen praktisch unbekannt. Wir rannten. Gehen tat man auf dem Weg in die Schule oder in die Kirche, Gebäude, die man, kaum dass die Glocke ausgeklungen hatte, fluchtartig schreiend verließ und dann nur noch rannte, von Lernpfad zu Lernpfad – früher noch Wald und Wiese genannt.

Ich will nichts beschönigen, ein Psychologe hätte im einen oder anderen Schulhaus in diesem oder jenem Fall bestimmt gutgetan. Wenn wir vom Lehrer eine Ohrfeige gefasst hatten, verschwiegen wir es wohlweislich zu Hause, es hätte noch eine zweite abgesetzt.

Es war doch ganz klar, dass wir den armen Lehrer aufs Blut geärgert hatten (was meistens stimmte). Gewisse Schüler aber wurden gequält und misshandelt, nicht zuletzt auch von der ganzen Klasse.

Aber wenn man Kindern Medikamente geben muss, damit sie über die Runden kommen, sollten sich Schulpsychologen fragen, ob nicht viel eher die Eltern zu behandeln wären. Getrauen sich Psychologen, ihre zugewiesenen Schüler in Schutz zu nehmen und den Fokus auf die Eltern zu richten? Ich arbeitete zehn Jahre lang als Heilpädagoge im Unikinderspital in Zürich, wo naturgemäß ein guter Teil der vom Schulbetrieb und Elternhaus überforderten Kinder mit psychosomatischen Symptomen die letzte Zuflucht sucht. „Bauchweh-Zimmer“ nannten wir ein Zimmer, in das wir Kinder legten, die bloß ein paar Tage Ruhe vor den übertriebenen Ansprüchen ihres elterlichen und schulischen Umfeldes brauchten. Aber schon anderntags standen die Eltern mit den Schulbüchern im Stationszimmer und Lehrer gaben telefonisch die Seitenzahlen durch, die beackert werden sollten, das Kind habe jetzt ja Zeit und einen Spitallehrer gebe es wohl auch. Der war ich. Ich hütete mich jedoch davor, die gestressten Kinder auch noch hier in ihrem letzten Schonraum unter Druck zu setzen. Ab und zu versteckten sich solche Kinder unter dem Bett, wenn sie entlassen werden sollten . . .

Bei dieser Debatte um die richtige Schule oder das richtige Maß an Anforderung an die Kinder (Schulaufgaben oder nicht / Schwerpunkt musische Fächer oder Computerwissen) kann man sich ja auch einmal fragen, wie wichtig Schule überhaupt fürs Leben ist. Wenn ich auf meine Zeit zurückblicke, als es noch keine Schulpsychologen gab und ein Kind mit ADHS noch „Zappel-Philipp“ oder „lebhaftes Kind“ hieß, und wenn ich mir vergegenwärtige, wo die Schulversager von damals mittlerweile im Leben stehen, so zweifle ich an der Wichtigkeit der Schule für einen späteren „Platz an der Sonne“. Nach meinem Verständnis rangiert die Schule nach der genetischen Veranlagung und dem günstigen sozialen Umfeld des Kindes erst an dritter Stelle. Bildung ist gut und recht, aber man kann sie sich auch selber holen. Meine liebsten Vorbilder, Künstler und Lehrer waren Autodidakten, darum authentisch und glaubwürdig. Bildung kann auch ein Fluch sein. Der Satz „Vieles hätte ich begriffen, wenn man es mir nicht beigebracht hätte“ hat viel Richtigkeit.

Es ging herum in der Weltpresse: Eine Mutter in New York ließ ihr Kind mit der U-Bahn über mehrere Umsteigestationen allein von der Schule nach Hause fahren, als dieses es wünschte. Sie gab ihm zur Not bloß Geld für ein Taxi mit und vertraute auf Gott oder die Menschen. Das Kind kam stolz und wohlbehalten nach Hause. Was früher selbstverständlich war, löste jedoch eine landesweite Empörung aus, wie konnte diese Mutter nur! Rabenmutter! Was trieben wir Buben damals auf dem Heimweg von der Schule – wie gesagt immer rennend – für lebensgefährlichen Unsinn. Es gehörte geradezu zum Programm. Wir mischten sogar Schwarzpulver, um Briefkästen zu sprengen. Ein Knabe beschaffte Schwefel, der andere Kohlenstoff, der dritte Salpeter, damit der Drogist nichts ahnte. Ab und zu kam es tatsächlich zu Unfällen, ich kam mehr als einmal blutend nach Hause. Aber für dieses Vertrauen, vor allem meines Vaters, ins „schon Gutkommen“ bin ich heute noch dankbar und versuche es auch meinen Enkeln weiterzugeben.

Und trotz oft miserablen Noten und dem permanenten Eintrag im Zeugnis: „stört den Unterricht“, habe ich auf dem zweiten Bildungsweg schließlich die Uni geschafft und blicke nach mehreren Berufen auf ein erfülltes Leben zurück.

Will sagen: Mit etwas weniger Betreuung und Psychologie wird die Welt des Kindes nicht untergehen, im Gegenteil. Denn was in Zukunft noch mehr gefragt sein wird als schon heute, ist Flexibilität, Lernen lernen, nicht vorgegebene Muster erfüllen. Die hysterische Angst vieler Eltern, ihr Kind könnte die nächste Prüfung nicht schaffen und müsse darum noch mehr Förderung oder gar Medikamente erhalten, wirkt diesem unbestritten wichtigsten Ziel naturgemäß diametral entgegen.


Also Gelassenheit, liebe Eltern und Berater! „Lasst rauschen“, wie mein verehrter Vater und Bauer immer sagte, wenn wieder einmal das Chaos über unseren Hof hereinbrach, aus welchen Gründen auch immer.

PS: Zugegeben: Gleichungen mit zwei Unbekannten begreife ich heute noch nicht, ja sogar Dreisätze muss ich erst zeichnen, damit ich sie kapiere – aber solange ich mich sogar bei den Grundrechenarten, erst recht beim Prozentrechnen, meistens zu meinen Gunsten verrechne, lasse ich es gerne gut sein mit meinem katastrophal schwachen abstrakten Denkvermögen.

11 Responses to "Ritalin oder die richtige Schule"

-  *Leitzsch*
30. Jun 2015 - 17:21 [Reply](#)

Warum lernt man nicht in der schule auch fürs leben.....immer noch denn alten schroot....die Eltern sind es nicht alleine....lerer schauen weg wenn was ist....es wird vor der schule gequalmt....früh und nachmitags.....die kinder machen sich an das es schon Körperverletzung ist.....keiner achtet denn anderen...das es schon Rassismus ist....zu dick zu klein schwarz weis....zu schwach zu schlau zu doof...etwas liebe wäre nicht schlecht mit ein ander

-  *Kabbani, Nicole*
30. Jun 2015 - 18:09 [Reply](#)

Bester Artikel seit langem

-  *Tineli*
30. Jun 2015 - 19:18 [Reply](#)

So sehr ich die grundsätzlich Tendenz ihres Artikels unterschreiben kann, so möchte ich doch sagen: Die pauschale Verurteilung von Medikation bei Kindern im allgemeinen und Ritalin im speziellen erweist einen Bärendienst denen, die es tatsächlich brauchen. Ja, ich bin auch überzeugt, dass Ritalin zu oft verordnet wird. Ein verantwortungsvoller, differenzierter Umgang mit diesem Medikament ist sicher notwendig.

Ich kenne Erwachsene, die erst als Erwachsene die Diagnose ADS bekommen haben und auch erst dann eine Medikation bekommen haben. Intelligente Menschen, die auf einmal sagen: „Was habe ich meinen Eltern für Sorgen und Probleme bereitet!“ und „Was hätte aus mir werden können, wenn ich das früher gehabt hätte?“ und noch viele ähnliche Sätze. Ein echter ADSler ist nicht einfach nur „lebhaft“ und macht besonders viele Streiche. Er ist unkonzentriert, und schafft auch später seinen Uniabschluss nicht. Er ist depressiv darüber, dass er es nie so schafft wie andere. Er hat ein viel höheres Risiko, drogenabhängig oder kriminell zu werden. Das war schon früher so (dann war er anfangs eben lebhaft, später faul und zum Schluss ein Taugenichts und völlig missraten) und hat nichts mit der „modernen“ Schule und fehlender Wiese und Wald zu tun. Aber das „Gelassenheit, liebe Eltern und Berater!“ kann ich grundsätzlich sehr unterschreiben. Nachdem ich so manchen verkorksten Lebenslauf gesehen habe, der dennoch irgendwie „gut“ geworden ist, bin ich auch im Umgang mit meinen Kindern gelassener geworden.



o Marie

1. Jul 2015 - 15:31 [Reply](#)

Danke herzlich für diese Zeilen. Sie sprechen mir aus dem Herzen! Als persönlich betroffene und Mutter eines Betroffenen.



o Hess

6. Jul 2015 - 14:24 [Reply](#)

Liebe Tineli,
Lieber Herr Näf,

Ich unterschreibe fast alles was ihr sagt, aber mir fehlt ein wichtiger Aspekt in dieser ADS-Diskussion: Ein ADS oder ADHD ist keine Krankheit, sondern eine besondere Stärke. ADS-Kinder haben eine besondere Wahrnehmungsgabe. Sie spüren sofort, wenn im sozialen Umfeld etwas nicht stimmig ist. Wenn eine Lehrkraft mit einem Mitschüler ungerecht ist, wenn eine Spannung zwischen zwei Mitschülern aus der Pause noch fortbesteht oder wenn die Mehrheit der Klasse eine Aufgabe nicht verstanden hat: Es sind immer die ADS /ADHD-Kinder die darauf aufmerksam machen – mit Störungen natürlich, sie werden ja nicht um ihre Meinung gebeten. Schade dass sie dann oft sanktioniert werden statt dass ihr Rolle genutzt wird um die

Unterrichtsgestaltung zu optimieren. Natürlich können sie sich weniger auf die kognitiven Arbeiten im Unterricht konzentrieren, wenn sie dauernd das Gruppengeschehen scannen müssen.

Als Kinderpsychiater und Therapeut habe ich unzählige Unterrichtsstunden bei ADHD /ADS-Kindern beobachten dürfen. Sobald es gelang, die besondere Stärke dieser Kinder zu würdigen und die Lehrerinnen und Lehrer respektvoll bis dankbar mit den Hinweis-Störungen umzugehen begannen, war das Unterrichtsklima wieder intakt. Und es brauchte keine psychologische Einzelabklärung.

Thomas Hess, Männedorf und Wädenswil (CH)

(www.praxis-gerbestrasse.ch oder <http://www.patchworkfamilien.ch>)

PS: Dies ist keine Kampfansage an alle, die testpsychologisch tätig sind. Diagnostik kann wichtig sein, v.a. um die Kinder davor zu schützen, dass man annimmt, sie könnten ihr Verhalten bewusst und ohne Hilfe von aussen ändern.

Und ebenso wenig ist es eine Kampfansage gegen die Abgabe von Ritalin – sofern erwiesen ist, dass es für das Kind selber und für die Umgebung eine Verbesserung bringt.



