

ETHIK UND MILITÄR

KONTROVERSEN
IN MILITÄRETHIK UND
SICHERHEITSPOLITIK

AUSGABE 01/2023

Resilienz – Aspekte von Krisenkompetenz

SPECIAL

Vom Umgang mit Bedrohungen
und Verletzungen

RESILIENZ – ASPEKTE VON KRISENKOMPETENZ

Editorial Seite 3

Resilienz: Ein Containerbegriff mit strategischer Bedeutung
Herfried Münkler Seite 4

Resilienz: Normativ durchdacht, transformativ entwickelt
Kerstin Schlögl-Flierl Seite 8

Resilienz aus der Perspektive christlicher Theologien: Ein Essay zur aktuellen Forschung „Resilience and Humanities“
Cornelia Richter Seite 16

Resilienz, Tugendethik und psychische Gesundheitsfürsorge
Craig Steven Titus Seite 22

Desinformation und Desinformationsresilienz
André Schülke und Alexander Filipović Seite 34

Resilienz: Eine fürsorgeethische Perspektive
Eva van Baarle und Peter Olsthoorn Seite 42

SPECIAL: VOM UMGANG MIT ÄNGSTEN UND BEDROHUNGEN

„Wir haben alle unsere Sollbruchstellen“
Interview mit Dr. Ulrich Wesemann Seite 50

Resiliente Soldatenfamilien: Herausforderungen und Chancen in der Zeitenwende
Peggy Puhl-Regler, Alexandra Hoff-Ressel und Peter Wendl Seite 56

„Ich möchte Vorbild sein“: Porträt von Björn Baggesen, Teilnehmer der Invictus Games 2022 in Den Haag
Rüdiger Frank Seite 64

Impressum/Alle Ausgaben Seite 71

EDITORIAL

Das Titelfoto dieser Ausgabe auf der Homepage www.ethikundmilitaer.de zeigt einen ukrainischen Soldaten im Schützengraben bei Bachmut. Das Fotografenpaar Kostyantyn und Vlada Liberov hat diese und andere erschütternde Aufnahmen vom Ukrainekrieg gemacht. Sie steht sinnbildlich für den Widerstandswillen der Menschen im Land.

Auch hierzulande ergibt sich durch den russischen Angriff eine veränderte Bedrohungslage; gerade Soldatinnen und Soldaten müssen sich mit der Möglichkeit einer militärischen oder hybriden Attacke auseinandersetzen. Wir greifen dies auf und diskutieren Aspekte persönlicher und gesellschaftlicher Resilienz.

Nach einer kurzen sicherheitspolitisch orientierten Einführung in den „Containerbegriff“ durch Herfried Münkler arbeitet Kerstin Schlögl-Flierl in ihrem grundlegenden Beitrag die verschiedenen Dimensionen und den transformativen Anspruch heraus. Auf Friednesspiritualität bezogen zeigt sie einen Weg auf, wie Resilienzdenken den Weg aus Routine, Resignation und Passivität weisen könnte. Im Folgenden untersucht Cornelia Richter das Verhältnis von Religion, Spiritualität und Resilienz. Sie versteht Letztere als Krisenphänomen, das sich einem statischen, präventiven „*fit for fight*“-Verständnis entzieht, und beleuchtet die Bedeutung der Kernthemen des christlichen Glaubens für das Erleben und Durchleiden von Ambivalenz und Destruktivität. Craig Steven Titus nähert sich dem Phänomen Resilienz, indem er verschiedene komplementäre Dimensionen von Tugend herausstellt – und wie sie die Kraft verleihen können, sich für andere einzusetzen und extreme Widrigkeiten zu verarbeiten.

Der Artikel von André Schülke und Alexander Filipović befasst sich mit der nachhaltigen Immunisierung gegen die zersetzende Wirkung allgegenwärtiger Desinformation. Sie legen dabei Wert auf eine tragfähige Bildungsgrundlage. Schließlich werfen Eva van Baarle und Peter Olsthoorn einen kritischen Blick auf militärische Programme zur Resilienzförderung und betonen die Notwendigkeit moralischer Sensibilisierung und Urteilsfähigkeit für das Aufgabenspektrum heutiger Streitkräfte.

Daran anschließend nimmt das Special besondere Herausforderungen für Soldatinnen und Soldaten in den Blick. Mit dem Diplom-Psychologen Dr. Ulrich Wesemann vom Psychotraumazentrum

am Bundeswehrkrankenhaus in Berlin habe ich über Einsatzbelastungen und die Grenzen „psychischer Fitness“ gesprochen. Zudem stellen Peggy Puhl-Regler, Alexandra Hoff-Ressel und Peter Wendl vom Zentrum für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG) ausführlich dar, wie sich Soldatenfamilien den (durch die „Zeitenwende“ verschärften) Bedingungen ihres Berufs stellen können.

Welche Kämpfe damit verbunden sind, mit einer schweren Beeinträchtigung zurechtzukommen, wird bei den Invictus Games sichtbar. Die Spiele für psychisch oder körperlich versehrte Soldatinnen und Soldaten finden im September 2023 erstmals in Deutschland statt. Aus diesem Anlass stellen wir Ihnen Fregattenkapitän Björn Baggesen vor, der im vergangenen Jahr bei den Invictus Games in Den Haag am Start war. Wie es dazu kam, was er und seine Frau Grit dort erlebt und mitgenommen haben und welche Rolle Sport für die Genesung spielen kann, erzählt das bebilderte Porträt „Ich möchte Vorbild sein“ zum Abschluss dieser Ausgabe.

Dass es sinnvoll ist, sich für das eigene Leben, den Beruf und die damit verbundenen Herausforderungen zu stärken, leuchtet gerade im Militär unmittelbar ein. Doch Resilienz sollte nicht als unbedingter Anspruch, unbeschadet aus allem hervorzugehen, missverstanden werden. „Sich die Verletzlichkeit von Leib und Seele grundlegend bewusst zu machen, ist wichtiger Bestandteil des Menschen- und Soldatenbilds und hat daher seinen Platz im Curriculum des Lebenskundlichen Unterrichts“, schreibt das Team des ZFG in seinem Beitrag. Diese Ausgabe von Ethik und Militär möchte Impulse zu einer differenzierten Auseinandersetzung geben. Wie immer gilt allen, die dazu beigetragen haben, unser herzlicher Dank.

Rüdiger Frank
Redakteur



RESILIENZ

EIN CONTAINERBEGRIFF MIT STRATEGISCHER BEDEUTUNG

Autor: *Herfried Münkler*

Containerbegriffe entstehen, wenn ein Wort mit einem Mal derart en vogue ist, dass alle irgendwie etwas damit anfangen können und es nutzen, um neue Herausforderungen, veränderte Problemlagen sowie Unbekanntes und Ungewisses damit zu bezeichnen. Das Wort dient dann als ein großer Behälter, in den die Vorbeikommenden ganz unterschiedliche Bedeutungen ein-

Im weiteren Sinn beschreibt Resilienz eine Disposition, eine Fähigkeit, eine Strategie, die Verwundbarkeit nicht unter allen Umständen zu schließen und zu versiegeln sucht

werfen, weil sie das Gefühl haben, Bedeutung und Bedeutetes könnten irgendwie zusammenpassen. Wenn eine um präzise Begrifflichkeit bemühte Wissenschaft sich nach einiger Zeit daranmacht, die diversen Bedeutungen auseinanderzusortieren, um wieder Ordnung zu schaffen, indem sie einige Bedeutungen streicht und andere mit

Der Autor



Herfried Münkler, geboren 1951, ist emeritierter Professor für Politikwissenschaft an der Berliner Humboldt-Universität. Viele seiner Bücher gelten als Standardwerke, etwa „Die Deutschen und ihre Mythen“ (2009, ausgezeichnet mit dem Preis der Leipziger Buchmesse), sowie „Der große Krieg“ (2013), „Die neuen Deutschen“ (2016) und „Der Dreißigjährige Krieg“ (2017), die alle monatelang auf der Bestsellerliste standen. Herfried Münkler wurde vielfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Wissenschaftspreis der Aby-Warburg-Stiftung und dem Carl Friedrich von Siemens Fellowship.

präzisierenden Adjektiven versieht, heißt das keineswegs, dass damit Klarheit geschaffen würde. Im Gegenteil: Nicht selten ist die Unordnung des Containerbegriffs für die Problemwahrnehmung hilfreicher als die starre Ordnung des Setzkastens, um die sich die Wissenschaft bemüht. Wo Bedeutungsdiffusion angezeigt ist, schafft Separation zumeist nur Unverständnis. So ist es auch bei dem Begriff der Resilienz.

Ursprünglich der Psychologie entstammend, steht der Begriff für ein Bedeutungsfeld zwischen Anpassungs- und Widerstandsfähigkeit. Beides wurde schon bald von Einzelpersonen auf Gruppen oder ganze Gesellschaften übertragen, und dabei nahm der Begriff die Bedeutung an, deren Fähigkeit im Umgang mit ihrer Verwundbarkeit zu bezeichnen, was den Begriff dann auch für die Sicherheitsforschung interessant machte. Im Unterschied zu einer starren Verteidigung, Abwehr und Zurückweisung, Befestigung und Panzerung steht der Begriff für einen flexiblen und geschmeidigen Umgang mit Vulnerabilität, der sich auf Verarbeiten und Lernen, Erneuern und Verheilen, Verändern und Anpassen oder Ähnliches bezieht. Der Bedeutungserweiterung sind hier keine Grenzen gesetzt. Im weiteren Sinn beschreibt Resilienz eine Disposition, eine Fähigkeit, eine Strategie, die Verwundbarkeit nicht unter allen Umständen zu schließen und zu versiegeln sucht. Sie hat eine starke Vorstellung davon, dass solche Befestigungen und Panzerungen oftmals größere Nachteile haben als das Zulassen bestimmter Verwundbarkeiten und dass Schutz vor auf sie gerichteten Attacken anderweitig hergestellt werden muss als durch die Stählung der bedrohten Stellen. Oder allgemeiner formuliert: Die Ausbildung von Resilienz ist der praktische Umgang mit der theoretischen Beobachtung,

Dieser Beitrag wurde bereits in der Reihe der Gastbeiträge zum Ukrainekrieg („Positionen“) auf der Homepage des zebis veröffentlicht.

dass „mehr“ nicht unbedingt „besser“ ist, dass Optimierung anderen Regeln folgt als Maximierung.

Das klingt einfach, ist aber alles andere als selbstverständlich. In der Regel hat bewusstes Lernen nämlich die Tendenz, jene Stellen, die sich als Schwachpunkte herausgestellt haben, auf dieselbe Weise zu verstärken, wie sich das an anderen Stellen als Garant von Unverwundbarkeit bewährt hat. Das aber ist, wie man am Beispiel der Panzerung eines Ritters sehen kann, nicht immer hilfreich, weil die zusätzliche Panzerung ihn schwerer und weniger beweglich macht, was die Dauer seiner Kampffähigkeit einschränkt und dazu führt, dass er, ist er erst einmal vom Pferd gestoßen, tendenziell wehrlos ist. Ein neueres Beispiel ist die nach dem Ersten Weltkrieg gebaute französische Maginotlinie, die dazu dienen sollte, die Widerstands- und Abwehrleistung der französischen Truppe bei Verdun im Jahre 1916 auf einen ganzen Grenzabschnitt zu übertragen, und 1940 zur Folge hatte, dass ein Großteil der französischen Armee in der entscheidenden Phase des Feldzugs immobil war und in den Kampf nicht eingreifen konnte. So kann man etwa die kritische Infrastruktur sehr viel besser schützen, als das in Deutschland gegenwärtig der Fall ist, indem man sie tief in den Boden verlegt oder mit Stahlbeton ummantelt, aber man läuft dann Gefahr, dass die Kosten für deren Schutz dann derart in die Höhe schießen, dass die Mittel an anderer Stelle fehlen oder das Gemeinwesen zahlungsunfähig wird. Resilienz dagegen heißt, nach flexibleren Lösungen zu suchen, die daran orientiert sind, die Schließung von Verwundbarkeit nicht zu neuen, zuletzt viel riskanteren Verwundbarkeiten werden zu lassen.

Als Strategie stellt Resilienz einen der Natur abgeschauten Umgang mit Verwundbarkeit dar, einen, der Verwundungen in Kauf nimmt, weil bezweifelt wird, dass die Konzentration auf Unverwundbarkeit, auf längere Sicht betrachtet, der Widerstandsfähigkeit und dem Überleben eines Habitats oder einer Gesellschaft dienlich ist. Bei der Zulassung von Verwundbarkeit kann es

sich um eine Maßnahme der politischen Vertrauensbildung handeln, um die Voraussetzung dafür, dass man nicht in eine folgenreiche Aufrüstungsspirale eintritt, ebenso aber auch um eine strategische Reaktion auf veränderte Rahmenbedingungen, in deren Folge sich die zuvor klaren Trennlinien zwischen Krieg und Frieden auflösen und an die Stelle eines Hochfahrens der Verteidigungsbereitschaft angesichts drohenden Krieges eine durchgängige Abwehrfähigkeit auch dann gegeben sein muss, wenn man sich offiziell und dem allgemeinen Eindruck nach im Zustand des Friedens befindet.

Resilienz heißt, nach flexibleren Lösungen zu suchen, die daran orientiert sind, die Schließung von Verwundbarkeit nicht zu neuen, zuletzt viel riskanteren Verwundbarkeiten werden zu lassen

Ersteres, der US-amerikanische Verzicht auf die Herstellung von Unverwundbarkeit gegen ballistische Raketenangriffe, hat bei der Einstellung der zuvor von US-Präsident Reagan veranlassten Forschungen für ein Raketenabwehrsystem eine Rolle gespielt, dessen erfolgreicher Aufbau die politische Ordnung des Gleichgewichts zwischen Ost und West aufgelöst und im Gegenzug zu einer exponentiellen Vermehrung der Angriffswaffen aufseiten der Sowjetunion geführt hätte. Ein tendenziell unverwundbares Nordamerika hätte die Welt nicht sicherer, sondern unsicherer gemacht. Das zielte freilich nicht unmittelbar auf die Entwicklung von Resilienz, sondern bloß auf das Offenhalten von Verwundbarkeiten – freilich unter der Annahme, man sei hinreichend resilient, um sich solche Verwundbarkeit leisten zu können.

Deutlich anders stellt sich das dar, wenn in Reaktion auf das, was inzwischen als „hybride Kriegführung“ bezeichnet wird, systematisch Fähigkeiten der Resilienz entwickelt werden. Bei ihnen geht es um eine flexible Durchhaltefähigkeit, die nicht un-

mittelbar an den Kriegsfall gebunden und auch nicht als Maßnahme zu dessen Verhinderung gedacht ist, sondern mit der, unabhängig von Krieg und Frieden, die Überlebensfähigkeit einer politischen Ordnung und einer entsprechenden Gemeinschaft gesichert werden soll. In früheren Zeiten, präziser: vor der Entwicklung des Terrorismus zu einer globalen Strategie und vor der schleichenden Ausbreitung des Cyberwar, in Zeiten also, in denen die Staaten noch

Der diffusen Bedrohung wird eine vielgestaltige und flexible Resilienz gegenübergestellt. Sie reicht von Reserveequipment über eine möglichst breite Palette von Fähigkeiten bis zur mentalen Verfassung der Bevölkerung

Monopolisten des Krieges waren und sich gegenseitig bedrohten oder in Bündnissen miteinander befreundet waren, stellte man sich in Friedenszeiten auf denkbare Kriege ein, indem man die Art der Bedrohung analysierte ebenso wie die Fähigkeiten des potenziellen Angreifers, einen Krieg zu führen oder in erpresserischer Absicht damit zu drohen, um auf dieser Grundlage dann entsprechende Gegenmaßnahmen zu treffen. Je präziser man die jeweilige Bedrohung analysieren konnte, desto genauer konnte man darauf reagieren, um den Gegner von einem Waffengang abzuschrecken oder in einem solchen ihn an der Erreichung seiner Zwecke und Ziele zu hindern. Beide Seiten gaben sich wechselseitig das Maß ihrer Vorbereitungen und Anstrengungen vor. Es herrschten symmetrische Konstellationen beziehungsweise beide Seiten waren an der Aufrechterhaltung oder Herstellung von Symmetrien orientiert. Entscheidend war der Blick auf den angenommenen Gegner.

Seitdem Staaten nicht mehr einigermaßen zuverlässig wissen, von wem sie bedroht werden, und seitdem Angriffe, wie im Fall von Terror- oder Cyberattacken, überraschend erfolgen und nicht sogleich festgestellt werden kann, wer der Angreifer ist und welche Ziele er verfolgt, ist die Konzentra-

tion auf den angenommenen Gegner und die von ihm ausgehende Bedrohung keine verlässliche Sicherheitsstrategie mehr. Und weil das Ziel des Angriffs auch nicht länger die Sicherheitskräfte selbst sind, sondern diese umgangen oder übersprungen werden und der Angriff der labilen Kollektivpsychologie postheroischer Gesellschaften gilt, lässt sich die Vorbereitung zu seiner Abwehr oder Eindämmung weder auf ebendiese Spezialisten begrenzen noch als Ausnahmezustand terminieren, sondern die Gesellschaft als Ganzes muss darauf jederzeit vorbereitet sein, und es ist davon auszugehen, dass eine solche Attacke überall erfolgen kann. Unter diesen Umständen muss man den Blick auf den eigenen *body politic* richten und dessen Vulnerabilität analysieren, um möglichst durchhaltefähig zu sein. Dafür steht der Begriff der Resilienz, und deswegen ist es sinnvoll und angemessen, ihn nicht weiter zu spezifizieren. Der diffusen Bedrohung wird eine vielgestaltige und flexible Resilienz gegenübergestellt. Sie kann in Puffern und Reserven im Bereich der kritischen Infrastruktur bestehen, in schnell verfügbaren Fähigkeiten zur Reparatur, in einem umsichtigen Schutz von Steuerungs- und Kommunikationssystemen oder auch in der Unaufgeregtheit, mithin also Gelassenheit, mit der die Bevölkerung auf solche Angriffe reagiert. In diesem Sinn reicht Resilienz von Reserveequipment über eine möglichst breite Palette von Fähigkeiten bis zur mentalen Verfassung der Bevölkerung.

Das heißt freilich nicht, dass damit die herkömmliche Bedrohung durch Staaten und der Einsatz klassischer Waffensysteme verschwunden wären. Der Krieg in der Ukraine, der an den Fronten und bei den russischen Angriffen auf die ukrainische Infrastruktur mit kinetischer Energie geführt wird, ist jedoch von einer hybriden Kriegführung begleitet, die auch gegen die Ukraine, aber vor allem gegen die westlichen Unterstützer der Ukraine gerichtet ist. Sie ist Bestandteil einer Politik der Destruktion, die vor allem auf den *Willen* zum Gebrauch von Waffen und Fähigkeiten abzielt und nicht so sehr auf diese selbst. Dabei zeigt

sich, dass die deutsche Gesellschaft an der erforderlichen Resilienz erheblich zu wünschen lässt: Sie ist nervös, lässt sich durch Drohungen, zumal solche mit dem Einsatz von Atomwaffen, einschüchtern und ist offen für Verschwörungsnarrative, mit denen der russische Angriffskrieg in einen Akt der Verteidigung umerzählt wird. Das zeigt, dass Politik wie Gesellschaft noch nicht begriffen haben, wie umfassend und vielgestaltig Resilienz als Strategie ist.

RESILIENZ: NORMATIV DURCHDACHT, TRANSFORMATIV ENTWICKELT

Autorin: Kerstin Schlögl-Flierl

Resilienz ist gerade in aller Munde: von der Klimaresilienz bis hin zu resilienten Strukturen in der Verwaltung.¹ Resilienter werden für die nächste Krise – so heißt das Motto.² Resilienz scheint die Antwort auf den beständigen Krisenmodus unserer Gegenwart zu sein.

Wie bei vielen anderen populären Konzepten handelt es sich letztendlich um einen Containerbegriff, der mit sehr vielen unterschiedlichen Agenden von diversen Seiten angefüllt wird. Erst vor dem Hintergrund konkreter Resilienzmaßnahmen treten aber schließlich doch die differierenden Konzeptionen zutage. Baut man einen Damm gegen den steigenden Meeresspiegel oder „bewegt“ man die vom Ansteigen des Meeresspiegels betroffenen Menschen zur Umsiedelung? Wird im ersten Fall eine kurzfristige technische Lösung in Betracht gezogen, so im zweiten eine langfristige, umfassendere Anpassung. Wie steht es um die Haltung der Betroffenen und wie um die allgemeine Politik zum Thema?

Vor allem die Ethik ist herausgefordert, Fragen der zugrunde liegenden Normativität zu klären. Zu vermeiden ist dabei das Einführen weiterer unklarer Begriffe und Konzepte. Ein Verweis auf mehr oder minder naheliegende wie Freiheit, Menschenwürde und so weiter legt die im Resilienzdiskurs inhärenten Maßstäbe nicht offen, sondern auf der Agenda stehen dann (nur) wiederum verdeckt unterschiedliche Stoßrichtungen.³

Dieser Beitrag soll daher grundlegend in den Resilienzbrief einführen und gängige sowie tragfähige Differenzierungen erläutern. Anschließend soll das Verhältnis zur oft als Kontrapunkt zur Resilienz herangezogenen Vulnerabilität besprochen und die Verbindung zwischen Resilienz und Spiritualität einbezogen werden, um abschließend den Bogen bis hin zu einer Friedensspiritualität im Kontext von kriegerischen Auseinandersetzungen zu spannen.

Unterscheidungen, die zu einer (resilienten) Definition führen

Ganz grundsätzlich gilt es zu unterscheiden, ob man eher ein *konservatives* Verständnis von

Abstract

Eine normative Betrachtung von Resilienz zeigt auf, dass im Rahmen dieser – in den zeitgenössischen Krisendiskursen sehr intensiv geführten – Debatte grundlegend zwischen der Widerstandsfähigkeit, der Anpassungsdimension und der Frage nach der Transformation unterschieden werden muss. Daraus ergeben sich zwei wichtige normative Setzungen: zum einen neben der individuellen Resilienz auch die strukturelle und gesellschaftliche zu beachten. Zum anderen die Verhältnisse, welche sich als resilient erweisen sollen, nicht als unveränderlich und per se gut anzunehmen, sondern auch die Frage ihrer Transformation grundsätzlich mitzudenken. Um die Reflexion in diesen zwei Richtungen voranzutreiben, wird das Verhältnis zur Vulnerabilität geklärt, natürlich unter Bezugnahme einer Konzeptualisierung von Vulnerabilität, die nicht stigmatisiert. Diese anthropologische Dimension von Vulnerabilität und Resilienz bringt die Akteursfrage noch einmal deutlich auf die Agenda. Martin Schneider und Markus Vogt haben mit dem Konzept der responsiven Resilienz eine Spur gelegt, welche die aktive Rolle des Menschen betont, der auch „antworten“, also wirklich antwort-en auf den anderen und nicht nur reagieren muss. Nur mit dem Menschen kann die große Transformation gedacht werden. Aber auch die Frage nach der Spiritualität wird bei der Betrachtung von Resilienz in diesem Beitrag nicht außen vor gelassen, sondern mit dieser verknüpft und durchdacht. Als Beispiel für solch ein integratives Verständnis von Resilienz werden am Schluss Ideen und Vorschläge entwickelt, wie die Friedensspiritualität in Zeiten des Ukraine-Krieges neu mit Leben gefüllt werden kann. Dabei wird weniger auf Rituale wie das Anzünden von Kerzen abgestellt, sondern mehr auf die Änderung von Haltungen und damit Verhalten. Nur im Leitbild des gerechten Friedens kann dann die Verhältnis- und Verhaltensänderung wirklich erfolgen.

Resilienz (vergleichbar dem Zurückspringen in den Urzustand) oder ein *kreatives* (die damit einhergehende Transformation mitdenkend) zugrunde legt. Eine weitere eingängige und einflussreiche Unterscheidung hat der Soziologe Wolfgang Bonß unternommen, indem er zwischen *einfacher* und *reflexiver* Resilienz eine Grenze zog.⁴ Erstere ist die Reaktion auf ein vergangenes Ereignis, die Letztere mobilisiert Ressourcen in Antizipation zukünftiger größerer und kleinerer Krisen, um für diese vorzusorgen. Selbstschutz und das Bedürfnis nach Persistenz, also dem Erhalt des Status quo, stehen bei der einfachen Resilienz im Vordergrund. Die reflexive Resilienz fokussiert hingegen auf eine produktivere, auf Lernen und Weiterentwicklung zielende Auseinandersetzung mit Störungen und Herausforderungen.

Im Grunde geht es immer wieder darum zu überlegen, ob die Stoßrichtung darin bestehen sollte, die Verhältnisse zu verändern, oder darin, zu den Ausgangsstrukturen zurückzukehren. Im zweiten Fall werden diese als implizit erhaltenswert angesehen, was eine erste normative Komponente bedeutet. Dies kann in den Materialwissenschaften durchaus die Zielrichtung der Resilienz sein (wenn eine Feder in ihren Ausgangszustand zurückspringt), in den großen und drängenden Fragen einer gesellschaftlichen sozial-ökologischen Transformation jedoch weniger.

Außerdem gilt es den Kreis der Adressat:innen klug zu unterscheiden. Wer soll resilient werden? Das Individuum oder die Gesellschaft oder die Strukturen? Beispielsweise wird in einem psychologischen Diskurs – diese Disziplin hat sehr viel zum Resilienzverständnis beigetragen – meist das Individuum fokussiert: Wie wird man in psychischer Hinsicht in Krisen und in Problemkonstellationen widerstandsfähig? Was hilft individuell in der Krisenbewältigung? In der ökosystemtheoretischen Debatte jedoch ist eher ein ökologisches System im Blick: Durch welche Maßnahmen lassen sich Wälder am besten an steigende Temperaturen und die damit einhergehenden Folgen anpassen?

Schließlich sieht man, dass die Disziplinen mit einem jeweils unterschiedlichen Resilienzverständnis arbeiten. So ist beispielsweise in

moralpsychologischer Perspektive mit Sautermeister die Rolle begünstigender und beeinträchtigender Faktoren zu betonen: „Als variable und dynamische Prozessgröße ist Resilienz vieldimensional und abhängig von situationspezifischen und biografischen Faktoren. Aufgrund der Wechselwirkungen von Vulnerabilitäts-, Risiko- und Schutzfaktoren ist eine lineare Ableitung von Resilienz nicht möglich.“⁵

Relevant ist dies für den gesellschaftlichen Resilienzdiskurs insofern, als vor einem möglichen Fallstrick gewarnt werden muss: die Resilienzbestrebungen zu sehr auf der individuellen Ebene anzusiedeln und darüber die

Im Grunde geht es immer wieder darum zu überlegen, ob die Stoßrichtung darin bestehen sollte, die Verhältnisse zu verändern, oder darin, zu den Ausgangsstrukturen zurückzukehren

fundamentale Transformation der Gesellschaft zu vergessen. Die Verantwortung und Last der Krisenbewältigung lediglich der oder dem Einzelnen aufzubürden, wird in der Krise des Klimawandels zu sozialen Verwerfungen führen oder die Ursachenbekämpfung, also die Hinwendung zu einer klimafreundlichen, nachhaltigen Lebensweise und ein entsprechendes Wirtschaftssystem, möglicherweise sogar konterkarieren.

