

ner anderen äußeren Bühne. Aber als Opposition sind sie natürlich unverzichtbar, da sie sich gegen den Strom stellen und Chancen der bitteren Erkenntnis und für Gesellschaftsveränderungen eröffnen. Dabei gibt es keine Garantie dafür, dass ein Machtwechsel wirklich zu Verbesserungen führt – wenn man, wie ich es tue, nicht nur äußere Veränderungen, sondern innerseelische Erkenntnis mit wirklicher psychosozialer Reife zum Maßstab macht. Indem ich das hier niederschreibe, folge ich meinem Pflichtgefühl – dank meiner therapeutischen Erfahrungen Diskussionsmaterial zur Verfügung zu stellen. Es geht um die tiefenpsychologischen seelischen Prozesse, die einem Therapeuten, meist erst bei krankheitswertiger Not, mit großen Mühen und erheblichen Widerständen allmählich anvertraut werden, dann aber die Ursachen für Erkrankung, Fehlverhalten und soziale Konflikte erschließen helfen.

Wer sich den mühevollen Weg durch meine Ausführungen ersparen will, dem sei folgende Zusammenfassung angeboten: Eine demokratische Gesellschaft muss innerseelisch und beziehungs-dynamisch verankert sein. Eine nur äußere politische Demokratie fordert Anpassung aller Selbst-Entfremdeten, die entschädigt werden muss, etwa durch versprochenen Wohlstand und soziale Sicherheit für alle. Geht diese Kompensation verloren, verliert auch die nur politisch durchgesetzte Demokratie an Überzeugungskraft. Eine allein auf äußere Erfolge ausgerichtete normopathische Demokratie kommt dann in die Krise. Die bislang erfolgversprechenden Anpassungen werden fragwürdig und befriedigen nicht mehr ausreichend. Damit werden alle bisher nur entschädigten Selbst-Entfremdungen wieder ihrer Kompensationsfunktion entkleidet. Das ist die Geburtsstunde der Irrationalität als dem letzten Rettungsversuch eines falschen Lebens. Das ist unsere aktuelle gesellschaftliche Situation!

Ich bin mir im Klaren darüber, dass angesichts weltweiter Realbedrohungen durch Gewalt und Terror, durch Armut, Hunger und Wassermangel, durch Migration, durch Klimaver-

änderungen, Umweltzerstörung, durch gefährliche Finanz- und Wirtschaftskrisen meine Ausführungen als naiv, idealistisch oder utopisch abgetan werden können. Das wird jeder nach seinen Möglichkeiten bewerten. Die Frage, wie ich selbst mich unter dem nationalsozialistischen Machtsystem verhalten hätte, hat mich zeitlebens beschäftigt. Ehrlich gesagt: Ich weiß es nicht! Wer sich aus heutiger Sicht als Widerständler phantasiert, der hat nichts von den unbewussten Kräften der Entfremdung und eines Gruppendrucks verstanden. Meine Unklarheit war für mich ein ausschlaggebendes Motiv für eine klare Abgrenzung zu den antidemokratischen, repressiven Machtverhältnissen in der DDR und ist es auch heute wieder. 1933, 1945 und 1989 sind Jahreszahlen für bedeutende historische Umbrüche, ohne dass die Quellen gesellschaftlicher Fehlentwicklungen wirklich erkannt oder gar ausgetrocknet worden wären. Die Farben normopathischer Politik können sich ändern, ohne dass die Menschen, die sie tragen, sich wesentlich verändert hätten.

Die Antwort auf meine Frage finde ich in den psychosozialen Entwicklungsbedingungen, die wir als Kinder förderlich erfahren oder verstörend erleiden und die das spätere Verhalten prägend beeinflussen. Als Arzt und Psychotherapeut in der DDR hatte ich umfassend Gelegenheit, individuelles und kollektives Fehlverhalten als Folge frühester Erziehungsrepression zu erkennen und zu behandeln. Diese Erfahrungen haben mich sensibilisiert, auch heutige gesellschaftliche Probleme auf ihre möglichen psychosozialen Quellen zu erforschen. Politik wird stets von Menschen gemacht. Sie beeinflussen oder beherrschen die Medien, die Kultur, die Wissenschaft und die Religion. Und das, was sie tun, was sie für richtig oder falsch halten, hängt vom Grad ihrer seelischen Gesundheit oder Entfremdung ab. In einem gespaltenen Land muss man leider davon ausgehen, dass sich jeweils einseitige Entfremdungen und Verstörungen feindselig gegenüberstehen. In diesem Buch bin ich bemüht, die Quellen eines destruktiven paranoischen Massenverhaltens, das

feindselige Spaltungen fördert und den demokratischen Diskurs verhindert, zu erfassen und zu beschreiben. Eine normopathische Gesellschaft verbannt Einsicht und Vernunft. Der zu erwartende Kollaps ist eine Chance für tiefere Erkenntnis. Die eigene Selbst-Entfremdung zu verstehen ist die beste Vorbereitung.

