

Literatur

Es sind nur jene Schriften Fromms aufgeführt, auf die explizit Bezug genommen worden ist. Natürlich sind auch Gedanken aus anderen Titeln in die Überlegungen eingeflossen. Abk.: GA = Gesamtausgabe Erich Fromm, hg. v. Rainer FUNK, Stuttgart 1980, 2. Aufl. 12 Bände.

- Die Entwicklung des Christudogmas. Eine psychoanalytische Studie zur sozialpsychologischen Funktion der Religion (1930), GA VI, S. 11-68.
- Die Furcht vor der Freiheit (1941), GA I, S. 217-394.
- Psychoanalyse und Ethik. Bausteine zu einer humanistischen Charakterologie (1947), GA II, S. 1-157.
- Die Seele des Menschen. Ihre Fähigkeit zum Guten und zum Bösen (1964), GA II, S. 161 – 268
- Psychoanalyse und Religion (1950), GA VI, S. 227-292.
- Wege aus einer kranken Gesellschaft“ (1955), GA IV, S. 1-254.
- Kunst des Liebens (1956), GA IX, S. 439-518.
- Die Revolution der Hoffnung. Für eine Humanisierung der Technik (1968), GA IV, S. 255-377.
- Einige post-marxsche und post-freudsche Gedanken über Religion und Religiosität (1972), GA VI, S. 293-299.
- Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft“ (1976), GA II, S. 269-414.
- Fromm Forum 3/1999: Alfons AUER, Gibt es ein Ethik ohne Religiosität? (S. 33-37); Erich Fromm, Antworten (S. 37-40)

Angst als beherrschendes Element des Menschen und Ansätze zu ihrer Überwindung

Friedhelm Zubke

Angst erfährt der moderne Mensch immer häufiger als existentielle Bedrohung, der er sich ausgeliefert sieht und der er sich nicht erwehren kann. Der von Angst getriebene Ich-Schwache ist ständig auf der Flucht vor Aufgaben, vor Problemen, vor Konflikten, die er nicht für lösbar hält, denen er sich nicht gewachsen fühlt. Er kommt nicht zu sich selbst. Ruhelos, gehetzt, befindet er sich auf der Jagd nach etwas, ohne sagen zu können, was dieses Etwas ist, wonach er sucht, was er zu verpassen wähnt. Ein diffuses, negatives Gefühl vor Vielem, in extremen Fällen vor Allem, lähmt und blockiert ihn. Angst verstehe ich hier als einen Affektzustand, der sich nicht auf ein klar angebbares Objekt richtet, im Gegensatz zur Furcht, die zielgerichtet ist: man hat Furcht vor etwas Bestimmtem.

Angst des Einzelnen in einer komplexen Gesellschaft

Erich Fromm führt die Ursache von Angst darauf zurück, dass der Mensch sich im Laufe seiner Entwicklung „über das Tierreich und seine instinktive Anpassung erhoben hat, dass er sich die Natur transzendiert hat, wenn er sie auch nie ganz verlässt.“ Er bleibe jedoch Teil der Natur, auch wenn es ihm nicht gelingt, in sie zurückzukehren. Fromm hält diese Abtrennung für „die Quelle aller Angst.“ Abgetrennt sein heiße nämlich, „abgeschnitten sein und ohne jede Möglichkeit, die eigenen Kräfte zu nutzen.“ Zusätzlich





vermittelt die immer komplexer werdende Welt mit ihren nur schwer durchschaubaren Gesellschaften – trotz oder gerade wegen der ständig steigenden Informationsflut – ein Gefühl der Isoliertheit und Ohnmacht.

Gegenüber apodiktischen Aussagen wie der von Fromm, der die Abtrennung des Menschen von der Natur als „die Quelle aller Angst“ ausweist, ist Skepsis angebracht. Akzeptiert man jedoch die Grundannahme, dass der Mensch in einem Wechselverhältnis mit der Natur verbunden ist, dann ließe sich der These Fromms zustimmen: Der Mensch stammt von der Natur ab, sie befriedigt seine elementaren Grundbedürfnisse und nimmt ihn nach seinem Tod wieder auf. Das Gebot „Macht euch die Erde untertan“ war wohl gemeint im Sinne von Aneignung. Der Gedanke, die Natur müsse eines Tages vor dem Menschen geschützt werden, war den Verfassern des Schöpfungsberichts fremd. Sie konnten nicht denken, dass der Erkenntnisstand heutiger Wissenschaft dem Menschen die Mittel an die Hand gibt, die Natur zu zerstören oder sogar zu vernichten. Dass er sich damit selbst seine Lebensgrundlage entziehen würde, ist nur schwer vermittelbar. Heute muss die Natur vor dem Menschen geschützt werden.

Abgetrennt sein und Isoliertheit nimmt der Mensch als Defizit wahr, das er aufzuheben sucht. Tiefes Bedürfnis des Menschen sei es, wie Fromm schreibt, „seine Abgetrenntheit zu überwinden und aus dem Gefängnis der Einsamkeit herauszukommen.“¹ Flucht in die Ablenkung und Betäubung (Hinwendung zum Alkohol, zur Droge und zur hemmungslos ausgelebten Sexualität, die den anderen nur benutzt), deutet Fromm als Sehnsucht nach Vereinigung, die als schmerzhaft empfundene Abtrennung aufzuheben durch Zuflucht in die Fiktion oder in die Welt des Scheins.

¹ Fromm, Die Kunst des Liebens, in: Gesamtausgabe (= GA) IX, S. 444f.

Fromm warnt vor einer Entwicklung, in der Angst vom Menschen Besitz ergreift, in der Angst ein Ausmaß annimmt, dem sich der Mensch nicht mehr erwehren kann.

Die Warnung vor negativen Auswirkungen einer die menschliche Existenz bedrohenden Angst blieb nicht ungehört, sie wurde mehrfach aufgegriffen. Ich führe einige Positionen an, die die Analysen Fromms bestätigen.