Um es noch einmal auf den Punkt zu bringen: Unter Resilienz kann einerseits Stabilität (Persistenz) verstanden werden; man denke an die einfache *Widerstandsfähigkeit* in den Materialwissenschaften. Andererseits fallen darunter auch *Anpassungsstrategien* (Adaptionen, zum Beispiel in der Klimafolgenforschung, wie das Pflanzen von hitzeresistenten Bäumen). Nicht zu vergessen ist als dritter Punkt aber in der hier vertretenen Auffassung von Resilienz die Frage nach der *Transformation*, also die vollständige Verwandlung, die neben dem Individuum auch die Gesellschaft als Gesamtheit betrifft. So kann man auf einer möglichen Skala der Resilienzbestrebungen von der Problem- bis zur Lösungsorientierung das ganze Spektrum möglicher Maßnahmen einordnen. Resilienz in meinem Verständnis müsste alle drei Dimensionen umfassen.

Von der Anpassung (des Individuums) zur Transformation (der Gesellschaft)

Mir geht es in diesem Nachdenken über Resilienz vor allem auch darum, zeitgenössische sozialwissenschaftliche Theorieansätze in der Diskussion fruchtbar zu machen. Besonders der vom Soziologen Philipp Staab dargestellte Ansatz der Anpassung erscheint mir dabei lohnend, um den Resilienzdiskurs zu durchdenken.

Anpassung kann einerseits die Stabilisierung einer sozialen Ordnung, beispielsweise auch angesichts der Klimafolgen, bedeuten. Anpassung wird aber zugleich in der heutigen Gesellschaft, die sehr stark konsumorientiert ist, „als Affront gegen die verdiente Selbstentfaltung des Individuums begriffen“⁶, wenn geforderte Anpassungsmaßnahmen den individuellen Lebensstil oder deren Selbstentfaltung beschneiden.

Mit dem Fokus auf Anpassung geht jedoch nicht nur die Gefahr einher, dass Individuen möglicherweise nicht „abgeholt werden“, sondern dass Antworten auf normative Fragen bereits grundlegend schon dadurch besetzt werden. Wenn Anpassung als Ziel ausgegeben wird, kann dies unter Umständen zur Folge haben, dass gar nicht mehr auf politischer und gesellschaftlicher Ebene um die grundlegende Veränderung der Strukturen und Systemierungen wird. Es geht dann mehr um Symptom- und weniger um Ursachenbekämpfung.

Zum Beispiel könnten ausschließlich unter dem Paradigma der Anpassung die Abwendung des Klimawandels und die Diskussion über seine Ursachen nicht mehr ausreichend erörtert werden. Verhinderungspraktiken, die beispielsweise den Klimawandel betreffen, scheinen nicht mehr angezeigt, wenn das Paradigma der Anpassung als Mitigation im Sinne einer reflexiven Resilienz zu einseitig bespielt wird. Deswegen darf Anpassung nur eine Dimension von Resilienz ausmachen. Und für die Verhinderung des weiteren Vorschreitens des Klimawandels müssen alle Maßnahmen in Betracht gezogen werden.

In der Ethik wird deshalb das Ineinandergreifen zwischen individual- und sozialem Resilienz

Zugang und näherhin organisationsethischen Prämissen, vornehmlich für Strukturfragen, bedacht. Damit reagiert sie auf die mit dem Resilienzstreben einhergehende Fokussierung auf die Anpassung. Diese findet, wie bereits dargestellt, zumeist im Rahmen schon bestehender Strukturen und Verhältnisse statt. Die Anpassungsleistung wird zugleich tendenziell im Verantwortungsbereich der je individuellen Ebene belassen. Deswegen muss im Rahmen von Resilienzfragen und -maßnahmen die Transformation – und dies vor allem auf gesellschaftlicher Ebene – unbedingt als Zielvorgabe beibehalten werden.

Dies setzt der Geograph Markus Keck im Sinne einer sozialen Resilienz um, die aus drei Komponenten besteht.⁷ Zum Ersten aus der taktischen Resilienz, der Fähigkeit zur Bewältigung einer Krise. Zum Zweiten spricht Keck von einer strategischen Resilienz, die das Lernen aus vergangenen Krisen und die Anpassung an zukünftige Entwicklungen beinhaltet. Hinzukommt als Drittes die transformative Resilienz, die Fähigkeit der Veränderung.

Zusammenhang mit dem Komplementärbegriff Vulnerabilität

Um den Resilienzbegriff im normativen Bereich zusätzlich zu unterfüttern, soll der gängige Komplementärbegriff der Vulnerabilität, der Verletzlichkeit (von lat. *vulnus*: Wunde, Verletzung), an dieser Stelle kurz skizziert und dann auf die Resilienzdimensionalisierung durchdacht werden. Oft wird Resilienz als Strategie zur Bewältigung von bzw. als Gegenpart für Vulnerabilität angeführt. Dies greift aber zu kurz, wie etwa die Konzeptualisierung des Deutschen Ethikrates in seinem Papier *Vulnerabilität und Resilienz in der Krise – Ethische Kriterien für Entscheidungen in der Pandemie*⁸ deutlich macht.

Als geflügeltes Wort war die Vulnerabilität in der Krise der Pandemie in aller Munde, als die besonders vulnerablen Gruppen mit weitreichenden Schutzmaßnahmen belegt wurden. Neben dem damit verbundenen Appell zum besonderen Schutz darf dabei nicht übersehen werden, dass mit der Kennzeichnung

einer Gruppe als vulnerabel eine gewisse Stigmatisierung einhergegangen ist.

Demgegenüber ist festzuhalten, dass Vulnerabilität ein allen Menschen gemeinsamer und unhintergebarer Aspekt der *conditio humana* darstellt. „Sie dementiert jede Form von Überhöhung, die den Menschen zuallererst als autarkes Wesen deutet, das erst durch widrige Umstände in seiner Selbstgenügsamkeit und Stärke beeinträchtigt wird und nur dann auf solidarische Unterstützung angewiesen ist.“⁹

Physische Vulnerabilität ist für den Menschen als körperliches Wesen ein unhintergebarer Fakt. Soziale und psychische Vulnerabilität kann sichtbar werden, wenn Anerkennung und Wertschätzung ausbleiben. Der Mensch wird nicht als der Vulnerabilität ausgeliefert verstanden, sondern als widerständig zu dieser. So wird Resilienz in der Stellungnahme des Deutschen Ethikrates folgendermaßen normativ durchdacht: „Resilienz meint vielmehr die Kraft, inmitten der Situation der Verletzlichkeit und des konkreten Verletztseins mit den daraus resultierenden Herausforderungen so umzugehen, dass die Möglichkeit eines gelingenden Lebens offenbleibt oder durch die erhöhte Sensibilität für die Verletzlichkeiten und Stärken des Lebens sogar gesteigert werden kann.“¹⁰

Wie die Vulnerabilität ist damit auch die Resilienz ein anthropologisches Datum. Es geht um die Selbsterhaltung des und der Menschen wie auch der Welt. Ohne den Willen zu dieser ist die Frage nach einer Resilienz auch nicht weiter zu stellen. Neben dieser Grundsatzannahme ist aber auch der Spur der Ausdeutung von Verletzlichkeit weiter nachzugehen. Die gemeinsame Verletzlichkeit als gesellschaftliches Band zu denken, ist in seinen Konsequenzen für den Zusammenhang zur Solidarität und in dem Verlangen nach gerechter Teilhabe nicht hoch genug einzuschätzen.¹¹ Sind alle gleichursprünglich verletztlich, haben alle auch den gleichen Anspruch auf Solidarität und Gerechtigkeit.

Aber nicht nur die menschliche Dimension von Verletzlichkeit wurde vom Deutschen Ethikrat herausgestellt, sondern auch die strukturelle Vulnerabilität wie auch Resilienz erörtert – vor allem angesichts der Corona-Kri-

se. „Die Resilienz von Organisationen zeigt sich umgekehrt in ihrer adaptiven Kapazität. Situative Resilienz meint in diesem Zusammenhang den Umgang mit unerwarteten Ereignissen auf der Mikroebene (z. B. Patientenströme, Versorgungsengpässe), strukturelle Resilienz die Optimierung von Ressourcen und Praktiken auf der Mesoebene (zum Beispiel Anpassungen von Arbeitsabläufen, Personaleinsatz, Hygienekonzepten oder Kommunikationsprozessen) und systemische Resilienz längerfristige Veränderungen von Ressourcen und Praktiken auf der Makroebene (zum Beispiel durch administrative oder politische Entscheidungen).“¹²

Denkt man neben den Strukturen aber vor allem die anthropologischen Grundaussagen weiter und nimmt das Konzept der Resilienz ernst, so ist die Akzentuierung als *responsive* Resilienz durch Martin Schneider und Markus Vogt wegweisend. Bei allen Resilienzbemü-

Sind alle gleichursprünglich verletztlich, haben alle auch den gleichen Anspruch auf Solidarität und Gerechtigkeit

hungen braucht es doch und schlussendlich den Menschen, der auf dessen Anforderungen reagiert: „Wer resilient ist, verhält sich responsiv, er/sie antwortet auf etwas, auf einen anderen Menschen, auf eine Situation oder auf eine Entwicklung.“¹³

Dieses Konzept ist für die Fragen der Klimaforschung und näherhin der Umsetzung von Maßnahmen bedeutend, aber auch die Friedensethik könnte davon profitieren. Alexander Merkl stellt im Zusammendenken von Friedensethik und Resilienz die Frage, wie sich bisheriges Sicherheitsdenken durch neue Resilienzkonzepte verändert. Könnte mit Resilienz die Anpassung im Krisenfall – fast ist man schon versucht zu sagen, die einfache Resilienz – an die vermeintlich nicht zu ändernden Umstände eingeläutet werden? Ist mit Resilienz eher die Krisenprävention gemeint oder wird einer allzu schnellen Fortschrittsgläubigkeit das Wort geredet? Ist mit der Forderung nach Resilienz nur Symptom- oder auch Ursachenbekämpfung verbunden und intendiert?¹⁴

In diesem Beitrag soll es allerdings weniger um Fragen der Sicherheitsarchitektur gehen, sondern ein anderes Konzept mit Resilienz in Verbindung gebracht werden – nämlich Spiritualität und speziell Friedensspiritualität –, um damit den transformativen Anspruch des Friedensdiskurses zu begründen und zu untermauern.

Bereits im Zitat von Jochen Sautermeister ist angeklungen, dass eine einlinige Ableitung von

Neben friedensethischen Fragen, wie der Frage nach dem gerechten Krieg bzw. Frieden, geht es der Spiritualität darum, diese lebensweltlich abstrakten Fragen auf einer persönlichen Ebene zu denken

der Spiritualität auf die Resilienz zu kurz greift. Wie auch schon die Verhältnisbestimmung zur Vulnerabilität nicht in einem einfachen Gegenüber gedacht werden darf, so ist auch die Resilienz nicht als Ausfluss einer wie auch immer gearteten Spiritualität zu verstehen.

Resilienz und Spiritualität

Denn nicht ins Oberflächliche und wenig Konkrete, sondern – genau umgekehrt – in die Tiefenstruktur soll es gehen, wenn der Konnex zwischen Resilienz und Spiritualität eröffnet wird. Spiritualität soll dabei als eine für den Resilienzdiskurs fruchtbare Größe nach vorne gebracht werden.

Nimmt man noch einmal auf die unterschiedlichen Definitionen von Resilienz Bezug, ist Spiritualität als transformative Kraft auf der Individualebene zu verorten. Natürlich wären hier unterschiedliche Formen von Spiritualität zu unterscheiden, was an dieser Stelle aber zu weit führt. Auch das schon bei der Resilienzdebatte monierte Verweilen auf der rein individuellen Ebene ist in diese Erörterung einzuführen.

So gilt es gerade bei der Verbindung zwischen Resilienz und Spiritualität die Strukturen in den Blick zu nehmen. Auf unterschiedliche Ebenen bezogen, kann dies bedeuten, zwischen Lösungen erster Ordnung (dem Dammbau angesichts des Anstiegs des Mee-

resspiegels) und denen zweiter Ordnung zu unterscheiden, was im Beispiel bedeuten würde, Gerechtigkeitsfragen global zu klären. Beiden Konzepten müssten die Strukturen ins Stammbuch geschrieben werden.

Mit Sautermeister kann zusammengefasst werden: „Eine moralpsychologisch ausgerichtete ethische Reflexion von Resilienz hat daher auch identitätsformende Prozesse der Selbstsorge, des Einübens und der Bildung, des existenziellen, moralischen und spirituellen Lernens und der Habitualisierung von entsprechenden Verhaltensweisen, Einstellungen und Lebensstilen zu berücksichtigen. Denn in ihnen macht der Mensch in seinem Ringen um Selbstgestaltung und Sinn ernst.“¹⁵ Es wird also auf die dahinterliegenden Prozesse geblickt, um die Spiritualität gerade in ihrer Tiefendimension zu erfassen. Die gleiche Denkbewegung hat auch die Resilienz vollzogen. Nicht einfach die Angepasstheit, sondern die kreative Transformation anzustreben, lautet bei beiden die Devise.

Dies gilt meiner Meinung nach vor allem für eine in unseren Zeiten notwendige Friedensspiritualität. Neben friedensethischen Fragen, wie der Frage nach dem gerechten Krieg bzw. Frieden, geht es der Spiritualität darum, diese lebensweltlich abstrakten Fragen auf einer persönlichen Ebene zu denken. Merkl/Schlögl-Flierl 2022 haben auf diesen unhintergehbaren Konnex zwischen Spiritualität und Moralthologie hingewiesen.¹⁶ Heruntergebrochen vom Feld der (theologischen) Friedensethik auf die Friedensspiritualität kann formuliert werden, dass nur in der Durchdringung der Themen auch auf spiritueller Ebene die Transformation, die bei der Resilienz leitend ist, erreicht werden kann. Aber die Denkrichtung kann auch umgekehrt werden: Wie kann Spiritualität für eine Friedensethik impulsgebend sein? Dies soll nun zum einen grundlegend, zum anderen konkret angegangen werden.

Responsive Resilienz: Friedensspiritualität ausgehend von der Lehre des gerechten Friedens

Friedensspiritualität kann allzu leicht zu einer Routineübung verkommen und als solche wahrgenommen werden. Noch kurz eine Kerze anzünden ... Noch schnell das Friedensgebet sprechen ... Noch unverbindlich eine Friedensplakette ans Revers heften ... Was kann man tun angesichts eines geopolitisch nahen, aber im Letzten doch lebensweltlich fernen Kriegs (außer natürlich man ist im Kontakt mit geflüchteten Personen) und als einzelne Person, die nicht unmittelbar betroffen ist?

Natürlich kann man jederzeit ein Gebet sprechen, aber erfährt man es als tiefgreifende Maßnahme oder eher als Ausweichmanöver, als eigene Sinnübung? Der Frieden in der Welt, der so brüchig geworden ist, wird an unterschiedlichen Stellen in der Eucharistiefeier thematisiert, doch dies fühlt sich in Zeiten eines geografisch nahen Krieges und geopolitischer Verwerfungen möglicherweise noch schaler als sonst an, wobei natürlich die diversen Kriege rund um den Globus nicht vergessen werden dürfen. In diesem Gefühl drückt sich die empfundene Ohnmacht aus, den Krieg mithilfe spiritueller Praxis ohnehin nicht beenden zu können. Schlussendlich muss man auch überlegen, wen man in das Gebet miteinschließt. Auch die Angreifer:innen?

Also was tun? Vielleicht kann der Friedensspiritualität mit Resilienz auf die Sprünge geholfen werden: Was bedeutet Friedensspiritualität unter den Auspizien des Resilienzgedankens? Dieser Frage möchte ich abschließend nachgehen. Weniger unterschiedliche Frömmigkeitspraxen sollen dabei betrachtet, sondern eher die Transformationswirkung zwischen beiden für die Spiritualität und Resilienz und näherhin Friedensspiritualität als verbindendes Element gesehen werden.

Ganz kurz sei an dieser Stelle auch konstatiert, dass nicht nur jede und jeder Einzelne, sondern auch die Machtvollen aus einer möglichen Hilflosigkeit geholt werden müssen. Das ist auch ein wahrnehmbarer Unterschied zwischen der Corona-Krise und dem immer noch andauernden Ukrainekrieg. Konnte man sich

und andere in der Pandemie mit einfachen Maßnahmen schützen, die zugegebenermaßen von vielen auch als sehr gravierend empfunden wurden, so ist diese mehr oder minder als effektiv empfundene Aktivität für die Suche nach Frieden, wenn nur wenige Kilometer entfernt Krieg geführt wird, nicht möglich.

Was tun? Die Resilienz sei hier – und das sei noch einmal in Erinnerung gerufen – als responsive zu verstehen. Es geht darum, dass der Mensch sich antwortend auf das Geschehen verhält, also aktiv teilnimmt. Aber wie kann dies angesichts eines Krieges gelingen? Angesichts der nicht mehr abstrakten Vision, sondern der konkreten Realität? Nicht geleugnet werden soll, dass eine so verstandene spirituelle „Praxis“ in dieser komplexen Materie anstrengend ausfallen kann.

Drei Möglichkeiten bzw. Orte fallen mir dazu ein: Zum einen ist es an der Zeit, die **Frage nach der Mitverantwortung und Verstrickung** auch deutlich und öffentlich zu stellen. Wenn der beschriebene transformative Anspruch ernst genommen wird, ist es unumgänglich, die Perspektive zu weiten und den

Friedensspiritualität kann allzu leicht zu einer Routineübung verkommen und als solche wahrgenommen werden

je eigenen Anteil zu reflektieren und zu benennen. Dabei geht es nicht nur um die Frage der vorherigen Politik, sondern in einer friedensspirituellen Perspektive um den eigenen Anteil, den eigenen Bias, der erst bewusst wahrgenommen werden muss, um damit ein allzu simples Freund-Feind-Schema zu konterkarieren: für sich, aber auch um immer wieder Anfragen an Politiker:innen zu stellen.

An welchen Anzeichen hätte man erkennen müssen oder können, dass der Krieg unweigerlich bevorsteht? Wie kann jegliche Form von Nationalismus überwunden werden? Welche Abhängigkeiten wurden in der Vergangenheit etabliert und befördert, die nun zu schwierigen Asymmetrien geführt haben? Einer Friedensspiritualität geht es genau um die Diskursvorbereitung dieses nicht einfachen

Unterfangens. Aber die Blickrichtung sollte dabei nicht rückwärtsgewandt sein, sondern auf Lernen für die Zukunft abzielen.

Die zweite Möglichkeit zielt auf das **zunehmende Abstumpfen** im Zeichen und Zeiten von Krieg ab: Noch ist das World Press Foto des Jahres 2022 den Gräueln des Krieges gewidmet, personifiziert in einer tödlich getroffenen schwangeren Frau in Mariupol. Aber wie schnell wandert das öffentliche Interesse, aber auch die mediale Aufmerksamkeit zu

Die Frage nach dem gerechten Frieden übersteigt diejenige nach dem gerechten Krieg, wobei dem Recht auf Selbstverteidigung anhand der schon lange diskutierten Kriterien trotzdem Raum gegeben wird

einem anderen Thema. Nicht wenige werden feststellen, dass die Frage des Ukrainekrieges mit zunehmender Dauer die Gemüter und Herzen nicht mehr so sehr bewegt und erhitzt.

Spiritualität wird hier verstanden als ein Auf-dem-Weg-Sein, als Einüben einer kritischen Haltung und nicht das passive Erleiden oder Erdulden militärstrategischer Maßnahmen, die als nicht verhinderbar wahrgenommen werden. Friedensspiritualität wird in ihrer politischen Dimension stark gemacht. Eine achtsame und wache Rezeption des Mediendiskurses liegt damit ebenfalls auf dieser Linie. Im Sinne der responsiven Resilienz wäre zu formulieren: Es geht darum, sich immer wieder aufs Neue berühren lassen von den durchweg schrecklichen Nachrichten. Dies wäre eine mögliche friedensspirituelle Übung,

die natürlich jede und jeder für sich täglich in die Tat umsetzen muss.

Drittens beinhaltet responsive Resilienz im Zusammenhang mit Friedensspiritualität, die Frage der **Grundlage**, der grundlegenden Einstellung zur Legitimation militärischer Gewalt, deutlich anzusprechen. Dem einen oder der anderen ist vielleicht in der Zwischenüberschrift aufgefallen, dass gar nicht die Rede vom gerechten Krieg war. Seit Jahrhunderten wird die Frage diskutiert, ab wann man von einem gerechten Krieg sprechen kann oder darf und welche Kriterien dabei jeweils erfüllt sein müssen. Das neue – nicht ganz alte – Paradigma des **gerechten Friedens** aber weitet den Blick: Es umfasst viel mehr als die Frage nach den Erlaubnisgründen und Bedingungen für Gewaltanwendung, weil die Gewaltprävention von Anfang an mitgedacht wird und sich auch der zeitliche Horizont bei Weitem nicht nur auf das Kriegsgeschehen beschränkt. Hier geht es um Wege der Friedensvorsorge, damit Konflikte nicht wieder in eine kriegerische Auseinandersetzung münden.

Das Denken in Kategorien des gerechten Krieges wäre somit eher mit einfacher Resilienz in Verbindung zu bringen, dasjenige in Fragen des gerechten Friedens mit transformativer Resilienz. Die Transformationsfähigkeit wäre eher im Konzept des gerechten Friedens zu verorten, die Rückkehr zur Abschreckung und Hochrüstung ein möglicher Ausfluss einer einfachen Resilienz. Die Frage nach dem gerechten Frieden übersteigt diejenige nach dem gerechten Krieg, wobei dem Recht auf Selbstverteidigung anhand der schon lange diskutierten Kriterien trotzdem Raum gegeben wird. Das Konzept des gerechten Friedens ist umfassender, aber auch komplexer, denn Transformation ist dabei mitzudenken.

Damit ist auch gleich die Denkbewegung der Resilienz aufgenommen: das Zurückkehren zu den bestehenden Verhältnissen wäre genau der falsche Weg, sondern mit dem Resilienzgedanken wurde die Transformation nach vorne gebracht. Wie kann dieses geschehen? Nicht das fraglose Weiterführen von bestehenden Verhältnissen, sondern die Umwandlung hin zu gerechten Friedensstrukturen wäre hier der Weg. Es geht also um eine

Die Autorin



Kerstin Schlögl-Flierl hat seit 2015 den Lehrstuhl für Moralthologie an der Universität Augsburg inne und ist in diversen Gremien als Beraterin in ethischen Fragen tätig. So ist sie seit Mai 2020 im Deutschen Ethikrat und seit 2016 Beraterin der Bischöflichen Unterkommission „Bioethik“ der Glaubenskommission (I) der Deutschen Bischofskonferenz. Vor allem Fragen der Bio- und Klimathik beschäftigen sie. Seit 2022 ist sie verantwortliche Wissenschaftlerin im RAICenter, bei dem es um die Frage nach Verantwortung und Vertrauen in der KI-Forschung geht.

Verhaltens- wie Verhältnisänderung. Verhältnisse sind zu verändern (ja sie werden durch diesen Resilienzansatz möglicherweise erst als veränderbar wahrgenommen), um einen gerechten Frieden zu ermöglichen. Nicht das Zurückspringen in den Ursprungszustand ist dann mit Friedensspiritualität anzugehen, den auch der Mensch als passive Figur nur erduldet, sondern das aktive Handeln im Rahmen der eigenen Möglichkeiten.

Aber was treibt den Menschen an, aktiv zu werden? Hier würde ich gerne den Blick auf die Hoffnung auf eine Lösung lenken. Diese Zielperspektive unterscheidet eine Friedensethik auch von einer Friedensspiritualität, denn Letztere bedeutet, auf dem Weg zu sein und ein Ziel vor Augen zu haben, und weniger, Kriterien für einen möglichen Krisenfall festzuklopfen. Damit einhergehend ist es aber im Grunde eine Handlungsfrage, die in unseren Zeiten gefragt ist. Das Kriegsgeschehen einfach zu ertragen, Waffenlieferungen nicht zu hinterfragen, alles klaglos in andere Hände zu delegieren ... das wäre keine resiliente Friedensspiritualität, wie ich sie hier beschrieben habe.

Schluss: Frieden wieder als Aufgabe verstehen

Aber warum ist genau diese anzustreben? Aus der oben aufgezeigten Vulnerabilität aller Menschen heraus. Hier ist das gemeinsame Band, das alle Menschen eint und so die Solidarität ohne Ansehen der Person und der Leistung fördert. Aus der Vulnerabilitäts Erfahrung heraus solidarisch werden mit den von Krieg in unterschiedlicher Weise Betroffenen und sich dann in eine aktive, um Transformation bemühte Haltung hineinbegeben, die resiliente, zukunftsfähige Strategien vorandenkt: Das wäre für mich eine lebendige Friedensspiritualität, die tugendethisch unterfüttert wird – im Gegensatz zu erstarrten Formen wie dem routinemäßigen Sprechen des Friedensgebetes.

1 Für konstruktive Hinweise danke ich Rüdiger Frank.

2 vgl. Schlögl-Flierl, Kerstin (2022): Was lehrt uns die Pandemie in ethischer Vergewisserung? In: Werz, Joachim und Faber, Toni (Hg.): Zwischen Himmel und Erde. Die Himmelsleiter von Billi Thanner. Regensburg, S. 106–114.

3 vgl. Schneider, Martin und Vogt, Markus (2017): Responsible resilience. Rekonstruktion der Normativität von Resilienz auf Basis einer responsiven Ethik. In: GAIA 26/S1, S. 174–181.

4 Bonß, Wolfgang (2015): Karriere und sozialwissenschaftliche Potenziale des Resilienz begriffes. In: Endreß, Martin und Maurer, Andrea (Hg.): Resilienz im Sozialen. Theoretische und empirische Analysen. Wiesbaden, S. 15–31.

5 Sautermeister, Jochen (2016): Resilienz zwischen Selbstoptimierung und Identitätsbildung. In: MThZ 67, S. 209–223, S. 217.

6 Staab, Philipp (2022): Anpassung. Leitmotiv der nächsten Gesellschaft. Berlin, S. 26.

7 Keck, Markus (2015): Gewalt, Raum und Resilienz. Handeln im Kontext bewaffneter Konflikte. In: Korf, Benedikt und Schetter, Conrad (Hg.): Geographien der Gewalt. Kriege, Konflikte und die Ordnung des Raumes im 21. Jahrhundert. Stuttgart, S. 146–162, S. 147.

8 Deutscher Ethikrat (2022): Vulnerabilität und Resilienz in der Krise – Ethische Kriterien für Entscheidungen in einer Pandemie: Stellungnahme. Berlin, S. 24.

9 Deutscher Ethikrat (2022), S. 24.

10 Deutscher Ethikrat (2022), S. 26.

11 Deutscher Ethikrat (2022), S. 163.

12 Deutscher Ethikrat (2022), S. 169.

13 Schneider, Martin und Vogt, Markus (2017), S. 176.

14 Merkl, Alexander (2017): Schlüsselbegriff Resilienz. Die europäische Sicherheitsagenda in ethischer Lesart. In: AMOS international 11, S. 30–36.