○ *Ingrid*

18. Aug 2015 - 14:39 [Reply](#)

Dem kann ich nur zustimmen. Der Artikel ist super, doch leider leben nicht alle Menschen in einem Elternhaus, das sich für ihre Art eignet und ich hätte gute Noten schreiben können wäre es mir nur einmal gelungen auch in nicht so interessanten Stunden mich konzentrieren zu können. Ritalin ist nicht der Teufel, den wir an die Wand malen. Ritalin ist ein Medikament, das für manche Menschen genauso ein Segen ist wie Insulin. Vielleicht sollte man mal über das Leid nachdenken, das Adhs und Ads über die Menschen bringt. Nicht nur über die Menschen, die es haben sondern auch über die Geschwister, die oft mit runtergezogen werden.



• *Ellen*

30. Jun 2015 - 21:00 [Reply](#)

Lieber Herr Naef,

Das Problem ist, dass wir in diesem Falle tatsächlich einen Gleichung mit zwei unbekanntem haben. Auf der einen Seite die Eltern und auf der anderen Seite die sogenannten Pädagogen in der Schule. Leider stelle ich immer wieder fest, dass die Schule immer mehr zu einer Demotivationsanstalt verkommt. Dinge, die ich als Elternteil auch mal gelassen sehen kann, werden zu einem Drama aufgebauscht. Da werde ich in die Schule zitiert, weil mein Sohn im Matheunterricht seine Englisch-Hausaufgaben abgeschrieben hat. Ganz

schlimm! Das habe ich früher zuweilen auch gemacht – meine Eltern mussten deshalb nicht in der Schule antanzen.
Muster müssen heute peinlich genau erfüllt werden, um zu bestehen.
Querdenker bleiben da auf der Strecke. Für uns Eltern ist es unendlich schwierig das einigermassen aufzufangen.
Da fällt es mehr als schwer gelassen zu bleiben.
Mit besten Grüßen,
Ellen



- [Detlef Koch](#)
30. Jun 2015 - 22:24 [Reply](#)

Schach als Therapie gegen ADHS

Ich arbeite als Schachpädagoge in Lübeck und verwende Schach als Therapie. Dabei nutze ich einzelne Elemente des Schachspiels, die ich in eigens dafür entwickelten Übungen isoliert habe, um bestimmte Hirnleistungen zu aktivieren und somit die Rechenfähigkeit, das Erinnerungsvermögen, Aufmerksamkeitsfähigkeit, die Fähigkeit Entscheidungen zu fällen, aber auch die Meta-Kognition zu verbessern. Für Kinder mit ADHS ist die gute Nachricht, dass man Impulskontrolle, Achtsamkeit, planvolles Handeln und Konzentration lernen kann und dass es auch noch Freude bereitet. Ich nutze die Verbindung von „gehirngerechtem Lernen“ (Lernen mit Begeisterung) und kognitivem Training seit Jahren. Wenn Kinder in einer Atmosphäre der Potentialentfaltung lernen, korrigieren sich die hirnbioologischen Gegebenheiten, die als ADHS ihren Ausdruck finden, fast von allein. Ein Wink an die Eltern – hören Sie auf Ihre Kinder in sinnlosen Freizeitaktivitäten zu bespaßen, sondern suchen Sie sich mit Ihren Kindern ein Projekt, bei dem Sie alle gemeinsam und vor allem die Kinder zeigen können, was in ihnen steckt. Überwundene Herausforderungen bereiten nachhaltig Freude.

Ihr

Detlef Koch
(Schachpädagoge)



- [Sybille von Rothkirch](#)
30. Jun 2015 - 22:42 [Reply](#)

Lieber Herr Naef,
das hätte ich schreiben können, mit dem einen Unterschied, dass ich mit Mädchen und Jungs gerannt bin :-D. Wir haben Erdbeeren geklaut, sind auf Bäume geklettert und es gibt von mir kaum ein Foto aus meiner Kindheit, wo ich nicht aufgeschlagene Knie habe. Da wurde nicht gefragt, wie ist das passiert und gleich ein Arzt gerufen. Da kam ein Pflaster drauf und gut wars. Und wenn

es eiterte, dann kam Jod hinzu. Das brannte, aber half.
Ich habe vier Kinder, bei keinem hab ich auf Schulnoten oder Hausaufgaben geachtet und alle sind gut in der Schule bzw. haben ein gutes Abitur gemacht. Kinder müssen einfach wieder Kinder sein dürfen. Und ich hoffe, meine Kinder werden das bei ihren Kindern genauso halten.

Beste Grüëß
Sybille von Rothkirch



- *Antje Thrull*
1. Jul 2015 - 0:51 [Reply](#)

Schöner Artikel. Vielen lieben Dank.



- *Walter Stein*
25. Nov 2015 - 14:16 [Reply](#)

Naja. Wieder mal das übliche Schulbashing eines, der von der eigenen Erfahrung ausgeht und verallgemeinert. Schön, dass Sie es auf dem zweiten Bildungsweg geschafft haben. Wer in der Schule aufpasst, schafft es auf dem ersten. Und glauben Sie mir: Die Leben von Menschen, die keine Autodidakten sind und in der Schulde Freude haben, sind mindestens ebenso erfüllt. Allen „Schule-ist-doof-„Klischees zum Trotz. Klassiker auch, dass Leute wie Sie Mathematik für nebensächlich halten und mit fehlendem Wissen auch noch hausieren gehen. Darauf kann man wirklich nur stolz sein, so lange es noch genügend Menschen gibt, die die Bedeutung von Mathe und Naturwissenschaften zu schätzen wissen, denn diese sind für das moderne Leben noch unerlässlicher als Heilpádaogen.

•

Ritalin oder die richtige Schule

Von [Adrian Naef](#)

[30. Jun 2015](#)

[11 Kommentare](#)

10



Ob in Deutschland, Österreich oder der Schweiz: Die Debatte um die „richtige Schule“ kann sicher ein Dauerbrenner genannt werden. In unserer viersprachigen Schweiz geht es gerade wieder einmal darum, ob schon Erstklässlern Englisch beigebracht werden soll oder doch erst die wichtigste andere Landessprache und ob schon im Kindergarten Hochdeutsch gesprochen werden soll oder weiterhin Dialekt und wann und wie die Kinder an den Computer herangeführt werden sollen, den sie eh schon im Kinderzimmer stehen haben. Dass hier jedes zweite Kind neben den Schulaufgaben – die auch umstritten sind – privat noch in einen Förderunterricht in einem für seine Zukunft entscheidenden Fach geschickt wird, ist auch eine Tatsache. Neben der Geigenstunde und dem Frühjoga selbstverständlich, damit es auch zu etwas Bewegung kommt, was wiederum nur dem Lernziel zugute kommt.

Dass hier jede Gemeinde Schulpsychologen beschäftigt – nötig oder nicht – gehört bereits zum Standard. Und dass heute Ritalin geschluckt wird, wie wir früher geklaute Bonbons lutschten, als Zucker noch Zucker war, ist auch bekannt.

Als ich Lehrer war und insgesamt 30 Jahre lang als Vertreter und Fachlehrer von Schulhaus zu Schulhaus tingelte, von der Stadt aufs Land und wieder zurück, war von alledem noch wenig zu spüren. Und in meiner Kindheit in den 1950er Jahren auf dem Dorf hätte nicht einmal einer sagen können, was Pädagogik sein sollte – wohl etwas Medizinisches. Schon eher verstand man unter Psychologie, was man im Irrenhaus im Bezirksort vermutete, wenn wieder einer mit dem gelben Wagen, dem „gääle Wägeli“ abgeholt wurde, was gar nicht selten vorkam. Was auf unseren Bauernhöfen abging, hatte nichts mit den freundlichen Geranien zu tun, die man vors Fenster stellte. Darin war auch unser ärmlicher Bauernhof keine Ausnahme.

Das war alles nicht sehr schön, aber es war einfach so.

Auch was mit uns Kindern passierte, war nicht immer lustig. Auch nicht in der Schule, wo Ohrfeigen, in der Ecke stehen oder der „Tatzen“ mit dem Lineal auf die hingestreckte Hand noch zum offiziellen pädagogischen Inventar gehörten.

Aber wir Kinder hatten Spielraum nach Belieben. Jahrelang war uns Buben das Gehen praktisch unbekannt. Wir rannten. Gehen tat man auf dem Weg in die Schule oder in die Kirche, Gebäude, die man, kaum dass die Glocke ausgeklungen hatte, fluchtartig schreiend verließ und dann nur noch rannte, von Lernpfad zu Lernpfad – früher noch Wald und Wiese genannt.

Ich will nichts beschönigen, ein Psychologe hätte im einen oder anderen Schulhaus in diesem oder jenem Fall bestimmt gutgetan. Wenn wir vom Lehrer eine Ohrfeige gefasst hatten, verschwiegen wir es wohlweislich zu Hause, es hätte noch eine zweite abgesetzt. Es war doch ganz klar, dass wir den armen Lehrer aufs Blut geärgert hatten (was

meistens stimmte). Gewisse Schüler aber wurden gequält und misshandelt, nicht zuletzt auch von der ganzen Klasse.

Aber wenn man Kindern Medikamente geben muss, damit sie über die Runden kommen, sollten sich Schulpsychologen fragen, ob nicht viel eher die Eltern zu behandeln wären. Getrauen sich Psychologen, ihre zugewiesenen Schüler in Schutz zu nehmen und den Fokus auf die Eltern zu richten? Ich arbeitete zehn Jahre lang als Heilpädagoge im Unikinderspital in Zürich, wo naturgemäß ein guter Teil der vom Schulbetrieb und Elternhaus überforderten Kinder mit psychosomatischen Symptomen die letzte Zuflucht sucht. „Bauchweh-Zimmer“ nannten wir ein Zimmer, in das wir Kinder legten, die bloß ein paar Tage Ruhe vor den übertriebenen Ansprüchen ihres elterlichen und schulischen Umfeldes brauchten. Aber schon anderntags standen die Eltern mit den Schulbüchern im Stationszimmer und Lehrer gaben telefonisch die Seitenzahlen durch, die beackert werden sollten, das Kind habe jetzt ja Zeit und einen Spitallehrer gebe es wohl auch. Der war ich. Ich hütete mich jedoch davor, die gestressten Kinder auch noch hier in ihrem letzten Schonraum unter Druck zu setzen. Ab und zu versteckten sich solche Kinder unter dem Bett, wenn sie entlassen werden sollten . . .

Bei dieser Debatte um die richtige Schule oder das richtige Maß an Anforderung an die Kinder (Schulaufgaben oder nicht / Schwerpunkt musische Fächer oder Computerwissen) kann man sich ja auch einmal fragen, wie wichtig Schule überhaupt fürs Leben ist. Wenn ich auf meine Zeit zurückblicke, als es noch keine Schulpsychologen gab und ein Kind mit ADHS noch „Zappel-Philipp“ oder „lebhaftes Kind“ hieß, und wenn ich mir vergegenwärtige, wo die Schulversager von damals mittlerweile im Leben stehen, so zweifle ich an der Wichtigkeit der Schule für einen späteren „Platz an der Sonne“. Nach meinem Verständnis rangiert die Schule nach der genetischen Veranlagung und dem günstigen sozialen Umfeld des Kindes erst an dritter Stelle. Bildung ist gut und recht, aber man kann sie sich auch selber holen. Meine liebsten Vorbilder, Künstler und Lehrer waren Autodidakten, darum authentisch und glaubwürdig. Bildung kann auch ein Fluch sein. Der Satz „Vieles hätte ich begriffen, wenn man es mir nicht beigebracht hätte“ hat viel Richtigkeit.