Versäumte Verarbeitung angstbesetzter Erfahrungen reaktiviert erneut Angst. Horst BRÜCK und Bernd WEIDENMANN haben diesen Sachverhalt 1978 eindrucksvoll am Verhalten von Lehrern und Lehrerinnen nachgewiesen.² Verdrängte Ängste der eigenen Schulzeit meldeten sich massiv bei etlichen Lehrern und Lehrerinnen durch die Konfrontation mit dem Schulalltag. Schüler und Schülerinnen erinnerten sie an eigene, nicht verarbeitete Niederlagen und Demütigungen. Durch die Projektion unbewusster, früherer Ängste auf Schüler und Schülerinnen wurden diese, ohne es zu ahnen, Quelle latenter wie konstanter Angst.

Reinhard HÖPPNER hatte 1995 in einem Vortrag die These vertreten, die Leistungsgesellschaft habe „einen Hang zur Gnadenlosigkeit, in der jeder Fehler hart bestraft wird.“ Gleichzeitig wachse „die Sehnsucht nach einer gnädigen Welt.“ Eine Tendenz habe zugenommen, sich als makellos, fehlerfrei, ohne Defizite darzustellen, weil das Eingestehen von Irrtümern und Fehlern nicht nur Verlust von Ansehen nach sich ziehen kann, sondern sogar das in Frage stellen von Kompetenz. Entsprechend dem Erklärungsmodell von HÖPPNER steht hinter dem Aufspüren von Fehlern bei anderen der Versuch, von eigenen Defiziten abzulenken. Dass mit der von HÖPPNER analysierten „gnadenlosen“ Gesellschaft das „Miteinander“ schwindet, ist nahe liegend. Wir haben, so HÖPPNER, eine Medien-Öffentlichkeit der Redu-

² Vgl. BRÜCK, Die Angst des Lehrers vor seinen Schülern, Reinbek 1978 und WEIDENMANN, Lehrerangst, München 1978.



zierung auf Schlagzeilen und Bilder: wichtig ist nicht mehr, was jemand sagt, sondern wie er es sagt.³

Menschen sind gegenwärtig hohen gesellschaftlichen Erwartungen ausgesetzt, häufig noch vermehrt durch eigene übersteigerte Forderungen. Wirtschaftliches Denken, das sich nur an Wachstumsraten orientiert, degradiert den Menschen zu einer Figur, die entsprechend der von ihr erwarteten Erträge funktioniert. In der Kalkulation erscheint der Mensch als Kostenfaktor; nach einer Kosten-Nutzen-Rechnung ist er beliebig austauschbar. Harte Konkurrenzsituationen in fast allen Branchen der Wirtschaft und äußerst geringe Möglichkeiten von Alternativen auf dem Arbeitsmarkt schaffen ungeahnte Abhängigkeiten. Dauernde Angst lähmt, schwächt und blockiert. Sie verhindert, dass sich Kreativität entwickeln kann. Angst schnürt ein. Der unter ständiger Angst Leidende traut sich immer weniger zu. Einschüchterung lässt ihn mutlos werden. Er verliert das Vertrauen zu sich. Allmählich tritt auf Grund mangelnden Vertrauens an die eigenen Fähigkeiten das gefürchtete Versagen ein, das später als eigenes Unvermögen gedeutet wird. Je tiefer eine Verstrickung in diesen Teufelskreis erfolgte, desto schwieriger wird es, sich aus ihm zu befreien. Unter dem Gefühl, nichts wert zu sein, oder verachtet zu werden, leiden Menschen. Wird der Leidensdruck übermächtig, sucht er sich ein Ventil. Die Folgen können fatal sein. In der „Harzreise im Winter“ heißt es bei GOETHE: „Erst verachtet, nun ein Verächter, Zehrt er heimlich auf seinen eignen Wert.“⁴

³ „Die Gnadenlosigkeit macht Politik kaputt.“ Von dem Ethos der Öffentlichkeit, der Unkultur des Meckerns und Einsichten eines Politikers fünf Jahre nach der Vereinigung. Von Reinhard HÖPPNER, in: Frankfurter Rundschau, 9. 12. 1995, S. 16; Wiederabdruck in: ders., Segeln gegen den Wind. Texte und Reden. Und ein Gespräch mit Günter Gaus. – Man kann darüber streiten, ob der mit religionsgeschichtlichem Bedeutungsgehalt besetzte Begriff „Gnade“ geeignet ist für Kritik an Politik und Gesellschaft.

⁴ GOETHE, Gedichte in zeitlicher Folge, hg. von Heinz NICOLAI, S. 220f.

Beherrschung von Menschen

Angst ist kein urwüchsiges, naturgegebenes Phänomen, das den Menschen bedroht. Menschen in unterschiedlichen Rollen sind es, die Angst auslösende Momente oder Situationen schaffen. Zu allen Zeiten erwies sich das kalkulierte Erzeugen von Angst und deren gezielte Verbreitung als wirksames Mittel zur Beherrschung von Menschen. Mit ihren Verboten und Dogmen verbreitete die Kirche Angst und Schrecken. Für diese These liefert die Kirchengeschichte eindrucksvolle Belege. Ihre Macht stabilisierte die Kirche im Mittelalter durch Inquisition und Hexenverfolgung. Gegenwärtig lassen sich etliche Landeskirchen in ihrem Umgang mit Beziehungsproblemen von Pfarrerinnen und Pfarrern und in ihrer Einstellung zu Homosexuellen beiderlei Geschlechts nicht von christlicher Barmherzigkeit leiten.

Wie groß, so ist des weiteren zu fragen, ist der Anteil an Verboten in der religiösen Erziehung und Sozialisation? Einer sogenannten „Weißen Pädagogik“, die von Drohungen vor abstrakten Größen lebt, ist ein Kind hilfloser ausgeliefert als vor einer „Schwarzen Pädagogik“, auch dann, wenn sie sich als äußerst autoritär erweist.

Ermutigen wir das Kind in dem für seine Entwicklung notwendigen Maße oder entmutigen wir es weitaus mehr? Ist das Drohen mit negativen Zensuren und negativer Bewertung immer noch das angeblich so bewährte Mittel zur Disziplinierung? Beabsichtigen wir eine Verhaltensänderung auf Grund von Einsicht oder auf Grund von Strafvermeidung?