15 Sautermeister, Jochen (2018): Selbstgestaltung und Sinnsuche unter fragilen Bedingungen. Moralpsychologische und ethische Anmerkungen zum Verhältnis von Resilienz und Identität. In: Karidi, Maria, Schneider, Martin und Gutwald, Rebecca (Hg.): Resilienz. Interdisziplinäre Perspektiven zu Wandel und Transformation. Wiesbaden, S. 127–140, S. 138.

16 Merkl, Alexander und Schlögl-Flierl, Kerstin (2022):

Moraltheologie Kompakt. Regensburg.

RESILIENZ AUS DER PERSPEKTIVE CHRISTLICHER THEOLOGIEN

EIN ESSAY ZUR AKTUELLEN FORSCHUNG „RESILIENCE AND HUMANITIES“

Autorin: Cornelia Richter

Resilienz als Thema christlicher Glaubenslehre

Wer nach „Resilienz“ fragt, fragt im landläufigen Verständnis meist nach alltagstauglichen Sicherungsmechanismen und Bewältigungsstrategien im Krisenfall. Im Hintergrund steht häufig das – überaus verständliche – Bedürfnis, krisenhafte Erfahrungen möglichst stabil und im Innersten untangiert überstehen zu können. Was genau „die Krise“ ist, ist dabei variabel, aber in jedem Fall sprechen wir von einer situationsbezogenen Erfahrung, deren Ausgang offen ist. Man weiß zu Beginn und im Verlauf der Krise noch nicht, wie sie ausgehen wird. Eine Krise kann dabei individuell existenziell erfahren werden wie bei einer Trennung, beim Verlust des Arbeitsplatzes oder bei Todesfällen. Sie kann ebenso als Krise eines Kollektivs bzw. einer sozial verfassten Gruppe verstanden werden, wie zum Beispiel nach einer Hochwasserkatastrophe wie im Ahrtal 2022. Oder sie kann als systemische Krise erfahren werden wie etwa die inflationsbedingte ökonomische Krisenlage, umwelt- und klimabezogene Krisenszenarien oder die aktuell in Europa von vielen Menschen als ungewöhnlich empfundene Kriegssituation. Im Kontext der Militärseelsorge bzw. der Tätigkeit von Soldatinnen und Soldaten sind, beispielsweise bei Einsätzen an Kriegsschauplätzen, meist alle drei Krisendimensionen impliziert, auch wenn sie für die Einzelne und den Einzelnen von unterschiedlicher Relevanz sein können.

Im Rahmen unserer Forschungsgruppe „Resilience and Humanities“, die von 2019 bis 2022/23 als DFG-FOR 2686 „Resilienz in Religion und Spiritualität“ gefördert wurde, arbeiten wir in einem interdisziplinären und überkonfessionellen Team zusammen mit Kolleginnen und Kollegen aus Systematischer Theologie, Moraltheologie und Philosophie, Psychosomatik und Psychotherapie, Palliativmedizin, Praktischer Theologie und Spiritual Care. Seit 2014 vertreten wir die These, dass Resilienz der Krisensituation nicht einfach im Sinne eines „fit for fight“ entgegengestellt ist, sodass man völlig unabhängig von Krisenerfahrungen von vornherein resilient wäre, um dann im Krisenfall mit der eigenen Re-

Abstract

Das landläufige Verständnis von Resilienz als Vorhandensein alltagstauglicher, präventiver „Krisenbekämpfungsfitness“ entspricht dem nachvollziehbaren Bedürfnis, individuelle, kollektive oder systemische Krisen im Kern unbeschadet zu überstehen. Das interdisziplinäre Forschungsprojekt „Resilience and Humanities“ setzt dieser Auffassung ein prozessuales Verständnis entgegen. Nur im Zusammenwirken einer Vielzahl von Faktoren, die erst in der Auseinandersetzung mit dem als krisenhaft empfundenen Geschehen zum Tragen kommen und kontextabhängig interagieren, kann sich Resilienz als Krisenphänomen ausbilden und erweisen. Die Existenz einer „resilienten Persönlichkeit“ wird mithin angezweifelt. Ausgangspunkt dieser These ist – neben den vielen Einsichten aus Psychosomatik, Psychologie und Palliativmedizin – die Dogmatik, deren Kernsätze und -themen gerade nicht „einfach zu glaubende“ Inhalte darstellen, sondern die Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben in der Beziehung zu Gott ermöglichen sollen, und zwar auch dann, wenn das Leben existenziell bedroht ist. Der christliche Glaube ist trotz aller Zuversicht von Ambivalenz, Unsicherheit und einer grundsätzlichen „Entzogenheit“ Gottes durchdrungen. Gerade für Spiritual Care in schweren oder traumatischen Lebenskrisen braucht es ein tragfähiges und kritisches interdisziplinäres Resilienzmodell, das die Erfahrungen von Zweifel, Ungewissheit, Ohnmacht, Angst und Sorge nicht ausblendet, sondern sie konstruktiv integriert. In der christlich-jüdischen Tradition findet sich ein reichhaltiger Fundus an Texten, Narrativen, Metaphern und Symbolen, Ritualen und gemeinschaftlichen Praktiken, die im Nebeneinander von Klage und Dank, von Trauer und Zuversicht genau dieses Ringen mit Destruktivität und Ambivalenz widerspiegeln, aus dem Hoffnung und Lebensbejahung erst (wieder) erwachsen können. Selbst sperrige Glaubensvorstellungen, die Undurchsichtigkeit und nicht verstehbare Härten des Lebens versinnbildlichen – etwa die eines göttlichen Gerichts –, sollten daher in der Spiritual-Care-Praxis nicht a priori vermieden oder verdrängt werden.

silienz gegen die Krise in den Kampf ziehen zu können. Zwar gibt es Indizien dafür, dass Resilienz auch mit einer gewissen genetischen Disposition zu tun hat, aber da Krisen- und Resilienzverläufe ebenso abhängig sind von sozialen, ökonomischen und individuellen Ressourcen, lässt sich in keinem Fall vorhersagen, ob und wie sich Resilienz im Krisenfall entwickeln wird. In unserer Forschungsgruppe, in der wir viel von den Kolleginnen und Kollegen aus der psychologischen Resilienzforschung gelernt haben, sind wir daher skeptisch gegenüber der Annahme, es könnte so etwas wie „die“ resiliente Persönlichkeit geben.¹ Stattdessen gehen wir aus mehreren Gründen davon aus, dass Resilienz ein multifaktorieller Prozess und ein „Krisenphänomen par excellence“ ist. Fünf dieser Gründe seien genannt: Erstens, weil sich erst im Durchleben einer Krise zeigt, ob, und falls ja, wie ein Mensch resilient reagieren kann oder nicht. Zweitens, weil man für die Einsicht, im jeweiligen Krisenfall resilient reagieren zu können, mit einiger Wahrscheinlichkeit einen vielleicht bitter hohen Preis bezahlt hat.² Drittens, weil die Prozessualität offenlegt, dass sich häufig erst in und während einer Krise herausstellt, welche persönlichen Eigenschaften oder Fähigkeiten zu ihrer Bewältigung beitragen und wie sich diese im gesamten Krisenverlauf verändern können.³ Viertens, weil die Prozessualität vor normativen Erwartungen an den Outcome bewahrt, zum Beispiel bezüglich der Vorstellungen, wie ein „gutes“ und „gelingendes“ Leben auszusehen habe. Fünftens, weil die Prozessualität Menschen, die sich als nicht resilient einschätzen, vor der entmutigenden Vorstellung schützt, sei seien von der Natur, vom Schicksal oder von Gott benachteiligt.

Der Ausgangspunkt für die These „Resilienz als Krisenphänomen“ lag dabei nicht in der interdisziplinären Resilienzforschung, sondern in der Systematischen Theologie, und noch genauer: in der Dogmatik. Das ist jenes Teilfach der Theologie, in dem es um die Kernthemen bzw. Kernsätze des christlichen Glaubens und christlicher Lebensgestaltung geht – ganz ähnlich wie sie in den biblischen Texten in Credo, Vaterunser und Dekalog (Zehn Gebote) zur Sprache gekommen sind. Von außen betrachtet geht es dabei um Gott, Christus und den Geist, um den Menschen zwischen Sünde und Rechtfertigung, um Ver-

söhnung und Erlösung, um die Kirche mit ihren Sakramenten und um die sogenannten „Letzten Dinge“, also um all das, was nach dem Tod zu erhoffen sein könnte. Angesichts dieser Aufzählung haben viele Menschen den Eindruck, man müsste all diese Themen bzw. Sätze für wahr halten, um glauben zu können; sie also unterschreiben zu können, so wie man das Kleingedruckte in einem Versicherungsvertrag zu unterschreiben hat. Aber das ist in der evangelischen Glaubenslehre schon seit der Reformation nicht der Fall. Im Gegenteil, sehr viel mehr kommt es im evangelischen Glauben darauf an, mithilfe dieser Kernthemen des christlichen Glaubens das eigene Leben in der Be-

Die Heilszusage der Christologie basiert auf der Idee, dass sich erstaunlicherweise durch Leid und Tod hindurch neues Leben zeigen kann

ziehung zu Gott zu reflektieren und jeweils neu zu bestimmen. Statt auf das äußere Fürwahrhalten kommt es darauf an, inwiefern diese Kernthemen das eigene Leben immer wieder aufs Neue, das heißt über den gesamten Lebensprozess hin, bestimmen oder verändern – und damit ist die Brücke zum Resilienzthema geschlagen.

Denn die Kernthemen der biblischen Tradition bzw. des christlichen Glaubens haben es an vielen Stellen damit zu tun, dass das Leben einerseits nicht nur eitel Sonnenschein ist oder uns mit beglückender Eindeutigkeit beschenkt und wir andererseits trotzdem Hoffnung und Halt in Gott finden können. So gilt zum Beispiel von der Schöpfung bis zu Hiob, dass zwar alles Leben aus Gott ist, dass Gott aber Licht und Finsternis, Tag und Nacht gleichermaßen geschaffen hat und das Leben in Freud und Leid in seiner Hand hält. Auch die Heilszusage der Christologie basiert auf der Idee, dass sich erstaunlicherweise durch Leid und Tod hindurch neues Leben zeigen kann. Und schließlich ist auch die Vorstellung des immer treuen Gottes selbst von Ex 3, 14 an (die Offenbarung des Gottesnamens JHWH, der sich etwa übersetzen lässt als „ich bin, der ich bin“ oder „ich bin, der ich sein werde“ oder „ich bin, als der ich mich erweisen werde“) durch eine prozessuale Uneindeutigkeit und prinzipi-

elle Entzogenheit bestimmt: Niemand kann Gott von Angesicht zu Angesicht sehen, einzig von Mose und sehr viel später von Jesus wird erzählt, dass sie Gott näher gekommen sind als andere Menschen. So entzogen und ungreifbar wie Gott selbst, so ist auch sein Wille, weshalb sogar Jesus selbst am Ende nichts anderes bleibt als zu sagen: „Dein Wille geschehe“ (vgl. Mt 26, 36-46). Schon an diesen wenigen Beispielen wird deut-

chanismen bewusst zu machen und den Impuls zu Veränderungen zu geben.⁵

So wichtig dieser Aspekt bereits für alle politisch-ökonomischen Zusammenhänge ist, so lebensentscheidend dürfte er für militärische Zusammenhänge sein: Würde Resilienz simplifizierend mit „*fit for fight*“ verwechselt, dann wäre sie geeignet, ausgerechnet jene lebensschützenden und lebenserhaltenden Wahrnehmungen auszuschalten, die zum Beispiel mit Ohnmacht, Angst und Sorge verbunden sind. Um solchen Wahrnehmungen in vollem Umfang gerecht werden zu können, braucht es nun aber beides – die geistes- und sozialwissenschaftliche bzw. politikwissenschaftliche Begriffsvorsicht ebenso wie die therapeutische Diagnostik: Die methodische Herausforderung unseres Projektes liegt daher in dem Versuch, das reichhaltige begriffskritische Potenzial der Geisteswissenschaften an der Schnittstelle zu klinischer Psychologie, Psychotherapie und Palliativmedizin mit neuen Ansätzen in Hospizarbeit und Spiritual Care in Verbindung zu bringen. Knapp gesagt geht es uns um eine allgemeine religions- und spiritualitätssensible Resilienztheorie, mit der sich eine entsprechende Resilienzpraxis in Medizin und Therapie, Seelsorge und Spiritual Care fördern lässt. Der Gewinn dieser Forschungsperspektive zeigt sich überall dort, wo sich die Resilienzüberlegungen auf disruptive Lebenserfahrungen wie etwa in Trauerprozessen und Trauerbegleitung beziehen oder auf ein Themenfeld, in dem es von vornherein um einen professionellen Umgang mit strategischer Vorsicht, mit Ambivalenzen und Ambiguitäten und mit Destruktivität geht.

Wenn wir von Resilienz sprechen, unterscheiden wir daher drei Typen oder Stufen von Resilienz, ohne dass sich pro Stufe angeben ließe, für welche Art der Krise sie eindeutig zutreffen würde (denn was für den einen Menschen eine leichte Irritation ist, kann für den anderen existenzbedrohend sein): (a) eine Art „alltagstaugliche Resilienz“, in der es darum geht, mit kleineren oder mittelschweren Irritationen der eigenen Routine umgehen zu lernen. Selbst wenn es unangenehm sein kann, sich anpassen zu müssen, werden sich die Dinge meist doch „zurechtrücken“. (b) In den etwas komplexeren Lebenskrisen mag man an einen Punkt kommen, an dem das Zurechtrücken nicht mehr ausreicht,

In all seiner Zuversicht ist der christliche Glaube zutiefst von einer Ambivalenz und Unsicherheit durchzogen, die der Offenheit von Krisenerfahrungen entspricht

lich, dass der christliche Glaube in all seiner Zuversicht zutiefst von einer Ambivalenz und Unsicherheit durchzogen ist, die der Offenheit von Krisenerfahrungen entspricht. Es ist daher kein Wunder, dass Zweifel und Anfechtung so sehr von jeher zum Glauben gehören, dass Melancthon Mk 9, 24 zu einem der wichtigsten Sätze der evangelischen Glaubenslehre gemacht hat: „Herr, ich glaube, hilf meinem Unglauben!“⁴

Resilienz als Krisenphänomen

In der Forschungsgruppe „Resilienz in Religion und Spiritualität“ war es unser gemeinsames Ziel, eine interdisziplinär valide, religions- und spiritualitätssensible Resilienztheorie zu entwickeln, und zwar unter Einbeziehung individueller und kollektiver Resilienzfaktoren, -mechanismen und -dynamiken. Für die klinischen und wissenschaftspraktischen Anforderungen der medizinischen bzw. lebenswissenschaftlichen Fächer war der Resilienzbegriff ein von vornherein positiv besetzter Diagnosebegriff. Für die geistes- und sozialwissenschaftlich orientierten Fächer hatte der Resilienzbegriff hingegen kritische Implikationen, weil er allzu leicht als eine Art vorbeugende Trainingsmaßnahme missverstanden werden kann: „*Fit for resilience*“, am besten in regelmäßigen Trainingseinheiten pro Jahr. Spätestens mit der politischen Kritik von Jan Slaby ist bekannt, dass solche Resilienztrainings sehr viel eher dazu angetan sind, Mechanismen der Selbstausschöpfung auf Dauer zu stellen, als strukturelle und systemische Ausbeutungsme-

weshalb man professionelle Hilfe in Anspruch nehmen und vielleicht die ein oder andere grundsätzliche Neujustierung des bisherigen Lebens vornehmen muss. (c) In den für unser Projekt relevanten schweren individuellen und existenziellen Lebenskrisen hingegen steht die Sinnhaftigkeit des bisherigen Lebens als Ganzes so sehr in Frage, dass nur über einen langen und mühsamen Prozess eine Beruhigung des Krisenprozesses zu erwarten ist. Ist die Krisenerfahrung dieser dritten Stufe so schwer, dass es gar nicht mehr „nur“ um Irritationen von Resilienz geht, sondern um Traumata im medizinisch-diagnostischen Sinn, dann bedarf es ohnehin und von vornherein der medizinischen Fachexpertise. Im Ergebnis heißt das für unsere Forschung: Wir bearbeiten Resilienz als ein prozessuales Krisenphänomen, das sich je nach Kontext und Situativität unterschiedlich ausnehmen kann und das als Krisenphänomen von zahlreichen Ambivalenzen und Ambiguitäten geprägt ist.

Resilienz im Prozess von Destruktivität, Hoffnung und Ambivalenz

Resilienz ist in diesem Konzept eine Art Sammelbegriff für Fähigkeiten zur Selbsterhaltung und Selbsttransformation im Angesicht von Krisen, die bestimmte Vulnerabilitäten aktualisieren und problematisch machen.⁶ Vor Augen stehen uns dabei Beispiele, in denen es (den seelsorgerlichen und therapeutischen Arbeitskontexten unserer Forschungsgruppe entsprechend) um individuelle und existenzielle Krisenerfahrungen geht, vor allem in der Klinikseelsorge, auf der Palliativstation, beim Trauergespräch, in der Telefonseelsorge oder in der Familienberatung. Für jede der drei Stufen, ganz besonders aber für die dritte Stufe, braucht es daher ein Resilienzmodell, das die Empfindung von Ambivalenz und Destruktivität in die existenzielle Krisenerfahrung konstruktiv zu integrieren vermag. Denn nur so können Phasen der Angst und Sorge, des Zweifels und Scheiterns, der Hilflosigkeit und Ohnmacht als zum Resilienzprozess zugehörig anerkannt werden und neues Vertrauen und Hoffnung generieren.

Unabhängig von Art und Intensität einer Krisenerfahrung bringen sich im Aushalten und

Gestalten von Ohnmacht, Angst und Sorge leibliche, emotionale, narrative und intellektuelle Dimensionen zum Ausdruck, die allesamt eines gemeinsam haben: Sie speisen sich aus sinnhaften bzw. aus mit Sinn gesättigten, kommunikativen Traditionen und Interaktionen und schreiben diese in jeder Selbstreflexion und in jedem Gespräch ihrerseits fort. Ganz besonders gut lässt sich das anhand von jenen Beispielen aus der jüdisch-christlichen Religion und Spiritualität zeigen, die bis heute für die Seelsorge zentral sind, wie zum Beispiel die Klage- und Dankpsalmen der hebräischen Bibel⁷ oder auch die glaubensbezogenen Vorstellungswelten und

Es braucht ein Resilienzmodell, das die Empfindung von Ambivalenz und Destruktivität in die existenzielle Krisenerfahrung konstruktiv zu integrieren vermag

Reflexionsfiguren der dogmatischen Tradition von der performativen Kraft der Naherwartung bis hin zu Bonhoeffers „guten Mächten“⁸. Das Faszinierende an den Texten unserer Tradition ist: Sie strahlen in ihrer Wirkung aus und sie manifestieren sich in den ritualisierten Praktiken der Kirchen, in deren Transformationsgestalten in modernen Spiritualitäten⁹ und in deren säkularisierten Ausformungen wie etwa in der Achtsamkeitspraxis¹⁰.

Für die geisteswissenschaftliche Vertiefung der Resilienzforschung ist dabei entscheidend, dass sich das Verhältnis von Resilienz, Religion und Spiritualität ja nur anhand konkreter Texte, Narrative, Metaphern und Symbole, Rituale und gemeinschaftlicher Praktiken untersuchen lässt. Wenn man sie mithilfe der fachwissenschaftlichen Methoden analysiert, dann lassen sich aus ihnen Strukturen und Prozesse, Sprachmuster und Semantiken erkennen, die für den interdisziplinären Resilienzdiskurs fruchtbar gemacht werden können. Zu unseren auffälligsten Befunden gehört in dieser Hinsicht, dass sich aus der Forschung zu Psalmen und Passionserzählungen die folgenden Aspekte als zentral herausgestellt haben: das Ringen mit Destruktivität, der Umgang mit Ambivalenz und Ambiguitätstoleranz, die Integration destruktiver Erfahrung in das eigene Kohärenzerleben, das Verwobensein

physischer, psychischer, emotionaler, spiritueller und in alldem sozialer Krisendimensionen und die sozialen und kulturellen Varianten der Krisenbewältigung.¹¹

Man kann sogar so weit gehen, von sogenannten „Resilienz Narrativen“ zu sprechen im Sinne einer heuristischen und hermeneutischen Kategorie für resilienzrelevante Narrative, Narrationen und Narrativierungsprozesse. Sie werden in der religiösen Selbstreflexion, in der theologisch-fachwissenschaftlichen Arbeit und in der liturgischen Praxis immer wieder neu aufgerufen und weiter ausgebildet, abhängig von und eingepasst in ihren jeweiligen sozialen und kulturellen Kontext.¹² Zeigen kann man das zum Beispiel anhand der Narrative von Kreuz und Auferstehung, die über Bilder, Texte, Gesänge, rhythmisierte Bewegungselemente oder räumliche Gestaltungsformen vermittelt werden. In ihnen werden Aspekte der Integration von Negativität und ambivalente Lebenserfahrungen explizit benannt und/oder sie vermitteln eine atmosphärische Praxis¹³, in der Klage und Dank, flehendes Beten und freudiger Lobpreis nahtlos ineinander übergehen können. Ganz besonders interessant ist, dass solche Resilienz Narrative, etwa die enge Verbindung von Kreuz und Auferstehung, auch als implizit „im Raum stehende“ Atmosphären vermittelt werden können. Die Erzählungen können selbst dann eine hohe Wirksamkeit entfalten, wenn nicht alle Anwesenden in der Lage oder dazu bereit sind, die Narrative selbst zu benennen oder sie affirmativ zu bestätigen. Hoffnung kann sich in solchen Konstellationen sogar im Umweg über die hoffnungsvolle Selbstreflexion der anderen übertragen.

Die Autorin



Dr. Cornelia Richter, geb. 1970 in Österreich, ist seit 2012 Professorin für Systematische Theologie und Hermeneutik an der Evangelisch-Theologischen Fakultät der Universität Bonn. Von 2019 bis 2022/23 war sie Sprecherin der interdisziplinären Forschungsgruppe DFG-FOR 2686 „Resilienz in Religion und Spiritualität“. Im April 2020 übernahm sie die Leitung der Evangelisch-Theologischen Fakultät als Dekanin.

Gericht und Gerechtigkeit: Der Gewinn der sperrigen Glaubensvorstellungen

Zu den eindrucklichsten Erkenntnissen unserer Resilienzforschung gehört, dass sich die performative, resilienzförderliche Kraft jüdisch-christlicher Glaubensüberzeugungen nicht nur dort zeigt, wo es um die „happy-go-lucky“-Vorstellungen geht, in denen „nur“ von der Liebe Gottes und seiner barmherzigen Zuneigung gesprochen wird: „Gott liebt Dich und deshalb ist alles gut.“ Denn wo es in einer existenziellen Krisenerfahrung zu einer gravierenden Störung und Unterbrechung des bisherigen Lebens kommt, ist die pure Zusage der Liebe Gottes ein konfrontatives Gegenmodell, das sich zumindest für diesen Moment der Krise nicht in das eigene Leben integrieren lässt. In solchen Situationen sind viel eher die sperrigen und harten Glaubensvorstellungen relevant, in denen unsere Tradition Worte findet für die Unsichtbarkeit und Abwesenheit Gottes, für die Undurchsichtigkeit seines Willens und die nicht erkennbaren Wege seiner Vorsehung, um es mit den Worten religiöser Rede auszudrücken. Erstaunlich oft werden dann auch Vorstellungen vom Gericht laut, das heißt von einem richtenden Gott, vor dem sich Menschen zu verantworten haben. Ja, gerade die Rede vom Gericht ist bis heute präsent, auch wenn die bildhafte Vorstellungswelt der kirchlichen Kunst vom Richterstuhl Gottes in den Hintergrund getreten und eher durch apokalyptische Gesamtszenarien abgelöst ist.

Für manche Seelsorgerinnen und Seelsorger und noch mehr für Kolleginnen und Kollegen aus Psychologie und Psychotherapie sind solche Vorstellungen erschreckend und sie tendieren dazu, sie zu beruhigen, ja sogar sie stillzustellen – und verkennen genau damit das in den sperrigen Vorstellungen liegende Trostpotezial. Gerade das Gericht ist ja bereits in der biblischen Tradition nicht ein Willkürakt Gottes, der selbstherrlich Strafe und Vergeltung übt. Sondern in der hebräischen Bibel gilt: Gott „richtet“, indem er „rettet“, weil das Gericht Gottes mit seinem Erbarmen korreliert (vgl. Ex 22, 20-26, Gen 6,5-8,22, Hos 11,8-11, Jer 31, 20 oder Ps 3,5; 4,9). Darin kommt die bittere menschheitsgeschichtliche Erfahrung zum Ausdruck, dass Recht und

Gerechtigkeit leider nicht immer identisch sind, dass aber Gott als Einziger in der Lage ist, durch seine Gerechtigkeit wieder Recht zu schaffen – und zwar denen gegenüber, die hier und jetzt Unrecht erfahren.

Erneut wird hoffentlich deutlich, wie in solchen Narrationen und Narrativen die Dynamik von Destruktivität, Hoffnung und Ambivalenz zum Ausdruck kommt, die wir in unserer Forschung als charakteristisch für den Resilienzprozess ansehen. Es wäre äußerst interessant, im vertiefenden Gespräch mit Kolleginnen und Kollegen der Militärseelsorge herauszufinden, welche weiteren Motive, Narrative und Praktiken sie in die Resilienzforschung einbringen würden und wie dies das Verständnis von Resilienz als „*fit for fight*“ langfristig verändern würde.

1 Hiebel, Nina, Rabe, Milena, Maus, Katja und Geiser, Franziska (2021): Gibt es die „resiliente Persönlichkeit“? In: *Spiritual Care*, 10(2), S. 117–127, DOI: 10.1515/spircare-2020-0125.

2 Vgl. Richter, Cornelia (2015): Das Selbst als Balanceakt von Physis und Psyche in Leiblichkeit, Ratio und Affektivität. In: Gräß-Schmidt, E. (Hg.): Was heißt Natur? Philosophischer Ort und Begründungsfunktion des Naturbegriffs. Leipzig, S. 157–173.

3 Vgl. Hiebel, Nina et al, S. Endnote 1.

4 Vgl. Melanchthon, Philipp (2002): Heubartikel Christlicher Lere. Melanchthons deutsche Fassung seiner *LOCII THEOLOGICI*, nach dem Autograph und dem Originaldruck von 1553 hg. v. Ralf Jenett und Johannes Schilling. Leipzig, 153–159.

5 Slaby, Jan (2016): Kritik der Resilienz. In: Wüschner, P. und Kurbacher F. A. (Hg.): Was ist Haltung? Würzburg, S. 273–298.

