

## „Nach mir die Sintflut“.

### **Umweltzerstörung, Klimakrise und deren Verleugnung als Folge zugrundeliegender individueller und kollektiver Traumatisierungen, Konfliktstrukturen und Strukturdefizite.**

Seit die Demonstrationen der Schüler\*innen „Fridays for Future“ uns die weitere Leugnung von Umweltzerstörung und Klimawandel verunmöglichen, stellt sich die Frage: Wie konnte es dazu kommen, dass gerade in der „aufgeklärten“ westlichen Welt so anhaltend die Augen vor der menschenbedingten und katastrophalen Entwicklung verschlossen wurden? Welche inneren Abwehrmechanismen sind beteiligt? Mit welcher mehr oder weniger bewussten Konfliktstruktur oder anderen psychodynamischen Konzepten sind sie erklärbar? Und wo könnte psychodynamische Theorie auch individuelle und kollektive Bewältigungsprozesse unterstützen?

*Es gibt kein richtiges Leben im falschen.*

*Theodor W. Adorno, Minima moralia*

#### **Gliederung**

1. Einleitung	2
2. Argumente der „Klimaleugner und -aussitzer“ und dahinterstehende Motive	3
3. Theorie	5
3.1 Konflikt und Struktur in der OPD 2	5
3.2 Konflikte in der OPD 2	6
3.3 Zuordnung der Konflikte zu den Argumenten und Motiven	6
3.4 Strukturdefizite in der OPD	7
3.5 Zuordnung der Strukturdefizite zu den Argumenten und Motiven	8
3.6 Exkurs: Abwehrmechanismen im DSM IV	9
4. Unser Verhältnis zu „Mutter Natur“ oder Natur als „Ressource“?	10
5. Überlegungen zu „Resilienz“ und zur Bewältigung der Klimakrise	12
6. Abschließende Überlegungen	14
Literatur und Quellen	15
Anhang 1: Konflikte in der OPD 2	16
Anhang 2: Niveaus und Abwehrmechanismen im DSM IV	18

## 1. Einleitung

An dieser Stelle möchte ich nicht bekannte Fakten zur **Klimakrise** referieren. Ich möchte auch nicht Wahrscheinlichkeitsanalysen oder Untersuchungen diskutieren, mit denen Überlegungen begründet werden, dass diese Veränderungen **menschengemacht** sind<sup>1</sup>.

Mir geht es um Fragen wie es z.B. sein kann, dass Politik und Öffentlichkeit die Klimakrise und andere Umweltzerstörungen so lange ausblenden konnten und wertvolle Zeit verloren ging, um etwas zu unternehmen. Der Text entstand zur Vorbereitung und im Kontext eines Seminars am Institut der Alfred-Adler-Gesellschaft (AAI) in Berlin am 23.09.2019. In der Seminardiskussion entstanden auch wertvolle Anregungen zu 3.3. Andere Anregungen erhielt ich in ersten Diskussionen in unserer Arbeitsgruppe Psy4F am AAI.

Vorweg noch eine Anmerkung: Alfred Adler (2010 / 1933) sprach in seinen Ausführungen zu „**Gemeinschaftsgefühl**“, das Gemeinschaftsgefühl sei ein Zeichen für psychische Gesundheit. „Mangelndes Rechnen mit der Tatsache der Zusammengehörigkeit, fehlende Einfühlung und Kooperation verstärken private Minderwertigkeitsgefühle angesichts eines Lebens, das nur gemeinsam bewältigt werden kann“ (Seidenfuß, 1995, S. 192). In Adlers Ausführungen von 1933 definierte er dieses Gemeinschaftsgefühl sehr weit als „**Fühlen mit der Gesamtheit sub specie aeternitatis** [d.h. in Anbetracht der Ewigkeit, Übers. der Verf.], ein Streben nach einer Gemeinschaftsform, die für ewig gedacht werden muss, wie sie etwa gedacht werden könnte, wenn die Menschheit das Ziel der Vollkommenheit erreicht hat“ (Adler, 2010 / 1933, S. 555). Es ist in dieser Definition zwar nicht exakt das beschrieben, was ich im ersten Moment mit „sub specie aeternitatis“ assoziiert habe, aber ich nehme an, Adler würde heutzutage zustimmen, dass wir unser Handeln auch daran orientieren sollten, zukünftige Generationen in diese Gemeinschaft einzubeziehen und zu berücksichtigen. „Wir sind nicht mit der absoluten Wahrheit gesegnet, deshalb sind wir gezwungen, uns Gedanken zu machen über unsere Zukunft, über das Resultat unserer Handlungen ...“ (ebd., S 555). Das genannte Ziel der „Vollkommenheit“ bei Adler vergleichbar dem individuellen Ziel des Ich-Ideals, das als Orientierung dient, aber in Realität nicht erreicht werden kann.

Unser Handeln als Psychotherapeut\*innen geschieht nicht wertfrei. So definieren und bewerten wir im therapeutischen Setting was „psychisch gesund“ oder „psychisch krank“ ist. Unsere Wertung basiert auf unserem professionellen Hintergrund, der wiederum aus kulturellen und persönlichen Erfahrungen in Auseinandersetzung mit fachlichen Theorien resultiert. Auch in unserer Entscheidung für oder gegen bestimmte Interventionen im therapeutischen Handeln entscheiden wir uns aus den genannten Gründen.

Unser Handeln im öffentlichen Raum ist ebenfalls eine Aufgabe unserer Profession als Psychotherapeut\*innen. Hier können und müssen wir – in anderer Weise als im psychotherapeutischen Setting – auch Aussagen darüber treffen, was die psychische Gesundheit fördert und was nicht. Eine ausreichend gesunde ökologische Umwelt gehört

---

<sup>1</sup> Hierzu z.B. Arte-Sendungen vom 01. Und 13.12.2015 „Klimawandel – Woher kommen die Zahlen?“ Dort wurde von allerdings von einer Erwärmung um 0,85 ° Celsius ausgegangen, während – so das Positionspapier „Klima und Gesundheit“ von KLUG, Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit, <https://healthforfuture.de/klima-und-gesundheit/> – der Sonderbericht des Weltklimarates IPCC im August 2019 wohl bereits von einer Erwärmung um 1,4 ° Celsius ausgeht.

m.E. dazu. Wenn wir keine klare unabhängige Position beziehen, laufen wir Gefahr, Patient\*innen nur dahingehend zu behandeln, sich in bestehende Verhältnisse einzufügen.

Zuletzt auch eine Anmerkung zum „Gendern“. Nach Abschluss der Seminarvorbereitung fiel mir auf, dass ich „Klimaleugner und -aussitzer“ in der männlichen Formulierung gelassen hatte, wo ich sonst darauf achte „\*innen“ zu schreiben. Ich denke, das war letztlich kein Zufall. Warum ich diese Schreibweise auch hier beibehalten habe, erschließt sich dann in Abschnitt 3.5.

## 2. Argumente der „Klimaleugner und -aussitzer“ und dahinterstehende Motive

Wenn ich hier die Gedanken von „Klimaleugnern und -aussitzern“ formuliere, gehe ich davon aus, dass jede/r mehr oder weniger dazu gehört, vermutlich viele Argumente auch schon selbst in Diskussionen gebracht oder insgeheim darüber nachgedacht hat. In Diskussionen über die Klimakatastrophe fallen oft folgende Argumente:

- „Es gab schon immer wärmere und kältere Klima-Phasen“.
- „Panik nützt keinem etwas.“
- „Ich wohne in einem Gebiet, wo es noch nie starke Überschwemmungen gab.“
- „Es ist doch nicht so schlimm und die Krise erlebe ich nicht mehr.“
- „Da werden die jungen Wissenschaftler schon noch Lösungen finden.“
- „Die Chinesen / die Industrie sind doch die Hauptverursacher von CO2!“
- „Das bringt eh nichts, wenn ich was ändere / Deutschland was ändert. Es ist ein globales Problem.“
- „Hinter der Klimahysterie stecken wirtschaftliche Interessen, neue Technikprodukte zu vermarkten.“
- „Die Politiker müssen was machen und neue Gesetze auf den Weg bringen!“
- „Ich tue ja schon ...“
- „Wenn ich Soja esse, bin ich mir unsicher, woher das stammt, ob sich am Ende herausstellt, dass dafür der Regenwald abgeholzt wurde oder der ökologische Fußabdruck noch schlechter ist als bei Fleischkonsum.“ (Je nach „Tonfall“ und Kontext kann es entschuldigend, rechtfertigend oder ignorant klingen.)
- „Ich bin so erschöpft. Ich kann nicht mehr.“ (Auch hier können Tonfall und Kontext eine Rolle spielen.)
- „Ich lasse mir von anderen nichts vorschreiben! Schon gar nicht von Jüngeren!“