Auch in politischen Systemen gilt die Erzeugung von Angst als wirksame Strategie zur Beherrschung von Menschen. Die Verbreitung von Angst ist ein geeignetes Instrument zum Ausbau und zur Stabilisierung von Macht. Überlebensmemoiren von Holocaustopfern heben hervor, „dass die Erzeugung von Angst zur Strategie von Hitler gehörte.“ Bei



der Verfolgung seines Ziels, die „Weltherrschaft“ zu erringen, wurde Angst bewusst als Methode eingesetzt.⁵

Friedrich KOCH hat nachgewiesen, dass die „Sexuelle Denunziation“ die wirksamste Waffe in der politischen Auseinandersetzung ist. Sexuelle Denunziation macht sich einen Wahlverwandten der Angst zu Nutze, die Unsicherheit. Gezielt setzt sie bei Unsicherheit vor Sexualität wie vor sexuellem Verhalten an.“ KOCH schreibt:

„Über den Sexualbereich werden Menschen verächtlich gemacht, disqualifiziert, psychisch und physisch liquidiert. Der ‚Sinn‘ der Sexualität als Denunziation liegt in der gesellschaftlichen Ausgliederung der Denunzierten in die Randständigkeit.“

Mit gezielt eingesetzter sexueller Denunziation waren politische Parteien von rechts wie von links seit der Weimarer Republik in Deutschland erfolgreich. Die letzten Fälle von Denunzierten reichen von General KIESSLING bis zu Björn ENGHOLM.⁶

Gestörte Beziehungen zu anderen

Angst beeinflusst die Beziehung zu anderen. Den modernen Menschen beschreibt Fromm als einen psychisch Kranken: „Er hat Angst, ist unsicher und benötigt eine dauernde Bestätigung seines Narzissmus.“⁷ Der sich im Wasser spiegelnde Narziss ist nach der Version OVIDS in sein schönes Antlitz verliebt. Er nimmt nur wahr, was ihm sein Spiegelbild zeigt, schon seine Rückenpartie wie sein Schatten blei-

⁵ WANDER, Das gute Leben, 1996, S. 51f.

⁶ KOCH, Sexuelle Denunziation. Die Sexualität in der politischen Auseinandersetzung, 1986, S. 8. In der Zweitaufgabe (1995) fügt er die Kapitel „Sexuelle Denunziation in der DDR“ und „Neue Täter – Neue Opfer“ an. Vgl. S. 211 – 227.

⁷ Fromm, Von der Kunst des Zuhörens. Schriften aus dem Nachlass (= Nachl.) 5, S. 28.

ben ihm verborgen.⁸ Die Verblendung des Narziss hat zwei Seiten: das idealisierte In-sich-selbst-Verliebtsein hat die Qualität von Grandiosität, während die selbstzerstörerische Sehnsucht nach sich selbst in Depression umschlägt. Dieses Bild aus der Mythologie benutzt Fromm zur Beschreibung psychischer Störungen. Ähnlich dem Narziss ist für den narzisstischen Menschen:

„Nur er und was ihn betrifft ganz real; was außerhalb ist, was andere anbelangt, erscheint ihm nur oberflächlich für seine Wahrnehmung als real.“

Er „hat eine unsichtbare Mauer um sich erstellt; er ist alles, die Welt ist nichts – oder vielmehr: er ist die Welt.“ Er versteht es, seinen Narzissmus zu verstecken, weil er „besonders bescheiden und demütig“ auftritt.⁹ Zu erkennen ist er am Umgang mit Kritik: er regiert „äußerst empfindlich auf jede Kritik.“ Mit vermeintlich rationalen Argumenten weist er die an ihm geübte Kritik zurück: sie sei nicht „stichhaltig.“ Seine Reaktion kann sich ebenso in „Zorn und Depression“ entladen. Unfähig ist der narzisstisch Bedürftige, „sich in einen anderen Menschen hineinzusetzen, der anders ist als er.“¹⁰

Der narzisstisch Bedürftige ist ein „unsicherer Mensch“¹¹, der Sicherheit vortäuscht. Angewiesen ist er auf viel Zuwendung und Beachtung. Fixiert auf Bewunderung durch andere, erwartet er Bestätigung seiner Größe, seiner Bedeutung wie seiner Leistung. Der Einfluss narzisstisch bedürftiger Erwachsener, in der Rolle familiärer und professioneller Erzieher, wirkt sich ungünstig auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen aus, weil sie ihre Bezugspersonen

⁸ Enzyklopädie des Märchens. Handbuch zur historischen und vergleichenden Erzählforschung, Bd. 9, Sp. 1218f.

⁹ Fromm, Vom Haben zum Sein. Nachl. 1, S. 154.

¹⁰ Fromm, Seele des Menschen, in: GA II, S. 203.

¹¹ Fromm, Kunst des Zuhörens, S. 212.



son nicht narzisstisch besetzen können. Ihr Mangel an narzisstischer Bestätigung kann zu schwerwiegenden psychischen Störungen führen. Im Bildungsbereich sollte der Narzissismus daher als nachhaltige Einflussgröße mehr Beachtung finden als bisher.

Eine Tendenz des Habens, der Anhäufung von Besitztümern, des Besitzenwollens analysiert Fromm als weiteres Phänomen moderner Gesellschaften. Der „Habensmensch“ verlasse sich auf das, „was er hat“, während der am Sein ausgerichtete Mensch laut Fromm auf die Tatsache vertraut, „dass er ist, dass er lebendig ist und dass etwas Neues [im Austausch mit anderen] entsteht, wenn er den Mut“ aufbringt, Möglichkeiten zu nutzen. Die Differenz von Haben und Sein weist Fromm auch in der Einstellung zur Autorität nach, sie zeige sich darin, „ob man Autorität *hat* oder eine Autorität *ist*.“¹² Wer Autorität hat und dabei übersieht, dass sie ihm als Ressource zur Gestaltung anvertraut ist, erliegt allzu oft der Gefahr, sie gegen andere einzusetzen oder andere zu beherrschen und ihnen seinen Willen aufzuzwingen. Das Verhältnis zur Autorität stellt Fromm an zwei Verhaltensweisen dar: da seien diejenigen, „die nur dann glücklich sind, wenn sie sich einer Autorität fügen oder unterwerfen können“ und die anderen, die sich ihr gegenüber „auflehnd und trotzig verhalten.“¹³ Fromms Gesellschaftsanalyse liefert Befunde, die für Erzieher wie Pädagogen von weitreichender Tragweite sind.

