

**Rolf Lang**

## **Beobachtungen zu Corona, möglichen psychosozialen Auswirkungen und sich hieraus ergebenden Aufgaben im Hinblick auf die supervisorische Begleitung von Menschen**

### **Phänomen Vielfalt und Komplexität – von der Unüberschaubarkeit der Informationen und Wechselwirkungen.**

Beobachtet man die gesellschaftliche Berichterstattung über die Corona Pandemie und die gesellschaftlichen Auswirkungen auch auf die eigene Person, fällt zunächst auf, dass Information und Wissen im Hinblick auf das Finden einer eigenen Position nicht mehr hilfreich sind. Mit der Fülle der zur Verfügung stehenden Daten und Fakten lässt sich jede erdenkliche Position sowohl belegen als auch widerlegen. Sowohl die Befürworter von Schutzmaßnahmen als auch die Gegner als auch die Verschwörungstheoretiker nehmen für sich in Anspruch über relevante Belege zu verfügen. Gleichzeitig wird die Vielfalt des kognitiven, seelischen und reaktiven Umgangs mit der Pandemie deutlich. Menschen reagieren mit panischer Angst, Verdrängung und Wut, resignativ apokalyptischer Passivität oder rational distanziert. Insgesamt scheint die Vielfalt der Gesellschaft auch zu einem breiteren Spektrum und damit zu extremeren Polen zu führen.

### **Phänomen Missionierung – von dem Bedürfnis Recht zu haben und der Schwierigkeit des Aushaltens abweichender Meinungen.**

Beobachtet man die sozialen Interaktionen zwischen Vertretern unterschiedlicher Positionen so fällt auf, dass es bestimmten Gruppen offensichtlich schwer fällt, die Unterschiedlichkeit von Positionen auszuhalten. Könnte man zunächst vermuten, dass eine Vielfalt an Positionen und Erklärungen der Pandemie hilfreich und gesellschaftlich förderlich ist, um die anstehenden Herausforderungen zu überwinden, so entsteht doch eher der Eindruck, dass sich ein Zwang zur wechselseitigen Missionierung herausbildet bis hin zu gewalttätigen Auseinandersetzungen. Offensichtlich zeigt sich hier ein tiefes menschliches Bedürfnis, die Welt erklären zu können und Recht zu haben. Die Denkooption, dass es möglicherweise auch ganz anders sein kann, als man selbst meint, und sich eine gemeinsame Wahrheit – wenn es denn überhaupt eine geben sollte – erst im gesellschaftlichen Dialog herausbilden kann, scheint für viel Menschen schwer aushaltbar zu sein. Die nicht integrierte Welt, die ich weder wahrnehmen, fühlen noch denken kann, wirkt auf viele Menschen zutiefst fremd und bedrohlich.

## **Phänomen Globalisierung des Wissens und des Wissens über die Auswirkungen der eigenen Lebensweise – von der unerfüllten Sehnsucht sich nicht mit Schuld zu beladen.**

Im Zuge der Pandemie als globales Phänomen wird vermehrt sichtbar, wie ungleich die Chancen der Menschen sind, sich vor dem Virus und seinen Folgen zu schützen. Je nachdem welcher Ethnie ich angehöre, welcher sozialen Schicht, in welchem Land ich lebe, welchen Beruf ich ausübe, ob ich weißhütig oder farbig bin – meine Chancen im Umgang mit Covid 19 sind unterschiedlich. Werde ich und meine Familie Zugang zu einem Impfstoff haben? Habe ich die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten oder bin ich gezwungen, in Sammelunterkünften zu leben? Habe ich ausreichenden Zugang zu medizinischer Versorgung? Durch die offenliegende Ungleichheit werden Menschen schonungslos und tagtäglich mit ihren Privilegien bzw. den Konsequenzen ihrer sozialen Ausgrenzung konfrontiert. Niemand kann heute mehr die Augen verschließen vor globaler Ungleichheit, nationalen und individuellen Egoismen und den Konsequenzen ungebremsten ökonomischen Wachstums auf Kosten der Ökologie unseres Planeten. Die offensichtliche Tatsache von Schuld und Verantwortung steht der menschlichen Sehnsucht nach Harmonie und dem Wunsch, persönlich frei von Schuld zu sein, diametral gegenüber.