Warum andere / wir relevante Fakten nicht wahrhaben oder Konsequenzen daraus ziehen wollen, können wir umgangssprachlich vielleicht mit folgenden Motiven oder Gefühlen begründen:

- Die Fakten machen anderen / uns **Angst**. Deswegen versuchen wir uns zu beruhigen durch „Es gab schon immer wärmere und kältere Klima-Phasen“ oder „Ich wohne in einem Gebiet, wo es noch nie starke Überschwemmungen gab.“
- Notwendiges Handeln als Konsequenz wäre eine **Belastung**, die wir abwehren mit „Ich bin schon so erschöpft. Ich kann nicht mehr.“
- Das Nachdenken und Entscheidungen über mögliche Konsequenzen führen zu **Überforderungsgefühlen** mit Äußerungen wie: „Wenn ich Soja esse, bin ich mir unsicher, woher das Soja stammt. Am Ende stellt sich heraus, dass dafür der Regenwald abgeholzt wurde oder der ökologische Fußabdruck noch schlechter ist als bei Fleischkonsum.“
- Vermeiden von **Schuldgefühlen** führt zu Rechtfertigungen wie z.B. „Ich tue ja schon ...“, „Die Chinesen / die Industrie sind doch die Hauptverursacher von CO2.“, „Die Politiker müssen was machen und neue Gesetze auf den Weg bringen!“, „Das bringt eh nichts, wenn ich was ändere / Deutschland was ändert. Es ist ein globales Problem.“
- Wir wollen moralisch **gut dastehen** und sagen: „Ich tue ja schon ...“
- Die **Ablehnung von „Freiheitsberaubung“** oder Fremdbestimmung führt zu verärgerten Zurückweisungen wie „Ich lasse mir von anderen nichts vorschreiben!“
- **Bequemlichkeit** findet sich bei vielen oben genannten Punkten, je nach Kontext vielleicht auch bei „Ich tue ja schon ...“
- **Eitelkeit, Kränkbarkeit** ist auch eher versteckt hinter Äußerungen zu finden wie „Ich lasse mir von anderen nichts vorschreiben! Und schon gar nicht von Jüngeren!“

Andere Motive sind möglicherweise nicht so leicht den einzelnen Argumenten zuzuordnen:

- Wunsch nach **Genuss**.
- **Lebensstandard** halten wollen.

Auch Berghold (2014, 2017, 2018, 2019) hat sich mit den psychologischen Hintergründen der Verleugnung und psychischen Abwehr von Klimaveränderungen beschäftigt. 2014 beschreibt er für die „Absperrung der Gefühlszufuhr“ 3 Hauptmotive:

- „Gefühle der **Hilflosigkeit** [Hervorhebung durch die Verf.] gegenüber den realistischen Bedrohungen, die vom Klimawandel (bzw. von den globalen Umweltkrisen insgesamt) ausgehen;
- Gefühle einer massiven **Gewissensangst** aufgrund der eigenen Mitverantwortung an diesen Bedrohungen;
- Haltungen der **Verweigerung gegen** die radikalen psychologischen **Konsequenzen**, die sich aus den für eine Erhaltung unserer natürlichen Existenzgrundlagen

notwendigen zivilisatorisch-politischen Neuorientierungen ergeben“ (Berghold, 2014, S. 14f)

An anderer Stelle, in Vorträgen bei attac Lübeck am 16.04.2018 sowie in der Buchhandlung Fundus in Berlin am 22.05.2019, nennt Berghold (2018, 2019)

- **Angst vor sozialer Ausgrenzung**
- **Zwänge durch Machtstrukturen**
- **Identitätsängste:** „Wer sind wir, wenn wir auf bestimmte Konsumgüter verzichten?“

Im Versuch, diese Äußerungen und Motive in ihren tieferen Zusammenhängen zu verstehen, möchte ich in Kapitel 3 einige Theorie darstellen. Wer mit den Begrifflichkeiten vertraut ist, kann die theoretischen Definitionen und Erklärungen überspringen und sich auf die Abschnitte 3.3 und 3.5 konzentrieren.

### 3. Theorie

Die operationalisierte psychodynamische Diagnostik (abgekürzt OPD) ist ein Instrument, das seit 1992 von einer deutschsprachigen Arbeitsgruppe entwickelt und permanent überarbeitet wird. Sie ist inzwischen neben dem ICD und DSM auch international in der psychoanalytischen<sup>2</sup> Profession anerkannt und wird in der Praxis z.B. in der Erstellung von Antragsberichten bei Therapieanträgen oder theoretischen Schriften verwendet.<sup>3</sup>

#### 3.1 Konflikt und Struktur in der OPD 2

In der OPD 2 werden 5 Achsen der Diagnostik und Prozessbewertung unterschieden:

Achse I Krankheitserleben und Behandlungsvoraussetzungen

Achse II Beziehung

Achse III Konflikt

Achse IV Struktur

Achse V Psychische und psychosomatische Störungen.

Hier möchte ich v.a. Achse III und IV vertiefen.

---

<sup>2</sup> Wenn im Folgenden die Begriffe „psychoanalytisch“ oder „psychodynamisch“ im Kontext der theoretischen Erklärungsmodelle verwendet werden, sind sie nahezu bedeutungsgleich und umfassen auch „tiefenpsychologisch fundierte“ Konstrukte. „Psychoanalyse“ und „Tiefenpsychologie“ bedeutet nur in der Therapieplanung Unterschiede v.a. in der Zielsetzung, aber meist auch im Setting der Therapie.

<sup>3</sup> Ich halte mich hier an Teile der Fassung OPD 2 (Arbeitskreis OPD, 2009), aber auch z.B. in Kap. 2.4 und 2.5 noch an die Monografie von Gerd Rudolf „Strukturbezogene Psychotherapie“ (2004), die z.T. noch die Einteilungen der ersten OPD verwendet, da ich die entsprechenden Passagen praktikabel und übersichtlich einschätze.

**Konflikt** meint laut Brockhaus „(lateinisch: Zusammenstoß) ... in seiner allgemeinen Bedeutung das Zusammentreffen unterschiedlicher Positionen innerhalb einer Position (innerer Widerstreit von Motiven, Wünschen, Werten und Vorstellungen) oder zwischen mehreren Personen“ (Arbeitskreis OPD, 2009, S. 95). Im psychoanalytischen Verständnis wird in den inneren Konflikten die Ursache in der Entstehung von Neurosen gesehen. Grundsätzlich sind die Spannungsfelder der inneren Konflikte etwas allgemein Menschliches. Problematisch wird es dann, wenn diese inneren Konflikte unbewusst gemacht oder verdrängt werden. Freud sah innere Konflikte hauptsächlich angesiedelt zwischen den verschiedenen Instanzen Es, Ich und Über-Ich oder dem Lust- und dem Realitätsprinzip, d.h. dass z.B. sexuelle Wünsche nicht mit Normen, Werten und Gedanken zu vereinbaren sind und daher verdrängt werden müssen.

Die Achse III „Konflikt“ im Sinne der OPD betrachtet entsprechend **intrapsychische unbewusste Konflikte**, die unterschieden werden von den bewussten intrapsychischen konflikthaften Belastungen oder auch interpersonellen Konflikten. Diese sind natürlich für das psychische Wohlbefinden ebenfalls relevant, werden aber u.a. bei Achse I (Krankheitserleben und Behandlungsvoraussetzungen) und II (Beziehungen) erfasst. Im Gegensatz zu den unbewussten intrapsychischen Konflikten sind „Konflikthafte Belastungen [...] bewusst und grundsätzlich einer Verarbeitung und Lösung zugänglich“ (ebd., S. 96).