Gesellschaften waren zu allen Zeiten einem Wandel unterworfen, hervorgerufen durch neue Einsichten und Erkenntnisse, die sich in Einstellungen, Verhaltensweisen, Interessen und Bedürfnissen der Menschen niederschlug. In unserem von Medien und Techniken beherrschten Zeitalter nimmt der gesellschaftliche Wandel ein derartig rasantes

Tempo ein, dass Phasen der Ruhe, der Besinnung und Muße auf ein Minimum beschränkt sind. Menschen stehen unter einem ständigen Zeitdruck. Zwischenmenschliche Beziehungen bleiben von diesem gesellschaftlichen Trend nicht ausgenommen. Fähigkeiten des uneingeschränkten Zuhörens, des ungeteilten Interesses am Anderen nehmen ab oder verkümmern. Desinteresse im Umgang mit anderen ist kein neues Phänomen unserer Zeit. Was sich verändert hat, ist die Zunahme mangelnden Interesses am Anderen. Historisch überkommene Umgangsformen praktizierten Beziehungen des Aufeinandereingehens. Eine schnell wechselnde Kontaktaufnahme des bloßen Aufeinanderzugehens mag dem Scheine nach Interesse suggerieren. Verstärkt wird der Eindruck noch durch den Austausch von Höflichkeiten, die mitunter nicht über die Qualität von Floskeln hinauskommen. Geweckte Erwartungshaltungen werden nur selten eingelöst, reduziert der unter Hektik leidende Mensch der modernen Gesellschaft die Beziehung zum Anderen doch häufig auf die Projektion eigener Interessen und Bedürfnisse. Ohne dass es ihm bewusst ist, benutzt er so den anderen, indem er ihn in die Zuhörerrolle drängt. Nicht *was* der Andere mitteilt oder worüber er berichten möchte, ist wichtig. Relevant sind ausschließlich die *eigenen* Erlebnisse und Erfahrungen. Der Andere wird benutzt als Projektionsfolie, an der sich die eigene Bedeutung ablesen lässt. Gebraucht wird er als Claqueur. Er soll einem die eigene Wichtigkeit durch seinen ihm abverlangten Beifall bestätigen. „Small talk“ umschreibt diese um sich greifende gesellschaftliche Form, die durch das Medium Fernsehen hoffähig geworden ist, recht zutreffend. Nicht mehr das *Was* des Redens ist von Bedeutung, sondern das *Das* des Redens. Vordergründiges, dahin plätscherndes Reden, der Eindruck, man könne sich ohne Sachkenntnis zu jedem Thema äußern, entspricht dem vorherrschenden Trend. An diesem zwischenmenschlichen Verhaltensmuster leiden etliche Menschen. Es verunsichert sie. Es gibt ihnen nicht mehr die

¹² Fromm, Haben und Sein, in: GA II, S. 298.

¹³ Fromm, Sozialpsychologischer Teil, in: Fromm/ HORKHEIMER/ MAYER/ MARCUSE u. a., Autorität und Familie. Bd. I, S. 77.

Gewissheit, einem anderen etwas anvertrauen zu können, mit dem dieser wie mit einem ihm anvertrauten Gut umgeht.

Instabilität des Einzelnen

Fromm schreibt:

„Heute leiden Menschen an sich selbst. Bei ihnen ist äußerlich alles in Ordnung: Sie haben alles, aber sie leiden an sich selbst. Sie wissen nicht, was sie mit sich anfangen sollen, sie leiden daran, es ist ihnen eine Last und eine Aufgabe, die sie nicht lösen können. Sie können Kreuzworträtsel lösen, aber sie können nicht das Rätsel lösen, das das Leben jedem vorlegt.“¹⁴

Der von vielen gewählte Weg in die Ablenkung sei keine Lösung, denn „[wer] sich seinen Leiden nicht bewußt ist und nur fernsieht oder mit sonst etwas sich die Zeit vertreibt, der ist weder hier noch dort.“¹⁵ Zeit, unser aller kostbarstes Gut, vertreiben, ist oft die Vermeidungsstrategie, sich selbst zu begegnen, sich auf sich selbst einzulassen.

Mangelnde Souveränität zeigt sich für Fromm an Angst vor anderen und vor sich selbst, an narzisstischer Bedürftigkeit, an dem übermächtigen Wunsch nach Haben anstelle von Sein sowie am Verhältnis zur Autorität. Der Instabile hat die Neigung, sich kleiner zu machen in der Erwartung, man werde ihn dann mit Angriffen verschonen. Sein häufiges Sichentschuldigen ist inhaltsleer, verkommt zur reinen Floskel. Kritische Anfragen zu vermittelten Sachverhalten oder vertretenen Positionen wertet der Instabile als persönlichen Angriff. Ihm fehlt die Gelassenheit, unbequemen Anfragen standzuhalten. Wer Position bezieht, darf nicht nur mit Bestätigung rechnen, bietet er doch Reibungsflächen, die

¹⁴ Fromm, Kunst des Zuhörens, S. 76.

¹⁵ Ebd., S. 37.

angreifbar machen. Narzisstisch Bedürftige halten diese Auseinandersetzung nicht aus. Sie können sich weder besetzen lassen, noch können sie es ertragen, dass man das ihnen Wichtige, für das sie werben, in Frage stellt oder sich um der Sache willen gar an ihnen reibt. Sie werden bestrebt sein, ihren Wunsch zu befriedigen, von Jüngeren geliebt oder bewundert zu werden. Um sich nicht Situationen auszusetzen, in denen sie angreifbar werden könnten, werden sie jede Art der Festlegung zu vermeiden suchen. Eine beliebte Formulierung, die bemüht ist, alles im Vagen zu halten, lautet: man kann das so oder so sehen. Damit wird jeder Ansatz, praktische Arbeit in einem pädagogischen Feld zu reflektieren, zu hinterfragen, diskreditiert.