## **Phänomen Aus- und Abgrenzung – vom Schmerz individueller Begrenztheit. Es wird immer Dinge geben, die mir fremd bleiben und Angst bereiten.**

Im Zuge der Corona Pandemie rücken die Bedeutung und die Absolutheit von Grenzen ins Bewusstsein. Ländergrenzen werden geschlossen. Individuelle Freiheiten werden begrenzt. Von öffentlichen Veranstaltungen und sozialen Kontakten werden Menschen ausgegrenzt. In der schärfsten Form des Lockdowns werden Menschen gezwungen, auf jegliche Außenkontakte zu verzichten. Jede Grenze hat zwei Seiten. Alles jenseits der Grenze wird tendenziell bedrohlich. Das Außen, der Andere, das Fremde wird zur potentiellen Gefahrenquelle und damit auch zur Quelle individueller Angst.

## **Phänomen der Machtlosigkeit – vom Schmerz über das individuelle Unvermögen.**

In Deutschland ist im Zuge von Covid 19 die Zufriedenheit mit dem Staat und den Maßnahmen zur Begrenzung der Pandemie gestiegen. Viele Menschen fühlen sich von der Politik gut geleitet und geben freiwillig einen Teil ihrer Autonomie an den Staat ab. Indem ich Autonomie abgebe, gebe ich aber auch Macht ab und verzichte auf Selbstbestimmung und Freiheitsrechte. Dies kann als freiwilliger Akt oder als Zwang erlebt werden. Daher schwanken viele Menschen zwischen dem Wunsch, Verantwortung und Autonomie abzugeben, und der Wut über die Einschränkung individueller Freiheitsrechte durch erstarkte Zentralgewalten. In beiden Fällen handelt es sich um erlebten Machtverlust.

## **Phänomen soziale Isolation – von der Sehnsucht nach Beziehung, Berührung und Verbundenheit.**

Die Bedeutung und die schwierigen Folgen sozialer Isolation bei älteren Menschen wurden im Zuge der Pandemie früh erkannt. Völlig unterschätzt wurden aber offensichtlich lange Zeit die Bedeutung von Beziehung, Berührung und Gruppenzugehörigkeit über den engen Kreis der Familie oder einer Hausgemeinschaft hinaus bei jüngeren Menschen. Erst die Unruhen in Stuttgart und Frankfurt haben ein Nachdenken ausgelöst, dass insbesondere für Jugendliche offensichtlich das exzessive Sich-selbst-Erleben in einer Gruppe und auf Partys in ihrer biographischen Entwicklungsphase existenziell wichtig ist. Der Verlust dieses Zugehörigkeitserlebens hat offensichtlich zu großer Frustration bis zur Gewaltbereitschaft geführt. Die Zunahme von häuslicher Gewalt scheint nur diffus wahrgenommen zu werden. Man mag sich nicht ausmalen, was mit der überschüssigen Energie passiert, die manche Familienväter normalerweise am Sonntag in Fußballstadien abarbeiten.

## **Phänomen des Erlebens einer zunehmenden Bedrohung – von den globalen Krisen der Klimaveränderung über die sozialen Krisen bis zur Krise der Finanz- und Wirtschaftssysteme und der Bedrohung basaler individueller Lebensprozesse durch Corona.**

Insgesamt kann man durchaus die Folgen der Corona Krise auch im Zusammenhang mit der Bedrohung durch die anderen globalen Krisen sehen, die ja nicht mit dem Virus verschwunden sind. Der Druck nimmt zu und die Welt drängt mit aller Kraft auf jeden und jede Einzelne ein.