## 2 Vom Opfer zum Täter

### **Die Folgen der frühen Beziehungsstörungen**

Bindungsforschung, Säuglings- und Kleinkindforschung sowie die Hirnforschung haben die Bedeutung der frühesten Beziehungsqualität zwischen Eltern und Kind wissenschaftlich so gesichert, dass wir heute nicht mehr von notwendiger Erziehung, sondern von optimaler Beziehung sprechen und nicht die frühkindliche Bildung, sondern die frühkindliche Bindung in den Mittelpunkt der Persönlichkeitsentwicklung stellen. Frühe Beziehungsqualitäten prägen nachhaltig die sich entwickelnde Persönlichkeitsstruktur, die später nicht mehr ohne größere Anstrengungen oder gar nicht mehr verändert, sondern nur kontrolliert und in den Wirkungen und Folgen durch sekundäre Ich-Leistungen gemildert werden kann. Sogenannte Frühstörungen machen später krank. Sie zwingen zu notwendigen Kompensationen (z. B. übertriebenen Leistungen), zu ständiger Ablenkung (z. B. mit Hilfe von TV, Internet, Handy) und fördern Betäubungen (z. B. durch Alkohol, Drogen, Medikamente, Amüsement). Da aber frühe Defizite und Kränkungen damit nicht beseitigt oder ungeschehen gemacht werden können, muss die jeweilige Dosis an Kompensation, Ablenkung und Betäubung suchartig immer weiter erhöht werden, um noch Wirkung entfalten zu können. Deshalb hat für mich unter allen politischen Maßnahmen die Optimierung der Frühbetreuung Priorität. Das heißt: keine zu frühe Trennung von Mutter und Kind; Familien finanziell und psychologisch so zu unterstützen, dass sie ihre Kinder gut und gerne selbst betreuen können. Dass die gesicher-

ten wissenschaftlichen Erkenntnisse von der dominierenden Politik nicht umgesetzt werden, ist für mich die Quelle (die «Mutter») aller individuellen und gesellschaftlichen Fehlentwicklungen.

Die psychotherapeutische Praxis konfrontiert uns mit Paradoxien, die ich so zusammenfasse: Es gibt (nicht wenige) Menschen, die haben vor nichts mehr Angst als vor Liebe und Frieden. Andererseits wissen wir, dass es zu den zentralen psychosozialen Grundbedürfnissen des Menschen gehört, Liebe zu erfahren, Liebe geben zu können und friedlich zusammenzuleben. Wobei «friedlich» natürlich auch den Konflikt, die Auseinandersetzung und den Streit mit einschließt. Unterschiedliche Interessen und Bedürfnisse sind ja eher die Regel als die Ausnahme im menschlichen Zusammenleben. Sich wechselseitig abzustimmen, Lösungen und Kompromisse zu finden, sich mit Argumenten durchzusetzen oder anderen Meinungen nachzugeben, das macht ein friedvolles Zusammenleben spannend und interessant, ermöglicht neue Erfahrungen und fördert die gemeinsame Entwicklung. Eine solche dynamische Kommunikation basiert auf Respekt voreinander, ist keine Kampfarena und kommt ohne eine Abwertung des Anderen aus. Leider ist das aber alles andere als selbstverständlich, vielmehr an Voraussetzungen gebunden, die häufig nicht gegeben sind. So bleibt dann der Kontakt lieblos bis feindselig, die Kommunikation wird belehrend, vorwurfsvoll und kränkend. Man geht enttäuscht bis wütend auseinander oder lebt distanziert nebeneinanderher. Die Grundbedürfnisse nach Liebe und Frieden werden chronisch frustriert.

Wie sind Liebesflucht und Friedensangst zu verstehen? Wenn in der frühen Kindheit das angeborene Bedürfnis nach Liebe und nach friedvollen Beziehungen nicht ausreichend gut von den primären Beziehungspersonen (natürlich zuallererst von den Eltern) erfüllt wird, bleibt das Kind in einem unbefriedigten Zustand, der Stress und Unlust bedeutet und berechnete Empö-