6 Breyer, Thimo (2017): Selbstsorge und Fürsorge zwischen Vulnerabilität und Resilienz. In: Richter, C. (Hg.): Ohnmacht und Angst aushalten. Kritik der Resilienz in Theologie und Philosophie. Stuttgart (RuG 1), S. 119–132; Gärtner, Judith (2020): Vulnerabilität und Resilienz. Psalm 38 als Beispiel einer Verhältnisbestimmung. In: Keul (Hg.): Theologische Vulnerabilitätsforschung. Gesellschaftsrelevant und interdisziplinär. Stuttgart, S. 137–156.

7 Vgl. Gärtner, Judith (2019): Eine Frage der Gerechtigkeit? Identität durch Transformation am Beispiel der Gnadenformel in den späten Psalmen. In: Ebach, R. und Leuenberger, M. (Hg.): Tradition(en) im Alten Israel. Konstruktion, Transmission und Transformation. Tübingen (FAT II 127), S. 233–252; Gärtner, Judith (2021): „Und mein Schmerz steht mir immer vor Augen“ (Ps 38,18). Schmerz als Ausdrucksform der Klage. In: Bauks, M. und Olyan, S. (Hg.): Pain in Biblical Texts and Other Materials of the Ancient Mediterranean. Tübingen (FAT II 130), S. 85–104; Gärtner, Judith (2022): Resilienz [Art.]. In: Grund-Wittenberg, A., Janowski, B. und Neumann-Gorsolke, U. (Hg.): Handbuch Alttestamentliche Anthropologie. Tübingen; Gärtner, Judith und

Petersen, Mirja (2021): Klagen, beten, das Leben beweinen – Die Bedeutung der alttestamentlichen Forschung für das interdisziplinäre Gespräch im 21. Jahrhundert. In: Richter, C. (Hg.): An den Grenzen des Messbaren. Die Kraft von Religion und Spiritualität in Lebenskrisen. Stuttgart (RuG 3), S. 79–96; Gärtner, Judith und Petersen, Mirja (2021): Zwischen Aushalten und Gestalten: Resilienz narrative im Alten Testament 30.01.–01.02.2020. Ein Tagungsbericht aus Rostock. In: *Spiritual Care* 10/2, S. 165–167; Gärtner, Judith und Richter, Cornelia (2022): Der (post-)moderne Begriff der Resilienz und die jüdisch-christliche Tradition, in: Gärtner, J. und Schmitz, B. (Hg.): Resilienz narrative im Alten Testament, Tübingen (FAT 156), S. 1–21.

8 Richter, Cornelia (2016): Resilienz im Kontext von Kirche und Theologie. In: Richter, C. und Pohl-Patalong, U.: Resilienz – Problemanzeige und Sehnsuchtsbegriff. Themenheft der Zeitschrift *Praktische Theologie* 51(2), S. 69–74; Richter, Cornelia (2016): Situative Polyvalenz, Figuration und Performanz. Was die Dogmatik immer wieder von der Schrift lernen kann. In: Roth, U. und Seip, J. (Hg.): Schriftinszenierungen. Bibelhermeneutische und texttheoretische Zugänge zur Predigt. Festgabe für G. Ulrich und E. Garhammer. München (Ökumenische Studien zur Predigt 10), S. 59–78; Richter, Cornelia und Alles, Thorben (2021): „... und ganz gewiss an jedem neuen Tag.“ Bonhoeffer als „role-model“ für Resilienz? In: *Spiritual Care* 10/2, S. 156–164; Richter, Cornelia und Geiser, Franziska (2021): „Hilft der Glaube oder hilft er nicht?“ Von den Herausforderungen, Religion und Spiritualität im interdisziplinären Gespräch über Resilienz zu erforschen. In: Richter, C. (Hg.): An den Grenzen des Messbaren. Stuttgart (RuG 3), S. 9–36.

9 Opalka, Katharina (2021): Hilft der Segen? Glaubenssprachen und -erfahrungen im Resilienzdiskurs. In: *Praxis Gemeindepädagogik*, 74(4), S. 36–37; dies. (2021): Trost an den Grenzen des Sagbaren. In: *Magazin Bestattungskultur* (Dez.).

10 Sautermeister, Jochen (2021): Sinnverheißende Gegenwart?! Achtsamkeit zwischen Therapie und spiritueller Lebensform. In: Richter, C. (Hg.): An den Grenzen des Messbaren. Die Kraft von Religion und Spiritualität in Lebenskrisen. Stuttgart (RuG 3): S. 59–77.

11 Vgl. Gärtner, Judith (2021) und (2022), s. Endnote 7; Sautermeister, Jochen (2021), s. Endnote 10; Richter, Cornelia (2021): Integration of Negativity, Powerlessness and the Role of the Mediopassive: Resilience Factors and Mechanisms in the Perspective of Religion and Spirituality. In: *JRAT* 7, 2021/2, S. 491–513, online unter <brill.com/view/journals/jrat/7/2/jrat.7.issue-2.xml>.

12 Opalka, Katharina (2021): „On Healing“. Paul Tillich’s Contribution to Current Research on Resilience. In: *Interdisciplinary Journal for Religion and Transformation in Contemporary Society*, 7(2), S. 473–490, DOI: 10.30965/23642807-bja10020; dies. (2021): Was man erzählen kann, wenn man an seine Grenzen kommt. Zur Bedeutung der Narrativität im Resilienzdiskurs. In: C. Richter (Hg.): An den Grenzen des Messbaren. Die Kraft von Religion und Spiritualität in Lebenskrisen. Stuttgart (RuG 3), S. 97–115; Gärtner, Judith und Richter, Cornelia (2022), s. Endnote 7.

13 Albrecht, Clemens (2017): Atmosphäre statt Sinn. Offene Räume in der interferenten Kultur. In: Lessenich, S. (Hg.): Geschlossene Gesellschaften. Verhandlungen des 38. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Bamberg 2016. Essen; ders. (2017): Atmosphären operationalisieren. In: *Sociologia Internationalis*, 55(2), S. 141–166. <https://doi.org/10.3790/sint.55.2.141>.

RESILIENZ, TUGENDETHIK UND PSYCHISCHE GESUNDHEITS- FÜRSORGE

Autor: Craig Steven Titus

Einführung

Der vorliegende Artikel widmet sich den Themen Resilienz, Tugendethik und psychische Gesundheitsfürsorge. Die Betrachtung dieser drei Konzepte hilft uns, die Entschlossenheit derjenigen Menschen zu verstehen, die gewohnheitsmäßig oder beruflich bedingt mit Gefahren und Schwierigkeiten umgehen. Durch eine umfassendere Analyse der Dimensionen von Tugend versuchen wir das Thema breiter darzustellen, als dies üblicherweise der Fall ist. Resilienz dient in diesem Kontext als Metapher. Sie steht für die Fähigkeit eines Objekts, in seinen ursprünglichen Zustand „zurückzuspringen“, seine Integrität zu wahren und aus diesem Prozess gestählt hervorzugehen. Auf den Menschen bezogen nutzen wir den Begriff, um zu verstehen, wie menschliche Fähigkeiten den Einzelnen in die Lage versetzen können, sich Gefahren und Schwierigkeiten auszusetzen und gleichzeitig nach dem Guten zu streben, so wie es in der vollen menschlichen Entfaltung seinen Ausdruck findet – auch im Kontext moralischer Verletzung (moralisch verletzender Erfahrungen).

Drei Themen stehen im Zentrum des vorliegenden Aufsatzes. Zunächst betrachten wir diejenigen Aspekte, durch die sich die Tugendethik einem verengten Verständnis von Ethik und philosophischer Anthropologie widersetzt. Anhand eines Überblicks über die 13 Dimensionen eines aristotelisch-thomistisch-personalistischen Ansatzes wird erörtert, wie Tugenden zur Entfaltung der menschlichen Persönlichkeit beitragen. Unseren Ansatz bezeichnen wir als das „integrierte Metamodell der Person“ (kurz: Metamodell). Es dient uns als Rahmen für die Einbindung verschiedener Erkenntnisse.¹

Zweitens widmen wir uns im Verlauf dieser Darstellung Tugenden auf der Grundlage psychischer Gesundheit, um Menschen zu verstehen, die an den Folgen schwieriger Lebensereignisse leiden, etwa Posttraumatische Belastungsstörungen (PTBS), Depressionen, Suizidgedanken oder moralische Verletzungen.²

Drittens diskutieren wir drei Aspekte von Resilienz als Beispiel für einen integrativen Tugendansatz. Die Überschneidung von Tugendethik,

Abstract

Der vorliegende Text stellt am Beispiel von Einsatzkräften inklusive des Militärs dar, wie sich der Begriff der Resilienz und der psychischen Gesundheit in einem umfassenden Ansatz in die Tugendethik integrieren lässt. Dabei fragen wir, wie ein tugendbasiertes Verständnis von Ethik die Defizite von streng an Regeln, Pflichten und Handlungsfolgen orientierten Ethiken überwinden kann. In einer auch die spirituelle Dimension einbeziehenden Synthese skizzieren wir 13 Dimensionen der Tugend, von denen wir acht eingehend untersuchen. Wir beziehen uns dabei auf Quellen westlicher Denkschulen zur Tugend, besonders auf Aristoteles, Thomas von Aquin und den Personalismus. Wir gehen darauf ein, wie Resilienz, die sich im tugendhaften Handeln und der Bereitschaft dazu manifestiert, drei disziplinübergreifende Komponenten aufweist: (1) die Bewältigung oder Überwindung großer Gefahren, von schwerem Stress oder Traumata; (2) den Schutz und die Wahrung der Integrität des Einzelnen oder der Gruppe in schwierigen Situationen und (3) das Profitieren von posttraumatischem Wachstum. Unter Verweis auf die Erkenntnisse der tugendbasierten Anthropologie integriert der Artikel Beiträge aus Resilienzforschung, Tugendethik, psychischer Gesundheitsfürsorge und Militär. Wir betrachten die vier Kardinaltugenden im Allgemeinen sowie weitere Manifestationen von Tugend, die insbesondere in den Bereichen Gesundheitsfürsorge und Militär zum Tragen kommen. Wir erörtern die grundlegenden Fähigkeiten, natürlichen Neigungen und menschlichen Bedürfnisse, die die Basis für Tugenden darstellen: intuitive, gefühlte, rationale, gewollte und prosoziale, durch adäquates Handeln produzierte Erfahrungen als Vorbereitung auf die komplexen und gefährlichen Aufgaben von militärischen Führungskräften und Soldaten, Psychologen, Seelsorgern, Ersthelfern und Polizisten sowie ihrer Familienangehörigen. Dabei wird durchgehend auf die Folgen eingegangen, die sich aus der Anwendung eines solchen integrativen Ansatzes ergeben.

psychischer Gesundheitsfürsorge und Militärdienst bietet uns die Gelegenheit, unter Einbeziehung von Erkenntnissen aus der Resilienz- und sonstigen Tugendforschung sowie aus der psychischen Gesundheitsfürsorge in der Praxis die interaktiven Dimensionen der Tugendethik zu benennen.

Resilienz, Tugendethik und psychische Gesundheit als Rahmen

Unser tugendethisches Metamodell soll als Rahmen für die Einbettung von Erkenntnissen zu Resilienz und psychischer Gesundheit dienen. Trotz gewisser Überschneidungen gibt es gute Gründe zu untersuchen, welchen Beitrag jede einzelne der 13 Dimensionen zum tieferen Verständnis des Menschen in einem erweiterten aristotelisch-thomistisch-personalistischen Ansatz (Tabelle I) leistet. Allerdings können wir hier bei der Betrachtung der Bereiche psychische Gesundheit und Militär nur auf acht dieser Dimensionen genauer eingehen.

Das Narrativ der Tugendethik umfasst die großen Denkschulen der Moraltheorie, die von den Klassikern – vor allem Platon, Aristoteles und den Stoikern – geprägt wurden. Relevante Beiträge aus der christlichen Tradition sind die Bibel (Dekalog, Weisheitsliteratur, apostolische Moralunterweisungen), Augustinus von Hippo und Thomas von Aquin. Diese Quellen können für moderne Tugendethiken und die psychische Gesundheitsfürsorge fruchtbar gemacht werden, die auch Fragen nach dem ultimativen Sinn des Lebens und persönlicher Entfaltung durch Offenheit für spirituelle und Glaubenspraxis Beachtung schenken.

Mit der Renaissance tugendethischer Ansätze sind jedoch auch alte Auseinandersetzungen zwischen den konkurrierenden Auffassungen zur Bedeutung der perzeptiven, emotionalen, kognitiven, volitionalen und sozialen Entwicklung in der Ethik wiederaufgeflammt. Einige zeitgenössischen Autoren lehnen den Tugendbegriff ab, weil sie ihn als funktionalen Typus starren Handelns, Pflichterfüllung oder Regeltreue ohne zwischenmenschliches Engagement interpretieren, als Sozialwissenschaft ohne eine Betrachtung des einzelnen Menschen, als Philo-

sophie ohne Weisheit bzw. als Erlösung ohne Transzendenz.

Doch die Tugendtheorie bietet der Ethik positive Chancen, erstens hinsichtlich einer Vereinbarkeit von Tugend in Recht, Pflicht und Normativität; zweitens mit Blick auf die Integration der persönlichen Entfaltung in einen Tugendansatz; drittens bei der Verortung des Handelns im Verhältnis zur Handlungsbereitschaft; viertens in Bezug auf die Einbeziehung des Beitrags der Humanwissenschaften in einen normativen Ansatz, und fünftens für die Öffnung gegenüber der Transzendenz.

Unserer Ansicht nach lassen sich die Möglichkeiten der Tugendtheorie nur erschließen, wenn

Unserer Ansicht nach lassen sich die Möglichkeiten der Tugendtheorie nur erschließen, wenn wir in unser Bild auch die verschiedenen Dimensionen der Tugend einbeziehen

wir in unser Bild auch die verschiedenen Dimensionen der Tugend einbeziehen. Es gibt immer mehr Versuche, Tugenden in ihrer Gesamtheit zu erfassen. Als Grundlage für ihre Klassifizierung von *Character Strengths and Virtues*³ aus psychologischer Perspektive – Weisheit und Wissen, Mut, Menschlichkeit, Gerechtigkeit, Mäßigung und Transzendenz – dient Peterson und Seligman das *VIA Inventory of Strength*. Darüber hinaus an werden in der Tugendforschung immer mehr Ansätze und Skalen zur empirischen Überprüfung diverser Tugenddefinitionen und -beschreibungen entwickelt. Im Kontext der Streitkräfte nimmt De Vries sieben Tugenden für die militärische Praxis und Charakterbildung in den Blick: Verantwortungsbereitschaft, Kompetenz, Kameradschaft, Respekt, Mut, Resilienz und Disziplin (sowie die praktische Weisheit, auf der diese Tugenden gründen).⁴

Wir betrachten auch die Tugend der Resilienz, die historische Vorläufer hat. Von besonderem Interesse ist dabei die Resilienz, die sich in Momenten alltäglicher und außergewöhnlicher Belastungen und Traumata auf der Grundlage einer zuversichtlichen, zukunftsgerichteten Lebenseinstellung zeigt. Der Begriff der Resilienz dient dazu, Individuen und Gruppen in Problemlagen zu verstehen. Er beinhaltet drei bio-

psychosoziale und spirituelle Komponenten und umfasst die individuelle und soziale Fähigkeit zur (1) Bewältigung von Stress, Problemen und Traumata, (2) zur Wahrung der eigenen bzw. der Gruppenintegrität unter widrigen Umständen sowie (3) zu posttraumatischem Wachstum in solchen Situationen. Der vorliegende Beitrag nennt beispielhaft Schutz- und Risikofaktoren für Resilienz bzw. Vulnerabilität.⁵

Tabelle I

Die 13 Dimensionen einer tugendbasierten Ethik und Anthropologie⁶

1. Tugend ist performativ (handlungsbasiert).
2. Tugend hat eine vervollkommnende und eine korrektive Dimension (akteursbasiert).
3. Tugend ist zweckgerichtet (vernunftbasiert, teleologisch).
4. Tugend ist ethisch (auf moralische Normen gegründet).
5. Tugend wird beeinflusst von der Einzigartigkeit des Menschen, seiner angeborenen gleichen Würde, von biologischem Geschlecht und Komplementarität.
6. Tugend ist verbindend, relational und entwicklungsorientiert.
7. Tugend wird über Vorbilder vermittelt (Lernen anhand von Beispielen und Mentoring).
8. Tugend wirkt mäßigend (ausgewogen, „die goldene Mitte“).
9. Tugend ist stärkebasiert (präventiv).
10. Tugend ist nichtreduktionistisch (kontextuell).
11. Tugend wird angewandt (Forschung und Praxis).
12. Tugend ist kontextabhängig (Pflichten aus Beruf und Berufung).
13. Tugend ist offen für die spirituelle Dimension und für Gott (Transzendenz).

1. Tugend ist performativ (handlungsbasiert)

Dimension. Wir bringen Tugenden durch unser Handeln, Verhalten, unsere Praxis und Leistung zum Ausdruck. Wir können Tugenden als Leistungen bezeichnen, da wir durch tugendhaftes Handeln und eine tugenderfüllte Praxis unsere guten Absichten und Wünsche kommunizie-

ren, die ein narratives Konstrukt von Zielen, Werten und Pflichten unterstützen. Alasdair MacIntyre erinnert daran, dass ein kohärentes Set von Praktiken und Tugenden spezifischen Handlungsfeldern wie psychische Gesundheitsfürsorge und militärisches Handeln (Praxis) zugrunde liegt.⁷

Vorstellung und Erinnerung allein genügen nicht, um Menschen darin anzuleiten, Gutes zu tun. Etablierte Praktiken geben der Vorstellungskraft, Erinnerung und der instinktiven Bewertung, die Teil jeder Handlung sind, eine Richtung. Ein tugendhafter Akt gelangt durch Entscheidung, Verhalten, Üben und Ausführung zum Vollzug. Solch moralisch signifikantes Handeln des Menschen hat sowohl eine innere als auch eine äußere Komponente.

Bedeutung für die psychische Gesundheit und Resilienz. Vielleicht haben wir uns etwas Schwieriges vorgenommen, etwa eine weite Reise zur kranken Mutter oder einen militärischen Einsatz. Unsere Bereitschaft, uns diesen Härten und den entsprechenden Folgen zu stellen, ist notwendig, aber für die Vollendung der Handlung nicht hinreichend. Der Ausbilder muss den Auszubildenden daher zu mutigem Verhalten bewegen, also Kognition, Emotion und Verhalten ins Zentrum rücken. Wir müssen uns der Durchführung der Aufgabe widmen, um persönliches Wachstum zu erfahren. Dabei geht es um mehr als rein psychische Dimensionen oder die innere Einstellung, sondern um das moralische Handeln. Es geht um den authentisch moralischen Akt, den dieses Kind oder jener Soldat vollzieht. Zwar verortet sich tugendhaftes Handeln im Kern der Ethik, doch Tugenden müssen ein- und ausgeübt werden, um mutiges Handeln zu fördern und moralischen Ansprüchen zu genügen.⁸ Durch tugendhafte Praktiken, die die Ziele der Ausbildung und Therapie sowie weitere Formen der Aufgabenerfüllung verkörpern, erlangen wir Resilienz.

Defizite der performativen Dimension. Mitunter verkürzen wir die performative Dimension der jeweiligen Tugend zu stark. Vielleicht konzentrieren wir uns zu sehr auf die Art von Aufgabe, deren Erfüllung wir gerade vorbereiten. Vielleicht vernachlässigen wir das Bedürfnis des Kontakts zu anderen Menschen, die uns als

Vorbilder dienen können. Vielleicht ignorieren wir die menschlichen Kosten des resilienten Handelns und berücksichtigen die zahlreichen Ebenen menschlicher Handlungen nicht im ausreichenden Maß.

2. Tugend hat eine vervollkommnende und eine korrektive Dimension (akteursbasiert)

Dimension. Tugenden verändern uns. Früheres Handeln, alte Entscheidungen wirken nach, auf die handelnde Person (den Akteur/die Akteurin) ebenso wie auf unsere Haltungen und unseren Charakter. Aristoteles lehrt uns, dass es bei Tugenden um moralische Entscheidungen über das Handeln geht, die den moralischen Status unseres Charakters prägen.⁹ Tugenden beeinflussen die verschiedenen Dispositionen zum Handeln und Fähigkeiten, die wir verändern, korrigieren und perfektionieren können. Aufgrund der umfassenden menschlichen Neuroplastizität hat das Zum-Ausdruck-Bringen von Tugenden auf verschiedenen Ebenen eine vervollkommnende und korrektive Wirkung.¹⁰ Neb postuliert in diesem Zusammenhang: „Neuronen, die gemeinsam feuern, sind Neuronen, die gemeinsam steuern.“¹¹ Tugendhafte Handlungen sind zudem komplex, und ihr Einfluss ist für Beobachter oder Beobachtungsinstrumente nicht immer wahrnehmbar. Manchmal bringen wir innere Handlungen nicht zum Abschluss. Wir entscheiden uns beispielsweise zunächst für eine bestimmte Maßnahme (diese Auswahl ist ein Willensakt), doch vollenden sie nicht, weil sich keine Gelegenheit dazu bietet. Diese im Inneren vollzogenen Handlungen verändern jedoch unsere Bereitschaft, in Zukunft analog zu agieren. Allerdings sind derartige Tendenzen, uns in Zukunft erneut ähnlich tugendhaft zu verhalten, möglicherweise nicht konsistent.

Theorie und Praxis von Tugend und Gewöhnung zeigt, dass der Mensch auf neurophysiologischer, psychologischer und moralischer Ebene im korrektiven und vervollkommnenden Sinne formbar ist.¹² Sie trägt in nichtreduktionistischer Weise zur Erklärung der menschlichen Freiheit bei. Tatsächliche Freiheit bedeutet mehr als die Freiheit von den Dingen, die uns daran hindern, zu tun, was wir tun wollen. Sie impliziert die Frei-

heit, die Fähigkeiten zu entwickeln und zu nutzen, mit deren wir unsere Vorhaben exzellent und präzise in die Tat umsetzen können. Diese positive Haltung lässt uns die Absicht, anderen Gutes zu tun, in die Tat umsetzen – etwa als Sohn gegenüber der eigenen Mutter genauso wie als Soldat für die Kameraden und die Einheit.

Diese guten potenziellen Gewohnheiten wurzeln in unseren Fähigkeiten zum Handeln und in unseren Veranlagungen, die sich als veränderbar erweisen – Sinneswahrnehmungen,

Tatsächliche Freiheit bedeutet mehr als die Freiheit von den Dingen, die uns daran hindern, zu tun, was wir tun wollen

Vorstellungskraft, Emotionen, Intellekt und Wille. Ebenso wie die Neigungen werden verschiedene Arten von Tugenden unterschieden, etwa die Kardinaltugenden (moralische Tugenden), intellektuelle und theologische (spirituelle) Tugenden.

Folgen für Resilienz und psychische Gesundheit. Die beständige Ausführung bestimmter Handlungen verändert die Disposition für zukünftiges Handeln. Diese Tatsache bildet den Kern von Ausbildung. So können wir etwa das Gefühl von Angst oder Kühnheit ausdrücken. Daher brauchen wir die Tugend des Muts, um diese Emotionen tugendhaft und vernünftig einzusetzen, wenn wir uns der Herausforderung stellen, etwas Positives zu erreichen oder etwas Böses zu verhindern. Aufgrund der unterschiedlichen emotionalen Erfahrung und der vielfältigen Muster emotionsbasierter Tugenden (ethische Tugenden) müssen wir zum Beispiel den Mut fassen, uns bei gefährlicher Witterung oder in feindlicher Umgebung fortzubewegen. Darüber hinaus gibt es moralische Tugenden der Selbstkontrolle, durch die wir unsere Emotionen regulieren, wenn wir von etwas angezogen oder abgestoßen werden. Eine Auszubildende muss beispielsweise Situationen ausgesetzt werden, die ihre Disposition zur Kontrolle ihrer Gefühle trainieren, sichtbar machen und zur Realität werden lassen. Das ist der Abhärtungseffekt, den wir erzielen, indem wir uns Stressoren aussetzen und unser Fähigkeitsspektrum stressresilient machen. Natürlich müssen dafür

weitere Fähigkeiten ausgebildet werden; der Ausbildungsleiter selbst muss beispielsweise lernen, die Emotionen der Gruppe zu beeinflussen, also unter anderem die Einheit emotional wieder aufzubauen, wenn sie nach dem Verlust eines Kameraden niedergeschlagen ist.

Defizite der vervollkommnenden und korrektiven Dimension. Kann es zu viel des Guten geben? Kann eine Tugend zu perfekt und zu sehr unter Kontrolle sein? Ein Übermaß an Exzellenz gibt es bei Tugenden nicht. Vielmehr ist das Gegenteil der Fall. Manchmal verwechseln wir Exzellenz mit starrem Durchhalten, einem engstirnigen Verständnis von Integrität und kleingeistigem Wachstum nach einer Stresssituation – allesamt keine überzeugenden Beispiele tugendhaften Verhaltens.

3. Tugend ist zweckgerichtet (vernunftbasiert, teleologisch)

Dimension. Wir assoziieren Tugenden mit Vernunft (Ratio), Zweck und Zielorientierung. In der zweckhaften Dimension findet unser rationales Wesen implizit oder explizit seinen Ausdruck, und zwar einschließlich der Finalität, der Bestimmung und Richtung der jeweiligen Tugenden. Zunächst spüren oder erfassen wir intuitiv den Sinn des Lebens und die Bedeutung des Todes. Damit partizipieren wir implizit an den Gründen, die den Tugenden zugrunde liegen. Zweitens leiten wir ihren jeweiligen Zweck aus dem rationalen Diskurs und dem gesellschaftlichen Narrativ ab. Daher begründen und argumentieren wir, wie und warum sich der gewünschte Zweck erreichen lässt.

Die Zweckorientierung der Tugend verweist auf das in der spezifischen Praxis angestrebte Ziel. Tugenden sind insofern teleologisch, als sie dem Wesen nach einen Zweck haben, eine finale *causa*, die uns zum Handeln treibt. Wir reflektieren durch tugendhaftes Handeln, denn die Vernunft lenkt uns selbst bei performativem und gewohnheitsmäßigem Handeln. Häufig kommunizieren wir das Wesen und den Kontext der Vernunft, indem wir von bedeutenden Ereignissen erzählen, die sich um Gesundheit und Heilung, Leben und Sterben sowie den Mut drehen, sich den Risiken des Lebens zu stellen.

Folgen für Resilienz und psychische Gesundheit. Weil sich die sozialen, politischen, militä-

rischen und wirtschaftlichen Bedingungen ändern, ändern sich auch die Ausbildungsbedarfe für tugendhaft resiliente Streitkräfte und eine stabile psychische Gesundheitsfürsorge, aber auch für das Seelsorgepersonal, die Polizei und Unternehmer. Als entscheidende Akteure des Wandels und der Veränderung müssen sie wohlüberlegt, begründet und zweckorientiert handeln.¹³ Diese Notwendigkeit ergibt sich heute vor allem angesichts der zahlreichen Konflikte und instabilen Situationen auf allen Kontinenten, aufgrund derer wir neue Herausforderungen bewältigen, mögliche Bedrohungen unserer Integrität vorhersehen und Stress, Traumata und Gefahr produktiv verarbeiten müssen.