**Struktur** wird laut OPD 2 in vielen unterschiedlichen Disziplinen „als Struktur ... die geordnete Zusammenfügung von Teilen in einem Ganzen verstanden; zur Erklärung von Strukturen lassen sich Regeln ihres Funktionierens und ihrer Entstehungsgeschichte heranziehen.“ Strukturen, wie auch die psychischen Strukturen, die nicht direkt beobachtbar sind, werden in Modellen oder Metaphern beschrieben. Die Modelle haben hypothetischen Charakter. „Strukturen lassen sich meist als Zusammensetzung von Substrukturen und diese ihrerseits als Teil von übergeordneten Gefügen in einem Netzwerk von Einflussgrößen verstehen“, eine Ähnlichkeit zum Systembegriff. Psychische Strukturen implizieren eine allerdings eingeschränkte zeitüberdauernde Stabilität. Sie sind langsam veränderbar (slow-change-Modell) (Arbeitskreis OPD, 2009, S. 113f).

In der Psychoanalyse gab es z.B. bei Freud das topografische Strukturmodell von Ich-Es-Überich und die Unterscheidung von bewusst und unbewusst. In der Ich-Psychologie wurde die Ich-Struktur in ihren Ich-Funktionen systematisiert. Kernberg legte systematisch aus objektbeziehungstheoretischer Perspektive Internalisierungsprozesse und Reifungsschritte der Errichtung von Objekt- und Selbstrepräsentanzen dar, um sie auf Störungen der Persönlichkeit zu beziehen und therapeutisch zu nutzen.

„Die OPD bemüht sich um eine Integration der beschriebenen psychodynamischen Strukturkonzepte ...; sie verzichtet dabei so weit als möglich auf die Verwendung tradierter psychoanalytischer Begriffe, um stattdessen das Verhalten und Erleben von Patienten möglichst beobachtungsnah zu erfassen. Das führt zu einer funktionalen Beschreibung der Struktur als Selbst in seiner Beziehung zu den Objekten“ (ebd. S. 117).

### **3.2 Konflikte in der OPD 2**

In der OPD 2 (ebd. S. 111) werden folgende Konflikte umrissen und im aktiven und passiven Modus mit Beispielen beschrieben:

- 1.) Individuation bzw. Autonomie versus Abhängigkeit
- 2.) Unterwerfung versus Kontrolle
- 3.) Versorgung versus Autarkie
- 4.) Selbstwertkonflikt
- 5.) Schuldkonflikt
- 6.) Ödipaler Konflikt
- 7.) Identitäts-(Selbst-)Konflikt

Eine ausführlichere Darstellung finden Sie / findet Ihr in Anhang 1.

### **3.3 Zuordnung der Konflikte zu den Argumenten und Motiven**

Die oben und bei Berghold (2014, 2017, 2018, 2019) zusammengefassten Äußerungen und Motive können wir mehreren OPD-Konflikten zuordnen. Manche Äußerungen sind sehr schnell durchschaubar, das heißt der Konflikt ist bewusst und der / die Betreffende fühlt sich meist auch belastet durch die innere Konfliktspannung. So ist der Versorgungs-Autarkie-Konflikt gut erkennbar in den Überlastungsgefühlen in Folge notwendiger Handlungskonsequenzen. Auch erkennen wir schnell den Schuldkonflikt im Vermeiden von Schuldgefühlen oder der Gewissensangst, wobei die betreffenden selbst möglicherweise nur vorbewusst Schuldgefühle wahrnehmen (im aktiven Modus eher die teilweise einsichtige Äußerung „Wenn ich Soja esse, bin ich mir unsicher, woher das ist, ob sich am Ende herausstellt, dass dafür der Regenwald abgeholzt wurde oder der ökologische Fußabdruck noch schlechter ist als bei Fleischkonsum.“, „Ich bin so erschöpft. Ich kann nicht.“, „Ich tue ja schon ...“ oder stark aktiv jegliche Schuld zurückweisend „Die Politiker ...“).

Manchen Äußerungen ist der dahinterstehende Konflikt nicht so schnell zu entnehmen, d. h. entweder unbewusst, vorbewusst oder bewusst versteckt. Im Falle der Angst vor sozialer Ausgrenzung ist die Deutung möglich, dass der Individuations-Abhängigkeits-Konflikt ausschlaggebend ist. Auch die Annahme von Motiven wie dem Wunsch nach Genuss oder „Lebensstandard halten“, oder „Identitätsängste“ stellt bereits eine tiefenhermeneutische Deutung dar. Gerade Versorgungswünsche („Die Politiker müssen was machen und neue Gesetze auf den Weg bringen!“, „Da werden die jungen Wissenschaftler schon noch Lösungen finden.“) und der Identitätskonflikt scheinen stärker verdrängt zu sein, wobei hier ein Schuld- oder Selbstwertkonflikt zur Verdrängung führen: Schuld- und Schamgefühle lassen nicht zu, „böse“ oder „schwache“ Bedürfnisse wie Bequemlichkeit oder den Wunsch nach Genuss und das Halten des Lebensstandards nach außen erkennbar werden zu lassen. Auch der Wunsch, gut da stehen zu wollen, ist im Selbstwertkonflikt begründet.

In manchen Argumenten bzw. dahinterstehenden Motiven sind auch „strukturelle Defizite“ erkennbar, z.B. bei Existenzängsten oder den Hilflosigkeitsgefühlen gegenüber der bevorstehenden Entwicklung.

### **3.4 Strukturdefizite in der OPD**

Die Struktur nach OPD 2 unterscheidet vier Dimensionen:

- 1.) Selbst- und Objektwahrnehmung<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> „Objekt“ meint hier das Gegenüber, meist Mitmenschen.

- 2.) Steuerung des Selbst und der Beziehungen
- 3.) Emotionale Kommunikation nach innen und außen
- 4.) Innere Bindung und äußere Beziehung

Jede der Dimensionen ist wiederum aufgesplittet in verschiedene Bereiche bzw. dazugehörige Fähigkeiten, z.B. finden sich laut Rudolf (2004, S. 66) bei der „Selbstwahrnehmung“ Unterkategorien von „Selbstreflexion, Selbstbild, Körper selbst, Identität, Affektdifferenzierung“ oder bei der „Objektwahrnehmung“ Unterkategorien von „Selbst-Objekt-Differenzierung, Empathie<sup>5</sup>, ganzheitliche Objektwahrnehmung, objektbezogene Affekte“.

Es werden die vier Stufen des Integrationsniveaus „gut, mäßig oder gering integriert und desintegriert“ unterschieden. (Inzwischen werden noch drei Zwischenniveaus „mäßig bis gut“, „gering bis mäßig“ und „desintegriert bis gering integriert“ unterschieden.) Ein gutes Strukturniveau bedeutet psychische Gesundheit. Je geringer integriert es einzuschätzen ist, desto mehr „Strukturdefizite“ können beschrieben werden. Jedes dieser Niveaus kann auf alle Unterkategorien der Dimensionen angewendet werden, z.B. wird bei einer Person mit gutem Integrationsniveau in ihren objektbezogenen Affekten „bezogen auf das Gegenüber [...] Interesse, Neugier, Anteilnahme, Freude, Sorge, Stolz, Ärger, Verachtung, Trauer, Schuld und Scham“ affektiv bedeutsam sein, „seelische Vorgänge können mit Interesse erfasst werden“ und die „Beziehung zum Anderen wird durch Interessenkonflikt nicht in Frage gestellt“ (Rudolf, 2004, S. 92). Auf desintegriertem Strukturniveau fehlen „prosoziale, objektbezogene Affekte wie z.B. Dankbarkeit, Verantwortlichkeit, Fürsorge“, „objektgerichtete Affekte erscheinen zufällig oder willkürlich und daher wenig verstehbar“ und „bei Interessenkonflikt orientiert sich [der] Patient ausschließlich an eigenen Bedürfnissen“ (ebd., S. 93).

### 3.5 Zuordnung der Strukturdefizite in der OPD zu den Argumenten und Motiven

Wie ich bereits in Kapitel 2 aufgezeigt habe, beschreibt Berghold (2014) als einen der Gründe zur „Absperrung der Gefühlszufuhr“ die Verweigerung gegen die Konsequenzen. Hier sind neben einem möglichen Versorgungs-Autarkie-Konflikt auch Defizite in der Struktur der Persönlichkeit zugrundeliegend. Ich sehe im klimaschädlichen Verhalten im Bereich der Selbststeuerung mangelnde Ambivalenztoleranz und Impulssteuerung, da negative Affekte nicht toleriert werden, sondern mit impulsivem (Konsum-) Verhalten kompensiert werden. Triebbefriedigungen können nicht aufgeschoben werden.