Es ging herum in der Weltpresse: Eine Mutter in New York ließ ihr Kind mit der U-Bahn über mehrere Umsteigestationen allein von der Schule nach Hause fahren, als dieses es wünschte. Sie gab ihm zur Not bloß Geld für ein Taxi mit und vertraute auf Gott oder die Menschen. Das Kind kam stolz und wohlbehalten nach Hause. Was früher selbstverständlich war, löste jedoch eine landesweite Empörung aus, wie konnte diese Mutter nur! Rabenmutter! Was trieben wir Buben damals auf dem Heimweg von der Schule – wie gesagt immer rennend – für lebensgefährlichen Unsinn. Es gehörte geradezu zum Programm. Wir mischten sogar Schwarzpulver, um Briefkästen zu sprengen. Ein Knabe beschaffte Schwefel, der andere Kohlenstoff, der dritte Salpeter, damit der Drogist nichts ahnte. Ab und zu kam es tatsächlich zu Unfällen, ich kam mehr als einmal blutend nach Hause. Aber für dieses Vertrauen, vor allem meines Vaters, ins „schon Gutkommen“ bin ich heute noch dankbar und versuche es auch meinen Enkeln weiterzugeben.

Und trotz oft miserablen Noten und dem permanenten Eintrag im Zeugnis: „stört den Unterricht“, habe ich auf dem zweiten Bildungsweg schließlich die Uni geschafft und blicke nach mehreren Berufen auf ein erfülltes Leben zurück.

Will sagen: Mit etwas weniger Betreuung und Psychologie wird die Welt des Kindes nicht untergehen, im Gegenteil. Denn was in Zukunft noch mehr gefragt sein wird als schon heute, ist Flexibilität, Lernen lernen, nicht vorgegebene Muster erfüllen. Die hysterische Angst vieler Eltern, ihr Kind könnte die nächste Prüfung nicht schaffen und müsse darum noch mehr Förderung oder gar Medikamente erhalten, wirkt diesem unbestritten wichtigsten Ziel naturgemäß diametral entgegen.

Also Gelassenheit, liebe Eltern und Berater! „Lasst rauschen“, wie mein verehrter Vater und Bauer immer sagte, wenn wieder einmal das Chaos über unseren Hof hereinbrach, aus welchen Gründen auch immer.

PS: Zugegeben: Gleichungen mit zwei Unbekannten begreife ich heute noch nicht, ja sogar Dreisätze muss ich erst zeichnen, damit ich sie kapiere – aber solange ich mich sogar bei den Grundrechenarten, erst recht beim Prozentrechnen, meistens zu meinen Gunsten verrechne, lasse ich es gerne gut sein mit meinem katastrophal schwachen abstrakten Denkvermögen.

11 Responses to "Ritalin oder die richtige Schule"



Leitzsch

30. Jun 2015 - 17:21 [Reply](#)

Warum lernt man nicht in der schule auch fürs leben.....immer noch denn alten schroot....die Eltern sind es nicht alleine....lerer schauen weg wenn was ist....es wird vor der schule gequalmt...früh und nachmitags.....die kinder machen sich an das es schon Körperverletzung ist.....keiner achtet denn anderen...das es schon Rassismus ist....zu dick zu klein schwarz weis....zu schwach zu schlau zu doof...etwas liebe wäre nicht schlecht mit ein ander



Kabbani, Nicole

30. Jun 2015 - 18:09 [Reply](#)

Bester Artikel seit langem



Tineli

30. Jun 2015 - 19:18 [Reply](#)

So sehr ich die grundsätzlich Tendenz ihres Artikels unterschreiben kann, so möchte ich doch sagen: Die pauschale Verurteilung von Medikation bei Kindern im allgemeinen und Ritalin im speziellen erweist einen Bärendienst denen, die es tatsächlich brauchen. Ja, ich bin auch überzeugt, dass Ritalin zu oft verordnet wird. Ein verantwortungsvoller, differenzierterer Umgang mit diesem

Medikament ist sicher notwendig.

Ich kenne Erwachsene, die erst als Erwachsene die Diagnose ADS bekommen haben und auch erst dann eine Medikation bekommen haben. Intelligente Menschen, die auf einmal sagen: „Was habe ich meinen Eltern für Sorgen und Probleme bereitet!“ und „Was hätte aus mir werden können, wenn ich das früher gehabt hätte?“ und noch viele ähnliche Sätze. Ein echter ADSler ist nicht einfach nur „lebhaft“ und macht besonders viele Streiche. Er ist unkonzentriert, und schafft auch später seinen Uniabschluss nicht. Er ist depressiv darüber, dass er es nie so schafft wie andere. Er hat ein viel höheres Risiko, drogenabhängig oder kriminell zu werden. Das war schon früher so (dann war er anfangs eben lebhaft, später faul und zum Schluss ein Taugenichts und völlig missraten) und hat nichts mit der „modernen“ Schule und fehlender Wiese und Wald zu tun. Aber das „Gelassenheit, liebe Eltern und Berater!“ kann ich grundsätzlich sehr unterschreiben. Nachdem ich so manchen verkorksten Lebenslauf gesehen habe, der dennoch irgendwie „gut“ geworden ist, bin ich auch im Umgang mit meinen Kindern gelassener geworden.



Marie

o

1. Jul 2015 - 15:31 [Reply](#)

Danke herzlich für diese Zeilen. Sie sprechen mir aus dem Herzen! Als persönlich betroffene und Mutter eines Betroffenen.



Hess

o

6. Jul 2015 - 14:24 [Reply](#)

Liebe Tinei,
Lieber Herr Näf,

Ich unterschreibe fast alles was ihr sagt, aber mir fehlt ein wichtiger Aspekt in dieser ADS-Diskussion: Ein ADS oder ADHD ist keine Krankheit, sondern eine besondere Stärke. ADS-Kinder haben eine besondere Wahrnehmungsgabe. Sie spüren sofort, wenn im sozialen Umfeld etwas nicht stimmig ist. Wenn eine Lehrkraft mit einem Mitschüler ungerecht ist, wenn eine Spannung zwischen zwei Mitschülern aus der Pause noch fortbesteht oder wenn die Mehrheit der Klasse eine Aufgabe nicht verstanden hat: Es sind immer die ADS /ADHD-Kinder die darauf aufmerksam machen – mit Störungen natürlich, sie werden ja nicht um ihre Meinung gebeten. Schade dass sie dann oft sanktioniert werden statt dass ihr Rolle genutzt wird um die Unterrichtsgestaltung zu optimieren. Natürlich können sie sich weniger auf die kognitiven Arbeiten im Unterricht konzentrieren, wenn sie dauernd das Gruppengeschehen scannen müssen.

Als Kinderpsychiater und Therapeut habe ich unzählige Unterrichtsstunden bei ADHD /ADS-Kindern beobachten dürfen. Sobald

es gelang, die besondere Stärke dieser Kinder zu würdigen und die Lehrerinnen und Lehrer respektvoll bis dankbar mit den Hinweis-Störungen umzugehen begannen, war das Unterrichtsklima wieder intakt. Und es brauchte keine psychologische Einzelabklärung.

Thomas Hess, Männedorf und Wädenswil (CH)

(www.praxis-gerbestrasse.ch oder <http://www.patchworkfamilien.ch>)

PS: Dies ist keine Kampfansage an alle, die testpsychologisch tätig sind. Diagnostik kann wichtig sein, v.a. um die Kinder davor zu schützen, dass man annimmt, sie könnten ihr Verhalten bewusst und ohne Hilfe von aussen ändern.

Und ebenso wenig ist es eine Kampfansage gegen die Abgabe von Ritalin – sofern erwiesen ist, dass es für das Kind selber und für die Umgebung eine Verbesserung bringt.



○ *Ingrid*

18. Aug 2015 - 14:39 [Reply](#)

Dem kann ich nur zustimmen. Der Artikel ist super, doch leider leben nicht alle Menschen in einem Elternhaus, das sich für ihre Art eignet und ich hätte gute Noten schreiben können wäre es mir nur einmal gelungen auch in nicht so interessanten Stunden mich konzentrieren zu können. Ritalin ist nicht der Teufel, den wir an die Wand malen. Ritalin ist ein Medikament, das für manche Menschen genauso ein Segen ist wie Insulin. Vielleicht sollte man mal über das Leid nachdenken, das Adhs und Ads über die Menschen bringt. Nicht nur über die Menschen, die es haben sondern auch über die Geschwister, die oft mit runtergezogen werden.



• *Ellen*

30. Jun 2015 - 21:00 [Reply](#)

Lieber Herr Naef,

Das Problem ist, dass wir in diesem Falle tatsächlich einen Gleichung mit zwei unbekanntem haben. Auf der einen Seite die Eltern und auf der anderen Seite die sogenannten Pädagogen in der Schule. Leider stelle ich immer wieder fest, dass die Schule immer mehr zu einer Demotivationsanstalt verkommt. Dinge, die ich als Elternteil auch mal gelassen sehen kann, werden zu einem Drama aufgebauscht. Da werde ich in die Schule zitiert, weil mein Sohn im Matheunterricht seine Englisch-Hausaufgaben abgeschrieben hat. Ganz schlimm! Das habe ich früher zuweilen auch gemacht – meine Eltern mussten deshalb nicht in der Schule antanzen.

Muster müssen heute peinlich genau erfüllt werden, um zu bestehen.

Querdenker bleiben da auf der Strecke. Für uns Eltern ist es unendlich schwierig das einigermassen aufzufangen.

Da fällt es mehr als schwer gelassen zu bleiben.
Mit besten Grüßen,
Ellen



[Detlef Koch](#)

• 30. Jun 2015 - 22:24 [Reply](#)

Schach als Therapie gegen ADHS

Ich arbeite als Schachpädagoge in Lübeck und verwende Schach als Therapie. Dabei nutze ich einzelne Elemente des Schachspiels, die ich in eigens dafür entwickelten Übungen isoliert habe, um bestimmte Hirnleistungen zu aktivieren und somit die Rechenfähigkeit, das Erinnerungsvermögen, Aufmerksamkeitsfähigkeit, die Fähigkeit Entscheidungen zu fällen, aber auch die Meta-Kognition zu verbessern. Für Kinder mit ADHS ist die gute Nachricht, dass man Impulskontrolle, Achtsamkeit, planvolles Handeln und Konzentration lernen kann und dass es auch noch Freude bereitet. Ich nutze die Verbindung von „gehirngerechtem Lernen“ (Lernen mit Begeisterung) und kognitivem Training seit Jahren. Wenn Kinder in einer Atmosphäre der Potentialentfaltung lernen, korrigieren sich die hirnbioologischen Gegebenheiten, die als ADHS ihren Ausdruck finden, fast von allein. Ein Wink an die Eltern – hören Sie auf Ihre Kinder in sinnlosen Freizeitaktivitäten zu bespaßen, sondern suchen Sie sich mit Ihren Kindern ein Projekt, bei dem Sie alle gemeinsam und vor allem die Kinder zeigen können, was in ihnen steckt. Überwundene Herausforderungen bereiten nachhaltig Freude.