Defizite der zweckgerichteten Dimension. Möglicherweise unterschätzen wir die Bedeutung unserer eigenen starken Tendenz zum Selbsterhalt, zu Güte, Wahrheit, Beziehung und Schönheit. So kann etwa der Wert einer Beziehung (zwischen Mutter und Tochter oder die Kameradschaft zwischen Soldaten) Menschen dazu bringen, sich zum Schutz anderer bewusst in Gefahr zu begeben. Wir können übersehen, dass zweckdienliches Handeln beziehungsweise die Bereitschaft zu handeln ein Risiko bedeutet. Denn vielleicht lassen wir unser Leben oder setzen das Leben einer geliebten Person aufs Spiel. Sich für das Gut der Familie oder die Verteidigung unseres Landes zu engagieren heißt, sich in den Dienst einer Sache zu stellen. Tugendhaft handelt also zum Beispiel auch, wer die kranke Mutter trotz Ansteckungsgefahr pflegt oder Militärdienst leistet.

4. Tugend ist ethisch (gründet sich auf moralische Normen)

Dimension. Tugend ist ethisch. Die ethische Basis der Tugend bilden das moralische Naturrecht, rationale moralische Normen, berufsethische Verhaltensregeln sowie die Grundsätze eines guten und erfüllten Lebens. Das moralisch Gute bezieht sich individuell auf jeden von uns und unsere Verantwortung, wurzelt jedoch objektiv auch im Gemeinwohl. Diese Tugendnormen konstituieren in ihrer Gesamtheit die Standards unseres Handelns und seine Begründung. Wir bezeichnen eine solche Tugendethik auch als praktische Weisheit (oder

prudentiellen Personalismus).¹⁴ Für Aristoteles ist das ethische Konzept der Tugend „eine Disposition zu Entscheidungen (...), die in einer Mitte in Bezug auf uns liegt und die durch eine Überlegung bestimmt wird, so wie sie auch der Kluge bestimmen würde“¹⁵.

Implikationen für Resilienz und psychische Gesundheit. Wir gehen davon aus, dass die Tugendethik die ethische Dimension geltender Regeln, Grundsätze, Pflichten und Konsequenzen zusammenführen kann, ohne die moralische Urteilsfindung auf regelbasierte, pflichtbasierte oder konsequentialistische Ansätze zu reduzieren. Innerhalb eines synthetischen Ansatzes, der auch Spiritualität mit einbezieht (spirituelle Praktiken, Grundsätze und Gebote) erkennen wir die wichtige Rolle berufsspezifischer Kodizes an, beispielsweise militärische Codes of Conduct und Verhaltensnormen, Ethikkodizes im Bereich der psychischen Gesundheitsfürsorge und der Medizin, internationale Abkommen der Vereinten Nationen (Menschenrechtskonventionen) sowie der Ethik- und Verhaltenskodex der WHO.

Defizite der ethischen Dimension. Die ethische Natur der Tugenden zeigt sich in der Art und Weise, in der sich ein vernunftbegabter Mensch als ethisches Vorbild mit Theorie und Praxis auseinandersetzt. Dabei ist die Tugend der praktischen Weisheit eine Frage der praktizierten Vernunft, die praktisch angewandte klinische, philosophische und spirituelle Überlegungen betrifft.

Damit psychische Gesundheitsversorgung und militärische Praxis effizient sein können, muss das medizinische und militärische Personal (1) über ein umfassendes Verständnis moralischen Handelns und der damit zusammenhängenden Kodizes, Grundsätze und Pflichten verfügen, (2) die Tugenden auf der Ebene der praktischen Weisheit und des Bewusstseins verinnerlicht haben sowie (3) den Unterschied zwischen moralischer Verletzung, dem ethisch Bösen und spiritueller Sünde verstehen. Moralische Verletzung ist der Zustand psychischen und moralischen Leidens aufgrund einer wahrgenommenen Moralverletzung, und zwar mit oder ohne Beteiligung des Betroffenen selbst, also auch durch reine Beobachtung einer unmoralischen Handlung. Die ethische Praxis um-

fasst die Absichten des Handelnden und der Gruppe, ein Verständnis moralischen Handelns sowie die spezifischen Umstände der Handlung und des Handelnen.¹⁶

5. Tugend wird beeinflusst von der Einzigartigkeit des Menschen, seiner angeborenen Gleichheit und Würde, von biologischem Geschlecht und Komplementarität

Dimension. Tugenden sind genauso einzigartig wie der Mensch. Natürlich sind alle Menschen gleich in ihrer Würde, die die gemeinsame Grundlage für das Verständnis des menschlichen Wesens, der Menschenrechte und der Bandbreite der Tugenden bildet. Diese Gleichheit bezieht sich auf beide Geschlechter, ebenso wie die Unterschiede in den Tugenden, die sich aus ihrer Komplementarität bezüglich der Reproduktionsfähigkeit, des genetischen Ausdrucks (DNA und RNA) und tendenziell vorhandener Persönlichkeitsmerkmale. Die Tugenden einer Person können Eigenschaften aufweisen, die von den komplementären Neigungen der Geschlechter gekennzeichnet sind. Und selbst da, wo sich die Geschlechter unterscheiden, können die Tugenden einer Person Charakteristika aufweisen, die von komplementären Neigungen geprägt sind. Vitz¹⁷ erinnert in diesem Zusammenhang daran, dass Frauen tendenziell für andere da sind, während Männer bevorzugt für andere handeln. Frauen suchen eher emotionale Geborgenheit und Nähe, Männer eher Schutz und körperliche Lust. Frauen kümmern sich tendenziell um andere, Männer streben nach Gerechtigkeit. Es ist möglich, jede Person individuell zu betrachten, ohne die in Studien erhobenen Daten und Trends zu übersehen, die zwar nicht für alle, aber für viele gelten (Glockenkurvenphänomen) – etwa der erkennbare Geschlechterunterschied bei Alkoholkonsum bzw. -missbrauch.¹⁸ Eine einzelne Frau, ein einzelner Mann steht für keine Statistik und keinen Trend, doch Vergleich können helfen, die vor uns stehende, konkrete Person wahrzunehmen.

Folgen für Resilienz und psychische Gesundheit. Die Tugendethik beeinflusst die Neigungen jeder individuell verschiedenen Person.

Doch die Resilienz einer Person oder einer Gruppe muss in schwierigen Lagen – beispielsweise bei der Durchführung von Therapien in der psychischen Gesundheitsversorgung oder dem Training der Gefechtsbereitschaft des Soldaten bzw. militärischen Führers – auf gemeinsamen Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Bewältigung aufbauen. Wie sich Tugenden etwa im Bereich der psychischen Gesundheit oder des Militärdienstes manifestieren, hängt sowohl von der individuellen Einzigartigkeit als auch von gemeinsamen Stärken ab.

Defizite der Dimension von Gleichheit und Komplementarität. Beim Thema Gleichheit, Unterschiede und Komplementarität der Ge-

Kann ein Soldat mutig sein, wenn er nicht zugleich seinen Wunsch nach bewusstseinsverändernden Substanzen oder Annehmlichkeiten kontrolliert?

schlechter kommt es häufig zu Missverständnissen. Es wird unter anderem behauptet, die Tugend des Mutes verdeutliche sowohl Gemeinsamkeiten als auch Unterschiede zwischen Männern und Frauen. Während sich Mut bei Frauen tendenziell über empathische Gefühlsäußerungen manifestiert, ergreifen Männer eher die Initiative.¹⁹ Natürlich bildet sich die Fähigkeit zu tugendhaftem Verhalten durch gerechtes und fürsorgliches Handeln auf der Grundlage der persönlichen Einzigartigkeit und Integrität heraus. Gleichzeitig entwickeln sich dadurch je nach Geschlecht weitere Bewältigungskompetenzen, eine einzigartige Integrität und das Potenzial für posttraumatisches Wachstum.

6. Tugend ist verbindend, relational und entwicklungsorientiert

Dimension. Damit sich die spezifischen Tugenden einer Person entwickeln können, müssen sie mit Tugenden generell verknüpft und in soziale und psychologische Kontexte eingebunden sein. Es ist wichtig zu erkennen, dass sich Tugenden im Laufe der Zeit entwickeln und entsprechende Praxis brauchen. Aristoteles

und Thomas von Aquin weisen bereits darauf hin, dass die Tugenden tendenziell miteinander verbunden sind, und zwar durch die Tugenden der praktischen Weisheit und Liebe.²⁰ Wir nutzen die praktische Weisheit, um uns selbst zu formen, auch unsere Wünsche und inneren Antriebe, die an der Vernunft teilhaben. Mithilfe unseres Verstands erkennen wir den Zweck der anderen Tugenden und verleihen ihnen vernünftige Kohärenz.

Die christlichen Tradition erkennen außerdem an, wie Nächstenliebe und Freundschaft die Bereitschaft und die Motivation zu selbstlosem Engagement fördern, die die anderen Tugenden zur persönlichen Einheit führt. Wir brauchen die Verkörperung verschiedener Tugenden, damit diese ihren jeweiligen Zweck erfüllen können. Durch Wissen und Liebe, durch die angewandte praktische Vernunft und Hingabe aber finden wir zu zwischenmenschlichen Beziehungen und in die Verbindung mit anderen Menschen. Kann ein Soldat mutig sein, wenn er nicht zugleich seinen Wunsch nach bewusstseinsverändernden Substanzen oder Annehmlichkeiten kontrolliert, sondern sich von Planung, Ausbildung und Einsatz ablenken lässt, denen er doch nach bestem strategischem Wissen und Gewissen nachzukommen hat?

Wir verhalten uns sozial, indem wir tugendhaft handeln, da Tugenden die zwischenmenschliche Dimension der menschlichen Natur fördern. Eine solchen Entwicklung von Tugenden basiert dabei auf den Fähigkeiten, die den (moralischen) Kardinaltugenden sowie den intellektuellen und theologischen (spirituellen) Tugenden zugrundeliegen. Manche Tugenden prägen Emotionen (die moralischen Tugenden der Selbstkontrolle und des Mutes). Andere Tugenden verändern den Willen (Gerechtigkeit und hingebungsvolle Liebe) oder formen den Intellekt (die intellektuellen Tugenden der Weisheit, des Wissens und Verstehens).

Folgen für Resilienz und psychische Gesundheit. Durch die Teilhabe an praktischer Vernunft und mitfühlender Liebe verknüpfen wir Resilienzquellen miteinander. So basiert beispielsweise die erfolgreiche Interaktion von militärischen Führern und Soldaten oder von Supervisoren und Beschäftigten der in psy-

chischen Gesundheitsfürsorge auf sozialen Kompetenzen. Die notwendige prosoziale, wertbasierte Führung erfordert wiederum ein angemessenes Niveau in Ausbildung und Schulung, damit der Einzelne und die Gruppe Moral und Kompetenz entwickeln können. Solche Tugenden entstehen durch Erfahrungen, selbst durch negative Erfahrungen. Posttraumatischer Stress und moralische Verletzung können, wenn sie erfolgreich überwunden werden, der gesamten Gruppe Resilienz verleihen und gegenseitiges Vertrauen begründen.

Herausforderungen der verbindenden, relationalen und entwicklungsorientierten Dimension. Wer sich nicht bewusst um die zusammenhängende Entwicklung von Tugenden bemüht, kann deren relationale Dimension oft nicht nachvollziehen. Dies geschieht insbesondere, wenn Tugenden als bindungslos, isoliert und statisch verstanden werden. Überdies erfordert die entwicklungsbezogene und relationale Dimension, dass wir die Notwendigkeit sowohl von Unabhängigkeit als auch von Abhängigkeit im Ausdruck der Tugenden betonen.

7. Tugend wird über über Vorbilder vermittelt (Lernen anhand von Beispielen und Mentoring)

Dimension. Wie bereits erwähnt bilden wir Tugenden durch eine Kombination von Bewunderung und Nachahmung, Vernunft und Prinzipien, Emotion und Aktion, durch Haltungen und Charakter. Der wichtigste Aspekt bei der Aneignung von Tugend liegt in der Bewunderung und Nachahmung von Vorbildern, die uns zu eigenem tugendhaften Handeln inspirieren. Vorbilder wecken den Wunsch in uns, es ihnen gleichzutun. Wir erwerben Tugendhaltungen (*habitus*) durch die Begegnung mit Menschen, die Tugenden kreativ und authentisch vorleben. Weil wir diese Vorbilder emotional bewundern, motivieren sie uns zum Erwerb dieser Eigenschaften. Hinzu kommt das Verständnis ihres „moralischen Gehalts“ und ihrer impliziten und expliziten Grundsätze und Ziele. Beispielsweise bewundern oder verehren wir Helden, Heilige, weise Männer und Frauen, etwa solche, die in der psychischen Gesundheitsfürsorge oder als Soldaten ihr Leben für

das Gemeinwohl, für die Nation, ihre Familien oder sogar Fremde riskieren.

Diese Vorbilder können andere inspirieren, den Einsatz des eigenen Lebens in bestimmten Handlungen zumindest in Erwägung zu ziehen. Moralische Vorbilder der Wahrheit liefern die kognitive Quelle für Bewunderung, während Vorbilder für das moralisch Gute tatsächlich Anreiz zur Bewunderung geben. Linda Zagzebski weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass Tugend am besten durch Theorie und Praxis, durch Kurse und Alltagserzählungen gelehrt und ge-

Der wichtigste Aspekt bei der Aneignung von Tugend liegt in der Bewunderung und Nachahmung von Vorbildern, die uns zu eigenem tugendhaften Handeln inspirieren

lernt werden kann, doch dass sie vor allem über die Nachahmung von Vorbildern vermittelt wird. Sie bekräftigt damit den semantisch externalistischen oder moralischen Realismus, in dem die Nachahmung von Vorbildern die Basis moralischen Lernens darstellt.²¹

Folgen für Resilienz und psychische Gesundheit. Dass individuelle Vorbilder radikal unterschiedlich sein können, macht einen Teil der Schwierigkeiten bei der Vermittlung von Tugenden aus. Berufung, Beziehungen, Neigungen, Verhaltensweisen und persönliche Geschichten sind im unterschiedlichen Maß geeignet, Resilienz und psychische Gesundheit zu fördern. Zwar können wir Tugend in ihrer performativen, perfektionierenden und ethischen Dimension nicht mit einer mathematischen Gleichung gleichsetzen, bei der es ein einfaches Richtig oder Falsch gibt – doch wir verfügen über die kognitive Fähigkeit, mit diesem Problem umzugehen. Vorbilder können uns den Weg zur Integrität weisen; selbst verlorene Integrität kann im Laufe der Zeit zurückgewonnen werden und in moralische Reifung münden.

Herausforderungen beim Lernen anhand von Vorbildern. Obwohl der Erwerb von Tugenden sowohl durch den bildenden Effekt realer Lebenserfahrungen als auch narrativer Darstellungen von Vorbildern stattfinden kann, gibt es realistische und nichtrealistische Ansätze. Erstere bejahen, dass es eine Wahrheit außerhalb des

menschlichen Geistes gibt, während Letztere die Existenz jedweder objektiven Wahrheit verneinen, für die es sich zu kämpfen lohnt. Nähert man sich dem Erwerb moralischer Tugenden mit einem nichtrealistischen, relativistischen Ansatz, stellt dies die Möglichkeit individueller oder gruppenbezogener Charakterbildung infrage. Folgt man der Auffassung, dass der Ursprung des moralischen Charakters von Sprache nicht außerhalb des menschlichen Geistes existiert, ergeben sich Herausforderungen für den moralischen Charakter des Tugenderwerbs durch Vorbilder. Ein unverbundenes soziolinguistisches Netzwerk ist nicht realistisch, sondern eher relativistisch. Es verbindet nicht soziale und sprachliche Bezüge, moralische Motivation und den moralischen Gegenstand der Tugenden und schwächt damit die pädagogische Wirkung von Vorbildern. Ein weiteres Problem entsteht, wenn Menschen jemanden als Helden oder Vorbild bewundern, ihn nachahmen und sich an ihn binden, der sich auf krasse Weise unmoralisch verhält. Andererseits müssen wir jedem Helden ein gewisses Maß an Ambiguität zugestehen. Daran wiederum können wir unsere eigene moralische Resilienz herausbilden, wenn wir unsere Integrität angesichts des Fehlverhaltens bewahren.

13. Tugend ist offen für die spirituelle Dimension und für Gott

Dimension. Der traditionelle tugendbasierte Ansatz korreliert die Praxis der Tugenden des Glaubens, der Hoffnung und der Liebe (caritas und Freundschaft) mit den positiven Effekten der geistigen und transzendentalen Gesundheit und Entwicklung durch Transformation der anderen Tugenden, die damit zu durch die Gnade verliehenen (eingegossenen) Tugenden werden. Zu den Praktiken, die sich der Spiritualität und Gott öffnen, zählen Glaubensrituale, gemeinsame Gebete, persönliche Gebete zu Gott, das Ritual des Vergebens sowie die Praxis der Meditation und Kontemplation. Aus der Perspektive unseres Metamodells ermöglicht das Konstrukt der Tugend die Integration natürlicher Grundlagen psychischer Gesundheit und deren gnadenhafter bzw. übernatürlicher Ausweitung durch Heiligkeit. Die menschliche Fähigkeit zur Tugend (als materielle *causa*) ver-

vollständig in natürlichen und übernatürlichen Dimensionen (formelle, wirksame und finale Gründe). Dieser alte christliche Grundsatz besagt, dass Gnade die Natur dem Wesen der Natur nach wandelt.²² Dieser Ansatz der Tugend öffnet sich dem Spirituellen/Transzendenten – etwa wenn spirituelle Praktiken einen Menschen in seiner Überzeugung vom letztendlichen Sinn des Lebens bestärken (wie im Fall des Glaubens), wenn sie Kraft geben, Sinn und Unterstützung in schwieriger Lage zu finden (Hoffnung) oder ihre Einheit und gegenseitige Selbsthingabe in Glaubensgemeinschaften (Liebe) fördern.

Folgen für Resilienz und psychische Gesundheit. Eine zunehmende Anzahl qualitativer Studien deutet darauf hin, dass durch religiöse Praxis und Spiritualität Resilienz und positive Entwicklung in schwierigen Zeiten ermöglicht wird.²³ Andere Studien belegten, dass einige tägliche spirituelle Praktiken als Schutzfaktoren für spirituelle Resilienz bei moralischen Verletzungen wirken, den Umgang mit Herausforderungen verbessern und die Bereitschaft zur Vergebung erhöhen. Forschende weisen auf die Erfahrungen von Militärangehörigen hin, die auf religiöse und spirituelle Ressourcen zurückgegriffen haben, um die Folgen moralischer Verletzung zu überwinden. Außerdem zeigten Studien mit Soldaten und Veteranen, dass ihre Resilienz in der Spiritualität (Schutzfaktor), im Sinn (Sinn finden und Sinn konstruieren) und in der Identität (auch als Angehöriger einer Glaubensgemeinschaft) begründet liegt.²⁴

Die Herausforderung der Offenheit für Transzendenz. Wo Gott als hasserfüllt oder strafend empfunden wird, kommt es auch zu negativen Folgen und der Verzerrung von Religion und Spiritualität bei moralischen Verletzungen. Weitere negative Zusammenhänge ergeben sich, wenn Menschen ihre natürliche, positive Hinwendung zum Guten, zum Leben, zur Wahrheit, zur Beziehung zu anderen und zur Schönheit verbergen oder entstellen. Auch die negative Wirkung eines Lebens nach rigiden religiösen Grundsätzen, von Selbstverdamnung oder enttäuschem Glauben sind bekannt.²⁵

Die Implikationen eines mehrdimensionalen tugend- und resilienzbasierten Verständnisses von psychischer Gesundheit

Folgen aus der vorliegenden Studie

Zu den radikalsten Erkenntnissen dieses Textes gehört, dass die Analyse der philosophischen Anthropologie, des menschlichen Charakters und der Ethik ohne ein mehrdimensionales Verständnis des Wesens von Tugend unzureichend ist. Ein solcher komplexer Ansatz kann der Tugendethik größere Überzeugungskraft verleihen.

Dimensionen, die in diesem Artikel nicht diskutiert werden (Komplette Liste siehe Tabelle)

(8) Tugend bedeutet Mäßigung. Durch Tugend und die Vermeidung extremer Exzesse und Defizite streben wir Exzellenz an. Beispielsweise versuchen wir, unsere Angst zu regulieren, um vernünftige Ziele mithilfe mutigen Einsatzes besser zu erreichen. (9) Tugend ist präventiv. Zum Schutz des Einzelnen und von Gemeinschaften entwickeln wir Charakterstärke und verfeinern unsere Emotionen. Die Tugend der Hoffnung etwa lässt uns negative Gedanken und Gefühle angesichts schwer realisierbarer Aufgaben überwinden. (10) Tugend ist nicht-reduktionistisch. Wir leben unsere Tugenden in Kontexten, die sich dem Nachweis der besten Praktiken nicht verweigern. So legen wir beispielsweise Wert auf evidenz- und wertbasierte, nach Wahrheit strebende Quellen. (11) Tugend findet Anwendung in der Praxis. Wir wenden sie sowohl in der Theorie als auch durch entsprechende Handlungsweisen an. Wir streben nach der Entwicklung unserer beruflichen Fertigkeiten und nach langfristiger Entfaltung durch die kontextbezogenen Ausübung jener Tugenden, die den Besonderheiten militärischen Handelns zugrunde liegen. (12) Tugend ist Berufung. Wir finden Entfaltung durch Tugenden, die sich auf Berufungen beziehen und mit grundlegenden Verpflichtungen verbunden sind. In der positiven Antwort auf den Ruf, eine Familie zu gründen und das eigene Land zu verteidigen, sehen wir einen Sinn.

Möglichkeiten eines vollständigeren Tugendverständnisses in Streitkräften, der psychischen Gesundheitsfürsorge und bei anderen Einsatzkräften

Resilienz ist ein komplexes Phänomen, das auf der Beobachtung und Erfahrung von häufigen und weniger häufigen Begegnungen mit Gefahren und Schwierigkeiten bei Fachkräften für psychische Gesundheit, Soldaten und Ersthelfern beruht. Bei der Ausbildung von militärischen Führern und Soldaten empfiehlt es sich daher, ein robustes Verständnis von Resilienz in den Blick zu nehmen. Dies beinhaltet die Bewältigung gefährlicher Gefechtssituationen, die

Führungskräfte müssen es sich zur Gewohnheit machen, nach möglichen positiven Ergebnissen durch negative Erfahrungen zu fragen

Wahrung der individuellen und gemeinschaftlichen Integrität auch nach Stresssituationen und die Möglichkeit, aus traumatischen Erfahrungen gestärkt hervorzugehen. Führungskräfte müssen es sich zur Gewohnheit machen, nach möglichen positiven Ergebnissen durch negative Erfahrungen zu fragen. Eine solche Haltung und Auffassung macht die positiven Aspekte bewusst, die auch schwierigen Situationen oder negativen Erlebnissen innewohnen. Dieser Blick verstetigt eine Haltung, die eher den grundlegenden Wunsch nach Leben, Güte, Wahrheit, Beziehung und Schönheit erkennt.

Auswirkungen in einem mehrdimensionalen Tugendansatz

Ein tugendbasiertes Ethikverständnis kann die professionelle und auf Glauben beruhende Ethik zusammenbringen. Hier wird betont, dass regel-, pflicht- und folgenbasierte (konsequentialistische) Auffassungen durch spezifische Überlegungen der professionellen Ethik (beispielsweise durch die Berücksichtigung eines militärischen Ethikkodexes) und der glaubensbasierten (auf Spiritualität und Überlieferungen beruhenden) Ethik ergänzt werden müssen. Zum Beispiel müssen solche Ansätze auch das moralische Gewissen der Streitkräfte

respektieren und ein zwingendes Argument für die Ethik liefern. Eine vertiefte Diskussion dieses integrierten, berufs- und glaubensbasierten Ansatzes kann an dieser Stelle jedoch nicht erfolgen.

Schlussfolgernd können wir festhalten, dass sich die Debatten zwischen handlungs- und akteursorientierter Ethik durch die Tugendethik auflösen lassen, in der die Handlung und die Bereitschaft zu handeln, der Einzelne und die Gemeinschaft, Naturrecht, Offenbarung und Gnade ihren jeweils angemessenen Platz finden. Eine neue Vision der Tugendtheorie auf der Grundlage der praktischen Weisheit, die offen für Spiritualität und praktizierten Glauben ist, wird sich auch daran messen lassen müssen, ob sie nicht nur den Wunsch nach menschlicher Entfaltung und die Entwicklung von Charakter und Tugend erklären kann, sondern auch die dauerhafte Existenz von Schwächen, groben Fehlern sowie die Spaltung des Selbst und ganzer Gemeinschaften. Ein solcher Metamodell-Ansatz zur Tugend muss die Tauglichkeit eines mehrdimensionalen Tugendverständnisses feststellen, das klassische und moderne ethische Theorien mit Positionen aus den zeitgenössischen Humanwissenschaften verbindet, jede auf ihrer eigenen Kompetenz- und Normativitätsebene.

Der Autor



Dr. Craig Steven Titus ist Professor für Integration an der Divine Mercy University (DMU, Virginia). Er promovierte in Theologie (Universität Fribourg, Schweiz) und hat einen M.A. in Philosophie. Prof. Titus hat über sechzig Fachartikel, Buchkapitel und Bücher veröffentlicht, darunter „Virtue and Resilience: Aquinas’s Christian Approach to Virtue Applied to Resilience“ (in Nathan H. White and Christopher C. Cook (Hg.): „Biblical and Theological Visions of Resilience“, Routledge, 2022). Er ist Mitherausgeber und Autor von „A Catholic Christian Meta-Model of the Person: Integration with Psychology and Mental Health Practice“ (DMU Press, 2020).

1 In ihrer 2020 bei Sterling, VA, erschienenen Publikation *A Catholic Christian Meta-Model of the Person: Integration with Psychology and Mental Health Practice* stellen Vitz, Paul C., Nordling, William J. and Titus, Craig Steven (Hrsg.) 13 Dimensionen der Tugend vor. Um den Blick für das Spezifische in einem größeren zu präsentierenden Kontext nicht zu verlieren, werden wir uns im vorliegenden Text auf die acht wichtigsten von ihnen beschränken.

2 Jinkerson, Jeremy D. (2016): *Defining and Assessing Moral Injury: A Syndrome Perspective*. In: *Traumatology*, 22(2), S. 122–130. <https://doi.org/10.1037/trm0000069> (Stand aller Internetbelege: 1. Juni 2023).

3 Peterson, Christopher and Seligman, Martin E. P. (2004): *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford et al.

4 de Vries, Peer (2020): *Virtue Ethics in the Military: An Attempt at Completeness*. In: *Journal of Military Ethics* 19, no. 3 (2020), S. 170–185. Ein weiterer Katalog von Tugenden findet sich bei Erikson (1964): *Care, Kompetenz, Treue, Hoffnung, Liebe, Zweckorientierung, Wille und Weisheit*. Militärische Kataloge sind tendenziell traditioneller. Sie umfassen die vier Kardinaltugenden: praktische Vernunft, Gerechtigkeit, Mäßigung und Mut, sowie weitere, darunter Ehre, Disziplin, Treue (Loyalität) und neue, aus dem Wandel der Aufgaben des Militärs abgeleitete Tugenden wie Schutz der Schwachen und Umgang mit Medienberichten. Vgl. auch: Olsthoorn, Peter (2013): *Virtue Ethics in the Military*. In: van Hooft, Stan and Saunders, Nicole (Hg.): *The Handbook of Virtue Ethics*. Abingdon/New York, S. 365–374.