Ein Mangel an Selbstwertregulierung als Teil der Selbststeuerung zeigt sich darin, dass Schamgefühle ebenfalls kompensatorisch zu starkem Konsumverhalten führen oder zu einer „**arroganten Anspruchshaltung**“, wie sie Berghold in seinem Text „Fremdenfeindlichkeit und Klimakatastrophe“ (2017, S. 118 f) beschreibt. Eine arrogante Anspruchshaltung stellt einen Zusammenhang vom Umgang mit Geflüchteten und dem Umgang mit der Klimakrise her. Oberflächlich betrachtet ist natürlich ein kausaler Zusammenhang gegeben, dass durch die

---

<sup>5</sup> Während Kohut (1989, S. 251) davon spricht, dass die von ihm als „stellvertretende Introspektion“ definierte Empathie nicht nur mitfühlende Ziele, sondern auch leidenschaftslos-neutrale oder sogar feindselige Ziele verfolgen kann, meint der hier verwendete „Empathie“-Begriff auch Mitgefühl und Rücksichtnahme.



Klimakrise bedingte Veränderungen eine von mehreren Fluchtursachen darstellen. Berghold argumentiert aber darüber hinaus und bezieht sich auf soziologische Untersuchungen. Diese belegen, dass in dem Teil der US-Bevölkerung, der davon überzeugt ist, dass jeder mehr oder weniger das bekommt, was er verdient, auch nur 11 % in der Klimaerwärmung ein hohes Risiko sehen. Eine andere Studie ergab, dass die Gruppe derer, die in keiner Weise die Gefährdung des Erdklimas anerkennen, sich zum hohen Teil zusammensetzt aus konservativen weißen Männern mit hohem Einkommen<sup>6</sup> (vgl. ebd., S. 119f).

Berghold schließt daraus: „Eine sehr wichtige Rolle spielt dabei offenkundig eine arrogante Anspruchshaltung, mit der die ‚Zumutung‘ klimafreundlichen Handelns abgewehrt und im selben Zuge auch ... Sorge und Einfühlung für Ausgeschlossene und Benachteiligte abgeblockt wird“ (Berghold, 2017, S. 118f). Um diese innere Haltung zu verstehen, zieht er Überlegungen des Psychoanalytikers Paul Hoggett heran, der 2013 von einer „**perversen Kultur**“ spricht. Hier ist Perversion nicht ausschließlich im sexuellen Sinn gemeint, sondern berücksichtigt ihre kognitiven und emotionalen Aspekte, ihre Einbettung in gesellschaftliche Strukturen und deren Entwicklungen. „Unter diesem Blickwinkel ist eine ‚perverse Kultur‘ durch eine mehrheitlich als ‚selbstverständlich‘ hingenommene Korruption des Denkens gekennzeichnet, die einem wendigen und finitenreichen Ausweichen vor der Konfrontation mit beunruhigenden oder schmerzhaften Realitäten dient (von Verlust, notwendiger Einschränkung, Abhängigkeit, Bedrohung, Verletzbarkeit – bis hin zu unserer Sterblichkeit)“ (ebd., S. 121)<sup>7</sup>.

Die Metapher eines „**Zuhälters im Kopf**“ erklärt, warum dieses „betrügerische Denken“ mit seinen spezifischen verleugnenden Abwehrmechanismen entsteht: Neben einem „Polizisten“ im Kopf – als Metapher für Freuds Über-Ich-Instanz – gibt es auch einen Zuhälter. Dieser Zuhälter im Kopf macht uns Versprechen und verführt uns dazu zu glauben, dass wir „alles, was wir wollen, haben können sollten“ (ebd., S. 122). Wenn er stärker wird als der Polizist, herrschen nicht mehr konsistente innere Abwehrformationen vor, sondern eine perverse Kultur.

In der narzisstischen „Arroganz“ findet sich zum einen die grandiose Selbstüberschätzung entsprechend der Begrifflichkeit der OPD im Sinne des Selbstwertkonfliktes. Strukturbezogen sehen wir zum anderen Defizite in der Selbstwertregulation, der Bedürfnisregulation, der Objektwahrnehmung und Bindung, wobei der Empathiemangel am meisten heraussticht.

Um noch einmal auf die unter 2.3 gesammelten Argumente zurück zu kommen: Auch hier finden sich Zeichen von Defiziten in der Objektwahrnehmung in Form von Empathiemangel. Im Denken „Ich wohne in einem Gebiet, wo es noch nie starke Überschwemmungen gab“ wird nicht berücksichtigt, dass auch andere Menschen Anspruch haben auf einen Schutz Ihres Wohnortes. Es wird ebenfalls ausgeblendet, dass gerade diejenigen, die unter Überschwemmungen leiden, meist nicht diejenigen sind, die zu den klimaschädlichen Emissionen wesentlich beigetragen haben. Nicht zuletzt basiert der Wohlstand der

---

<sup>6</sup> Daher habe ich in diesem Text die männliche Form der „Klimaleugner und -aussitzer“ belassen.

<sup>7</sup> Neben einer „perversen Kultur“ könnten wir auch eine „**Suchtkultur**“ vermuten und dahingehend analysieren.

vergleichsweise geschützt lebenden Europäer auf einer Ausbeutung betroffener Regionen seit der Kolonialzeit. Dies ist durchaus ein korruptes Denken perverser Kultur.

Die Wechselrufe der FFF "What do you want?" "Climate justice!" drücken aus, dass das Verhalten der Menschheit derzeit keine gerechte Aufteilung „natürlicher Ressourcen“ vornimmt. Der Empathiemangel gegenüber betroffenen Menschen oder gegenüber zukünftigen Generationen wird zu Recht angeprangert.

Weitere Überlegungen werde ich unter 4. Und 5. noch ausführen.

### 3.6 Exkurs: Abwehrmechanismen im DSM IV

In die Formulierung „Klimaleugner“ geht der Begriff der Verleugnung ein, der auch dem psychoanalytischen Begriff, einem von zahlreichen Abwehrmechanismen<sup>8</sup> sehr nahekommt. Die OPD 2 greift im Anhang die im DSM IV (1996) aufgelisteten Abwehrmechanismen und ihre Einordnung zu sieben verschiedenen „Niveaus“<sup>9</sup> auf (s. auch Anhang 2). Hier interessieren insbesondere die Abwehrmechanismen Dissoziation und Verleugnung.

Die **Dissoziation** wird im DSM IV dem Niveau mit psychischen Hemmungen zugeordnet. „Die Abwehrfunktionen auf diesem Niveau grenzen potenziell bedrohliche Gedanken, Gefühle, Erinnerungen, Wünsche oder Ängste aus dem Bewusstsein aus.“ Die Dissoziation bezeichnet den „Zusammenbruch der gewöhnlich integrierten Funktionen des Bewusstseins, der Erinnerung, der Selbstwahrnehmung und der Wahrnehmung der Umgebung oder des sensorischen / motorischen Verhaltens.“<sup>10</sup> (DSM IV, 1996, S. 846)

Das Verleugnungsniveau, das in etwa dem gering bis mäßig integrierten Strukturniveau der OPD entspricht, „ist dadurch charakterisiert, dass unangenehme oder unannehmbare Belastungsfaktoren, Impulse, Vorstellungen, Affekte oder Verantwortung außerhalb des Bewusstseins gehalten werden. Sie können mit oder ohne Fehlattributionen auf äußere Ursachen einhergehen.“ Hier ist auch die **Verleugnung** einzuordnen, die Weigerung, „einige schmerzhafteste Aspekte der äußeren Realität oder eigener subjektiver Erfahrung anzuerkennen“ (ebd., S. 848f).

Auf dem Niveau mit Abwehr-Dysregulation, das „charakterisiert [ist] durch ein Versagen der Abwehrregulation, die der Eindämmung von Reaktionen auf Belastungsfaktoren dient, was zu einem ausgesprochenen Bruch mit der objektiven Realität führt“. Innere Prozesse wie z.B.