Angst mindert eigene Ressourcen. Über den Abbau von Ressourcen wirkt Angst ein auf die Persönlichkeitsstruktur des Subjekts. Fromm erkannte den Zusammenhang von Fremdenfeindlichkeit und Persönlichkeitsstruktur, eine Erkenntnis, die von Persönlichkeitstheorien bestätigt wird.¹⁶ Ursachen der Fremdenfeindlichkeit sind hiernach nicht in dem Fremden zu suchen, „sondern in der Persönlichkeitsstruktur der Fremdenfeinde selbst.“¹⁷ Stresstheorien haben die These der Persönlichkeitstheorie aufgegriffen und weitergeführt. Sie „versuchen, Aussagen über Reaktionen von Menschen auf starke Belastung zu formulieren.“ Stress ist es, „der Bürger anfällig für Xenophobie und autoritäre Reaktionen macht.“ K. Peter FRITZSCHE verwendet bewusst anstelle von Fremdenfeindlichkeit den Begriff „Xenophobie“. Theoretisch wird damit der Blick gelenkt auf den „Zusammenhang von Feindlichkeit und Furcht.“ Xenophobie ist „keineswegs etwas Natürliches, biologisch Gegebenes“, nein, es ist vielmehr

¹⁶ Vgl. u. a. ebd., S. 218.

¹⁷ FRITZSCHE, Die neue Furcht vor neuen Freiheiten, in: Erich Fromm heute. Zur Aktualität seines Denkens, hg. von FUNK/ JOHACH/ MEYER, S. 227.





„etwas sozial Gelerntes und damit etwas Veränderbares.“¹⁸ Stress meint ein subjektiv zu fassendes Gefühl der Überforderung. „Erst das Zusammentreffen eines relativen Zuviel an Belastung und eines relativen Zuwenig an Möglichkeiten der Bewältigung lässt das Gefühl der Überforderung entstehen.“¹⁹ Die Stress-Schwelle kann in Intoleranz umschlagen, wenn für die subjektiv empfundene Überforderung nach Entlastung gesucht wird. Es lässt sich die These aufstellen:

„Je größer der soziale Stress, desto geringer die Wahrscheinlichkeit, dass sich die gestressten Bürger tolerant verhalten.“²⁰

In der Deutung, Xenophobie sei „etwas sozial Gelerntes und damit etwas Veränderbares, steckt bereits einer der Lösungsansätze zum Abbau von Gewalt, die im Gewande von Feindschaft gegenüber anderen oder von Intoleranz auftritt: die Stärkung des Selbstwertgefühls.“²¹ Auch Fromm hielt eine Stärkung des Selbstwertgefühls für unabdingbar. Diese Einschätzung teilen andere Theorien, die Ursachen von gesellschaftlicher Gewalt untersuchen.

„Die Toleranzschwellen in einer Gesellschaft sind“ nach diesem Erklärungsmodell „Stress-Schwellen“.²² Toleranz und Intoleranz sind hiernach nicht feste, verlässliche Verhaltensweisen, über die der Einzelne nach Belieben verfügen kann. Toleranz ist eine gezügelte Intoleranz, denn so-

¹⁸ Vgl. FRITZSCHE, Bürger im Stress – eine Erklärung der Xenophobie, in: Verantwortung in einer unübersichtlichen Welt. Aufgaben einer wertorientierten Welt. Hg. von der Bundeszentrale für politische Bildung (= Schriften, Bd. 331), S. 169-171. Diese These hat FRITZSCHE inzwischen differenziert weiter entfaltet, vgl. in: ders., Die Stressgesellschaft.

¹⁹ FRITZSCHE, ebd., S. 165f.

²⁰ FRITZSCHE, Toleranz im Umbruch. Über die Schwierigkeit, tolerant zu sein, in: Aus Politik und Zeitgeschichte. Beilage zur Wochenzeitung „Das Parlament“, B 43/1995, S. 13

²¹ FRITZSCHE, Bürger im Stress, S. 180.

²² Ebd., S. 174.

zialer Stress „macht anfällig für Intoleranz.“ Gegenüber Migranten gibt es nämlich „keine absolute Toleranzgrenze“, die Grenze ist vielmehr „konstruiert und gelernt“, sie ist somit „auch veränderbar.“²³

Seinen eigenen Wert entdecken unter Einbeziehung des Anderen

Der zentrale Begriff bei Erich Fromm ist Humanismus. Sein Denken kreist um die Idee einer humanen Welt. Für den von ihm favorisierten Humanismus bezieht Fromm Normen aus der von ihm vertretenen humanistischen Religion und Visionen für eine von Angst befreite Selbsterkenntnis – unter Einbeziehung eines Wissens um den eigenen Wert des Subjekts – aus seiner humanistischen Psychoanalyse. Er versteht sich als „Seel-sorger“, als einer, der sich um die Seele anderer sorgt.²⁴

Fromm machte die Industriegesellschaft dafür verantwortlich, dass der Mensch immer weniger selbstbestimmt sein Leben gestaltet, dass er sich in ein System eingefügt findet, das ihm nur minimalen Entfaltungsraum belässt: „Die Industriegesellschaft erzeugt viele nutzlose Dinge und im gleichen Ausmaß viele nutzlose Menschen. Der Mensch ist nur noch ein Zahnrad in einer Produktionsmaschinerie; er wird zu einem Ding und hört auf, ein Mensch zu sein. Er verbringt seine Zeit mit Dingen, für die er sich nicht interessiert, und mit Menschen, an denen er kein Interesse hat. Er produziert Dinge, für die er sich nicht interessiert; und wenn er nicht produziert, dann konsumiert er. Er ist der ewige Säugling. Sein Mund steht ständig offen. Teilnahms-

²³ FRITZSCHE, Die neue Furcht vor neuen Freiheiten, S. 227.