## **Ansätze zum Verstehen und zum Finden einer angemessenen und notwendigen Haltung gegenüber den genannten Phänomenen – ein Problem lässt sich nicht auf der Ebene lösen, auf der es entstanden ist.**

Schaut man sich all diese Phänomene an und lässt sie auf sich wirken, so kann man den Eindruck gewinnen, dass jede und jeder Einzelne durch die Pandemie in existenzieller Weise auf sich selbst zurückgeworfen und in Frage gestellt wird. Insbesondere die Logotherapie und die Existenzanalyse nach Viktor Frankl gehen davon aus, dass es wesentlich zur menschlichen Existenz gehört, ständig von der Welt in Frage gestellt zu werden, und dass sich menschliche Existenz darin zeigt, inwieweit eine Person in der Lage ist, dieses Infragestellen frei zu erleben, dazu authentisch Stellung zu beziehen und eine Antwort in ihrem Tun zu finden. Entscheidend ist, ob der Mensch diesen drei Ebenen seiner Existenz zustimmen kann – das heißt, dass er nichts abspaltet oder verdrängt. Alle genannten Phänomene scheinen im persönlichen Erleben mit der Erfahrung einherzugehen, dass ich in letzter Konsequenz in meinem Erleben, Fühlen und Wollen auf mich allein gestellt bin. Ich finde keinen Schutz mehr im Wegschauen, im Kollektiv oder hinter festen und eindeutigen Vorstellungen über das, was gerade richtig und wahr ist. Man könnte es vielleicht beschreiben als ein Ausgestoßen-Werden aus dem Paradies der Illusion von Harmonie, individueller Autonomie und Sicherheit.

Wenn dies so ist, gilt es persönlich und in der supervisorischen Arbeit mit anderen Menschen an der Akzeptanz und der Aussöhnung mit diesem Prozess zu arbeiten. Im Finden einer Haltung, um mein Ausgestoßen-Sein und meine Endlichkeit – bis hin zum möglichen Tod durch Covid 19 – anzunehmen, liegt möglicherweise eine Chance der aktuellen Krise. Indem ich meine Ängste und meine Unsicherheiten akzeptieren lerne, kann ich mir und anderen unter Umständen auf einer neuen Ebene begegnen. Im Abschied von dem Anspruch von richtig und falsch, dem Wunsch nach Kontrolle und eindeutigen Lösung und im Aushalten des Schmerzes darüber kann sich dann ein Weg zeigen, sowohl die persönliche Bedrohung durch den Virus als auch die Tatsache des unendlichen Leids vieler Menschen auf dem Globus und des Leids der Schöpfung als Ganzes zumindest in Teilen zu integrieren und nicht länger zu verdrängen. Vielmehr geht es dann darum, mit dem Leid zu arbeiten und dadurch unter Umständen zu einer neuen Handlungsfähigkeit zu gelangen. Ich bin dann aufgefordert zum Mensch-Werden.

In einem Artikel über den Asperger-Autismus von Greta Thunberg wird beschrieben, dass das Wesen ihrer Krankheit u.a. darin besteht, dass sie nicht ihr Wissen über die Zusammenhänge menschlichen Tuns „vergessen“ oder verdrängen kann. Sie muss alles ständig mitdenken. In diesem Mitdenken müssen, liegt möglicherweise eine entscheidende Ursache für ihr stringentes und konsequentes Handeln, dass die Sehnsucht so vieler Menschen auf der Welt anspricht, in ihrem Denken, Fühlen und Handeln kohärenter zu werden. Mit anderen Worten ganz zu werden.

Dieser Gedanke führt auch im Sinne der Existenzanalyse und im Umgang mit Covid 19 eher zu einer Haltung, die nicht im Aktionismus liegt sondern im Hineinspüren in den sozialen Raum. Wenn ich mich nicht mehr wehre gegen Corona, kann ich das Phänomen besser verstehen lernen und angemessene Antworten in meiner Teilmächtigkeit zwischen Ohnmacht und Allmachtsfantasien entdecken. Vielleicht verlieren dann die Krisen dieser Welt etwas von ihrem lähmenden Schrecken und werden zur Aufforderung im Rahmen meiner Möglichkeiten freier und kohärenter – also im Einklang und nicht getrennt von mir und der Welt – zu handeln.

Alles Wirken auf Erden und wir selbst sind endlich und begrenzt. Darin liegt auch Trost und gleichzeitig eine Möglichkeit zur Befreiung aus den Zwängen und Ängsten unseres Menschseins.