---

8 Nach Mentzos (1984) verstehen wir unter Abwehr „alle intrapsychischen Operationen, die darauf abzielen, unlustvolle Gefühle, Affekte, Wahrnehmungen etc. vom Bewußtsein fernzuhalten bzw. sie in Schach zu halten“ (ebd., S. 60).

9 Die Einteilung der Niveaus im DSM IV entspricht in etwa den Integrationsniveaus in der OPD einschließlich der Zwischenstufen: das „hochadaptive Niveau“ des DSM könnte als „gut integriertes Strukturniveau“ in der OPD bezeichnet werden könnte, das „Niveau mit psychischen Hemmungen“ als „mäßig bis gut integriertes Strukturniveau“ usw.. Die Definitionen des DSM IV halte ich allerdings für nicht sehr aussagekräftig (vgl. Anhang 2).

10 Hier sehe ich eine Problematik in der Zuordnung der Abwehrmechanismen zu Strukturniveaus nach OPD (vgl. Rudolf, 2004, S. 88 f). In der OPD ist z.B. **Dissoziation** zum desintegrierten Strukturniveau geordnet. Dissoziationen finden m.E. aber auf allen Niveaus statt: von Tagträumen oder Phantasien im gut integrierten Strukturniveau bis hin zur psychotischen Dissoziation mit Halluzinationen auf desintegriertem Strukturniveau. Tagträume und Phantasien haben ein sehr kreatives Potenzial.

Aggressionen oder sexuelle Wünsche kommen ungefiltert ins Bewusstsein. Hier ist die **psychotische Verleugnung** angesiedelt, wenn eine „grobe Beeinträchtigung der Realitätsprüfung besteht“ (ebd., S. 849).

#### 4. Unser Verhältnis zu „Mutter Natur“ oder Natur als „Ressource“?

In den letzten Tagen hörte ich in Reden von Klimaaktivisten wieder häufiger die seltsam anmutende Redewendung „**Mutter Erde**“. Was kommt in dieser Formulierung zum Ausdruck? Die Metapher der Mutter kann vielerlei an Assoziationen auslösen. Im genannten Kontext drückt es sicherlich eine sehr enge, innere Verbundenheit aus, auch die Anerkennung der Tatsache, in der Versorgung abhängig zu sein. Diese **Versorgungsthematik** ist auch im Begriff der „**Umweltressourcen**“ implizit.

Indigene Völker gehen in der Regel von einem animistischen Naturbegriff aus, d.h. sie sehen die Natur, Tiere, Pflanzen belebt und mit einer Seele ausgestattet. Entsprechend ist es logisch, mit Tieren und Pflanzen zu kommunizieren und eine Bindung eingehen zu können. Die animistische Haltung ähnelt der Formulierung „Mutter Erde“. In unserer westlich aufgeklärten und kolonialistischen Arroganz haben wir das animistische Natur-Verständnis jahrhundertlang als „primitiv“ abgewertet. Im christlichen Glauben und in der europäischen Kultur dominierte die Haltung „Macht Euch die Erde untertan“, die so weit ging, die unterworfenen nichtmenschlichen Natur zu verdinglichen, auszubeuten und in vielen Bereichen zu zerstören.

Hier möchte ich die Metapher „Mutter Erde“ als Anregung sehen, über die aktuellen Entwicklungen im Umgang der Menschheit mit natürlichen Gegebenheiten nachzudenken. Die so genannte westliche Zivilisation, aber in der Folge auch ehemals kolonialisierte Länder, die sich in **Identifikation mit den Aggressoren** begaben, sehen diese natürlichen Gegebenheiten als „Ressourcen“, die sie ungefragt ausnutzen können und ohne daran zu denken, dass sie begrenzt sind. Die Menschheit riskiert den Kollaps der bisherigen Abläufe quasi den „Tod“ des Planeten Erde zumindest in seiner Möglichkeit, für die Menschheit von fast 8 Milliarden die Lebensgrundlage zu bieten. Wenn wir dieses Verhalten als „**Übertragungsphänomen**“ deuten, kommen wir auf eine große Wut oder auch Ängste, die diesem Verhalten zugrunde liegen und in unseren früheren Beziehungen angelegt wurden.

Wir könnten auch vermuten, dass projektive Prozesse die destruktive Naturausbeutung verursachen, also der Selbsthass auf die Natur projiziert wird.

An diesem Punkt könnten wiederum verschiedenen Erklärungsmodelle ansetzen. Es ist aus der Traumaforschung auf individueller Ebene bekannt, dass schwere **Traumatisierungen** zu Traumafolgestörungen mit dissoziativen Prozessen führen. Es ist zu fragen, ob wir **transgenerational und kollektiv traumatisiert** und dadurch **auf kollektiver Ebene Dissoziation und Verleugnung** entstehen. Daher haben wir lange die Klimaveränderungen ignoriert und waren / sind kollektiv von empathischen Gefühlen isoliert. Ursachen liegen auf kollektiver Ebene in der Menschheitsgeschichte und ihrer Unterlegenheit gegenüber den „Naturgewalten“, möglicherweise aber auch gegenüber menschengemachten Bedrohungen wie der Entwicklung nuklearer Waffen oder der Erfahrung weltweiter kriegerischer Auseinandersetzungen im 20. Jahrhundert.

Rudolf (2004) reflektiert Zusammenhänge zwischen individueller Struktur und gesellschaftlicher Veränderung. Er sieht eine erhebliche Auflockerung von familiären Strukturen infolge des zunehmenden Anspruches von Erwachsenen / Eltern auf berufliche, ökonomische und sexuelle Selbstbestimmung. „Aus Sicht des Kindes [bedeutet dies]: Weniger Versorgung und Aufgehobensein; weniger örtliche und Personkonstanz; häufiger Verlust von Elternteilen, erforderliche Anpassung an neue Partner eines Elternteils“ (Rudolf, 2004, S. 203). Weitere Stichworte sind: Auflösung traditioneller Werte, **„Oralisierung“ der Welt**, Verfügbarkeit von Medien, Überforderung von Kindern durch Verlust an Steuerung usw. „diese kindlichen Persönlichkeiten benötigen Erwachsene, welche einen Instinkt und ein Wissen darüber haben, was Kinder in ihren frühen und späteren Entwicklungsabschnitten an Widerspiegelung, Halten, Steuern, Anleiten, Grenzensetzen und Richtungsweisen benötigen, um sich strukturell entfalten zu können. Es hat allerdings den Anschein, dass diese Fähigkeiten auch in der politischen und wirtschaftlichen Struktur der Gesellschaft zunehmend verloren gingen, so das man nicht umhin kann, **ein Defizit an strukturellen Funktionen** (z.B. im Bereich von Selbstreflexion, Selbstverantwortung, Antizipation, Kommunikation, Empathie, Internalisierung) **auch in der Gesellschaft als Ganzem zu registrieren.**“

Meines Erachtens sind viele Erwachsene durch permanent wachsende gesellschaftliche Anforderungen der derzeitigen kapitalistischen Wirtschaftsordnung hinsichtlich ihrer Leistungsfähigkeit, Mobilität oder Flexibilität zunehmend überfordert, und meinen, sich permanent selbst optimieren zu müssen. Dies erreichen sie auf Kosten ihrer psychischen Gesundheit u.a. mittels Abwehrvorgängen von Verleugnung und Dissoziation. Andererseits sind Erwachsene infolge übermäßiger Möglichkeiten auch verführt, sich nicht mehr zu strukturieren. Eine narzisstische Selbstüberhöhung, die Illusion grenzenlosen Wachstums und grenzenloser Möglichkeiten verdecken die Notwendigkeit von Innehalten oder Verzicht. Eine Orientierung an inneren Bedürfnissen wird unterbunden.

Im Zusammenleben mit ihren Kindern laufen die Erwachsenen bei mangelnder innerer Orientierung und in ihrer Überforderung Gefahr, Orientierung bei diesen zu suchen, sie zu **parentifizieren**. Die ganze Bewegung der FFF ist als einzige Parentifizierung zu verstehen. Passend hierzu meinte kürzlich eine Kollegin, in ihrem Umfeld habe ein Kind in einem Gespräch über den Klimawandel den Spruch formuliert: **„Erwachsene brauchen klare Grenzen!“** Diese Grenzen z.B. der natürlichen Bedingungen unseres Lebens müssen die Erwachsenen selbst wieder wahrnehmen und Konsequenzen daraus ziehen. Hier sind Politiker\*innen und Wissenschaftler\*innen, auch Psychotherapeut\*innen mit ihrem speziellen Fachwissen gefordert, Grenzen zu definieren, nicht die parentifizierten Kinder.