²⁴ HARDECK, Humanismus und Religion. Pluralismus der Wege, nicht der Werte, in: FUNK/ JOHACH/ MEYER (Hg.), Erich Fromm heute. Zur Aktualität seines Denkens, S. 183.



los, ohne Anstrengung und ohne innere Aktivierung nimmt er alles auf, was ihm die Industrie aufdrängt, um Längeweile zu vermeiden und sie zugleich hervorzubringen. Zigaretten, Schnaps, Filme, Fernsehen, Sport, Lektüre und Sex – kurzum alles, was sich jeder ohne viel Aufwand an Leidenschaft leisten kann.“²⁵ Fromm hebt die Gefahren dieser Entwicklung für die menschliche Psyche hervor:

„Wenn der Mensch passiv, gelangweilt, gefühllos und einseitig desorientiert ist, entwickelt er pathologische Symptome wie Angst, Depression, Depersonalisierung, Gewalttätigkeit und Gleichgültigkeit gegenüber dem Leben“²⁶

Dem Menschen will Fromm seine Würde und seinen Wert zurückgeben. Korrigierend will er einwirken auf gesellschaftliche Entwicklungen, die die menschliche Psyche beschädigen. Wie sieht die Alternative von Fromm aus? Ein humanistisches Management lässt den einzelnen Menschen nicht zu einem bloßen Rädchen verkommen, es verhindert, dass er als Produktionsgröße eingesetzt, dass er wie eine Figur gesehen wird, die zu funktionieren hat.

„Nur wenn der einzelne seinen eigenen Willen einbringt, können seine Energien freigesetzt werden und kann sein seelisches Gleichgewicht wiederhergestellt werden“²⁷

Einwenden kann man, dass sich die Gesellschaft nach Fromms Analyse in einem rasanten Tempo von der Industriegesellschaft zu einer Informationsgesellschaft verändert hat. Zweifellos lassen sich empirisch gesellschaftliche Gruppierungen nachweisen, die sich ihr Selbstbewusstsein bewahrt haben, die gesellschafts-politische Entwicklungen kritisch verfolgen und sich – wenn es ihnen notwendig erscheint – einmischen, nicht immer zur Freude derjenigen,

²⁵ Fromm, Ethik und Politik Nachl 4, S 32

²⁶ Fromm, Die Revolution der Hoffnung, in GA IV, S 330f

²⁷ Ebd., S 335f

die Politik gestalten. Aber, wie groß ist diese engagierte Gruppe, die sich aktiv einbringt? Ist sie nicht eine Minderheit, eine verschwindende Teilmenge von der Gesamtmenge der Gesellschaft?

Alice MILLER erweckt bei Lesenden den Eindruck, es genüge, die einem in der Kindheit zugefügten psychischen Verletzungen aufzuspüren und Zorn auf den/die Verursacher zuzulassen.²⁸ Anders Fromm: Für ihn stellt Wut auf Beschädigung in der frühen Kindheit einen unerlässlichen Schritt in der Entwicklung dar, den es zu überwinden gilt. Der notwendigen Phase von Wut müsse Übernahme von Verantwortung für sich selbst folgen. Infantil bleibe nämlich derjenige, der seine Verantwortung an seine Eltern delegiere, indem er beteuert, durch sie in seiner Entwicklung gebremst worden zu sein.

In seiner Gesellschaftsanalyse weist Fromm nach, dass die moderne Gesellschaft für viele Menschen kaum noch begreifbar ist, dass für sie an die Stelle von Orientierung und Transparenz Desorientierung getreten sei. Folge dieser gesellschaftlichen Orientierungslosigkeit sei ein Rückzug ins Private. Sie fördere die häufig selbst geschaffenen Unfreiheiten und Abhängigkeiten. Das Verstricktsein in Zwängen zu erkennen, verlangt nach Fromm das Aufbringen von Wahrhaftigkeit gegenüber der eigenen Situation. Ein allmähliches Sichlösen aus alltäglichem Verstricktsein in Unfreiheiten und Abhängigkeiten hat den schmerzhaften Prozess der Selbsterkenntnis zur Voraussetzung.

Die Psychoanalyse setzt Fromm ein, um die Verantwortung jedes Einzelnen für seinen psychischen Wachstumsprozess zu stärken und ihn zu befähigen, seine subjektive Wirklichkeit innerhalb seines gesellschaftlichen Umfeldes wahrzunehmen. FREUDS praktizierten Ansatz hat er damit erwei-

²⁸ Am Auffälligsten in MILLER, Am Anfang war Erziehung, 1980



tert. Dem Vater der Psychoanalyse hält Fromm vor, das Kind mit seinen angeblichen Phantasien schuldig zu sprechen und stattdessen für die Eltern Partei zu ergreifen²⁹

Eine Befreiung von Angst hat anzusetzen bei dem, woran der angstbesessene Mensch leidet. Das Leiden an etwas ist nämlich die Kehrseite verschütteter Sehnsucht nach ganz Konkretem. In einer hektischen Welt leiden Menschen an der Gleichgültigkeit anderer. Sie leiden darunter, dass man sie übersieht, dass man sie nicht beachtet. Ein Miteinander, Teilnahme an Freude, an Erfolg wie an Scheitern und an Kummer, bewegt sich in überkommenen konventionellen Bahnen der Höflichkeit. Anstelle eines echten Miteinander ist ein Gegeneinander getreten, das die Kollegin, den Kollegen argwöhnisch beäugt, das in ihnen lästige Konkurrenten wittert. Lob, wenn es formuliert wird, erfolgt in der Negation. Man rafft sich auf zu einem gönnerhaften, zugleich herablassenden „Gar nicht schlecht.“ In diesem Lob klingt unüberhörbar die Geringschätzung an. Da Menschen Anerkennung brauchen wie die Luft zum Atmen, leiden sie unter diesen Konventionsformen, auch dann, wenn sie vorgeben, sich daran gewöhnt zu haben.