Ihr

Detlef Koch
(Schachpädagoge)



[Sybille von Rothkirch](#)

• 30. Jun 2015 - 22:42 [Reply](#)

Lieber Herr Naef,
das hätte ich schreiben können, mit dem einen Unterschied, dass ich mit Mädchen und Jungs gerannt bin :-D. Wir haben Erdbeeren geklaut, sind auf Bäume geklettert und es gibt von mir kaum ein Foto aus meiner Kindheit, wo ich nicht aufgeschlagene Knie habe. Da wurde nicht gefragt, wie ist das passiert und gleich ein Arzt gerufen. Da kam ein Pflaster drauf und gut wars. Und wenn es eiterte, dann kam Jod hinzu. Das brannte, aber half.
Ich habe vier Kinder, bei keinem hab ich auf Schulnoten oder Hausaufgaben geachtet und alle sind gut in der Schule bzw. haben ein gutes Abitur gemacht. Kinder müssen einfach wieder Kinder sein dürfen. Und ich hoffe, meine Kinder werden das bei ihren Kindern genauso halten.

Beste Grüëß
Sybille von Rothkirch



- *Antje Thrull*
1. Jul 2015 - 0:51 [Reply](#)

Schöner Artikel. Vielen lieben Dank.



- *Walter Stein*
25. Nov 2015 - 14:16 [Reply](#)

Naja. Wieder mal das übliche Schulbashing eines, der von der eigenen Erfahrung ausgeht und verallgemeinert. Schön, dass Sie es auf dem zweiten Bildungsweg geschafft haben. Wer in der Schule aufpasst, schafft es auf dem ersten. Und glauben Sie mir: Die Leben von Menschen, die keine Autodidakten sind und in der Schule Freude haben, sind mindestens ebenso erfüllt. Allen „Schule-ist-doof-„Klischees zum Trotz. Klassiker auch, dass Leute wie Sie Mathematik für nebensächlich halten und mit fehlendem Wissen auch noch hausieren gehen. Darauf kann man wirklich nur stolz sein, so lange es noch genügend Menschen gibt, die die Bedeutung von Mathe und Naturwissenschaften zu schätzen wissen, denn diese sind für das moderne Leben noch unerlässlicher als Heilpædaogen.

•

Ein paar Gedanken zu Psychologie und Religion

Von [Adrian Naef](#)

[21. Apr 2015](#)

[4 Kommentare](#)

3



Es ist offensichtlich, man muss keine Statistiken mehr bemühen, den traditionellen Religionen laufen die Gläubigen davon. Einzelne entwurzelte junge Menschen aus Ost und West laufen zwar noch zur jüngsten Religion hin, dem Islam, aber die Autobahn der Orientierung weist in eine andere Richtung, die Musik spielt anderswo, auch auf

dem Acker der Evangelikalen, der noch am auffälligsten blüht. Die Mehrheit der Jungen will weder Jesus noch Mohammed, sie will sich neu orientieren. Wäre jedenfalls „ungläubig“ oder „noch so tun als ob“ eine Religion, sie wäre schon heute die größte.

Aber woran orientieren wir uns im wahrscheinlich tiefgreifendsten Wandel der letzten Jahrhunderte? Wo auch einer, der das Handy verweigert, stets online ist, ob er sich dessen gewahr ist oder nicht, rund um die Uhr gefilmt und abgehört wird und seine Daten gespeichert werden ohne Hoffnung auf Löschung in Ewigkeit, was bisher die Religionen immerhin versprechen konnten? Wo Missbräuchen und Denunziationen (*Shitstorms*) Tür und Tor offen stehen? Wo atemberaubende Möglichkeiten der Biotechnologie und Medizin unsere Gesellschaftsverträge umpflügen, wo mittelalterlich denkenden Potentaten Atombomben zur Verfügung stehen?

Bisher – ob man insbesondere im Christentum eine wichtige zivilisatorische Errungenschaft sieht oder eine „Kriminalgeschichte“ (Karlheinz Deschner) –kam niemand um die fundamentalen Glaubenssätze herum, sie stecken uns noch in den Knochen, auch wenn man aus der Kirche, welcher auch immer, ausgetreten ist.

Nur, hilft uns das in den enormen Anforderungen eines heutigen Alltags? Was erzählen wir unseren Kindern? Wohin gehen wir mit unseren Fragen? Wo ist unser Schmerz noch aufgehoben, die Verzweiflung vor dem Ultimo, dem Sterben? Niemand sage, dass ihn dieses Vakuum an Orientierung nicht umtreibe und eine zeitgemäße Orientierung „höherer Ordnung“ nicht bitter nötig wäre.

Die Hinwendung zu Ersatzreligionen ist vor diesem Hintergrund offensichtlich. Die drei meistgenannten heißen: Esoterik, Philosophie und Psychologie. Die Esoterik dreht sich narzisstisch um sich selber und ist eher eine Fortsetzung des Trends zur Vereinzelung, der verschreckte alternde Single mit Zen- und Ayurvedabüchern neben dem Bett geradezu ein Klischee. Die Philosophie bemüht sich redlich um Klärung unserer Stellung in der Welt, stellt aber noch mehr Fragen, und wo sie greift, wirft sie uns dahin zurück, wo wir schon verzweifelt fragend stehen. Außerdem: Zu Philosophie kann man nicht tanzen. Philosophisch heiraten ist auch nicht gerade das Richtige. Ihre Nüchternheit in Ehren, aber Philosophie ist einfach zu wenig sexy.

Wie halten wir es aber mit der Psychologie, mit dem Blick vornehmlich nach innen, auf unsere Motivationen und unbewussten Teile?

Wer den Vorwurf einer Psychologie als Ersatzreligion mittlerweile etwas abgeschmackt und hergezerzt findet, kann einen C. G. Jung recherchieren, der mit zunehmendem Alter vielmehr als Priester denn als Psychologe nachgefragt wurde. Er tat auch das Seine dazu. Ich kenne als Zürcher die Orte seines Wirkens, auch seinen legendären Turm am Zürcher Obersee, der mehr wie die Klause eines Schamanen erscheint als wie ein Studierzimmer eines Psychologen. Ich war auch vor Jahren als Patient in der Institution seiner vormaligen Forschungen, der Psychiatrischen Klinik „Burghölzli“ zu Gänge (heute Psychiatrische Universitätsklinik), wo die robusten Küchentücher aus seiner Ära noch den gestickten Vermerk „Irrenanstalt“ herzeigten. Er war ein Kind seiner Zeit und tastete sich vor, durchaus zu recht auf die Schnittstelle zu, die Religion mit Wissen-Wollen über das Unbewusste verbindet oder eben trennt.

Ja nun – was hat Psychologie mit Religion am Hut oder umgekehrt?

Freud, sein geistiger Vater, hatte ja nicht die Psychologie erfunden, sondern versucht, sie auf eine wissenschaftliche Ebene zu heben – durchaus sein unbestrittenes Verdienst. Irrtümer erlaubt – auch er war ein Kind seiner Zeit. Und erstaunlich viele seiner Einsichten werden heute durch die Hirnforschung posthum bestätigt. Unsere Vorfahren aus alttestamentarischen Zeiten, von den Griechen über Jesus mit seinen Gleichnissen, Interventionen und äußerst erstaunlichen Einsichten für seine Zeit und seinen Ort (Wer ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein), über die Romantiker mit ihren „blauen Blumen“ und ihren Märchen . . . unsere Vorfahren fanden sowohl im religiösen Kontext, den Ritualen und dem Weisheitsschatz des Volksmundes – immer noch mein liebster Ratgeber – Halt und Sinn genug, die, verglichen mit heute, in Zeitlupe sich verändernden Lebensumstände zu fassen und zu verstehen, auch wenn die alles bestimmende Macht der Kirchen schon damals zu wackeln begann. Will sagen, sowohl Freuds Erkenntnisse, wie noch mehr Jungs Vortasten ins kollektive Unbewusste mit seinen interkulturellen inneren Bildern liegen dem Alten Testament und dem Inventar, insbesondere der katholischen Kirche, immerhin nicht fern.

Was mich heute beängstigt, ist nicht das Neue, das ja auch Chancen bereithält, sondern die Geschwindigkeit, in der es kommt und uns ungefragt mitreißt. Und da stellt sich die Frage, ob ein naheliegender Ansatz, mit dieser Geschwindigkeit mitzuhalten, eben doch die Psychologie sein könnte, wenn unsere Kirchen sich nunmehr vollends um sich selber drehen und Wellness, Gesundheitswahn, Lottoglück und Fußball zweifellos nicht mehr sein können als etwas Ablenkung von dem Bösen.

Aber es wird nach meinem Verständnis eine neue Religiosität gebraucht, eine jenseits des vorgeschriebenen Glaubens und jenseits der Fetischverehrung der katholischen Kirche, aber auch jenseits des protestantischen Leistungsanspruchs bis hin zu Burnout und Depressionen. Wie die aussehen soll, können und sollen wir getrost der Zukunft überlassen, es geht vorerst um den Übergang. Sicher ist: Die Macht der Hoffnung und unser Bedürfnis nach Initiation, also wahrgenommen zu werden in der Gemeinschaft, werden auch in Zukunft nach Ausdruck, also Kulturen und „Kirchen“ verlangen. Eine ganz und gar säkularisierte Welt kann ich mir nicht vorstellen. Die Macht des Unbewussten ist stärker, sie wird immer wie die Kunst (auch eine untaugliche Ersatzreligion) nach symbolischer Darstellung verlangen.

Niemand verlangt freilich – die Psychologen am allerwenigsten – dass diese Disziplin uns ersetzen soll, was die christlichen Kirchen einmal waren. Man kann auch zu C. G. Jung und Freud nicht tanzen und singen, und psychologische Rituale sind geradezu mit Misstrauen zu betrachten (gewisse Formen des Psychodramas und der Familienaufstellungen). Sorgfalt und Zurückhaltung in Ehren, aber Psychologen – auf welchen Äckern auch immer – dürften sich nach meinem Verständnis etwas eigenständiger und selbstbewusster zu den brennenden Themen unserer Tage äußern, gerade zu den Missbräuchen auf dem Feld ihrer nicht ganz fernen Schwester katholische Kirche mit ihrem Exorzismus, ihrer Beichtpflicht für Siebenjährige, der Verunglimpfung gleichgeschlechtlicher Liebe, von den völlig weltfremden Ansichten einer Glaubenskongregation zu Sexualität und Fortpflanzung ganz zu schweigen. Politiker und erst Recht Oberhirten von Religionen halten sich aus eigenem Machtkalkül zurück, wenn es um andere als die eigene Ideologie geht. Aber soll es allein den Karikaturisten überlassen bleiben, auch mal ein Statement zu den Glaubensverirrten anderer Religionen abzugeben? Soll es allein den Wissenschaftsjournalisten überlassen bleiben, die ungeheuerlichen

Absolutheitsansprüche der Ersatzpriester aus dem Silicon Valley (Nomen est Omen) zu entlarven?