Ein anderes, eher biologisch begründetes Erklärungsmodell setzt an der Stelle an, dass Menschen in ihrer körperlichen Ausstattung begrenzt sind. Dies löste in früheren Jahrtausenden in vielen Situationen Hilflosigkeits- und Unterlegenheitsgefühle aus, gegenüber „Naturgewalten“ z.B. im Wechsel der Jahreszeiten oder durch die Tierwelt. Adlerianisch könnten wir sagen, dass die Spezies Mensch sich gegenüber der Natur hilflos und minderwertig fühlt. Werden **Minderwertigkeitsgefühle aufgrund einsetzender Sicherungstendenzen überkompensiert**, resultiert ein Überlegenheitskomplex, bzw. in neuerer psychoanalytischer Diktion: eine narzisstische Persönlichkeit (-sstörung) bis hin zu

Borderline-Persönlichkeiten oder sogar antisozialem Verhalten. Narzisstische Störungen zeichnen sich dadurch aus, dass die Betroffenen wenig Empathie im Sinne der Rücksichtnahme gegenüber ihren Mitmenschen bzw. hier gegenüber den natürlichen Gegebenheiten an den Tag legen, sondern ein ausbeuterisches und rücksichtsloses Verhältnis pflegen. D.h. die Menschheit funktioniert gesamtgesellschaftlich auf Borderline-Niveau, zeigt Verhalten auf gering integriertem Strukturniveau, gerade gegenüber natürlichen Prozessen, aber auch gegenüber zukünftigen Generationen.

Dazu passend formulierten die Kinder in den letzten Monaten „**Wir sind hier, wir sind laut, weil ihr unsere Zukunft klaut**“. Die rücksichtslose Ausbeutung natürlicher Gegebenheiten ist ein Diebstahl der Grundlagen der zukünftigen Menschheit.

## 5. Überlegungen zu „Resilienz“ und zur Bewältigung der Klimakrise

Zur Bewältigung der bevorstehenden Aufgaben benötigen wir starke innere **Ressourcen**, wenn bislang verleugnete Inhalte bewusst werden und die dadurch ausgelösten Gefühle von Hilflosigkeit gegenüber existenziellen Bedrohungen, Schuldgefühle, Angst vor den psychologischen Konsequenzen oder Angst vor sozialer Ausgrenzung wahrgenommen werden.

Derzeit wird davon gesprochen, dass es dahingehend „**Resilienz**“ benötige. Der Begriff der Resilienz bezeichnete ursprünglich eine Eigenschaft von Materialien, mechanische Belastungen auszuhalten, ohne zu zerbrechen. Wir könnten Resilienz im psychologischen Sinne der OPD 2 genauer kennzeichnen mit Strukturmerkmalen, die dem gut integrierten Strukturniveau zugeordnet sind und v.a. die Gefühlsregulation betreffen. Z.B. Gefühlstoleranz, insbesondere Frustrations- und Ambivalenztoleranz, aber auch z.B. Impulskontrolle.

Monika Huff-Müller definierte in ihrem Vortrag bei der Jahrestagung der DGIP 2018 in München: „**Ambivalenztoleranz** kann als die Fähigkeit definiert werden, das bewusste Wahrnehmen des Konflikthaften auszuhalten. Ein Gefühl von Ambivalenz impliziert, dass das Subjekt sich der miteinander in Konflikt liegenden aggressiven, rivalisierenden, selbstbehauptenden, liebenden und abhängigen Anteile seines Selbst und des Objekts bewusst wird. Widersprüchliche Motive sollen nicht länger abgespalten, projiziert, verleugnet oder verdrängt werden. Dies versetzt ein Objekt in die Lage, Verantwortung für die eigenen Aggressionen, Ängste und Wünsche zu übernehmen“ (Huff-Müller, 2019, S. 90).

Auch eine ganzheitliche Objektwahrnehmung (keine „Feindbilder“), Bindungs- und Kommunikationsfähigkeiten sind relevant, um die bevorstehenden Aufgaben im gesellschaftlichen Kontext anzugehen.

Chmielewski (2019) gibt zu bedenken, ob nicht „ein aktivistisches Vorgehen in Richtung dieses Ziels funktional“ sei. „Wir können unser Überleben (und das unserer Urenkel) noch sichern durch zeitnahes kämpferisches Wirken im Sinne des Fight-Systems. Die Gruppe der demonstrierenden Jugendlichen wäre vor diesem Hintergrund als existenziell gesund zu bezeichnen. Schematherapeutisch gesprochen sind also aktuell die Menschen, die im ‚Gesunder-Erwachsener‘-Modus ... sind, eben nicht die Erwachsenen – sondern die Jugendlichen. (Chmielewski, 2019, S. 256)

In seinen Überlegungen, wie wir **Veränderungsprozesse** in Gang setzen können, plädiert Chmielewski für ein gezieltes Vorgehen je nach Bewältigungsstil. In der schematherapeutischen Nomenklatur sind drei Kategorien von individuellen **Bewältigungsstilen** bei existenziellen Bedrohungen beschrieben: **Erduldung** (~ **erlernte Hilflosigkeit**), **Vermeidung**, und **(Über-)Kompensation**.) Menschen im **Erduldungs-Modus** benötigen konkret formulierte, erreichbare Teilziele und die Vermittlung von Handlungs- und Wirksamkeitspotentialen. Bei Menschen im **Vermeidungs-Modus** sollte die Verantwortung betont werden („Auch ich bin gemeint“), eventuell „mehr Panik“ (Konfrontation) aufrütteln. Wenig bringt es, „Skeptikern“ pauschal finanzielle, eigensüchtige Motive, Vorsatz und Unmoral, d.h. bösen Willen zu unterstellen, sondern zuzugestehen, dass sie sich aus Angst unlogisch verhalten (ebd., S. 257). Am schwierigsten ist es Menschen im **Kämpfer-Modus**, die gegen die von ihnen so empfundene Klima-Hysterie angehen, zu überzeugen. Eine Konfrontation mit Fakten würde die (Todes-) Angst und damit die Überkompensation verstärken. Eine Abwertung ihrer Ideologien würde zu einer negativen Reaktion führen. „Die Chance ... bestünde darin, an deren übergeordnete Werte zu appellieren, z.B. die Fürsorge für zukünftige Generationen“, d.h. „bereits vorhandene, übergeordnete Werte von Personen ansprechen und aktivieren.“

Aus Sicht der existenziellen Psychotherapie sei – so Chmielewski – zu berücksichtigen, dass die Motivation, sich z.B. an Ziele wie Klimaschutz anzunähern über drei Wege, den so genannten **Annäherungszielen** erhöht werden kann. Diese sind

- 1.) **Sinnerfüllung**: sie steigert Wohlbefinden, psychische und physische Gesundheit. Z.B. „Fürsorge“ für die kommenden Generationen und „Generativität“
- 2.) **Zugehörigkeit**: Nach Yalom (1985) ist die Universalität des Leidens ein wichtiger Wirkfaktor von Gruppen. „Wir sitzen alle in einem Boot.“
- 3.) **Erhöhung des Selbstwertes**: Dies ist – für Adlerianer selbstverständlich – ein zentrales Motiv der Menschen. Wird die Option eröffnet, ein „Held“ zu sein, „so steht direkt ein konstruktiver Strohalm zur Angst-Pufferung bereit, an den sich Menschen klammern können“ (Chmielewski, 2019, S. 259)

Aus persönlicher und beruflicher Erfahrung in der Arbeit mit Gruppen wird mir immer deutlicher, dass gerade die Arbeit mit konstruktiv verlaufenden Gruppen erhebliche Potentiale birgt, die Resilienz zu fördern und zielgerichtete Aktivitäten effektiv umzusetzen. Die Gruppe kann quasi als „Container“ schwer aushaltbare Gefühle auffangen und dann in der Bearbeitung unterstützen (vgl. Hirsch, 2010).