5 White, N. H. and Cook, C. C. (Hg.) (2020): *Biblical and Theological Visions of Resilience: Pastoral and Clinical Insights*. Routledge.

6 Titus, C. S. et al. (2020): *Fulfilled in Virtue*. In: Vitz, Paul C. et al. (Hg.), vgl. Fußnote 1.

7 MacIntyre, Alasdair (1999): *Dependent Rational Animals: Why Humans Need the Virtues*. Chicago.

8 MacIntyre, Alasdair (1999), vgl. Fußnote 7.

9 Aristoteles (2020): *Nicomachische Ethik*. Übersetzt, eingeleitet und kommentiert von Dorothea Frede. Berlin, Boston. II, 6, 1106b25–1107a2.

10 Doidge, N. (2007): *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*. New York.

11 Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2011): *The Whole-Brain Child*. London. Übersetzung aus dem Englischen.

12 De Haan, Daniel D. (2012): *Thomistic Hylomorphism, Self-Determinism, Self-Determination, Neuroplasticity, and Grace: The Case of Addiction*. In: *Proceedings of the ACPA* 85, S. 99–120.

13 Cornum, R., Matthews, M. D. and Seligman, M. E. P. (2011): *Comprehensive Soldier Fitness: Building Resilience in a Challenging Institutional Context*. In: *American Psychologist* 66(1), S. 4–9. <https://doi.org/10.1037/a0021420>.

14 Ashley, Benedict M. (2013): *Healing for Freedom: A Christian Perspective on Personhood and Psychotherapy*. Washington, DC.

15 Aristoteles (2020), vgl. Fußnote 9, 1106b36–1107a3.

16 Johannes Paul II (1993): *Der Glanz der Wahrheit* [Enzyklika: *Veritatis splendor*]. Vatikanstadt.

17 Vitz, Paul C. (2022): *The Complementarity of Women and Men*. Washington, DC.

18 Nolen-Hoeksema, S. (2004): *Gender Differences in Risk Factors and Consequences for Alcohol Use and*

Problems. In: *Clinical Psychology Review*, 24(8), S. 981–1010. doi:10.1016/j.cpr.2004.08.003.

19 Gross, Christopher, et al. (2020): *Man and Woman*. In: Vitz, Paul C. et al. (Hg.) (2020), vgl. Fußnote 1, S. 187.

20 Aristoteles (2020), vgl. Fußnote 9, VI, 13. Thomas von Aquin, *Summa Theologica*, I–II, 65.

21 Zagzebski, Linda (2017): *Exemplarist Moral Theory*. New York.

22 Thomas von Aquin: *Summa Theologica*, I, 62.5.

23 Currier, J. M. et al. (2016): Spirituality, Forgiveness, and Quality of Life: Testing a Mediation Model with Military Veterans with PTSD. In: *The International Journal for the Psychology of Religion*, 26(2), S. 167–179.

24 Brémault-Phillips, Suzette et al. (2019): Spirituality and moral injury among military personnel: a mini-review. In: *Front. Psychiatry* 10, S. 5–7. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyt.2019.00276/full>.

25 Brémault-Phillips, Suzette et al. (2019), vgl. Fußnote 24.

DESINFORMATION UND DES- INFORMATIONEN- RESILIENZ

Autoren: André Schülke/Alexander Filipović

„Was wir über unsere Gesellschaft, ja über die Welt, in der wir leben, wissen, wissen wir durch die Massenmedien.“¹ Mit diesem Diktum verwies 1996 der Soziologe Niklas Luhmann auf den Umstand, dass wir zum Verstehen einer immer komplexer werdenden Welt auf immer weniger Informationen aus eigener Anschauung zurückgreifen können und daher notwendigerweise auf Informationen angewiesen sind, die uns von Dritten zur Kenntnis gebracht werden. Unter diesen Dritten finden sich auch Akteure, die Desinformation verbreiten, um ihren politischen, wirtschaftlichen und militärischen Einfluss außerhalb ihres eigenen Territoriums geltend zu machen und zu erweitern.

Gemäß der Definition einer von der Europäischen Union eingesetzten Expertengruppe umfasst der Begriff der Desinformation „alle Formen falscher, ungenauer oder irreführender Informationen, die darauf abzielen, der Öffentlichkeit absichtlich Schaden zuzufügen oder Gewinn zu erzielen.“² Desinformation, ungenau auch oft als „Fake News“ bezeichnet, hat in der aktuellen Medienkommunikation einen weiten Raum eingenommen und wird medienethisch breit diskutiert.³ Bedrohlich erscheinen Desinformationen, wenn sie als Kampagnen geplant und durchgeführt werden, um demokratische Prozesse zu stören oder allgemein Menschen in ihrem Verhältnis zur Welt zu erschüttern. Da zu vermuten ist, dass ihre Urheber auch weiterhin bemüht sind, ihren Einfluss im medialen Raum auszuweiten, sollen zwei Aspekte bezüglich dieser Kampagnen näher betrachtet werden: die phänomenologische Ausdeutung der Methoden ihrer Einflussnahme auf das einzelne Individuum und mögliche Strategien zu ihrer Abwehr. Mit diesem Ansatz legt der vorliegende Text bei der Betrachtung des grundsätzlich dialektischen Verhältnisses zwischen einem Individuum und der Gesellschaft, der es angehört, den Fokus auf das Individuum und sein Rezeptionsverhalten.

Der vorliegende Text übernimmt Überlegungen und im Einzelnen nicht näher gekennzeichnete Textpassagen aus der noch nicht veröffentlichten Dissertation von André Schülke (in Vorbereitung zur Publikation).

Abstract

Die zunehmende Angewiesenheit moderner Individuen und Gesellschaften auf Informationen aus zweiter Hand ermöglicht in politischen, militärischen und anderen Konflikten den Einsatz von Desinformationskampagnen. Staatliche Akteure versuchen mithilfe der massenhaften Verbreitung von sogenannten Fake News, die strukturelle und funktionale Integrität des jeweiligen Gegners zu unterminieren. Desinformation soll die Konstituierung, Verfestigung und Verbreitung von nichtrationalen „mental Modellen der Realität“ bei den Zielgruppen fördern, indem Regressionstrigger (Emotionen, Ressentiments, bestehende Verschwörungsmentalität) die Informationsverarbeitung von einer rationalen auf eine entwicklungsgeschichtlich niedrigere, weniger rationale Ebene verlagern. Trotz ihres „irrationalen“ Inhalts sind Desinformationskampagnen somit höchst rational organisierte, insbesondere gegen die offenen Gesellschaften des Westens gerichtete Instrumente der Destruktion. Die Kenntnis ihres Wirkmechanismus bildet zugleich die Grundlage für den Aufbau von Resilienz, also der Sensibilisierung für bzw. Immunisierung gegen das gezielte Aktivieren von Regressionstriggern. Eine entsprechende Medienkompetenz – die Fähigkeit, aus der täglichen Informationsvielfalt ein nicht defizientes mentales Modell der Realität zu entwickeln und aufrechtzuerhalten – bedarf der eigenständigen Aneignung, Memorierung und Aktualisierung von Wissen, der Ausbildung von Reflexionsvermögen und einer verantwortlichen Medienrezeption. Neben dieser umfangreichen und ressourcenintensiven staatlichen Bildungsaufgabe, die angesichts einer vermuteten Ausweitung von Desinformationskampagnen an präventiver Bedeutung gewinnt, sind weitere Maßnahmen zur Abwehr bzw. der Eindämmung möglicher schädlicher Folgen für offene, pluralistische Gesellschaften in den Blick zu nehmen: auf der gesellschaftlichen Ebene etwa das Zurückdrängen sozioökonomischer Faktoren, die Ängste und Unsicherheit erzeugen, sowie auf der medialen Ebene u. a. die Förderung von Transparenz, konsequentes Debunking und strafrechtliches Vorgehen gegen Falschmeldungen und Verschwörungserzählungen.

Desinformation

Akteure, die Desinformation verbreiten, verfolgen in der Regel ganz bestimmte Ziele. Desinformation, die von staatlichen Akteuren lanciert wird, ist häufig darauf ausgerichtet, die strukturelle und funktionale Integrität eines gesellschaftlichen, wirtschaftlichen, politischen oder militärischen Gegners zu unterminieren und – im Falle des Erfolgs – zu destabilisieren.⁴ Sie entfaltet in der Regel eine indirekte und subtile Wirkung, indem sie versucht, die Individuen der angegriffenen Gemeinschaft zu einer allmählichen Änderung ihrer *mentalen Modelle der Realität* und in der Folge zu Verhaltensänderungen zu bewegen, die dieser Gemeinschaft schaden.

Ein mentales Modell⁵ der Realität kann definiert werden als eine auf die reale Welt bezogene Repräsentation eines Sachverhaltes, eines Prozesses oder einer Handlung im Bewusstsein eines Individuums. Es stellt den kognitiven Rahmen zur Verfügung, innerhalb dessen dieses Individuum andere Personen und Objekte in seiner Umgebung wahrnimmt und ihren Interaktionen und Relationen Bedeutung und damit Sinn zuschreibt. Das mentale Modell erlaubt es dem Individuum darüber hinaus, Veränderungen in den Interaktionen und Relationen der wahrgenommenen Personen und Objekte zu erkennen und damit ihren zukünftigen Zustand für eine ausreichende Zeitspanne mit hinreichender Sicherheit vorherzusagen. Das heißt, es erlaubt ihm die Antizipation wahrscheinlicher zukünftiger Entwicklungen und daraus abgeleitet die Planung von Handlungsalternativen und tatsächlichem Handeln.

Die Methoden der Desinformation umfassen somit alle rational geplanten und auf lange Sicht angelegten Versuche eines Akteurs, einer Gruppe von Akteuren, einer Institution oder eines Staates, falsche, ungenaue oder irreführende Informationen im Weltbild ihrer Adressaten zu verankern. Zu diesem Zweck zielen sie in der Regel auf die Konstitution eines nicht-rationalen mentalen Modells der Realität im Bewusstsein ihrer Rezipienten, das durch kognitive Regression⁶ aufrechterhalten wird.

Wenn sich aber zeigt, dass Individuen und Gruppen insbesondere in pluralistischen und

demokratischen Gesellschaften durch den Einfluss von Desinformation zu Verhaltensweisen und Handlungen veranlasst werden, die negative Auswirkungen auf das soziale, politische und wirtschaftliche Gefüge dieser Gesellschaft haben, dann steht auch die Frage im Raum, wie dieser Herausforderung begegnet werden kann.

Neben die klassischen materialen Methoden zur Abwehr von Desinformation – Offenlegung der Quellen, Forderung nach Medientransparenz, Strafverfolgung⁷ und Debunking (Entlarven und Widerlegen von Falschmeldungen) – tritt als Methode die Aneignung und Ausweitung von Desinformationsresilienz. Desinformationsresilienz kann definiert werden als ein Vermögen, das „[d]ie Ziele von Desinformationskampagnen, seien es ganze Gesellschaften, bestimmte soziale Gruppen oder politische Institutionen, [...] gegen intendierte schädliche Wirkungen immunisiert, ohne dass die Aktivität an sich unterbunden wird“⁸. Auf die phänomenale Ebene bezogen bedeutet dies das Vermögen eines Individuums, Desinformation als solche zu erkennen, ihre Manipulationsabsicht zu durchschauen und sie zu neutralisieren.

Mentale Modelle der Realität

Ausgangspunkt unserer Überlegungen zu Wirkung und Abwehr von Desinformation ist hier Walter L. Bühls⁹ Modell der Informationsverarbeitung des menschlichen Gehirns. Wir können es heranziehen, um uns der Wirkung von Desinformation auf das mentale Modell der Realität eines Rezipienten mit einem phänomenologischen Ansatz zu nähern. Bühls Modell beruht auf der analytischen Unterscheidung einer magischen, mythischen, ideologischen und reflexiv-diskursiven Strukturebene der Informationsverarbeitung des menschlichen Gehirns.

Im Folgenden sind die von Bühl unterschiedenen Strukturebenen sowie die funktionalen kognitiven Komponenten, die diese Ebenen ausdifferenzieren, angeführt. Die kognitiven Komponenten können als partikulare Prozesse zur Erzeugung von Sinn verstanden werden. In ihrem Zusammenspiel im Bewusstsein eines Rezipienten konstituieren sie dessen mentales Modell der Realität. Es zeigt sich, dass nur die dem reflexiv-diskursiven Modell zugeordneten

kognitiven Komponenten die Forderung nach Rationalität erfüllen. In der Regel wird man aber davon ausgehen müssen, dass jedes individuelle mentale Modell der Realität einen Mix aus den Komponenten unterschiedlicher idealtypischer mentaler Modelle umfasst. Damit steht aber auch ein Instrumentarium zur Verfügung, mit dem das „Maß der Rationalität“ mentaler Modelle beurteilt werden kann:¹⁰

Reflexiv-diskursive (rationale) mentale Modelle der Realität unterscheiden zwischen Beobachtungsebene und theoretischer Ebene. Sie lehnen übernatürliche Erklärungen von Beobachtungen ab, verknüpfen ihre Aussagen und Propositionen durch die Regeln der Logik und sind als hypothetisch, intersubjektiv überprüfbar, falsifizierbar und vorläufig zu betrachten.

Ideologische und pseudowissenschaftliche (nichtrationale) mentale Modelle der Realität spiegeln die Struktur des wissenschaftlichen Wissens. Sie unterdrücken den Diskurs und das Nachdenken, verkünden eine Teleologie und sind selbstimmunisierend.

Mythische (nichtrationale) mentale Modelle der Realität bieten übernatürliche Erklärungen für die Ereignisse in der Welt an. Sie vermitteln die Illusion, die Welt und das gesamte Universum zu verstehen, und folgen der „Lo-

Rezeption kann als eine kognitive Herausforderung verstanden werden, die ein Individuum vor die Aufgabe stellt, neue Informationen über die Ereignisse in der Welt in sein bereits bestehendes mentales Modell der Realität einzubauen

gik der archaischen Opposition“, das heißt, sie können räumlich und zeitlich benachbarte oder gestalthaft analog erscheinende Dinge und Ereignisse nicht wirkungsvoll auseinanderhalten, sondern verschmelzen sie miteinander, während sie Dinge und Ereignisse, die nicht zu fusionieren sind, als Gegenspieler betrachten.

Magische (nichtrationale) mentale Modelle der Realität weisen jedem Vorgang in der Welt eine äußere Ursache zu. Sie stellen einen Zusammenhang zwischen unabhängigen Sachverhalten her, verneinen den Zufall und wol-

len das Schicksal durch Rituale und Formeln beeinflussen.

Rezeption kann nun als eine kognitive Herausforderung verstanden werden, die ein Individuum vor die Aufgabe stellt, neue Informationen über die Ereignisse in der Welt in sein bereits bestehendes mentales Modell der Realität einzubauen. Wenn alle Strukturebenen der Informationsverarbeitung funktional integriert sind, kommt einem Individuum das Vermögen zu, in seinem Bewusstsein ein stimmiges mentales Modell der Realität zu konstituieren, aufrechtzuerhalten, bei Bedarf zu modifizieren und sein Handeln danach auszurichten. Wenn es einem Individuum jedoch nicht (mehr) gelingt, neue Informationen sinnvoll auf einer höheren Strukturebene der Informationsverarbeitung zu integrieren, erfolgt diese Integration, wenn überhaupt, auf einer entwicklungsgeschichtlich tieferen Ebene.¹¹ An diesem Punkt setzt Desinformation an, indem sie Regressionstrigger aktiviert.

Desinformationskampagnen

Unter Regressionstriggern sind Stimuli zu verstehen, die den Übergang von einer rational ausgerichteten Strukturebene der Informationsverarbeitung auf eine Strukturebene, die insbesondere nichtrationale Komponenten umfasst, in die Wege leiten. Trigger für solche Übergänge sind die von Emotionen ausgelöste Angst, das Ressentiment und eine latent bestehende Verschwörungsmentalität.¹² Sie entfalten ihre Wirkung sowohl bei Einzelindividuen als auch innerhalb von Gruppen Gleichgesinnter. Damit ist auch die formale Konstitutionsregel für nichtrationale mentale Modelle der Realität beschrieben: Die regressive Informationsverarbeitung stellt die Methode zur Verfügung, die Desinformation liefert den Stoff.

Emotionen werden durch die Wahrnehmung einer Person, eines Ereignisses, einer Situation oder einer Information hervorgerufen und sind daher auf diese Wahrnehmung bezogen: Man ärgert sich über jemanden, man ist stolz auf sich, man freut sich über etwas und man fürchtet sich vor einer Spinne oder vor einer schlechten Nachricht. Emo-

tionen unterscheiden sich nach Qualität und Intensität. Jede Emotion umfasst eine physiologische, eine kognitive und eine konative Komponente.¹³ Unter der physiologischen Komponente sind vegetative Reaktionen und zentralnervöse Prozesse zu verstehen. Ein zentralnervöser Prozess, der im Rahmen der Nachrichtenrezeption eine wichtige Rolle spielt, ist die Aktivierung der Amygdala, eines Teils des limbischen Systems, das für die Bewertung einlaufender Informationen zuständig ist. Mit der Aktivierung der Amygdala erfolgt der Übergang von der physiologischen zur kognitiven Komponente der Emotion. Dies führt dazu, dass eine rezipierte Information als gut oder als schlecht, als harmlos oder als bedrohlich beurteilt wird. Aus dieser Beurteilung resultiert eine Erlebenskomponente, das heißt ein subjektives Gefühl, das Einfluss auf das mentale Modell der Realität des Rezipienten und in der Folge auf sein Verhalten hat. Emotionen haben daher ein hohes Potenzial, zur Konstitution nichtrationaler mentaler Modelle der Welt beizutragen.

Eine Emotion, die im Rahmen von Desinformationskampagnen sehr häufig adressiert wird, ist Angst. Im Gegensatz zur Furcht, die auf ein konkretes Objekt gerichtet ist und zusammen mit diesem Objekt auch wieder verschwindet, entwickelt sich Angst häufig aus dem Gefühl der Ungewissheit oder einer diffusen Bedrohung, die vom betroffenen Individuum nicht durchschaut und auch nicht begrifflich gefasst werden kann. Dieses Gefühl kann durch verstörende sozioökonomische Entwicklungen ausgelöst werden, mit denen sich ein Individuum konfrontiert sieht, oder dann, wenn ein Rezipient die durch Desinformation verbreiteten Lügen im Nachrichtengewand (Fake News) zu den apokalyptischen Generalthemen Krieg, Hunger, Krankheit und Tod zu einer dystopisch-eschatologischen Erzählung vom Untergang der Welt zusammensetzt. Die Folge ist ein Phänomen, das als Thomas-Theorem beschrieben wird: *„If men define situations as real, they are real in their consequences.“* Aktuelle Beispiele für nichtrationale mentale Modelle der Realität, die tödliche Konsequenzen nach sich ziehen können, finden sich bei „Reichsbürgern“, Rechtsradika-

len und Anhängern von Verschwörungserzählungen.

Fake News als Bestandteil von Desinformation werden insbesondere auch dann geglaubt, wenn sie dazu beitragen, ein bestehendes Ressentiment¹⁴ zu schüren oder kognitive Dissonanz zu reduzieren. Ressentiments als negative Affekte entstehen als Reaktion auf Kränkungen. Amlinger und Nachtwey rekonstruieren diesen

Eine Emotion, die im Rahmen von Desinformationskampagnen sehr häufig adressiert wird, ist Angst

Affekt als spezifisch für unsere „regressive Moderne“, in der Freiheitsmöglichkeiten gleichzeitig wachsen wie auch eingeschränkt werden.¹⁵

Dieser allgemeine Zusammenhang kann mit konkreten Inhalten versehen und angesichts aktueller Ereignisse wie folgt reformuliert werden: Russische Propaganda in der Form von Fake News wird geglaubt, weil sie dazu beiträgt, ein bestehendes Ressentiment gegen das westliche Gesellschaftsmodell und seinen progressiven Normwandel zu schüren und kognitive Dissonanz zu reduzieren. Kognitive Dissonanz, die dadurch entsteht, dass in vielen westlichen Medien von einem Verhalten der russischen Führung berichtet wird, das mit dem positiven Bild, das man sich von ihr in all den Jahren vor dem Überfall auf die Ukraine gemacht hat, nicht übereinstimmt. Dazu mag kommen, dass das Gefühl der Ohnmacht gegenüber einer pluralistischen demokratischen Gesellschaft, die durch Gleichberechtigung, Toleranz und Pressefreiheit ausgezeichnet ist, zu einer autoritären Regression und zum Wunsch nach strengen Regeln führt in der Hoffnung, dass sich aus dem Chaos der pluralistischen Welt Ordnung entfalten möge.

Urheber von Desinformationskampagnen versuchen darüber hinaus, zu Verschwörungsmentalität neigende Gruppen innerhalb der angegriffenen Gemeinschaft in ihrem nichtrationalen mentalen Modell zu bestärken und sie aus dem Wertekonsens ihrer Gemeinschaft herauszulösen. Verschwörungsmentalität wiederum ist gekennzeichnet durch Regression von

der reflexiv-diskursiven auf die ideologische Strukturebene der Informationsverarbeitung, die bis auf die mythische Ebene hinabreicht. Sie richtet sich ihrerseits gegen Minderheiten in der eigenen Gesellschaft, die als fremd, bösartig und mit übernatürlichen Kräften ausgestattet wahrgenommen werden. Ihre Absichten und Pläne seien auf die Zerrüttung der Gemeinschaft, in der sie Gast sind, ausgerichtet und ihr Fernziel sei die Etablierung einer Weltherrschaft. Deshalb müssten sie mit allen Mitteln bekämpft werden.

Desinformationsresilienz und Medienkompetenz

Nicht ohne Grund kann der aktuellen Berichterstattung über die Themen Spionage, Sabotage, Cyberangriffe, Terroranschläge, bewaffnete Konflikte und Kriege insbesondere im Internet und in den Social Media ein hoher Anteil an Desinformation unterstellt werden. Damit steht die Frage im Raum, wie dieser Herausforderung der Vernunft und dem durch sie verursachten Rückzug vieler Individuen einer angegriffenen Gesellschaft in eine nichtrationale phänomenale Welt begegnet werden kann. Vollständiger Verzicht auf die Kenntnisaufnahme neuer Informationen wird nicht möglich sein, dagegen sprechen die Medienpraxis und die Neigung des Menschen, an den Angelegenheiten der Welt teilzuhaben. So lautet denn die Antwort: Aufbau und Ausweitung von Desinformationsresilienz im Sinne einer individuell realisierten Immunität gegenüber mental-kognitiven Regressionstriggern. Angezielt ist damit die kompetenzförmige Erhöhung der „Bereitschaft, sich auf Wahrheitsfragen in einer rationalen Form einzulassen“¹⁶.

Desinformationsresilienz immunisiert, wie eingangs erwähnt, gegen die intendierten schädlichen Wirkungen von Desinformations-

kampagnen. Sie baut dabei auf die Bewusstmachung der kognitiven Prozesse, die durch Erzeugung von Angst, Ungewissheit und Resentiments die Regression fördern. Dazu steht ihr neben der Aufklärung über die historischen Hintergründe der „üblichen Verdächtigen“, die gemeinhin als die Strippenzieher vermeintlicher Verschwörungen genannt werden, als wichtigste Strategie die Vermittlung von Medienkompetenz zur Verfügung.

Medienkompetenz ist das Vermögen eines Individuums, aus der Vielfalt der täglich auf uns einströmenden Informationen ein nicht defizientes mentales Modell der Realität zu konstituieren. Dies wurde bereits im Kontext des in den 2000er-Jahren diskutierten Begriffs der Wissensgesellschaft medienethisch eingefordert¹⁷ und ist heute erneut bedeutsam im Kontext vermehrter Unsicherheit (Corona ...) darüber, was als wahres Wissen gelten kann und soll. Ein nicht defizientes mentales Modell ist der Struktur der Realität kongruent und kann daher über einen langen Zeitraum hinweg korrigierbar und damit auch konsistent gehalten werden. Zur Aufrechterhaltung eines solchen mentalen Modells bedarf es des Rückgriffs auf die reflexiv-diskursive Strukturebene der zerebralen Informationsverarbeitung.

Medienkompetenz umfasst darüber hinaus das Vermögen, Sprachspiele und visuelle Elemente zu erkennen, die ebenfalls darauf ausgerichtet sind, Ungewissheit und Angst zu erzeugen und zu befördern. Sie konstatiert, dass es Quellen gibt, die nicht der Wahrheit verpflichtet sind, und trägt dazu bei, die Sensibilität der Rezipienten gegenüber den Methoden der Desinformation und den Methoden zur Abwehr ihrer Wirkung zu fördern. Medienkompetenz ist somit eine kognitive Leistung zur Aufrechterhaltung eines rationalen mentalen Modells der Realität in der Weise, dass auch die Rationalität der Entscheidungen eines Individuums in zunehmendem Maß von seiner Medienkompetenz abhängt. Und nicht zuletzt ist sie auch dadurch gekennzeichnet, dass sich Rezipienten möglicher Wahrnehmungsfehler und kognitiver Verzerrungen¹⁸ bewusst werden und dies bei ihrer Urteilsbildung berücksichtigen. Denn auch Wahrnehmungsfehler und kognitive Verzerrungen können der

Der Autor



André Schülke ist Doktorand bei Prof. Alexander Filipović. Die Publikation seiner Dissertation zur Sozialpsychologie nichtrationaler Weltbilder befindet sich in Vorbereitung.

Ausbildung nichtrationaler mentaler Modelle der Welt Vorschub leisten.

Bildungsprozesse

Medienkompetenz muss also darauf ausgerichtet sein, einer Informationsverarbeitung entgegenzuwirken, die nichtrationale mentale Modelle der Realität konstituiert. Die wichtigste Strategie dieses Prozesses ist die Aneignung von Wissen. Individuen sind stolz darauf, sich eigenes Wissen zu erarbeiten. Dies sollte bei der Gestaltung von Bildungsprozessen berücksichtigt werden. Es geht dabei nicht darum, Individuen einfach mit Gegenwissen zu bestehenden nichtrationalen Weltmodellen zu konfrontieren und sie aufzufordern, nun dieses Gegenwissen zu glauben. Dieses Vorgehen wäre selbst nicht rational. Vielmehr geht es darum, Rezipienten dazu zu befähigen, durch eigenes Nachdenken den Schluss zu ziehen, dass die Inhalte nichtrationaler Weltmodelle in vielen Fällen kontrafaktisch und nicht plausibel sind.