Das Neue ist immer aus dem Alten herausgewachsen, alle Religionen sind Patchworkgebilde und ohne Geburtshelfer nicht ausgekommen. Das müssen nun nicht mehr Personen mit Hang zu Machtgelüsten sein, aber eine differenziertere Supervisorin in all den Übergängen und neuen Fügungen, die uns heute verunsichern, als einmal mehr pauschal gesagt „die Psychologie“, ist für mich noch nicht auszumachen.

Wenn sich denn Psychologen etwas mehr einmischten!

Oder?

4 Responses to "Ein paar Gedanken zu Psychologie und Religion"



- [Daniel](#)
21. Apr 2015 - 23:53 [Reply](#)

Interessantes Thema. Ich denke, dass spirituelle Fragen (nach Sinn und Orientierung) längst Einzug in einige Psychotherapiestunden genommen haben.

VG Daniel



- [Ingo D.](#)
25. Apr 2015 - 22:44 [Reply](#)

Bin evangelikaler Christ, Hobbyphilosoph und als HP-Psych in der systemischen Beratung und Therapie unterwegs.

Die ethische Haltung meines Handelns wird bestimmt von meinem spirituellen Vertrauensverhältnis zu Gott und beantwortet mir die Frage: Was sollt ich tun.

Die Klärung, Orientierung und Überprüfung meines Denkens auf Übereinstimmung mit dem was mir als Realität begegnet, wird auch bestimmt vom Konstruktivismus und der Systemtheorie und beantwortet mir die Frage: Was kann ich wissen.

Die Wahrnehmung des möglichen Neuen, sowie die Courage Schritte zu dessen Ermöglichung und Verwirklichung zu gehen, wird bestimmt von lösungsorientierter systemischerer Kommunikation und beantwortet mir die Frage: Was kann ich hoffen.

Im parallelen, prozesshaften Zusammenwirken aller drei Ebenen im subjektiven Bereich meiner Selbstreflexion, im intersubjektiven Bereich meiner Beziehungsfähigkeit mit anderen, im objektiven Bereich meiner Orientierung in

der Welt und im interobjektiven Bereich meiner Verantwortung die von uns allen geschaffenen Strukturen mit zu gestalten erahne ich wie die Frage: „Was ist der Mensch bzw. Gott“, mit wachsendem Taktgefühl beantwortet werden kann und höre aus der Ferne eine Musik, die sehr wohl zum gemeinsamen Tanz und Gesang einlädt und in Bewegung bringt.

„Der Fromme von morgen wird ein Mystiker sein, einer der etwas erfahren hat, oder er wird nicht mehr sein.“ (Karl Rahner)

Übergriffigkeiten und Überhöhungen von „Psychologie“ zur Ersatzreligion dagegen ist im Grunde die maskierte Abwehr von zuviel Beschämung, bzw. zuwenig gesunder Scham, d.h. Schamlosigkeit.



[Axel Siebmann](#)

27. Apr 2015 - 15:34 [Reply](#)

Tut mir leid, kann mit ihrem gutgeschriebenen Aufsatz NICHTS anfangen. Das Zusammengefasste von Strömungen religiöser, philosophischer oder psychologischer Art, auch des letzten Jahrhunderts sind Informationen für Vorabiturienten.

Es fehlt jedes persönliche Statement, und das wäre das Einzige, was mich an Ihnen interessieren würde.

Fragen Sie sich doch bitte einmal, weshalb Sie sich hinter diesen allgemeinem Wissen verstecken? statt Ihre eigene, herausgearbeitete Position zur Disposition zu stellen!

Bevor Sie mich fragen:

„Meine verschreckte alternde Seele“ wäre mit Ihrem auf dem Nachtsch veralterndem „ZEN“Buch eventuell ganz zufrieden, – DER BUDDHISMUS HAT ALLE ANTWORTEN

Man bekommt nur soviel raus, wie man auch fähig ist, hineinzustecken. Ein Guru kann helfen, wenn er dann gut ist!

Mit freundlichem Gruß,

Axel Siebmann



[Franz Josef Neffe](#)

28. Apr 2015 - 18:15 [Reply](#)

Was man uns zum DENKEN untergejubelt hat, wurde uns zu AUTOSUGGESTION.

Unbewusst bekräftigen wir Gedanken immer wieder und geben ihnen auf diese Weise Kraft.

É.COUÉ hat uns vor hundert Jahren mit weltweitem Erfolg gezeigt, wie das funktioniert und wie wichtig es für uns ist, das verstehen und uns seiner

bedienen zu lernen.

Man hat das PRAKTISCHE ERFOLGSMODELL COUÉ mit allen Mitteln ausgegrenzt, damit nicht jeder auf EIGENE GEDANKEN kommt. Mit dieser Missgunst haben wir unser gesellschaftliches System heruntergewirtschaftet. Überall, wo ein bisschen was funktioniert, finden sich COUÉs Kerngedanken. COUÉ zeigt wie wichtig die praktische Unterscheidung von DER GLAUBE und DAS GLAUBEN ist.

Das ist für Religion wie für Psychologie notwendig, wenn sie uns dienen soll.

Ich grüße freundlich.

Franz Josef Neffe

.

Nie wieder!

Von [Adrian Naef](#)

[10. Mrz 2015](#)

[0 Kommentare](#)

5



Krieg

*Aufgestanden ist er, welcher lange schlief,
Aufgestanden unten aus Gewölben tief.
In der Dämmerung steht er gross und unerkannt,
Und den Mond zerdrückt er in der schwarzen Hand*

(Georg Heym, 1887 bis 1912)

Diese berühmte erste Strophe eines längeren Gedichts schrieb ein Dichter, der nicht einmal etwas von den beiden Weltkriegen des 20. Jahrhunderts hat wissen können. Er wurde gerade mal 25 Jahre alt. Wie kam er zu einer solch finsternen Vision in einer Zeit, die in der europäischen Geschichtsschreibung als friedliche Gartenlaube gilt?

*Was sind das für Zeiten, wo
Ein Gespräch über Bäume fast ein Verbrechen ist
Weil es ein Schweigen über so viele Untaten einschließt!*

Diese ebenso berühmt gewordene Strophe aus einem Gedicht von Bertolt Brecht entstand kurz vor dem Zweiten Weltkrieg in seinem schwedischen Exil.

Oder: Was sind das für Zeiten, wo ein Blog über ein Thema unserer psychischen Befindlichkeiten plötzlich ein Schweigen über so viele Untaten einschließt, keine zwei

Flugstunden von uns entfernt? Lebten wir in der Gartenlaube, dass wir dachten, Krieg in Europa könnte nie wieder eine Option sein? Das dachten wir doch, und das war gut so. Es können nicht genug Weltbürger Krieg in Vergessenheit geraten lassen. Krieg beginnt im Kopf, zum Beispiel in Köpfen von Politikern mit Profilneurosen, die nicht genug dafür tun können, „um in der Mauer des ultimativen Vergessens“, wie es einer nannte, einen Kratzer zu hinterlassen, koste es Menschenleben so viele es wolle. „Wer Frieden wolle, bereite den Krieg vor“, gehört auch in diese Schublade – unwichtig, von wem das Zitat stammt, es gibt sie in jedem Land, und wenn sie die Oberhand bekommen, dann haben wir, was sie vorbereiten: Krieg.

Die Intellektuellere unter den Kriegsvorbereitern, die nicht genug „Frieden“ in Mikrophone rufen können, verfallen einem anderen Glaubenssatz: Sie haben das „Nie wieder!“ entdeckt. „Nie wieder Faschismus! Nie wieder Rassismus! Nie wieder Atomkraftwerke!“ Sie können nicht genug Kränze hinstellen und Schlaufen richten, aufs Knie fallen vor Gedenkstätten, sich mit religiösen Würdenträgern zeigen, die allenfalls gerade Waffen gesegnet haben. Und sie haben eine ganze Skala von Formeln, je nach Anzahl der Opfer: von „besorgt“, „sehr besorgt“, „betroffen“, „sehr betroffen“, „erschüttert“, „tief erschüttert“ über „entsetzt“ bis zu „fassunglos“ – wobei nur noch ein Millimeter fehlt bis zu „zu allem entschlossen, dass es nie wieder ...“.

Und tatsächlich, da haben wir es wieder: ganz normaler Krieg in Europa, wahlloser Artilleriebeschuss in Städte hinein, auf Marktplätze, Spitäler, Menschen ohne Wasser und Strom in feuchten Kellern. Und wo es ausgesehen hat wie bei uns, bloß zwei Flugstunden entfernt: zerschossene Quartiere, verbogenes Eisen, blutverschmierte Pizzerien, ausgebrannte Fahrzeuge, abgeschossene Flugzeuge, sogar Verkehrsflugzeuge, Kriegsgefangene in Lagern, Misshandlung – Berlin 1945. Von den unsäglichen Gräueln im Nahen Osten, bloß eine halbe Stunde Flugzeit weiter, ganz zu schweigen.

Weltkalifat! Das Mittelalter schien so weit zurück, dass es nicht einmal mehr ein „Nie wieder!“ wert war, die Antike mit ihren Steinigungen und Kreuzigungen erst recht. Denkste! Was in Köpfen überlebt und was diese Islamisten – womöglich vormals brave Studenten einer Historischen Fakultät im aufgeklärten Westen – der sensationsgeilen Weltpresse vorführen, sind gespeicherte Bilder. Ob aus der Qualitätspresse oder aus Gewaltvideos und Killergames heruntergeladen – was tut's. Es ist Kopfkino in Realität inszeniert. Wer Geschichte nicht kennt, ist dazu verurteilt, sie zu wiederholen? Ist es nicht umgekehrt?

Wir wollten es vergessen, aber haben es wohl immer geahnt: Von „Nie wieder“ zu „Schon wieder“ fehlt bloß ein Millimeter. Ich kann mir unsere scheinbare Gelassenheit angesichts Krieg als ganz normale Option europäischer Politik nicht anders erklären. Annektieren wir doch mal einen Teil eines anderen Landes, nach 14 Tagen weltweiter Empörung wird eine neue Sau durch die Medienlandschaft getrieben, wenn nicht, lassen wir sie selber los. Nennen wir sie Ostukraine, dann vergessen sie die Krim.

Tatsache ist: Krieg ist über Nacht wieder eine ganz normale Option geworden. Wir haben bloß kurz hochgeschaut und richtig festgestellt: Da hängt es nach wie vor, das Damoklesschwert. Aber wir sind gestern zur Arbeit gegangen, wir gehen heute zur Arbeit, der Kleinste kommt im Frühling in den Kindergarten und die Ferien sind gebucht – nicht in die Ostukraine und nicht nach Syrien, auch nicht nach Afghanistan

und nicht nach Nigeria, schon gar nicht nach Somalia. Und der eine oder die andere wird *Psychologie Heute* am Flughafen kaufen oder online im Flugmodus öffnen, damit das Flugzeug nicht etwa notlanden muss in der Ostukraine oder an einer der 40 anderen Destinationen, in denen Kriegszustände herrschen, wenn sie die Fluglotsen unserer Sehnsüchte nicht ohnehin umfliegen.