Transgenerationale Gruppen sollten den Kindern und Jugendlichen ermöglichen, aus ihrer Parentifizierung herauszukommen. Erwachsene sind aufgefordert, die berechtigte Kritik zu hören, Verantwortung zu übernehmen und aktiv zu werden. Erst wenn Kinder und Jugendliche die Erfahrung machen, in ihrer Kritik gehört und ernst genommen zu werden, können sie sich wieder den altersgemäßen Entwicklungsaufgaben widmen.

## 6. **Abschließende Überlegungen**

Wie wir gesehen haben, ist die Thematik im Verständnis und Umgang mit klimaverleugnenden Tendenzen komplex. Sie betrifft nicht nur individuelle

Verarbeitungsprozesse, sondern auch gesellschaftliche und transgenerationale, historische Prozesse. Ohne diese Prozesse einzubeziehen, ist ein wirkliches Verständnis nicht möglich. Viele der bei mir angesprochenen Hypothesen können erweitert und vertieft werden. Hier wäre m.E. eine interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Sozialpsycholog\*innen, Soziolog\*innen, Politolog\*innen oder Historiker\*innen notwendig. So könnte möglicherweise ein Vergleich im globalen Zusammenhang, warum z.B. in den USA die Diskussion um die Klimakrise noch nicht „in der Mitte der Gesellschaft“ angekommen ist<sup>11</sup>, beantwortet werden.

Auch in der Bewältigung der bevorstehenden Aufgaben ist ein interdisziplinäres Vorgehen unumgänglich. Anregungen bietet hier Harald Welzers neuste Veröffentlichung „Alles könnte anders sein“ von 2019, auf die ich gerne verweisen möchte. Leider fehlte mir bislang die Zeit, Welzers Anregungen angemessen zu rezipieren und hier einzuarbeiten.<sup>12</sup>

*Barbara Meerwein*

*Psychologische Psychotherapeutin (Psychoanalyse, Tiefenpsychologie, Systemische Therapie),*

*Lehranalytikerin (DGIP, DGPT)*

*Schustehrusstr. 28, 10 585 Berlin, Tel: +49/30/65834308*

## **Literatur / Quellen:**

Adler, Alfred (1933): Über den Ursprung des Strebens nach Überlegenheit und des Gemeinschaftsgefühls. In: Eife, G. (2010, Hg.): Persönlichkeitstheorie, Psychopathologie, Psychotherapie (1913-1937), S. 550-558. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Arbeitskreis OPD (Hg., 2009): Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung. Bern: Verlag Hans Huber.

Arte-Sendungen vom 01. Und 13.12.2015 „Klimawandel – Woher kommen die Zahlen?“ (über Google ...)

Berghold, Josef (2014): Fluchtpunkte. Psychische Abwehrhaltungen angesichts der ökologischen Krise. In: Umweltdachverband (Hg.): Krisen- und Transformationsszenarios. Jahrbuch 2014 Bildung für nachhaltige Entwicklung. Wien: FORUM, S. 13-21.

---

<sup>11</sup> wie es durch die Reise von Greta Thunberg in die USA deutlich wurde. So formulierte sie in der Talkshow „The Daily Show“ mit Trevor Noah am 13.09.2019: „Here, it feels like it’s being discussed as something you believe in or not, where I come from, it’s more like a fact.“

<sup>12</sup> Gleichfalls aufschlussreich könnte sich die englischsprachige Monographie von Donna Orange (2017) „Climate Crisis, Psychoanalysis and Radical Ethics“ erweisen, die mir ebenfalls erst seit kurzem zugänglich ist.

- Berghold, Josef (2017): Fremdenfeindlichkeit und Klimakatastrophe als Ausdruck einer „perversen Kultur“. In: Bruder, K.-J.; Bialluch, C. (Hg.): Migration und Rassismus. Politik der Menschenfeindlichkeit. Gießen: Psychosozial-Verlag, S. 117-129.
- Berghold, Josef (2018): Hindernisse gegen ein Ernstnehmen der Klimakatastrophe. Vortrag, gehalten am 16.04.2018 bei attac Lübeck. Youtube (23.09.2019), v.a. 1:20-1:38.
- Berghold, Josef (2019): Offenheit für unsere Ängste vor der Klimakatastrophe. Politische und psychologische Zugänge. Vortrag, gehalten am 22.05.2019 in der Buchhandlung Fundus, Berlin.
- Chmielewski, Fabian (2019): Die Verleugnung der Apokalypse – der Umgang mit der Klimakrise aus der Perspektive der Existenziellen Psychotherapie. In: Psychotherapeutenjournal 03/2019. Heidelberg: medhochzwei Verlag.
- DSM IV (1996). Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Hirsch, Mathias (2010): Die Gruppe als Container. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Huff-Müller, Monika (2019): Ambivalenzfähigkeit – eine neue Herausforderung in Therapie und Gesellschaft. In: Wahl, P. (Hg.): Spaltung – Ambivalenz – Integration. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Klima und Gesundheit. <https://healthforfuture.de/klima-und-gesundheit/>
- Kohut, Heinz (1989): Wie heilt die Psychoanalyse? Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Mentzos, Stavros (1984): Neurotische Konfliktverarbeitung. Frankfurt am Main: Fischer.
- Orange, Donna (2017): Climate Crisis, Psychoanalysis and Radical Ethics. New York: Routledge.
- Rudolf, Gerd (2004): Strukturbezogene Psychotherapie. Leitfaden zur psychodynamischen Therapie struktureller Störungen. Stuttgart: Schattauer.
- Seidenfuß, Josef (1995): Gemeinschaftsgefühl. In: Brunner, R., Titze, M. (Hg.): Wörterbuch der Individualpsychologie, S. 185-191. München: Ernst Reinhardt.
- Welzer, Harald (2019): Alles könnte anders sein. Eine Gesellschaftsutopie für freie Menschen. Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag.

## Anhang 1: Konflikte in der OPD 2

- 1.) **Individuation versus Abhängigkeit:** „Bindung und Beziehung habe eine existenzielle Bedeutung im Leben jedes Menschen. Sie spannen sich auf zwischen den gegensätzlichen Polen der Sehnsucht nach enger Beziehung und symbiotischer Nähe (Abhängigkeit) und dem Streben nach betonter Selbständigkeit und ausgeprägter Distanz (forcierter Individuation)“ (S. 216). Z.B. im passiven Modus „nicht erwachsen werden wollen“, im Elternhaus wohnen bleiben; im aktiven Modus „Nestflüchter“ (S. 217).
- 2.) **Unterwerfung versus Kontrolle:** „Selbst- und Fremdkontrolle sind ein Grundbedürfnis. Hier wird abgehoben auf Menschen, deren zentrales Motiv es ist, den anderen zu dominieren oder sich dem anderen unterzuordnen. Insofern spielen offene oder latent aggressive Affekte eine zentrale Rolle. ... Unterwerfung versus



Kontrolle sind die unangepassten Pole von >sich anleiten lassen< zu können bzw. andere >anleiten< zu können. Verhaltensnormen, persönliche und gesellschaftliche Regeln besitzen einen hohen Stellenwert“ (S. 221f). Z.B. werden im passiven Modus im Beruf trotz Aufstiegschancen untergeordnete Positionen beibehalten, im aktiven Modus leitende Positionen oder Freiberuflichkeit angestrebt (S. 223).