Medienkompetenz umfasst auch das Vermögen, auf konsistentes Wissen zurückzugreifen und begründete Urteile fällen zu können, ohne auf die Algorithmen von Google et al. angewiesen zu sein. Medienbildung muss daher vermitteln, warum es trotz Wikipedia und Alexa dennoch wichtig ist, Faktenwissen direkt aus dem Gedächtnis abrufen zu können, und dass es relevant ist, aus welchen Quellen man sein Wissen schöpft. Denn Mediennutzer überführen die Details neuer Nachrichten schon während der Rezeption in allgemeine semantische Kategorien und ziehen zur Urteilsfindung solche Informationen heran, die ihnen zum Zeitpunkt des Urteils zur Verfügung stehen.¹⁹ Diese Informationen rufen sie aus ihrem gespeicherten Wissenskorpus ab. Die Urteilsbildung erfolgt also noch vor dem beinahe schon reflexartigen Griff zum Smartphone. Umgekehrt bedeutet dies aber auch, dass falsche Informationen, die bezüglich eines zu beurteilenden Sachverhalts aus dem Gedächtnis abgerufen werden, zu Urteilen führen können, die dem Sachverhalt nicht angemessen sind. Erforderlich ist daher neben der Hinterfragung der Plausibilität neuer In-

formation ihre Verifizierung anhand von Quellen- und Faktenchecks. Formales Wissen und formale Bildung schützen einen Rezipienten nur dann zuverlässig vor nichtrationalen mentalen Weltmodellen, wenn er bereit ist, sein Wissen fortlaufend der Überprüfung durch die soziale, wirtschaftliche und politische Realität zu unterziehen.

Medienkompetenz verweist auf eine verantwortungsvolle Medienrezeption.²⁰ Sie anerkennt, dass einem Rezipienten mit der Wahl seiner Quelle Verantwortung für diese Wahl und damit Verantwortung für das zufließt, worüber er sich unterrichtet. Daraus folgt, dass er auch Verantwortung für das mentale Modell der Realität trägt, das sich infolge seiner Rezeption in seinem Bewusstsein entfaltet. In diesem Rezeptionsprozess hat die Qualität des

Es geht nicht darum, Individuen einfach mit Gegenwissen zu bestehenden nichtrationalen Weltmodellen zu konfrontieren und sie aufzufordern, nun dieses Gegenwissen zu glauben

durch die Quelle vermittelten Wissens Einfluss auf die Rationalität des sich ausbildenden mentalen Modells des Rezipienten. So wird es beispielsweise kaum möglich sein, aus Fake News ein nicht defizientes mentales Modell der Realität zu konstituieren. Aus medienethischer Perspektive sind daher alle Rezipienten gehalten, sich ihrer Verantwortung im Rahmen ihrer Mediennutzung bewusst zu werden. Sie sind aufgefordert, sich nach bestem Vermögen von der Wahrheit ihrer Informationen, der

Der Autor

Prof. Dr. Alexander Filipović, geboren 1975, ist Sozialethiker mit dem Schwerpunkt Medienethik, Technikethik (Digitale Ethik), Politische Ethik und Philosophischer Pragmatismus. Nach dem Studium der Katholischen Theologie, Kommunikationswissenschaft und Germanistik promovierte er 2006 in Bamberg und habilitierte 2012 an der Universität Münster zu Grundlagenfragen Christlicher Sozialethik in Auseinandersetzung mit dem Philosophischen Pragmatismus. Bis Januar 2021 war er Professor für Medienethik an der Hochschule für



Philosophie in München. Er ist Fellow am zem::dg – Zentrum für Ethik der Medien und der digitalen Gesellschaft, betreibt den Blog www.unbeliebigkeitsraum.de und gibt die medienethische Zeitschrift „Communicatio Socialis“ mit heraus.

Wahrhaftigkeit ihrer Informanten sowie der Seriosität ihrer Quellen zu überzeugen und keine Lügen, Fake News oder Bullshit zu verbreiten, da dies ethisch nicht zu rechtfertigen ist. In diesem Zusammenhang ist insbesondere zu berücksichtigen, dass Desinformation, die einmal viral gegangen ist, in der Regel nicht mehr eingefangen werden kann.

Desinformationsresilienz als Grundlage der offenen Gesellschaft

Mit dem Einmarsch der russischen Armee in die Ukraine ist auch die Verbreitung von Desinformation im Internet und in den Foren und Chatrooms der Social Media sprunghaft angestiegen. Angesichts dieser Entwicklung, die

Mangelnde Medienkompetenz eines Individuums setzt es dem erhöhten Risiko aus, Opfer einer Desinformationskampagne zu werden

sich insbesondere gegen die offenen Gesellschaften des Westens richtet, und der möglichen Folgen, die sich aus dem Verhalten derer ergeben, die ihren Kampagnen erliegen, steht die Frage im Raum, wie diesem Angriff auf die pluralistische und demokratische Gesellschaftsverfassung begegnet werden kann.

Hier kann die Medienethik mit normativen Aussagen Einfluss auf die Medienrezeption nehmen, indem sie mit Verweis auf die Ursachen nichtrationaler Konstruktion menschlicher Handlungsorientierung Vorschläge zur Neutralisierung von Regressionstriggern macht. Denn nur wenn es gelingt, Desinformationskampagnen entgegenzuwirken, kann eine weitere Verbreitung nichtrationaler mentaler Modelle der Realität und ihrer Folgen unterbunden werden. So kann denn die Antwort der pluralistischen und demokratischen Zivilgesellschaft auf die Herausforderung der Vernunft prinzipiell auf drei Ebenen erfolgen:

- Auf der gesamtgesellschaftlichen Ebene durch Maßnahmen zur Unterbindung oder zumindest zur Zurückdrängung verstören-

der sozioökonomischer Entwicklungen, die Angst erzeugen und Verschwörungsmentalität fördern.

- Auf der Medienebene durch Offenlegung der Quellen, Forderung nach Medientransparenz, Debunking sowie Strafverfolgung im Falle der Verbreitung von Fake News, Hate Speech und Verschwörungserzählungen, sei es durch ihre unmittelbare Kompilation oder sei es durch Bereitstellung der Distributionskanäle zu ihrer Verbreitung.
- Auf der in diesem Text betrachteten phänomenalen Ebene der Einzelindividuen durch Vermittlung von Medienkompetenz in allen Bildungseinrichtungen.

Angesichts des heutigen Standes der digitalen Kommunikationsmittel zählt Medienkompetenz ebenso wie Lesen, Schreiben und Rechnen zu den grundlegenden Kulturtechniken unserer Gesellschaft. Mangelnde Medienkompetenz eines Individuums setzt es dem erhöhten Risiko aus, Opfer einer Desinformationskampagne zu werden. Da durch Desinformation die offene Gesellschaft insgesamt angegriffen wird, muss Medienkompetenz in den Bildungseinrichtungen schon früh eingeübt und gefördert werden. Um diese Strategie erfolgreich verfolgen zu können – die aktuelle Entwicklung lässt vermuten, dass Desinformationskampagnen in naher Zukunft eher ausgebaut denn zurückgefahren werden –, bedarf es neben langfristig angelegten Maßnahmen auch ausreichender materieller und personeller Ressourcen. Und dies „bedeutet ein starkes langsames Bohren von harten Brettern mit Leidenschaft und Augenmaß zugleich.“²¹ Das Nähere, so könnte man hier anfügen, regelt die Kultusministerkonferenz.

Die zu treffenden Entscheidungen, dies sei noch ergänzt, sollten sich nicht der Erkenntnis verweigern, dass Prophylaxe in der Regel geringere Kosten verursacht als die Reparatur politischer, wirtschaftlicher, gesellschaftlicher und im Extremfall militärischer Schäden, die durch das Wirken von Desinformation in einem angegriffenen Gemeinwesen entstehen. Einer erfolgreichen Prophylaxe folgt jedoch wie ein Schatten das Präventionsparadoxon. Es äußert sich darin, dass der Erfolg der Prophylaxe nicht gemessen werden kann, da bei

erfolgreicher Vorbeugung keine Schäden eintreten. Daraus wird gefolgert, dass eine weitere Prophylaxe nicht mehr nötig sei. Dieser Fehlschluss sollte allerdings nach Möglichkeit vermieden werden.

Fazit

Es zeigt sich, dass sich ein nicht geringer Teil der aktuellen Medienkommunikation im Spannungsfeld von Desinformationskampagnen und deren Abwehr durch Desinformationsresilienz abspielt. Diese beiden Strategien können wie folgt zusammengefasst und gegenübergestellt werden.

Desinformationskampagnen sind rational organisiert. Um an ihr destruktives Ziel, die Unterminierung und Destabilisierung eines als feindlich deklarierten Gemeinwesens, zu gelangen, appellieren sie an die irrationalen Ängste, Ressentiments und latent ausgeprägten Verschwörungsmentalitäten der Individuen dieses Gemeinwesens. Dies geschieht zu dem Zweck, sie zur Konstitution eines nicht-rationalen mentalen Modells der Realität und in dessen Folge zu Handlungen zu bewegen, die ihrer eigene Gemeinschaft zum Schaden gereichen. Somit steht Rationalität gegen Nicht-rationalität.

Desinformationsresilienz hingegen versucht, genau dies zu verhindern, indem sie mit einem ebenfalls rationalen Ansatz die Wirkungsweise von Regressionstriggern aufklärt und Methoden zu ihrer Neutralisierung bereitstellt. Die Mittel dazu liefern ihr umfangreiche Forschungsergebnisse der Psychologie und der Sozialpsychologie, die in zahlreichen Studien ausführlich beschrieben werden. Ihre Vermittlung in allen Bildungsbereichen leistet einen wichtigen Beitrag zum Aufbau und zur Erweiterung der Rezeptionskompetenz von Mediennutzern. Denn die kompetente Anwendung dieser Methoden vertreibt das Gefühl einer diffusen Bedrohung, wendet sich gegen die Verschwörungsmentalität, indem sie das Misstrauen gegenüber anderen Menschen verringert, erhöht das Vertrauen in die pluralistische Gesellschaft und ihre demokratischen Institutionen, führt aus der Unmündigkeit und eröffnet dem Denken neue Horizonte.

1 Luhmann, Niklas (2017): Die Realität der Massenmedien. Berlin.

2 European Commission (2018): Final report of the High Level Expert Group on Fake News and Online Disinformation (Übers. d. Verf.). <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/final-report-high-level-expert-group-fake-news-and-online-disinformation> (Stand aller Internetquellen: 16.5.2023).

3 Vgl. Schicha, Christian, Stapf, Ingrid und Sell, Saskia (Hg.) (2021): Medien und Wahrheit. Baden-Baden; Ulrich, Christine und Filipović, Alexander (2021): Die Wahrheit der Medien. Der Wirklichkeitsbezug in medienethischer Perspektive. In: Bründl, Jürgen, Schmitt, Alexander und Lindner, Konstantin (Hg.): Zählt Wahrheit heute noch? Theologische und interdisziplinäre Sondierungen in postfaktischer Zeit. Bamberg, S. 421–454.

4 vgl. Heil, Karl Moritz (2021): Kollektive Strategien zur Abwehr digitaler Desinformation. Resilienz und Abschreckung bei EU und NATO. München, S. 35 ff.

5 Siehe hierzu Moser, Karin S. (2003): Mentale Modelle und ihre Bedeutung. Kognitionspsychologische Grundlagen des (Miss-)Verstehens. In: Schriften zur Symbolforschung, Vol. 13. Bern, S. 181 ff.

6 Siehe hierzu Ruhrmann, Georg et al. (2003): Der Wert von Nachrichten im deutschen Fernsehen. Ein Modell zur Validierung von Nachrichtenfaktoren. Wiesbaden, S. 215.

7 Löber, Lena Isabell und Roßnagel, Alexander (Hg.) (2020): Desinformation aus der Perspektive des Rechts. In: Steinebach, Martin et al.: Desinformation aufdecken und bekämpfen. Baden-Baden, S. 149 ff.

8 Heil, Karl Moritz (2021), s. Endnote 4, S. 51 f.

9 Bühl, Walter L. (1984): Die Ordnung des Wissens. Berlin.

10 Siehe hierzu Bühl, Walter L. (1984), siehe Endnote 9, S. 20–43.

11 Bühl, Walter L. (1984), siehe Endnote 9, S. 43 ff.

12 Moscovici, Serge (1987): The Conspiracy Mentality. In: Graumann, C. F. und Moscovici, S. (Hg.): Changing Conceptions of Conspiracy. New York, S. 151–169.

13 Siehe hierzu Haußecker, Nicole (2013): Terrorismusberichterstattung in Fernsehnachrichten: visuelles Framing und emotionale Reaktionen. Baden-Baden, S. 77 ff.

14 Siehe hierzu Müller, Robert (2019): Ressentiment und Faschismus. In: weiter denken. Journal für Philosophie online. https://weiter-denken-journal.de/herbst_2019_faschistische_versuchungen/Ressentiment_und_Faschismus.php.

15 Amlinger, Carolin und Nachtwey, Oliver (2022): Gekränkte Freiheit. Aspekte des libertären Autoritarismus. Originalausgabe. Berlin.

16 Dietz, Simone (2021): Wahrheit in der digitalen Kulturindustrie. In: Schicha, Christian, Stapf, Ingrid und Sell, Saskia (Hg.): Medien und Wahrheit. Baden-Baden, S. 43–58. <https://doi.org/10.5771/9783748923190>, S. 54.

17 Filipović, Alexander (2007): Öffentliche Kommunikation in der Wissensgesellschaft. Sozialethische Analysen. Bielefeld.

18 Siehe hierzu Heil, Karl Moritz (2021), siehe Endnote 4, S. 25 ff.

19 Siehe hierzu Brosius, Hans-Bernd (1995): Alltagsrationalität in der Nachrichtenrezeption. Ein Modell zur Wahrnehmung und Verarbeitung von Nachrichteninhalten. Wiesbaden, S. 127 ff.

20 Siehe hierzu Funiok, Rüdiger (2007): Medienethik. Stuttgart, S. 155 ff.

21 Weber, Max (1919): Politik als Beruf. In: ders: Geistige Arbeit als Beruf. Vier Vorträge vor dem Freistudentischen Bund. Zweiter Vortrag. Leipzig, S. 66.

RESILIENZ AUS DER PERSPEKTIVE DER FÜRSORGEETHIK

Autorin: Eva van Baarle Autor: Peter Olsthoorn

Einführung

Soldaten und Soldatinnen verschiedener Länder berichten nach Beendigung ihres Einsatzes und der Rückkehr nach Hause vielfach von moralischen Grenzüberschreitungen, die von der einheimischen Bevölkerung, den eigenen Kameraden oder auch Führungsoffizieren¹ begangen wurden. Oder auch davon, wie sie selbst moralische Grenzen überschritten haben. Immer mehr Belege deuten darauf hin, dass Erfahrungen mit moralischen Grenzüberschreitungen und Zwangslagen, in denen konkurrierende Wertvorstellungen aufeinandertreffen, bei Soldaten zu seelischen Problemen² einschließlich „moralischer Verletzungen“³ führen können. Daher gibt es ein wachsendes Bewusstsein für die Notwendigkeit, die Bediensteten beim Umgang mit diesen Problemen zu unterstützen.⁴

Die Konfrontation mit einer solchen Situation kann die tief verwurzelten Wertvorstellungen eines Menschen erschüttern und somit eine „zerstörerische Wirkung auf Emotionen, Beziehungen, Gesundheit und das Funktionieren der Betroffenen“⁵ haben. Die Verletzung ihrer Wertvorstellungen in bestimmten Situationen hat bei zahlreichen Soldatinnen und Soldaten die verschiedensten Gefühle hervorgerufen: von Schuld und Scham bis hin zu Wut oder Treuebruch.⁶ Sie haben teilweise mit einem tiefgehenden „moralischen Orientierungsverlust“ zu kämpfen, bis hin zum verstörenden Verlust der einstigen Gewissheit, zwischen Richtig und Falsch unterscheiden zu können. Für sie beginnt damit ein „ethisches Ringen“ mit sich selbst, in dem sie das Gute in ihnen und die Bedeutung von Richtig und Falsch, Gut und Böse hinterfragen.⁷

Resilienztraining – eine falsche Sinnstiftung?

Das anscheinend zunehmende Auftreten moralischer Verletzungen wirft eine Reihe von Fragen auf. Welche Art von Unterstützung sollte man betroffenen Soldatinnen und Sol-

Abstract

Nicht nur die unmittelbaren physischen Erfahrungen eines Einsatzes können die psychische Gesundheit von Soldaten schwer beeinträchtigen. Auch das Miterleben von Verstößen gegen ihre moralischen Grundsätze durch den Feind oder durch ihre Mitsoldaten und Vorgesetzten kann verheerende Auswirkungen haben. Sie können dazu führen, dass die Soldaten moralisch desorientiert sind, dass sie zunehmend Scham-, Schuld- oder Hassgefühle empfinden und dass sie allgemeine Antworten auf Fragen nach Recht und Unrecht suchen. Man hat auf verschiedenen Wegen versucht, Soldaten geistig gesund zu erhalten. Einer davon besteht darin, ihnen überzeugende Gründe für ihren Einsatz zu liefern, was allerdings die Gefahr eines „Der Zweck heiligt die Mittel“-Denkens birgt. Der gute Zweck kann eine moralische Rechtfertigung für schreckliche Gräueltaten liefern. Eine andere Methode, die in den USA, Kanada und Australien eingeführt wurde, zielt darauf ab, die Widerstandskraft des Militärs zu stärken, indem durch den Einsatz Positiver Psychologie ein glücklicher, optimistischer Geisteszustand gefördert und aufrechterhalten wird. Neben dem Ziel, die Soldaten für alle möglichen Situationen „moralisch fit“ zu machen, könnte der Schwerpunkt auch auf der moralischen Heilung und Vergebung liegen. Ein solcher, auf gegenseitiges Verständnis und Interdependenz ausgerichteter und auf Fürsorge basierender Ansatz der Militärethik könnte den Soldatinnen und Soldaten helfen, die emotionalen Auswirkungen moralischer Konflikte zu bewältigen. Dies erfordert, dass militärische Einheiten nicht nur ihre Organisationskultur, sondern auch Eide und Verhaltenskodizes, die sich hauptsächlich auf Effizienz und Einsatzbereitschaft konzentrieren, sowie das soldatische Selbstverständnis mit seinem scheinbar immer noch tief verwurzelten Kriegerethos überdenken. Resilienz und Positive Psychologie im Militär sind heute offenbar vor allem darauf ausgerichtet, die Einsatzbereitschaft des militärischen Personals zu sichern. Ein entsprechendes Bündel von Tugenden und ein Verständnis von Tugendethik, das weniger auf Selbstvervollkommnung und Autonomie ausgerichtet ist, könnte einen alternativen Weg der Charakterbildung aufzeigen und zu einem besseren Verständnis für andere führen.

daten anbieten? Und wie am besten Streitkräfte aufbauen, die fit genug sind, komplexe Kriege zu gewinnen? Oft wird dafür heutzutage der Begriff *Resilienz* benutzt: die Fähigkeit, sich von schockierenden Erfahrungen zu erholen und nicht von diesen traumatisiert zu werden⁸; „resilienter werden“ – „glücklich, optimistisch, anpassungsfähig und geistig flexibel“⁹. Die Streitkräfte Australiens, Kanadas und der Vereinigten Staaten haben umfangreiche Resilienzprogramme eingeführt – ein Beispiel, dem andere Staaten folgen könnten. Die Popularität des Resilienztrainings ist teilweise darauf zurückzuführen, dass das Konzept aus der Positiven Psychologie abgeleitet ist, welche wiederum auf die aristotelische Tugendethik zurückgeht.¹⁰ Seit einigen Jahren gründen westliche Streitkräfte ihre Ethikausbildung auf diesen aristotelischen Tugendbegriff. Im Mittelpunkt steht der Mensch, der man sein möchte, sowie die Förderung guter Anlagen. Dies entspricht auch der bei den Streitkräften weitverbreiteten Tendenz, in der Ethikausbildung weniger als bisher einen funktionalen Ansatz mit dem Ziel militärischer Leistungsfähigkeit zu verfolgen, sondern stattdessen einen zielorientierten Ansatz zu formulieren, der den Charakter im Blick hat und aus den Soldatinnen und Soldaten bessere Menschen machen soll.¹¹

Ein auf Sinnstiftung ausgerichtetes Resilienztraining ist zwar zu begrüßen, kann jedoch die diesen Erfahrungen inhärenten Komplexitäten und Spannungen nicht auflösen. Soldatinnen und Soldaten werden ermutigt, dem Erlebten einen Wert und einen Sinn abzugewinnen. Leider werden moralische Zwangslagen hierdurch nicht gelöst; Wertvorstellungen prallen aufeinander, und oft muss eine Wahl zwischen sich gegenseitig ausschließenden Handlungsoptionen getroffen werden. Es ist daher nicht immer möglich, eine moralische Zwangslage in einem positiven Licht neu zu interpretieren. Es sind jedoch Fälle dokumentiert, in denen Soldatinnen und Soldaten, die mit Schamgefühlen und Gewissenskonflikten zu kämpfen hatten, das Erlebte besser verarbeiten konnten, wenn sie es verurteilten, anstatt es zu rechtfertigen.¹² Bemühungen seitens der

Organisation, Soldatinnen und Soldaten von der Sinnhaftigkeit ihrer Handlungen zu überzeugen, können Probleme mit moralischen Zielkonflikten unter Umständen überhaupt erst auslösen, anstatt sie zu verhindern: Menschen werden ermutigt, Dinge zu tun, die sie später vielleicht bereuen und Gefühle von Enttäuschung, Verrat und Wut auslösen können.¹³

Schuld- und Schamgefühle spielen beispielsweise eine wichtige Rolle als heuristisches Mittel zur Unterscheidung zwischen

Im schlimmsten Fall kann Resilienztraining bei militärischem Personal zu Abstumpfung führen

Richtig und Falsch sowie als Anreiz, Fehlverhalten zu vermeiden. Dem Sozialpsychologen Albert Bandura zufolge verhalten sich Menschen mit hohen ethischen Standards dann unethisch, wenn sie die Möglichkeit haben, ihr Verhalten zu rechtfertigen. So können sie den Scham- oder Schuldgefühlen aus dem Weg gehen, die sie normalerweise empfinden, wenn sie ihren eigenen ethischen Standards nicht gerecht werden. Bandura zufolge „gibt es viele soziale und psychologische Manöver, durch die moralische Selbstsanktionen von unmenschlichem Verhalten abgekoppelt werden können“¹⁴. Moralische Rechtfertigung („Was ich tue, dient einem guten Zweck“) ist ein solches Manöver.

Im schlimmsten Fall kann Resilienztraining bei militärischem Personal zu Abstumpfung führen. In einem Artikel über die Tötung 400 vietnamesischer Zivilisten durch Angehörige der US-Streitkräfte im Jahr 1968 in My Lai beschreibt der Psychiater Robert Jay Lifton, dass „die bösesten Taten mit minimalen Schuldgefühlen begangen werden können, wenn es dafür eine strukturierte Bedeutung gibt, um diese zu rechtfertigen, selbst eine illusorische Pseudoformulierung, wie es sie in My Lai (...) gab“. Seiner Meinung nach „kann diese Art der Vermeidung von Schuldgefühlen jede Gruppe normaler Menschen (das heißt ohne diagnostizierbare Krankheiten),

die im Besitz tödlicher Waffen sind, äußerst gefährlich werden lassen“¹⁵. Lifton zeigt, dass Soldaten in Vietnam in einer „umgekehrten Moral“¹⁶ lebten, in welcher ihr Verhältnis zum Krieg von „paralleler Illusion, Täuschung und Selbsttäuschung“¹⁷ bestimmt war.

Fürsorgeethik

In einem vor Kurzem erschienenen Artikel von van Baarle und Molendijk¹⁸ werden diese Ausbildungsprogramme und Resilienzdebatten kritisch reflektiert.¹⁹ Unter Rückgriff auf die Literatur zur Fürsorgeethik vertreten sie die Ansicht, dass sich ein alternativer oder zusätzlicher Ansatz zur Unterstützung der Soldatinnen und Soldaten eröffne, wenn man nicht nur auf „Resilienz“, sondern auch auf „moralische Genesung“²⁰, „moralische Wiederherstellung“²¹ oder „Vergebung“²² aus theoretischer und praktischer Perspektive blicke. Dieser Ansatz erinnert an institutio-

In dieser Hinsicht bietet die Fürsorgeethik eine interessante Perspektive auf die zwischenmenschlichen Schwierigkeiten und Implikationen moralischer Verletzungen in den Streitkräften. Bei der Umsetzung dieser Perspektive in die Praxis kann die militäretische Ausbildung eine wichtige Rolle spielen („sich interessieren, sich kümmern, Fürsorge leisten und empfangen“²⁴) und damit Soldatinnen und Soldaten bei der Bewältigung der emotionalen Auswirkungen moralischer Fragestellungen unterstützen.

Eine fürsorgeethische Perspektive betont die konkreten Bedürfnisse der Menschen, zu denen wir in einer Beziehung stehen.²⁵ Grundlage dafür sind die Emotionen, die innerhalb dieser Beziehungen entstehen, und nicht eine persönliche Einstellung. Dabei ist der Begriff Fürsorge nicht nur als Wert, sondern auch als etwas ganz Praktisches zu verstehen. In der Fürsorgeethik gelten Abhängigkeit und das Streben nach Verantwortung und Fürsorge als wesentliche Eigenschaften des Menschen. Gleichzeitig wird das soziale Wesen und die gegenseitige Bedingtheit menschlichen Lebens in Abgrenzung zu Unabhängigkeit und individueller Autonomie betont.

In der Fürsorgeethik ist der Ausgangspunkt für Moral das Eintreten in eine Beziehung mit anderen, nicht die Abgrenzung von ihnen. Die entsprechende moralische Voraussetzung ist die Übernahme von Verantwortung für andere.²⁶ Ein fürsorgeethischer Ansatz beginnt nicht mit einer abstrakten Liste moralischer Regeln und Verbote.

Joan Tronto und Berenice Fisher berücksichtigen in ihrer weit gefassten Definition von Fürsorge (*care*) sowohl öffentliche als auch private Aspekte:

„Eine Art Aktivität, die alles umfasst, was wir tun, um unsere Welt zu erhalten, einzugrenzen und wiederherzustellen, damit wir so gut wie möglich in ihr leben können. Diese Welt beinhaltet unsere Körper, unser Selbst und unsere Umwelt.“²⁷

Sie grenzen vier Phasen der Fürsorge voneinander ab, die uns bei dem Verständnis helfen können, wie wir Fürsorge *anwenden* können. Jede dieser Phasen besitzt eine

Ein fürsorgeethischer Ansatz beginnt nicht mit einer abstrakten Liste moralischer Regeln und Verbote

nelle Reaktionen auf moralische Grenzüberschreitungen, die auf die Heilung beschädigter Beziehungen zwischen Akteuren abzielen und nicht auf das Überschreiten von Gesetzen oder Ethikrichtlinien.²³ Die Bereitschaft, sich im Dialog zu öffnen und die eigenen Probleme mit anderen zu teilen, gilt als wichtiger Teil des Lernprozesses und der Schaffung eines sicheren Arbeitsumfeldes.