Ja, da hängt es nach wie vor, das Damoklesschwert, es hat noch andere Namen als Krieg. Und wir würden vollends verrückt werden, wenn wir täglich hochschauten, ob der Faden noch hält. Und das ist gut so! Doch es ist nicht gut, dass es nach dem letzten Krieg, der unsere Lande und nicht andere verwüstete, verständlicherweise in Mode kam, das Vergessen und Verdrängen des Teufels zu finden. Ich finde, es können nicht genug Menschen Schreckliches vergessen. Davon könnte die Dicke des Fadens abhängen, an dem unser aller Schicksal hängt.

Ich habe keine Skrupel, von der Tagesschau auf einen Tierfilm umzuschalten

Von [Adrian Naef](#)

[3. Feb 2015](#)

[2 Kommentare](#)

5



Wer zur Zeit meint, den Schreckensmeldungen der Tagesschau täglich folgen zu müssen, wird unweigerlich in ein Dilemma geraten. Welcher normal empfindende Mensch kann tatsächlich verkraften, was er da sieht und hört! Was da in unsere sichere „Gute Stube“ herein flimmert, kann keine mitfühlende Seele fassen, sie ist für den geballten Schrecken der Welt einfach nicht geschaffen, das Mitgefühl reicht gerade für das Leid einer Familie, allenfalls Gemeinde. Das Resultat heißt Ausblenden, im schlechten Fall Abstumpfung.

Aber das Dilemma bleibt. Früher konnte man zur Kirche damit. Von ihrem Angebot an Ritualen und den Worten des Pfarrers war mit Recht zu erwarten, dass der Schrecken eingeordnet werden würde. Aus der Kirche tretend konnte man getrost nach Hause gehen, man hatte auch andere gesehen, die erschüttert waren, die Klage war aufgenommen und dem Herrn zugerufen worden. So weit so gut, die Kirche wäre nach meinem Verständnis auch heute noch das geeignetste Gefäß für unser Leiden an der Welt, nur ist sie es eben nicht mehr, die meisten Rituale sind aus der Zeit gefallen.

In der Schweiz und in Österreich leben bereits mehr Atheisten und Agnostiker als Gläubige, in Deutschland wird es auch bald so weit sein. Was aber nun mit dem Bedürfnis nach Einordnung des Unerhörten der Hälfte der Bevölkerung?

Der Gang zu den Philosophen ist nicht geraten. Diese stellen, was ihr Beruf ist, noch mehr Fragen, helfen allenfalls, die Fragen richtig zu stellen. Kein Trost also – was da auch nicht behauptet wird.

Im weiten Feld der Esoterik werden Atheisten und Agnostiker nicht abgewiesen, im Gegenteil, sie werden freudig empfangen und mit schnellen Antworten geradezu zugedeckt – derart, dass ihnen schwindlig wird vor lauter Sinnangeboten und sie dann genauso ratlos dastehen, wie der ungläubige Sucher im mittelalterlichen Glaubensinventar der schrumpfenden Staatskirchen. Und der Trost ist beileibe nicht gratis. Also Fehlanzeige.

Bleibt noch die Psychologie, die der Religion am nächsten verwandte Sparte. Der Begriff „Ersatzreligion“ ist ja geläufig. Kein Zweifel hilft die Psychologie, pauschal gesagt, zu verarbeiten, was uns übermächtig anfällt, aus welchem Grund auch immer. Nur ist der Zugang zum Psychologen und Therapeuten – auch zu einer Gruppe – nicht gerade massentauglich. Es braucht einen erheblichen Leidensdruck, bis wir zum ersten Mal den Klingelknopf eines Psychologen drücken. Von den Honoraren, die sich nur wenige leisten können, wollen wir gar nicht reden. Auch ist der ganz normale Wahnsinn der Welt auch für Psychologen eine Nummer zu groß. Er ist nur in der Größenordnung des noch Hinzukommenden zu einem persönlichen Problem zu bewältigen. Was nun?

Wie zu erwarten war, sehen wir uns erst mal auf uns selber zurückgeworfen. Und nach meinem Verständnis sind wir da auch gar nicht schlecht aufgehoben, solange wir das schreckliche Bedrängen durch die Bilder Gesteinigter, Gekreuzigter, Massakrierter in den Medien nicht in uns hineinfressen, sondern mit andern teilen. Mitteilen kommt von Teilen, und geteiltes Leid ist halbes Leid. Gut nur, wer gerade Freunde um sich hat.

Zweifellos setzen die vorwiegend wahllos um sich schießenden Krieger im Dienste des Guten gezielt auf den einfallslos automatischen Mechanismus der Medien und auf unsere eingegebene Empfindlichkeit. *Bad news are good news* für Medien und Gotteskrieger. Und sie erreichen, was sie wollen: Quote und Kenntnisnahme. Ich habe deshalb keine Skrupel, von der Tagesschau auf einen Tierfilm umzuschalten. Ich will zwar zur Kenntnis nehmen, was in der Welt passiert, aber ich lasse mir von barer Macht besessenen Fanatikern nicht den Abend verderben. Um die Fackel der Menschenrechte hochhalten zu helfen, brauchen wir Kraft, und die sollte uns nicht abhanden kommen. Ein unnötig Leidender mehr hilft keinem aus seiner Klemme.

Vielleicht hilft am Ende auch eine Klärung der Begriffe Mitleid und Mitgefühl zur Verarbeitung von fremdem Leid, das uns als emphatische Wesen ja nicht gleichgültig lassen soll. Mit einem andern mitfühlen und mit einem andern leiden, sind zwei fundamental verschiedene Dinge. Mitgefühl respektiert den anderen als Leidenden und traut ihm zu, sein Leiden zu tragen. Ich sehe nicht gern, dass du leidest, aber du wirst die Wende schon schaffen und gestärkt daraus hervorgehen, du bist ein Vorbild für mich, ich bin stolz auf dich, wie du dein Leiden nimmst! Ich fühle mit dir, aber verstehe bitte, dass ich auch auf mein Wohlergehen achten muss, denn schließt einer aus Mitleid mit einem Blinden seine Augen, geraten zwei unter die nächsten Räder, es ist schon zu


viel, dass du leidest – vielleicht verführt dich aber meine Lebensfreude dazu, dich etwas leichter zu fühlen, und falls du mich brauchst, bin ich für dich da, du hast ja meine Telefonnummer.

Was aber hilft Mitleiden, außer dass es Verkrampfung und negative Stimmungen in uns erzeugt? Denn kann man ehrlicher Weise mitleiden? Von einem griechischen Philosophen ist der Spruch überliefert: Nur wer das gleiche Schicksal teilt, darf mit dem Trauernden trauern. Mitleid kommt von oben herab, und Herablassung kommt vor dem Fall. Man überlasse Mitleiden also denen, die das gleiche Schicksal teilen (Selbsthilfegruppen). Teilt man nicht des andern Schicksal, macht man sich bloß interessant mit seiner Mitleidsbehauptung. Denn wer kann schon behaupten, mit einem Gefolterten, einem chronischen Schmerzpatienten oder gar Sterbenden mitleiden zu können! Nach meinem Krankenbesuch bleibt der Freund im Spital zurück und ich zünde mir auf der Straße eine Zigarette an und gehe in die nächste Bar, um den Spitalgeschmack runterzuspülen. Und recht haben wir: Das Ziel des zurückgelassenen Freundes, der pralle Alltag mit all seinen Facetten und Widersprüchen, muss auch für ihn ein lohnendes Ziel bleiben.

2 Responses to "Ich habe keine Skrupel, von der Tagesschau auf einen Tierfilm umzuschalten"

-  [TV – Gewalt – Politik – westliches Sendungsbewusstsein gefährdet Seelenfrieden | World-Net-News](#)
7. Feb 2015 - 13:09 [Reply](#)

[...] > was da in unsere Stuben reingesendet und zugelassen wird, macht irgendwann jede noch so mitfühlende.... Dabei gebe es aus psychologischer und technologischer Sicht längst Alternativen zum Umgang mit [...]

-  [ich3077](#)
7. Feb 2015 - 18:14 [Reply](#)

... keine skrupel den tv nicht an zu machen.
Wer glaubt informiert zu werden ist naiv.

....gesendet für einen Empfänger, was meint ihr wer das ist? Eben auch die über die berichtet wird...

Mal ehrlich... es geht doch um Einschaltquoten. Oder ?

Einfach abschalten.

Ich machs!

Can can – cannot cannot

Von [Adrian Naef](#)

[11. Nov 2014](#)

[0 Kommentare](#)

1



Einmal im Jahr kommt es mich an, mich erholen zu müssen in Singapur. Ja, erholen in Singapur, wo man mit der Rute bestraft wird, wenn man Zigarettensammel auf die Straße wirft (von Kaugummi ganz zu schweigen!), wo die Palmen aus Plastik sind und von Demokratie keine Rede sein kann. Was übrigens stimmt, schließlich essen die Deutschen täglich Sauerkraut und Schweizer spielen den ganzen Tag Alphorn oder bohren Löcher in Käse, und die Franzosen gehen jeden Abend ins Maxim's.

Nichts gegen Vorurteile – sie sind für mich wie dem Gemüsegärtner die „Zeigerpflanzen“, die ihm eben zeigen, wie der Boden beschaffen sein könnte, damit er die passenden Nutzpflanzen einsetzen kann. Vorurteile entstehen ja nicht einfach aus dem Blauen heraus, es ist fast immer etwas dran. Dass man keine haben soll, wie es die Gymnasial- und Religionslehrer unisono repetieren, nützt ohnehin so viel wie die Mahnung an die Kinder, McDonald's sei ungesund. Und man sieht doch, dass die Roma außer betteln und klauen nichts zustande bringen und alle Amis am Abend an der Theke *Friend* zueinander sagen und sich am nächsten morgen nicht mehr kennen wollen.

Aber ich wollte ja gar nicht von Vorurteilen berichten. Nur sind sie eben die Plakatwände vor den Brachen, in deren vernachlässigten, trockenen Böden die schönsten Blumen wachsen, „Zeigerpflanzen“ genannt, die andere Wurzeln und Blüten ankündigen. Die *can can – cannot cannot*-Pflanze zum Beispiel in Singapur. Ein Grund mehr – unter anderen –, warum ich ab und zu diesen eigenartigen Insulanern muss, um mich in der warmen Luftsuppe am Äquator zu erholen und vor allem, um absolut ungestört lesen und schreiben zu können. Denn in Singapur lässt man dich in Ruhe, sogar die Touristen. Was unbedingt sein und gesagt werden muss, läuft da wie am Schnürchen, darum gibt es nichts Unnötiges zu sagen.