- 3.) **Versorgung versus Autarkie:** „meint das grundsätzliche Bedürfnis von Menschen, etwas zu bekommen, einer Zuwendung sicher zu sein oder zu geben, im Gegensatz zu keiner Versorgung zu bedürfen. Wünsche nach Versorgung und Geborgenheit sind eine Grundthematik der menschlichen Existenz. Versorgung versus Autarkie setzt voraus, dass Menschen grundsätzlich zu einer Beziehungsaufnahme in der Lage sind, d.h. zu Bindung und Beziehung. ... Versorgung versus Autarkie muss insbesondere abgegrenzt werden von Individuation versus Abhängigkeit, es geht hier primär um die Abhängigkeit in der Beziehung und nicht von der Beziehung. ... Da beide Motivationssysteme in der Entwicklung von Anbeginn an bestehen und sich vielfältig überschneiden, kann eine Abgrenzung manchmal schwierig sein. ... Die Thematik des Verlustes spielt als auslösende Situation eine zentrale Rolle“ (S. 227). Im sozialen Umfeld sind diese Menschen im passiven Modus eher auf wenige enge, versorgende Beziehungen ausgerichtet, werden als fordernd und anstrengend erlebt; im aktiven Modus engagieren sie sich häufig in altruistischer Abtretung, werden ausgenutzt oder sogar abgewertet (S. 229).
- 4.) **Selbstwertkonflikt:** „Mehr noch als für die anderen Konfliktebenen gilt für die Selbstwertkonflikte, dass sie generell sind: Jeder Mensch ist auf die Befriedigung und Anerkennung seines Selbstwertgefühls bedacht. Ein Selbstwertkonflikt ist dann vorhanden, wenn die Anstrengungen zur Anerkennung des Selbstwerts übermäßig stark und erfolglos oder anamnestisch und /oder aktuell unzureichend oder gescheitert erscheinen. Die Konflikte beziehen sich hierbei auf den Selbst- versus Objektwert als die unangepassten Pole von >>sich selbst in Frage stellen können<< und >> sich selbst eine Wertigkeit zumessen können<< ... Mit dem Alter kommt es oft zu einer narzisstischen Destabilisierung und entsprechenden Kompensationsversuchen ... “. (S. 232).

(Vgl. auch ADLERS Konzept des Minderwertigkeitsgefühls, des Minderwertigkeits- und Überlegenheitskomplexes.)

Im Beruf zeigen Patienten z.B. im passiven Modus oft eine ausgeprägte Arbeits- und Leistungsbereitschaft als Kompensation für Kränkungen und sind im Rahmen ihrer Möglichkeit oft erfolgreich. Der Symptombeginn steht häufig im Zusammenhang mit beruflicher Zurücksetzung. Im aktiven Modus besteht die Neigung, die eigene Position und Leistungsfähigkeit zu überschätzen und Defizite zu verleugnen (S. 234).

- 5.) **Schuldkonflikt:** „Das Gefühl von Schuld tritt auf, wenn man den anderen tatsächlich oder vermeintlich verletzt oder dessen Bedürfnisse oder Rechte beeinträchtigt hat. Es entsteht in der Regel im Zusammenhang mit diesem Konflikt zwischen egoistischen und prosozialen Tendenzen. Dabei muss es sich nicht um reale oder fantasierte Verstöße im interpersonalen Verhalten handeln, sondern es können auch

Verletzungen von verinnerlichte Werten und Normsystemen sein. ... Hier interessieren die unrealistischen Fixierungen und Festlegungen im Sinne einer konstanten Tendenz zur Schuldabweisung oder umgekehrt zur unterwürfigen konstanten Schuldannahme“ (S. 238) Im passiven Modus werden im sozialen Umfeld eigene Fehler „vorschnell“ zugegeben. Die Betroffenen werden oft belächelt und verachtet, auch für eigene Vorteile missbraucht. Im aktiven Modus (~ „Die anderen sind schuld!“) führt die Abwehr von Schuldgefühlen bis hin zu Ausnutzung und Ausbeutung. Manche bewegen sich außerhalb der Legalität. (S. 240)

- 6.) **Ödipaler Konflikt:** „Das Bedürfnis, Aufmerksamkeit und Anerkennung als Frau oder Mann zu gewinnen, ist zusammen mit dem körperlich-sinnlichen Genuss und sexueller Erregung eine grundlegende Motivation. ... Die ödipale Situation setzt die reale oder die fantasierte Präsenz von drei Personen voraus, die sich in einem Spannungsfeld von Anerkennung, Rivalität und Erotik befinden. ... Der hier angesprochene Konflikt kreist somit auch um die Anerkennung der körperlich-sexuellen Attraktivität, die Geltung als Mann bzw. als Frau und den diesen entgegenstehenden Strebungen und Hemmungen“ (S. 244). Im passiven Modus „graue Maus, Harmlosigkeit, Kindlichkeit“ bis hin zur „Intention der Geschlechtslosigkeit“. Aktiver Modus: „Menschen, die durch ihre körperliche Erscheinung und unangemessen erotisierendes oder provokatives Verhalten versuchen (insbesondere als Mann / Frau) immer im Mittelpunkt zu stehen und die Aufmerksamkeit auf sich zu lenken. ... `Platzhirsch´ / `Diva´“. „Der Betrachter [ist] nicht selten peinlich berührt“, GGÜ: Abwechslung von fasziniertem Angezogenensein mit ärgerlicher Enttäuschung (S. 245)
- 7.) **Identitäts-(Selbst-)Konflikt** (Identität versus Dissonanz): „Als Selbst verstehen wir die Gesamtheit der inneren Bilder eines Menschen von sich selbst.“ Es wird unterschieden „in den Bereich der Regulation des Selbstwertgefühls (Narzissmus) und den Bereich der Selbstidentität“. Konflikte der Identität „gehen aus von widersprüchlichen Selbstrepräsentanzen mit Unsicherheits- und Unlustgefühlen.“ (S. 249) z.B. „die Herkunft aus einer auswärtigen Familie und der Wunsch, integriert zu sein“; „Wunsch, auf (männliche Weise) erfolgreich zu sein und weiblich zu bleiben“ (S. 250). Aktiv: Konstruktion eines Familienromans mit Idealisierungen und Fiktionen, fantasierte Abstammung und geliehene Identitäten. Passiv: Gefühl eines völligen Identitätsmangels.

## **Anhang 2: Niveaus und Abwehrmechanismen im DSM IV (1996, S. 843f)**

**Hochadaptives Niveau:** „führt zu optimaler Adaption im Umgang mit Belastungsfaktoren. Diese Abwehrmechanismen maximieren gewöhnlich die Befriedigung und erlauben den bewussten Umgang mit Gefühlen, Gedanken und ihren Konsequenzen. Sie fördern außerdem ein optimales Gleichgewicht zwischen widerstreitenden Beweggründen“. (Affiliation, Altruismus, Antizipation, Humor, Selbstbehauptung, Selbstbeobachtung, Sublimation, Unterdrückung)

**Niveau mit psychischen Hemmungen** (Kompromissbildungen): „Die Abwehrfunktionen auf diesem Niveau grenzen potenziell bedrohliche Gedanken, Gefühle, Erinnerungen, Wünsche

oder Ängste aus dem Bewusstsein aus.“ (Affektisolation, **Dissoziation**, Intellektualisierung, Reaktionsbildung, Ungeschehenmachen, Verdrängung, Verschiebung)

**Niveau mit leichter Vorstellungsverzerrung:** „Dieses Niveau ist durch Verzerrung des Selbstbildes, des Körperbildes oder anderer Vorstellungen, die zur Selbstwertregulierung verwendet werden können, charakterisiert.“ (Entwertung, Idealisierung, Omnipotenz).

**Verleugnungsniveau:** „Dieses Niveau ist dadurch charakterisiert, dass unangenehme oder unannehmbare Belastungsfaktoren, Impulse, Vorstellungen, Affekte oder Verantwortung außerhalb des Bewusstseins gehalten werden. Sie können mit oder ohne Fehlattributionen auf äußere Ursachen einhergehen.“ (Projektion, Rationalisierung, **Verleugnung**)

**Niveau mit schwerer Vorstellungsverzerrung:** Dieses Niveau ist durch grobe Verzerrung oder Fehlattribution des Selbstbildes oder des Bildes von anderen charakterisiert. (Autistische Fantasie, projektive Identifikation, Spalten des Selbstbildes und des Bildes von anderen).

**Handlungsniveau:** Dieses Niveau ist charakterisiert durch Abwehrfunktionen, die mit inneren oder äußeren Belastungsfaktoren mittels Handeln oder Rückzug umgehen (apathischer Rückzug, Ausagieren, Hilfe zurückweisendes Klagen, passive Aggression).

**Niveau mit Abwehr-Dysregulation:** „ist charakterisiert durch ein Versagen der Abwehrregulation, die der Eindämmung von Reaktionen auf Belastungsfaktoren dient, was zu einem ausgesprochenen Bruch mit der objektiven Realität führt. (**psychotische Leugnung**, psychotische Verzerrung, wahnhafte Projektion)