Der Wunsch nach Anerkennung hat auch seine negative Kehrseite. Das Verlangen nach Anerkennung kann sich zur Sucht steigern, als Ausdruck eines krankhaften Verhaltens ist es häufig Ursache einer narzisstischen Störung. Das suchtartige Angewiesensein auf Anerkennung führt zur Abhängigkeit und Unfreiheit. Der Instabile wird daher ein Nachlassen von Anerkennung und Wahrgenommenwerden, an das er sich gewöhnt hat, nicht ohne psychische Schäden verkraften. Wer Beifall der Massen sucht, muss bereit sein zu Zugeständnissen, darauf bedacht sein, zu gefallen, vermeiden, unbequem zu werden. Die Masse kann heute „Hosianna“ rufen und schon morgen ihre Zuneigung mit

²⁹ Vgl. Fromm, Kunst des Zuhorens, S. 60

einem „Kreuzige ihn“ entziehen. In dem Maße, in dem der Einzelne sich das die Wirtschaft beherrschende Wachstumsdenken zu eigen macht, wird sich der Erfolgreiche nicht mit dem Erreichten zufrieden geben, er wird mehr, noch mehr Erfolg anstreben.

Mit der Stärkung des Selbstwertgefühls ist eine Befreiung aus Verstrickung in alltäglicher Angst möglich. Der Realisierung dieser Strategie stehen ernst zu nehmende Hindernisse entgegen. Sind gesellschaftliche Gruppen interessiert an selbstbewussten Menschen, wenn ihnen durch deren Kompetenz ein kritisches Potential heranwächst, das sich nicht willenlos beherrschen und über sich verfügen läßt? Der verunsicherte wie der instabile Mensch sind leichter beherrschbar als der selbstbewusste. Eine andere Schwierigkeit besteht darin, dass in einer Gesellschaft, die Angst bei Menschen erzeugt, in Bildungseinrichtungen der überwiegende Teil der dort Tätigen selbst nicht über das Selbstwertgefühl verfügt, zu dem er andere befähigen soll.

Selbstwertgefühl meint ein Wissen um den persönlichen Wert des Einzelnen bei einem gleichzeitigen Angewiesensein auf Anerkennung als Individuum durch die ihn umgebende Gruppe (Jan Philipp REEMTSMA). Ein In-sich-ruhen, ein Zur-Ruhe-gekommen-sein, nicht mit Friedhofsruhe zu verwechseln, lässt sich nicht verunsichern, da es um seinen Wert weiß. Mit sich eins sein heißt, sich annehmen mit allen Möglichkeiten, die geweckt sein wollen, aber ebenso gilt es, alle Grenzen oder Beschränkungen zu akzeptieren. Vertrauen zu sich selbst umfasst daher Frieden mit sich und Versöhnung mit der Welt. Wer in diesem Sinne – trotz Verunsicherung und Gefährdung – in dieser Welt heimisch geworden ist, den verunsichert nicht mehr das Anderssein anderer, der entdeckt in dem, was konträr zum eigenen Denken und Handeln steht, eine Ergänzung und Bereicherung zum Eigenen. Es geht um den hohen Anspruch von LESSINGS „Nathan“. Nachdem es Nathan in zäher Geduld und großem Beharrungsvermögen gelang, die ihm vom

Tempelherrn entgegengebrachte Feindschaft durch ein Verhältnis gegenseitiger Achtung abzulösen, erklärt er:

„Ah! wenn ich einen mehr in Euch
Gefunden hatte, dem es genügt ein Mensch
Zu heißen!“³⁰

Fromm will den Menschen ermutigen, sich zu entdecken. Die Ausgangsfrage vieler Psychotherapeuten „Warum bin ich so geworden, wie ich bin?“ ist ihm dabei hinderlich „Solange jemand nur fragt, warum er so geworden ist, wie er ist, weiß er noch nicht“, betont Fromm, „wer er ist.“ Fromm empfiehlt daher, sich an der Frage „Wer bin ich?“ zu orientieren ³¹ Befähigen will Fromm den Entmutigten, Verängstigten, angstfrei für etwas einzustehen, angstfrei für etwas einzutreten, sich einzumischen. Befähigen will Fromm den Menschen, zu sich zu stehen, sich zu akzeptieren, so dass er sich auf sich verlassen kann. Auf seine eigenen Möglichkeiten zu vertrauen, schließt für Fromm ein, sich mit eigener Begrenztheit zu arrangieren. Jemand, der es mit sich gut meint, nicht im vordergründigen Sinne eines Show business, ist unabhängig von der Anerkennung durch andere. Er kennt seinen menschlichen Wert, weiß sich einzubringen Er kann es ertragen, nicht von allen geliebt zu werden. Diese Form subjektiver Akzeptanz umschreibt Fromm mit Selbstliebe, er hebt sie ab gegen narzisstisches Verliebtsein in sich selbst

Fromm begnügt sich nicht mit leeren Appellen. Er entwirft Modelle zur „Selbsthilfe“. Was er empfiehlt, stützt sich auf den von ihm analysierten Menschen in der modernen Gesellschaft. Die von Fromm vertretene Psychoanalyse dient ausschließlich dem Ziel, „sich selbst zu erkennen.“³²

³⁰ LESSING, Nathan der Weise, in Werke Bd II, S 253 (Zweiter Aufzug, Fünfter Auftritt)

³¹ Fromm, Kunst des Zuhorens, S 69

³² Ebd., S 47

Der Weg, seinen eigenen Wert zu erkennen, beginnt daher mit einem Interesse an der Welt. Bevor der Entmutigte sich und die Welt lieben kann, habe er aufgehäuften Ballast abzuwerfen:

1. Kritisches Denken lernen, ein Denken, das nicht wiedergibt, übernimmt oder sich der herrschenden Meinung anpasst. Gefordert ist ein Denken, das u. a. im Bildungsbereich in Frage stellt und in Frage stellen lässt.
2. Die Selbsterkenntnis sei nicht darauf beschränkt, dessen gewahr zu werden, „was wir tun, sondern sich dessen gewahr zu werden, was uns unbewusst ist und das wir nicht kennen.“ Wichtig sei es, Licht in den Teil menschlichen Lebens zu bringen, „der abgetrennt von unserem normalen bewussten Denken arbeitet.“ Zugang zum Unbewussten verlangt Interesse und Mut, „wirklich in Erfahrung bringen zu wollen, was in einem selbst ist.“ Dazu bedarf es nicht der Psychoanalyse ³³
3. Die Fähigkeit ist die fördern, den eigenen Körper mit seinen Haltungen, mit den von ihm gesendeten Signalen und Botschaften wahrzunehmen. Wir würden nicht mit ihm Raubbau treiben, wenn wir ihn hegen würden wie unser Auto oder einen anderen von uns pfleglich behandelten Gegenstand.
4. Aus seiner intensiven Beschäftigung mit dem Zen-Buddhismus gewinnt Fromm die Erkenntnis, dass dem modernen Menschen westlicher Zivilisationen ein Wissen um die Bedeutung bewusst gestalteter Ruhephasen fehlt. Sich konzentrieren und meditieren, sieht er als Einheit, ist doch die Bereitschaft gefordert, sich ohne äußere Reize und Ablenkung auf sich selbst einzulassen
- 5 Selbsterkenntnis werde im Vordergründigen stecken bleiben, wenn nicht der Versuch unternommen wird, den

³³ Ebd., S 198f



eigenen Narzissmus zu erkennen. Solange Menschen nämlich „narzisstisch sind, bleiben sie einander entfremdet, zueinander feindselig und unfähig, den anderen zu verstehen.“ Was dem egozentrischen, narzisstischen Menschen fehlt, ist „Selbstliebe“, eine Liebe, bei der es unerheblich ist, wer ihr Objekt ist. Dazu ist der narzisstisch Bedürftige nicht fähig. Er liebt sich nicht, weil er gierig ist. Der gierige Mensch ist unbefriedigt, entspringt Gier doch tiefer, nicht eingestandener Enttäuschung.³⁴

6. Für das Bemühen, sich selbst zu erkennen, gibt Fromm pragmatisch Orientierungshilfen:

- „ein Experimentieren mit seinen Gefühlen, um das, was man fühlt“;
- sich jeden Tag „eine halbe Stunde Zeit“ nehmen und nur dem nachfühlen und nachspüren, „was am Tag zuvor in einem vorgegangen war.“ Allmählich, versichert Fromm, werde man auf diese Weise, eine Fähigkeit entwickeln, „die Dinge, bei sich zu halten, in einem selbst, anstatt die ganze Zeit ‚auslaufen‘ zu müssen.“³⁵

Im Sinne Fromms wäre es wohl, wenn man schon Kleinkinder Buttons mit der Aufschrift tragen ließe „*Ich mag mich*“

Literatur

BRUCK, Horst (1978) Die Angst des Lehrers vor seinem Schuler Zur Problematik verbliebener Kindlichkeit in der Unterrichtsarbeit des Lehrers – ein Modell, Reinbek

³⁴ Ebd., S 218

³⁵ Ebd., S 223f

FRITZSCHE, K Peter (1995) Bürger im Stress – eine Erklärung der Xenophobie, in Verantwortung in einer unübersichtlichen Welt Aufgaben einer wertorientierten Welt, hg von der Bundeszentrale für politische Bildung, Bonn (= Schriften, Bd 331), S 165-82

FRITZSCHE, K Peter (2000) Die neue Furcht vor neuen Freiheiten, in FUNK/JOHACH/MEYER (2000), Erich Fromm heute, München, S 218-231

FRITZSCHE, K Peter (1998) Die Stressgesellschaft, München

FRITZSCHE, K Peter (1995) Toleranz im Umbruch Über die Schwierigkeit, tolerant zu sein, in Aus Politik und Zeitgeschichte Beilage zur Wochenzeitung „Das Parlament“, B 43, S 9-7

FROMM, Erich (1980-1981) Gesamtausgabe in 10 Bänden (= GA), hg von FUNK, Rainer, Stuttgart (dtv-Taschenbuch-Ausgabe, München 1989)

FROMM, Erich (1989-1992) Schriften aus dem Nachlass (= Nachl.), hg von FUNK, Rainer, Weinheim (Heyne-Taschenbuch-Ausgabe, München 1996)

FROMM, Erich (1936) Sozialpsychologischer Teil In Fromm, Erich/ HORKHEIMER, Max/ MAYER, Hans/ MARCUSE, Herbert u a., Autorität und Familie Bd I, Paris, S 77-135

FUNK, Rainer/ JOHACH, Helmut/ MEYER, Gerd (Hg., 2000) Erich Fromm heute Zur Aktualität seines Denkens, München

FUNK, Rainer (1983) Erich Fromm in Selbstzeugnissen und Bilddokumenten, Reinbek

GOETHE, Johann Wolfgang (1982) Gedichte in zeitlicher Folge, hg von Heinz NICOLAI, Frankfurt a Main

HARDECK, Jürgen Humanismus und Religion Pluralismus der Wege, nicht der Werte, in FUNK/JOHACH/MEYER (2000), Erich Fromm heute, München, S 171-186

HÖPPNER, Reinhard „Die Gnadenlosigkeit der Politik macht die Demokratie kaputt“ Von dem Ethos der Öffentlichkeit, der Unkultur des Meckerns und Einsichten eines Politikers fünf Jahre nach der Vereinigung In Frankfurter Rundschau, 9 12 1995, S. 16

HÖPPNER, Reinhard (1996) Segeln gegen den Wind Texte und Reden Und ein Gespräch mit Gunter Gaus, Stuttgart

KOCH, Friedrich (1986) Sexuelle Denunziation Die Sexualität in der politischen Auseinandersetzung, (2 Aufl Hamburg 1995), Frankfurt a Main

LESSING, Gotthold Ephraim (1971) Werke, Bd II, hg von GÖPFERT, Herbert G., München

MILLER, Alice (1980) Am Anfang war Erziehung, Frankfurt a Main

WEIDENMANN, Bernd (1978) Lehrerangst. Ein Versuch, Emotionen aus der Tätigkeit zu begreifen, München

WANDER, Fred (1996) Das gute Leben, München/Wien.