Um hinter die Vorurteile zu kommen, die an Orten und Gemeinschaften kleben – so fest wie Schusterleim, hat er einmal angezogen – muss man vor Ort gelebt haben, zumindest eine Zeitlang. Die Familie meiner Tochter lebte in diesem von Vorurteilen geradezu zugekleisterten Stadtstaat einige Jahre, und ich ließ es mir nicht entgehen, mich als Großvater zweier Enkel da etwas nützlich zu machen oder vielmehr einfach vorhanden zu sein. Und ist man auch nur einmal an einem Ort mit einer Einkaufstüte mit herausragender Lauchstange gesehen worden, gehört man dazu, selbst in Barcelona streichen einen die Taschendiebe umgehend von der Liste – der ist kein Tourist, es lohnt sich nicht, in seine Tüte zu greifen, wer weiß, was da noch Klebriges drin steckt, jedenfalls kein prall gefülltes Reiseportemonnaie.

Nun also die *can can – cannot cannot-Blüte*. Angenommen, das Siphon ist verstopft und lässt sich nicht aufschrauben, so bestellt man wie überall auf der Welt einen Sanitär, wie wir in der Schweiz sagen. Und ebenso pünktlich wie in der Schweiz (kein Klischee!) kommt in der „Schweiz Asiens“ also der Sanitär, grüßt knapp und baut sich vor dem Schadenfall auf. Aber anders als in der Schweiz Europas sagt er dann nichts weiter als *can can* oder *cannot cannot* und bleibt oder geht, je nachdem, umgehend wieder. Der Schweizer hingegen würde sagen, es tue ihm furchtbar leid, seine Firma dürfe eben nur Siphons aus Plastik reparieren, bei solchen aus Metall müsse ein lizenzierter Spengler kommen und allenfalls das ganze Waschbecken ersetzen, aber wie er wisse, sei der Spengler in Niederbipp gerade in den Ferien – mit der Nachbarsfamilie übrigens, die er kenne, weil deren Tochter seinen betagten Schwiegereltern den Haushalt mache und so weiter. Es tue ihm wie gesagt furchtbar leid, er werde sich aber mal umhören, ob nicht in Kleindöttigen jemand verfügbar wäre ... – Was ja gut und schön ist, nur hätte man in Singapur in dieser Zeit, die der Schweizer durchaus berechnete, längst einen zweiten Sanitär an der Tür gehabt, der nach einem knappen *Hello* – den Siphon längst ersetzt hätte, noch bevor er *can can* gesagt hätte. Nicht auszudenken, wie diese Szene in Frankreich abliefe, wo außer vieler Worte, Versprechungen und Entschuldigungen am Telefon für tagelanges Nichterscheinen überhaupt nichts passiert. Vorurteil? Auch da hat die Familie meiner Tochter einige Jahre gelebt; ich darf mich mittlerweile als Experte für stimmige Vorurteile, also Urteile bezeichnen, wenn diese Dinge denn ernst zu nehmen wären, schließlich zwingt uns nichts, sich in anderen Ländern und Orten ärgern zu gehen. Es gibt genug andere Destinationen und Möglichkeiten. Oder?

Besser als in Kategorien von Urteilen und Vorurteilen, Tatsachen und Täuschungen zu denken, sollten wir nach meinem Verständnis ganz einfach von *Codes* sprechen, wie ich es gerne halte. Jeder Ort, jede „Sippe“ hat ihren Code, den man eben möglichst rasch begreifen sollte, bevor man sich ärgert oder freut, um dann hinterher enttäuscht zu sein, weil der Deutsche eben nicht täglich Sauerkraut und Würstel isst oder weil das Sauerkraut nun einmal sauer ist und das Schweizer Fondue Fäden zieht bis in Dekolleté hinein oder über die Visitenkarte am Revers. Schließlich funktionieren alle Länder irgendwie, sogar mit oder ohne Mafia, die sich nicht ohne Grund so hartnäckig hält, wo die offizielle Leseart nur heiße Luft verspricht.

Dabei sind die Singapurer durchaus nicht unfreundlich oder wortkarg. Abends um die Nudelstände herum ist ein Palaver, schlimmer als im pseudophilosophischen Café Flore in Paris und es wird Bier gesoffen, mehr als im Hofbräuhaus, wo ja alle Münchner täglich vorbeischaun.

Nein, *can can – cannot cannot* reicht tiefer ins Wesen der Singapurer. Der Grund meiner Erholung dort liegt darin, dass man als „Westler“ allmählich merkt, wie entspannend es ist, wenn die anstrengende und unnötige Manier unserer religiös-kulturell bedingten „Schuldkultur“ einmal ganz einfach wegfällt: das Versprechen, gar Schwören, um sich hinterher zu entschuldigen, weil man etwas nicht einhalten konnte, um gleich noch intensiver zu schwören, um sich erst recht zu übernehmen und wieder beichten zu müssen. Wir merken doch schon bei dem aus dem Smalltalk generierten Versprechen, jetzt dann wirklich einmal zusammen dies oder jenes zu unternehmen, dass wir es ganz sicher nicht einhalten werden. Die Singapurer drücken sich einfach immer ganz knapp aus, wenn es zur Sache kommen muss – ihrer Schamkultur entsprechend, die durchaus auch ihre anstrengenden Blüten treibt.

„Eure Rede aber sei: ja, ja; nein, nein. Was darüber ist, das ist vom Übel.“ Das steht sogar in der Bibel, deren katholische oder protestantische Auslegung unsere Kultur intensiver prägt, als wir es wahrhaben wollen, Kirchgänger oder nicht. Jedenfalls gefällt mir in Singapur, dass ein Siphon ein Siphon ist und eine Nudelsuppe eine Nudelsuppe. Und dass der Taxifahrer, nachdem er *can can* gesagt hat, erschrickt, wenn man ihm ein Trinkgeld geben will.

Er hat doch *can can* gesagt. . . .

.

Gläserner Bürger – gläserne Seele?

Von [Adrian Naef](#)

[30. Sep 2014](#)

[0 Kommentare](#)

4



Der ehemalige Microsoft-Chef Brad Smith muss ein sehr integrierter Mann sein. Als er gefragt wurde, ob das Gesichtserkennungsprogramm, an dem sein Konzern arbeite, nicht mit dem Recht jeden Bürgers auf Datenschutz kollidiere, also ein Politiker beispielsweise nicht auch das Recht habe, ein zweifelhaftes Lokal zu besuchen, ohne vom Handy eines Boulevardjournalisten mit allen Konsequenzen geortet und fotografiert zu werden, antwortete er vor Jahren schon: „Man geht eben auch nicht an solche Orte ...“

Wenn die digitale Erreichbarkeit allmählich ungefragt unsere kulturell gewachsenen moralischen Instanzen zu ersetzen beginnt, dann hat das schon vor Jahren angefangen.

Heute weiß ich, dass die Datenerfasser der Geheimdienste alles über mich erfahren können, wenn sie es nur wollen. Amazon kennt meine geheimsten Wünsche und Präferenzen; was früher nur der Pfarrer im Beichtstuhl erfuhr, kann heute jeder beliebige Hacker, ein Sandwich in der Hand, in seiner Garage abrufen.

Eine der größten Herausforderungen der nächsten Jahrzehnte wird zweifellos die digitale Erreichbarkeit sein, der „gläserne Bürger“: ständig gefilmt, ständig online, ständig ortbar. Es ist an der Zeit, sich darüber Gedanken zu machen, welche Konsequenzen das mit der Zeit für unser psychisches Wohl haben wird, jeglichen Geheimnisses beraubt, aufeinander losgelassen zu werden.

Damals sammelten sie nur Worte, die Schnüffler, wie die DDR-Agenten vormals mit ihren klobigen Kopfhörern auf ungeheizten Estrichen, die „das Leben der andern“ aushorchten, um es mit zwei Durchschlägen in die parteieigene Schreibmaschine zu tippen. Damals wollten die Oberen, dass keiner den Pfad der sozialistischen Tugend ungestraft verlasse. Man sammelte sogar Duftnoten von Sesseln in Gläsern, damit bei Bedarf jeder Schäferhund den Abweichler auf Anhieb erkennen konnte. Man ging von einer Moral aus und setzte Technik ein, um sie durchzusetzen. Die IT-Buben in ihren Garagen dagegen dachten nicht im entferntesten an Moral, als sie ihre ersten Programme entwickelten, die Technik selbst brachte, was heute als Überzeugung gehandelt wird: nicht weniger als die totale Ehrlichkeit zum Besten aller und des Planeten.

Zugegeben hat die Vorstellung, dass die systemimmanenten Aufdeckungsmechanismen der digitalen Welt jede Form von Korruption, Umweltfrevel, politischen Schwindels und kriminellen Absichten jedem beliebigen User offen zutage legen, etwas Bestechendes. Gläserne Welt = bessere Welt. Was die Religionen bis dato nicht schafften, schafft IT ungefragt, neutral und effizient. Denn auch die Schnüffler werden gläsern, mit dem gläsernen Bösen kommt das Gute endlich zu seinem Recht. Die Handschellen klicken endlich vor, nicht erst nach der Tat.

So tatsächlich die Meinung der heutigen „Datendiebe“ großen Stils, die anderen Datendieben Daten zurückstehlen und die für die meisten keine Verbrecher, sondern Helden sind, Robin Hoods, die sich heute noch auf Toiletten von Botschaften verstecken müssen, aber von den künftigen Generationen auf den göttlichen Thron der Wahrheit gehoben werden.

Weniger hört man jedoch davon, was die Tatsache, dass wir schon heute „gläsern“ sind – auch wenn wir es erst in Ansätzen merken – langfristig mit unserer psychischen Verfassung anstellen wird. Wie wird es dem vollends jeden Geheimnisses entrissenen Menschen von morgen gehen, in einem Staat, der selber gläsern ist? Wie lebt, liebt und leidet es sich somit in einer durch und durch gläsernen Welt?

Gemütlich hört sich dieses „gläsern“ schon mal nicht an. Zuviel Glas macht frösteln. Sicher ist, das war noch nie da in der Geschichte der Menschheit. Noch nicht lange her, so konnte sich einer mit dem schnelleren Pferd, mit dem schnelleren Schiff jedem Zugriff entziehen und mit seinem Geheimnis oder seinen Vorlieben anderswo ein neues Leben beginnen.

Eben, wie muss man sich unsere Befindlichkeit vorstellen, in zehn oder zwanzig Jahren, wenn all die Kontrollmechanismen spürbar in eines jeden Alltag eingreifen? Wenn bei der harmlosesten Polizeikontrolle ein Profil auf dem Screen des Beamten erscheint, das selbst über das hinausgeht, das wir selber zu kennen meinen? Wenn jeder potentielle Partner und Freund schon vor dem ersten Date oder über seine Datenbrille zeitgleich mehr über mich zu kennen meint, als ich mir selber zumute einzugestehen? Ist die psychologische Beratung, die Forensik darauf vorbereitet, uns ohne schützende Aura des „Es, ich könnte auch anders sein“ auf der Couch wiederzufinden?

Hat nicht jeder ein Recht, mit einem gewissen Maß an Lebenslügen, Drogen und Glaubensinhalten zu versuchen, dieses gar nicht einfache Leben zu bestehen? Wie viele leiden schon daran oder sind daran zerbrochen, dass das Internet nie mehr vergisst? Und

wie sollen wir wachsen und reifen in einer Welt, die uns vor jedem Hindernis, jeder heilsamen Lektion warnt? Was, wenn der „Generation Navi“ der Strom ausgeht?

Wir werden ja sehen. Über Eines bin ich mir jedoch ziemlich sicher: jenes gläserne Profil, das bald jeder von mir abrufen kann, allen datenschützerischen Beteuerungen zum trotz, wird und kann nichts mit mir zu tun haben, auch wenn die gesammelten Daten faktisch stimmen mögen. Aus dem einfachen Grund, weil die Summe aller Teile noch nie ein Ganzes ergeben hat, noch jemals wird.

Das wird Ermittler, Personalchefs, Karriereplaner wenig kümmern. Was da in Wort, Bild und Ton abrufbar sein wird, muss der Gemeinde sein.

Wenn unsere Gesellschaft in manchen Belangen nicht schon heute eine „schizophrene“ ist, wird sie es so noch vollends werden.
Es sei den, wir werfen schon jetzt Sand ins Getriebe.

Vorschläge erwünscht!

.

Die Schweiz – jenseits von Gut und Böse

Von [Adrian Naef](#)

[19. Aug 2014](#)

[2 Kommentare](#)

0



Eine Abstimmungsvorlage in der Schweiz lautet sinngemäß: Wollt Ihr mehr Steuern bezahlen? Die Antwort des Volkes lautet: Ja. Das Ausland staunt, wo gibt's das denn?!

Eine andere Vorlage heißt: Wollt Ihr sechs statt wie bisher vier Wochen Ferien? Die Antwort des Volkes: Nein. Das Ausland staunt. In Frankreich schafft es die Nachricht prompt auf die Frontseiten. *Ils sont fou, les Suisses!*

In aller Welt sind das Volksvermögen vermehrende Arbeiter, Ärzte, Ingenieure und Forscher hochwillkommen, ja Singapur schüttet extra teuer eingekauften Sand aus Malaysia vor der Küste auf, um sie zu beherbergen – die Schweiz erteilt eine Absage. Nein, es sind schon zu viele da. Das Ausland ist entsetzt oder applaudiert.

Die Liste des Sonderbaren im Guten wie im Schlechten im Sinne der Menschenrechte (Das „Minarettverbot“; die Schweiz als eines der letzten Länder, die das Frauenstimmrecht einführen – und dabei von Bern erst aufgrund der Nachfrage einer

einzigem Appenzellerin gezwungen werden musste, es von heute auf morgen in allen Kantonen umzusetzen) ließe sich beliebig fortsetzen.

Was man Ausländern schon gar nicht erklären kann, so sehr man sich bemüht: Man reibt sich meistens auch im eigenen Land die Augen über den Ausgang dieser oder jener Abstimmung, ob an der Urne oder im Parlament, die gescheiterten Prognostiker verhaufen sich oft im zweistelligen Prozentbereich. Und das ist mir lieb, in diesem topographisch zerknitterten Land mit seinen tausend Kompromissen, den vier offiziellen Landessprachen und unzähligen lokalen Kulturen und Bräuchen, mit seinen starken Kantonen und Gemeinden und dem schwachen Bund in Bern, wo Minister (Bundesräte) eine Münze aus dem eigenen Sack in den Kaffeeautomaten einwerfen, wenn sie einem Gast des Departements eine Tasse Kaffee anbieten wollen.

Selbstredend, dass die sieben höchsten Regierenden des Landes ohne Bodyguards und Kamerageblitze am Abend das Bundeshaus verlassen, in öffentliche Verkehrsmittel steigen und nach Hause fahren, womöglich Toilettenpapier und eine Lauchstange vom Markt auf dem Bundesplatz in der Einkaufsstüte, die man noch heimbringen sollte fürs *Pot au Feu*. Es steht jedem Ungläubigen frei, in Schweizer Fußgängerzonen den Test zu machen: Kennen Sie die Namen der sieben Bundesräte? Bestenfalls bringt es einer auf fünf. Kein Wunder, wenn es keinen Wahlkampf gibt. Die Namen erfährt man erst, wenn sie schon gewählt sind.

Um es klar zu sagen: Die letzte Abstimmung über die „Masseneinwanderung“ habe ich als große Schande empfunden, allein schon des Namens wegen. Ich finde den pauschalen Vorwurf des Rosinenpickens meines Landes seitens der EU rundum gerechtfertigt. Ich fand das feige Lavieren um das Bankgeheimnis mit seiner Differenzierung zwischen erlaubter Steuerhinterziehung und dem verbotenen Steuerbetrug vor 40 Jahren schon unverständlich und schändlich und kann die Plakatkampagnen der Schweizerischen Volkspartei SVP mit ihren Messerstechern, Minaretten als Raketen, ihren schwarzen und weißen Schafen, nicht anders als faschistoid bezeichnen. Aber davon soll hier nicht die Rede sein, auch wenn ich meinem Ärger darüber gerne Luft machen möchte. Es soll auch nicht von den unzutreffenden Vorwürfen der EU und der USA die Rede sein, die manches in ein anderes Licht rücken würden. Ganz abgesehen davon, wie andere Länder abstimmen würden, hätten sie Volksabstimmungen wie in der Schweiz.

„Soit“ würden meine lieben Französisch sprechenden Landsleute jenseits des „Röstigrabens“ sagen, die bei den phobischen Landesthemen meist überstimmt werden, wobei die andere lateinische Minderheit, die Tessiner, oft noch radikaler national abstimmt als die Deutschschweizer Landkantone. Soit. Laschiamo questo. Dann warten wir die nächste Abstimmung ab! Und Volksabstimmungen folgen hier schneller im Takt als die Jahreszeiten, wobei auch hierin die eine ausbügelt, was die andere verpatzt. In diesem Land ist jenseits von Gut und Böse ein Zufallsgenerator am Werk, der mir lieb und teuer ist und damit zu tun hat, dass die Macht so tief im Volk verankert liegt, wie wohl nirgendwo auf diesem Planeten. Sicher ist, nirgendwo anders als in der Schweiz werden Minderheiten geradezu gehätschelt und dazu eingeladen, sich doch auch am Regieren zu beteiligen. Wenn Wohlstand und Stabilität eines von Rohstoffen ungesegneten und dafür zu zwei Dritteln mit Steinen verwöhnten Landes ein Indikator ist, dann hat sich diese Seltsamkeit bewährt, und das weiß jeder Schweizer zuinnerst.

Kürzlich erlebte Szene: In der Turnhalle eines politisch der SVP nahestehenden Dorfes wird der runde Geburtstag eines linksgerichteten Schriftstellers mit großem Aufwand geehrt. Der Bundespräsident (auch im einjährigen Turnus gewählt), ein zweiter Bundesrat und andere Politiker sind zugegen. Nirgendwo Polizei, außer Handys keine Fotoapparate, geschweige das Fernsehen, nur der Chauffeur einer der sieben Bundeslimousinen lehnt mit einem Knopf im Ohr im Eingang, an diesem Tag wohl auch mit einem Beschützerauftrag oder umgekehrt. Die Gemeindepräsidentin begrüßt die Anwesenden: und zwar die Gemeinderäte namentlich zuerst, dann namentlich die freiwilligen Helfer des Anlasses und die Spender der schönen Blumenbouquets – und dann seien da auch noch zwei Bundesräte aus Bern zugegen, „herzlich willkome ali mitenand“.

Nach der Veranstaltung auf dem Pausenplatz des Schulhauses bezahlt der Bundespräsident die nationale Cervelatwurst mit Senf aus dem eigenen Sack, drückt dem Chauffeur auch eine in die Hand und weg fahren sie Richtung Bern.

So lange das so ist und bleibt, gebe ich die Schweiz trotz allem nicht verloren, auch wenn ich mir nach Abstimmungen wie der letzten manchmal etwas verloren vorkomme in diesem Land.

2 Responses to "Die Schweiz – jenseits von Gut und Böse"



- [Andreas Irmer](#)
19. Aug 2014 - 11:40 [Reply](#)

Die Schweiz ist das Vorbild für Europa. Die EU ist nur ein neuer Herrschaftslevel der Bürokraten und Politokraten. Aber die Schweiz und ihre einmalige direkte Demokratie ist Weg der Freiheit. Einer echten Bürgergesellschaft.

Ebenso ist es das Recht eines Volkes „Stopp“ zu rufen. Auch wenn manche meinen Völkerwanderung light bringt Frieden, Reichtum und Freude.



- [Silke Barra](#)
19. Aug 2014 - 14:26 [Reply](#)

Sie sind schon „très spécial“, die Schweizer. Da das Weltgeschehen auch ohne sie funktioniert, immer wieder kundtun, nicht mitspielen zu wollen und sie seit Jahrhunderten ihr Neutralität wie Schutzschild vor sich herhalten. Eine offensichtliche Differenz von Fremd- und Eigenbild scheint zwischen und hinter den Bergen keine Rolle zu spielen.

Ich habe für einige Zeit in der Schweiz gelebt und gearbeitet, ob im deutschen oder welschen Gebiet, sah ich keine große Differenz im Verhalten der Bevölkerung. Nur ein Beispiel in Sachen EU: ...“ sie waren sich alle einig, die Schweiz sei noch nicht so weit darüber nachzudenken... “ Nun ja, sie sind zwar

in Europa, tun so, als wenn sie auf einem anderen, eigenen Kontinent leben. Ich gebe die Schweiz zwar auch nicht verloren und hoffe, dass die neuen Generationen durch etwas Multikulti „slowly but gradually“ etwas ändern will – doch kann? In der schweizerischen Fussball-Nationalmannschaft klappt es noch auch... hopp, Schwyz!!

Schreib einen Kommentar

Deine E-Mail-Adresse wird nicht veröffentlicht. Erforderliche Felder sind markiert *

Name *

E-Mail-Adresse *

Website

Kommentar

[← Die Bürde der Psychologin](#)

[Typisch deutsch, ich? Wirklich nicht! ⇒](#)

-
- **Letzte Beiträge**
 - [Vom Glanz und Elend der Intuition](#)
22 Dez 2015
By: [Florian Schroeder](#)
 - [Über funktionale Angst](#)
8 Dez 2015
By: [Jule Specht](#)
 - [Kann denn Dummheit Sünde sein?](#)
24 Nov 2015
By: [Heiko Ernst](#)
 - [„Kein Trinkgeld, bitte“](#)
10 Nov 2015
By: [Annette Schäfer](#)
 - [Glaube Liebe Bargeld](#)

27 Okt 2015

By: [Florian Schroeder](#)

- **Archive**

- [Dezember 2015](#)
- [November 2015](#)
- [Oktober 2015](#)
- [September 2015](#)
- [August 2015](#)
- [Juli 2015](#)
- [Juni 2015](#)
- [Mai 2015](#)
- [April 2015](#)
- [März 2015](#)
- [Februar 2015](#)
- [Januar 2015](#)
- [Dezember 2014](#)
- [November 2014](#)
- [Oktober 2014](#)
- [September 2014](#)
- [August 2014](#)
- [Juli 2014](#)

- **Aktuelles Heft**



Ausgabe Januar 2016

- **Aktuelles Compact Heft**



Compact 43

- **Im Netz**

© 2016 [Psychologie-heute Blog](#)

Powered by [UnitedThemes](#)