Die Autorin



Eva van Baarle ist Lehrbeauftragte für Militäretik und Militärphilosophie an der Niederländischen Akademie für Verteidigung. Sie promovierte 2018 mit ihrer Forschung zur Stärkung der moralischen Kompetenz militärischen Personals durch ethische Bildung. Derzeit ist sie in der anwendungsbezogenen Forschung als Forschungsleiterin zum Thema „Towards a socially safe Defence culture“ tätig.

eigene moralische Dimension.²⁸ Erstens Aufmerksamkeit, oder *sich interessieren (to care about)*, den anderen sehen und seine Bedürfnisse erkennen. Zweitens Verantwortung oder *sich kümmern (to care for)*, eine moralische Verantwortung übernehmen für das, was getan werden muss. Drittens Kompetenz oder das tatsächliche *Erbringen von Fürsorge (care-giving)*. Viertens Empfänglichkeit oder das *Empfangen von Fürsorge (receiving of care)*; wie beurteilen wir ihre Wirksamkeit, wenn wir Fürsorge erbracht haben?

Diese vier Phasen sind in einem sich gegenseitig verstärkenden Prozess miteinander verflochten. In *Caring Democracy*²⁹ ergänzt Tronto eine fünfte Phase, *sich gemeinsam kümmern (caring with)*, um zu betonen, dass Fürsorge einen Paradigmenwechsel beinhaltet – weg von Autonomie und vertraglichen moralischen Verpflichtungen und hin zu Beziehungen und Verantwortung. *Caring with* ist eine Aktivität, die einen dauerhaften Einsatz für andere einschließt Solidarität und Vertrauen erfordert. Dies setzt voraus, dass Macht- und Herrschaftsverhältnisse berücksichtigt werden, um die Stimmen anderer mit aufzunehmen. Dementsprechend sind verschiedene Phasen von Fürsorge wie Aufmerksamkeit und Empfänglichkeit nicht einfach individualistische Werte oder Tugenden; sie sollten vielmehr als Interaktion mit anderen gesehen werden, als Reaktion auf die Bedürfnisse anderer, und zwar weder unter der Vorgabe der „Perfektion des tugendhaften Individuums“ noch unter „dem Fokus auf die Leistung des Fürsorgeerbringers“³⁰. Philosophen wie McIntyre betonen ebenfalls, laut der aristotelischen Tugendethik seien für ein gutes Leben auch sinnvolle Interaktionen mit anderen Menschen nötig; es sei nicht im Alleingang zu erreichen.³¹

Praktische Auswirkungen

Das Verhältnis zwischen moralischen Zwangslagen, moralischen Verletzungen und Resilienz hat in der Forschung bislang noch nicht die erforderliche Aufmerksamkeit erfahren. Der einschlägigen Literatur zufolge scheinen betroffene Soldatinnen und Solda-

ten jedoch von Interventionen zu profitieren, die einen ethischen Bezugsrahmen entwickeln, mit dessen Hilfe sie ihre Erfahrungen mit moralischen Verletzungen einordnen können.³² Sich der eigenen moralischen Werte und der Werte anderer bewusst zu sein und auf sie zu achten, das Erkennen von Situationen, in denen diese Werte in Gefahr sind, sowie die Fähigkeit, die moralische Dimen-

Das Verhältnis zwischen moralischen Zwangslagen, moralischen Verletzungen und Resilienz hat in der Forschung bislang noch nicht die erforderliche Aufmerksamkeit erfahren

sion dieser Situationen in Worte zu fassen, scheint den Soldatinnen und Soldaten dabei zu helfen, sich selbst und anderen gegenüber zu rechtfertigen und darzustellen, warum ihnen ein bestimmter Wert wichtig ist und sie ihr Handeln danach ausrichten. In der Praxis bedeutet dies, in Mitarbeiter mit soliden Zuhör- und Kommunikationsfähigkeiten zu investieren, sie angemessen zu schulen und zu unterstützen sowie eine Organisationskultur zu fördern, die diese Fähigkeiten für die verschiedenen Phasen der Fürsorge anerkennt und wertschätzt. Dies setzt umfassende kritische Beratungsprozesse sowie Organisationsstrukturen voraus, die die Mitarbeiter befähigen, moralische Fragen zu diskutieren und Wege zur Förderung moralischen Lernens zu finden. Die Fähigkeit, angesichts einer moralischen Zwangslage für die eigenen Handlungen Verantwortung zu übernehmen, sowie die bewusste Entscheidung angesichts

Der Autor

Peter Olsthoorn ist außerordentlicher Professor für militärische Führung und Ethik an der Niederländischen Akademie für Verteidigung. Neben Führung und Ethik lehrt er zu den Themengebieten Streitkräfte und Gesellschaft, Krieg und Medien sowie Ethik und Grundrechte bei Frontex ab. Er forscht vor allem zu militärischen Tugenden, militärischer Medizinethik, bewaffneten Drohnen und Ethik des Grenzschutzes.



konkurrierender Wertvorstellungen, in dem Wissen, dass einige dieser Werte verletzt werden müssen, kann einem Gefühl moralischen Versagens oder überwältigenden Schuldgefühls vorbeugen.³³

Um dies zu erreichen, muss vermutlich an der sozialen Identität bzw. am Selbstverständnis der Soldatinnen und Soldaten gearbeitet werden.³⁴ Ungeachtet des momentanen Kriegs in der Ukraine sehen die meisten westlichen Streitkräfte nach wie vor friedenserhaltende und humanitäre Missionen als ihre Kernaufgaben an. Diese Einsätze zur Friedenssicherung und Krisenhilfe (*Operations Other Than War*) werden jedoch bisweilen im Vergleich zu den „echten“ Einsätzen als minderwertig angesehen.³⁵ Yi beschreibt ein Kampfsportprogramm der U.S. Marines, das nach einer Zeit, in der die Streitkräfte hauptsächlich als „Instrument des *Social Engineering*“³⁶ angesehen wurden, das Kriegerethos der Soldaten bewahren soll. Dieses Kampfsport-Trainingsprogramm (*MCMAP*) existiert nach wie vor und soll in seiner jetzigen Form „durch realistisches Kampftraining, vertiefte Auseinandersetzung mit dem Kriegerethos sowie körperliche Abhärtung die mentale und moralische Resilienz der Marines stärken“³⁷. Forschungen zum Verhalten von Sol-

datinnen und Soldaten, die an der Operation Restore Hope der US-Streitkräfte in Somalia in den frühen 1990er-Jahren beteiligt waren, zeigen, dass Konflikte mit der lokalen Bevölkerung häufiger eskalieren, wenn während einer Friedensmission auf Kriegerstrategien zurückgegriffen wird. Wer sich mit der Rolle des Kriegers identifizierte, entwickelte ein negatives stereotypisches Bild und damit eine feindselige Haltung gegenüber der lokalen Bevölkerung.³⁸ Interessanterweise haben Op den Buijs, Broesder und Meijer herausgefunden, dass sich die Identifikation mit der Rolle des Peacekeepers auch positiv auf das psychische Wohlbefinden der Soldatinnen und Soldaten auswirkte. Im Allgemeinen ist diese Rolle psychologisch befriedigender als das Selbstverständnis als Kämpfer, insbesondere wenn es keinen klar definierten Feind gibt oder die Rolle des Kriegers zu der des Diplomaten und Entwicklungshelfers im Widerspruch steht.³⁹ Es ist daher bedauerlich, dass der Begriff „Kämpfer“ den bescheideneren Ausdruck „Soldat“ immer mehr verdrängt. Dies dürfte nicht gerade dazu beitragen, das oben beschriebene Bild zu verändern.

Was einer Organisation wichtig ist, wird nicht zuletzt durch Verhaltenskodizes, Wertekataloge und Diensteste vermittelt. Auch durch explizite Rücksichtnahme auf die Interessen Außenstehender kann dieses Selbstverständnis geändert werden. Die heute am weitesten verbreiteten Kodizes, Diensteste und Werte erscheinen in der Tat etwas einseitig, da sie sich hauptsächlich auf die Interessen und Ziele der Organisation beziehen. Die in den meisten Streitkräften vorherrschenden Werte wie beispielsweise Mut, Loyalität und Disziplin sind für die lokale Bevölkerung, in denen militärisches Personal stationiert ist, nicht besonders hilfreich.⁴⁰ Selbstverständlich brauchen die heutigen Soldatinnen und Soldaten Tugenden, aber nicht unbedingt die derzeit vorherrschende Art funktionaler Tugenden. Es stellt sich die Frage, inwieweit zum jetzigen Zeitpunkt, da viele Streitkräfte das Eintreten für universelle Werte als ihre vornehmste Daseinsberechtigung in den Vordergrund stellen, eine Militäretik neu formuliert werden kann, welche auch die Interessen Außenstehender mehr als bisher berücksichtigt. Die heutzutage gefragten Tugenden sind wohl eher Fürsorge (*care*) und Wohlwollen gegenüber anderen als das Unterbeweistellen der eigenen körperlichen Stärke, Loyalität und Disziplin. Die Fürsorgeethik steht der von den Streitkräften bevorzugten Lehrmethode für Tugenden übrigens keineswegs entgegen: Einigen Autoren zufolge ist die Fürsorgeethik ein Teilgebiet der Tugendethik.⁴¹ Ein auf Fürsorge beruhender Wertekanon würde auch besser zu dem eher zielorientierten und weniger

Heutzutage sind wohl eher Tugenden wie Fürsorge (care) und Wohlwollen gegenüber anderen gefragt als das Unterbeweistellen von Mut, Loyalität und Disziplin

datinnen und Soldaten, die an der Operation Restore Hope der US-Streitkräfte in Somalia in den frühen 1990er-Jahren beteiligt waren, zeigen, dass Konflikte mit der lokalen Bevölkerung häufiger eskalieren, wenn während einer Friedensmission auf Kriegerstrategien zurückgegriffen wird. Wer sich mit der Rolle des Kriegers identifizierte, entwickelte ein negatives stereotypisches Bild und damit eine feindselige Haltung gegenüber der lokalen Bevölkerung.³⁸ Interessanterweise haben Op den Buijs, Broesder und Meijer herausgefunden, dass sich die Identifikation mit der

funktionalen Ansatz passen, den die Streitkräfte in ihrer Ethikausbildung überwiegend bevorzugen.

Schlussbemerkungen

In den Anfängen der Militärpsychiatrie wurden Kriegsneurosen und ähnliche Erkrankungen zunächst mit Versagen gleichgesetzt. Es kamen Militärpsychiater zum Einsatz mit dem Ziel, die Soldaten so bald wie möglich wieder zurück an die Front zu schicken. Dies geschah teilweise mit derart harten Behandlungsmethoden, dass der Fronteinsatz geradezu attraktiv anmutete. Psychologen haben jedoch auch als Erste darauf hingewiesen, dass in der modernen Kriegsführung die Gefahr eines seelischen Schadens deutlich größer ist als die einer körperlichen Verletzung. Die Weiterentwicklung von Militärpsychiatrie und -psychologie in der jüngsten Zeit führte zu einem größeren Verständnis für diejenigen, die dem Druck nicht standhalten konnten.⁴² Ein Zusammenbruch gilt demnach nicht mehr als moralisches Versagen. Dennoch hat sich die hartnäckige Vorstellung gehalten, man könne mithilfe einer auf gesundem Menschenverstand basierenden Psychologie die Soldaten so schnell wie möglich wieder an der Front einsetzen.⁴³ Besonders in Kriegszeiten wird das sogenannte Salvage-Prinzip angewandt (das heißt, so viele Soldaten wie möglich wieder in die Dienstfähigkeit zu versetzen). Heutzutage ist zu beobachten, dass Resilienztraining und Positive Psychologie eingesetzt werden, um dafür zu sorgen, dass die Soldaten „dienstbereit“ sind, und so das Risiko von Zusammenbrüchen zu mindern. Das kann zweifellos etwas Gutes haben, da es Angehörigen der Streitkräfte erklärtermaßen außerordentlich wichtig ist, „sich selbst im Spiegel anschauen zu können“. Resilienztraining kann dabei helfen. Diese Art Resilienz kann auch für das Militär als kollektive „Kampftruppe“ wichtig sein und schlussendlich für das Überleben des politischen Gebildes, dem es dient. Solange die Streitkräfte jedoch Resilienz in erster Linie als Mittel zur Stärkung der Dienstbereitschaft ihres Personals ansehen, wird

dadurch ein eher funktionaler Ansatz der Ausbildung betont, der in erster Linie auf die Interessen der militärischen Organisation ausgerichtet ist. Dies hat natürlich Schattenseiten, allen voran die mögliche Desensibilisierung militärischen Personals gegenüber dem Leid Außenstehender. Darüber hinaus läuft ein solch funktionaler Ansatz nicht nur der Fürsorgeethik, sondern auch der Tugend-

Solange die Streitkräfte Resilienz in erster Linie als Mittel zur Stärkung der Dienstbereitschaft ansehen, wird dadurch ein eher funktionaler Ansatz der Ausbildung betont, der in erster Linie auf die Interessen der militärischen Organisation ausgerichtet ist

ethik zuwider, also dem Herzstück der Ausbildung in Positiver Psychologie und Resilienz, der sich viele Streitkräfte verschrieben haben. Die Tugendethik setzt den Akzent auf den Charakter des Individuums und das „Gedeihen des Menschen im Verhältnis zu anderen“ und nicht so sehr auf ihre Dienst- bzw. Einsatzbereitschaft.

1 Schut, Michelle und van Baarle, Eva (2017): Dancing Boys and the Moral Dilemmas of Military Missions: the Practice of Bacha Bazi in Afghanistan. In: International Security and Peacebuilding: Africa, the Middle East, and Europe, edited by Abu B. Bah, S. 77–98. Bloomington; Vikan, Cornelia (2017): Responsibility in Complex Conflicts: An Afghan Case. In: Journal of Military Ethics, Band 16, Nr. 3–4, S. 239–255.

2 Ritov, Gilad und Barnett, Zion (2014): The interrelationships between moral attitudes, posttraumatic stress disorder symptoms and mixed lateral preference in Israeli reserve combat troops. In: International Journal of Social Psychiatry, Band 60, Nr. 6, S. 606–612; Jordan, Alexander H., et al. (2017): Distinguishing war-related PTSD resulting from perpetration- and betrayal-based morally injurious events. In: Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, Band 9, Nr. 6, S. 627; Wisco, Blair E. et al. (2017): Moral injury in US combat veterans: Results from the national health and resilience in veterans study. In: Depression and anxiety, Band 34, Nr. 4, S. 340–347.

3 Litz, Brett T. et al. (2009): Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy. In: Clinical psychology review, Band 29, Nr. 8, S. 695–706; Frankfurt, Sheila and Frazier, Patricia (2016): A Review of Research on Moral Injury in Combat Veterans. In: Military Psychology, Band 28, Nr. 5, S. 318–330. (Übersetzung aus dem Englischen.)

4 Litz, Brett T. et al. (2009); Molendijk, Tine et al. (2022): Contextual dimensions of moral injury: An interdisciplinary review. In: Military Psychology, Band 34, Nr. 6, S. 742–753.

- 5 Griffin, Brandon J. et al. (2019): Moral injury: An integrative review. In: *Journal of Traumatic Stress*, Band 32, Nr. 3, S. 358. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 6 Litz, Brett T. et al. (2009).
- 7 Molendijk, Tine (2018): Toward an interdisciplinary conceptualization of moral injury: From unequivocal guilt and anger to moral conflict and disorientation. In: *New Ideas in Psychology*, Band 51, S. 1–8.
- 8 Litz, Brett T. (2014): Resilience in the aftermath of war trauma: a critical review and commentary. In: *Interface focus*, Band. 4, Nr. 5. <https://royalsocietypublishing.org/doi/epdf/10.1098/rsfs.2014.0008> (Stand aller Internetbelege: 31.5.2023).
- 9 Howell, Alison (2015): Resilience, war, and austerity: The ethics of military human enhancement and the politics of data. In: *Security Dialogue*, Band 46, Nr. 1, S. 15–32. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0967010614551040>. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 10 Van Zyl, Llewellyn E. et al. (2023): The Critiques and Criticisms of Positive Psychology: A Systematic Review. In: *Journal of Positive Psychology*, DOI: 10.1080/17439760.2023.2178956.
- 11 Olsthoorn, Peter (2021): Militärische Tugenden für die heutige Zeit. In: *Ethik und Militär*, Nr. 2, S. 24–29. <https://www.ethikundmilitaer.de/ausgabe/2021-02/article/militaerische-tugenden-fuer-die-heutige-zeit>.
- 12 Litz, Brett T. et al. (2009).
- 13 Shay, Jonathan (2010): *Achilles in Vietnam: Combat trauma and the undoing of character*. New York.
- 14 Bandura, Albert (1999): Moral disengagement in the perpetration of inhumanities. In: *Personality and Social Psychology Review*, Band 3, Nr. 3, S. 193–209. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 15 Lifton, Robert Jay (1973): *Home from the War: Learning from Vietnam Veterans*, New York, S. 57. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 16 Lifton, Robert Jay (1973), S. 59. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 17 Lifton, Robert Jay, S. 65. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 18 Van Baarle, Eva und Molendijk, Tine (2021): Resilience as the Road to Mental Readiness? Reflections from an Ethics-of-care Perspective. In: *Journal of Military Ethics*, Band 20, Nr. 2, S. 129–144.
- 19 Eidelson, Roy, Pilisuk, Marc und Soldz, Stephen (2011): The dark side of comprehensive soldier fitness. In: *American Psychologist*, Band 66, Nr. 7, S. 643–644; Litz, Brett T. (2014).
- 20 Cullen, John G. (2022): Moral recovery and ethical leadership. In: *Journal of Business Ethics*, Band 175, Nr. 3, S. 485–497. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 21 Vives-Gabriel, Jordi, Van Lent, Wim und Wettstein, Florian (2022): Moral Repair: Toward a Two-Level Conceptualization. In: *Business Ethics Quarterly*, S. 1–31. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 22 Fehr, Ryan und Gelfand, Michelle (2012): The forgiving organization: A multilevel model of forgiveness at work. In: *Academy of Management Review*, Band 37, Nr. 4, S. 664–688. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 23 Dekker, Sidney and Breakey, Hugh (2016): 'Just culture': Improving safety by achieving substantive, procedural and restorative justice. In: *Safety science*, Band 85, S. 187–193; Van Baarle, Eva et al. (2023): Sexual Boundary Violations: Exploring How the Interplay Between Violations, Retributive, and Restorative Responses Affects Teams. In: *Journal of Business Ethics*, S. 1–16.
- 24 Fisher, Bernice and Tronto, Joan (1990): Toward a feminist theory of caring. In: *Circles of care: Work and identity in women's lives*, S. 35–62. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 25 Gilligan, Carol (1993): *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press; Tronto, Joan (1993): *Moral boundaries: A political argument for an ethic of care*. New York.
- 26 Edwards, Steven D. (1990): Three versions of an ethics of care. In: *Nursing philosophy*, Band 10, Nr. 4, S. 231–240.
- 27 Fisher, Bernice and Tronto, Joan (1990), S. 39. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 28 Fisher, Bernice and Tronto, Joan (1990), S. 41.
- 29 Tronto, Joan (2013): *Caring Democracy: Markets, Equality, and Justice*. New York, London.
- 30 Tronto, Joan (2013), S. 51. (Übersetzung aus dem Englischen.)
- 31 Tholen, Berry (2018): Political responsibility as a virtue: Nussbaum, MacIntyre, and Ricoeur on the fragility of politics. In: *Alternatives*, Band 43, Nr. 1, S. 22–34.
- 32 Bica, Camillo C. (1999): A therapeutic application of philosophy: The moral casualties of war: Understanding the experience. In: *International Journal of Applied Philosophy*, Band 13, Nr. 1, S. 81–92.
- 33 Litz, Brett T. et al. (2009).
- 34 Franke, Volker C. (2003): The Social Identity of Peacekeeping. In: Britt, Thomas W. and Adler, Amy B. (Hg.): *The Psychology of the Peacekeeper: Lessons from the Field*. Westport, S. 31–52.
- 35 Robinson, Paul (2007): *The Way of the Warrior*. In: *Spectator*, 13. Juni.
- 36 Yi, Jamison (2004): MCMAP and the Warrior Ethos. In: *Military Review*, Nov–Dez, S. 17–24. Übersetzung aus dem Englischen.
- 37 MARINE CORPS ORDER 1500.59A. <https://www.marines.mil/Portals/1/Publications/MCO%201500.59A.pdf?ver=2019-09-27-154522-420> (abgerufen am 28. Mai 2023). Übersetzung aus dem Englischen.
- 38 Miller, Laura and Moskos, Charles (1995): Humanitarians or Warriors? Race, Gender, and Combat Status in Operation Restore Hope. In: *Armed Forces and Society*, Band 21, Nr. 4, S. 615–637.
- 39 Op den Buijs, Tessa, Broeders, Wendy und Meijer, Marten (2012): Strain and stress. Role ambiguity in an unfriendly environment. In: Beeres, Robert, Soeters, Joseph and van der Meulen, Jan (Hg.): *Mission Uruzgan*. Amsterdam, S. 114.
- 40 Olsthoorn, Peter (2010): *Military Ethics and Virtues: An Interdisciplinary Approach for the 21st Century*. London und New York.
- 41 Halwani, Raja (2003): Care ethics and virtue ethics. In *Hypatia*, Band 18, Nr. 3, S. 161–192.
- 42 Wessely, Simon (2006): Twentieth-century Theories on Combat Motivation and Breakdown. In: *Journal of Contemporary History*, Band 41, Nr. 2, S. 268–286.
- 43 Dem Militärpsychologen Shabtai Noy zufolge sollte Soldaten, die unter Kriegstraumata leiden, bei der Behandlung indirekt die Botschaft vermittelt werden, sie seien nicht wirklich krank und sollten bald zu ihrer Einheit zurückkehren – „In den meisten Fällen sollten einige Stunden Erholung oder eine Nacht Schlaf ausreichen“. (Übersetzung aus dem Englischen.) Noy, Shabtai (1991): *Combat Stress Reactions*. In: Gal, Reuven and Mangelsdorff, A. David (Hg.): *Handbook of Military Psychology*. Chichester, S. 523.

„WIR HABEN ALLE UNSERE SOLLBRUCHSTELLEN“

Wie lässt sich die Resilienz von Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr steigern? Was ist wichtig, um die Belastungen in den Einsätzen gut zu überstehen? Wie steht es um die Akzeptanz psychischer Erkrankungen in der Truppe, und was kann ein professioneller Umgang damit bewirken?

Über diese und weitere Fragen zum Thema Resilienz, vor allem im militärischen Bereich, hat die Redaktion von Ethik und Militär mit dem Diplom-Psychologen Dr. Ulrich Wesemann vom Psychotraumazentrum des Bundeswehrkrankenhauses in Berlin gesprochen.

Herr Dr. Wesemann, Resilienz ist ein sehr vielschichtiger Begriff, wie würden Sie ihn aus Sicht der Psychologie definieren oder auf eine kurze Formel bringen?

Am gängigsten ist die Definition, dass es sich um eine gewisse Widerstands- oder auch Durchhaltefähigkeit gegenüber kritischen Situationen handelt, dass man dabei also auch psychisch stabil bleibt und sich nicht beeinträchtigen lässt. Ob das immer voll und ganz funktioniert, ist eine andere Sache. Für mich handelt es sich um ein Kontinuum mit zwei entgegengesetzten Polen: auf der einen Seite die Resilienz, die Durchhaltefähigkeit oder Widerstandskraft, und auf der anderen Seite die Vulnerabilität, eine Art Verletzlichkeit oder Anfälligkeit. Welchen Begriff man verwendet, spielt also gar keine so große Rolle.

Was ist es denn, was Menschen resilient oder vulnerabel macht? Sind das eher unveränderliche persönliche Merkmale, gibt es also eher resiliente und eher vulnerable Typen,

Zur Person



Regierungsdirektor Priv.-Doz. Dr. Dipl.-Psych. Ulrich Wesemann ist Klinischer Psychologe am Psychotraumazentrum des Bundeswehrkrankenhauses Berlin und Dozent an der Charité Berlin. Zu seinen Forschungsschwerpunkten gehören einsatzbedingte psychische Störungen mit dem Ziel der Optimierung von Einsatzvor- und -nachbereitung sowie dem Abbau von Stigma bei psychischen Problemen.

oder kann man Resilienz auch erwerben und lernen?

Sowohl als auch, da gibt es verschiedene Theorien. Viele gehen davon aus, dass es erst einmal eine genetische Komponente gibt. Andere Experten sind jedoch der Ansicht, dass Resilienz erwerbbar ist. Ich denke, es ist eine Kombination aus beidem. Dass man Einfluss auf die Resilienz nehmen kann, sieht man zum Beispiel auch an der Wirksamkeit von Psychotherapien.

Lässt sich das Verhältnis zwischen invariablen Faktoren und beeinflussbaren Größen ungefähr bestimmen?

Nein, es lässt sich nicht in Prozentzahlen ausdrücken, wie stark umwelt- oder genetisch bedingte Faktoren wirken. Die Resilienzforschung ist zwar ein riesiger Bereich, aber hundertprozentige Vorhersagen kann sie auch nicht leisten. Insgesamt sind die Studien, die sich mehr mit der Vulnerabilität auseinandersetzen, stärker. Vulnerabilitätsfaktoren scheinen also bessere Vorhersagen zu liefern. Wenn wir aber grundsätzlich sagen, dass ist das Gleiche, muss man davon ausgehen, dass die Resilienzforschung noch nicht ganz die richtigen Einflussfaktoren gefunden hat. Man müsste ja nur die Vulnerabilitätsfaktoren umformulieren und als resilient bezeichnen. Zum Beispiel könnte aus „Schlafproblemen“, „körperlichen Beschwerden“ oder „gedrückter Stimmung“ „gesunder Schlaf“, „körperliches Wohlbefinden“ oder „ausgeglichene Stimmung“ werden. Damit würden aktuelle psychische Befindlichkeiten stärker einbezogen, die durchaus Indikatoren für Resilienz darstellen.

Welches sind aus Ihrer Sicht und Erfahrung die wichtigsten Einflussgrößen für Resilienz, und handelt es sich um interne oder externe Faktoren?

Ich denke, dass Kontrollüberzeugungen ein ganz wesentlicher Faktor sind, also die Auffassung, wie weit man Kontrolle über Situationen und Ereignisse hat. Wie vorhersehbar sind diese, wie stark kann ich darauf Einfluss nehmen? Das scheint eine große Rolle zu spielen. Selbstwirksamkeitserwartungen

sind ebenfalls ein sehr wichtiger Faktor. Wir würden das eher als Traits beschreiben, also stabile Faktoren, die sich über die Zeit relativ wenig verändern. Bei den äußeren Faktoren ist vor allem die Gruppenkohäsion zu nennen – im militärischen Bereich also das, was man unter Kameradschaft versteht – beziehungsweise ein gutes soziales Gefüge zu Hause. Das sind die wichtigsten Punkte, die Menschen am ehesten resilient machen.

Wirkt das auch kumulativ – ist man also umso resilienter, je mehr positive Faktoren vorhanden sind?

Man kann nicht sie so einfach aufaddieren, aber andererseits ist klar: Je mehr dieser Faktoren jemand hat, umso besser ist es in jedem Fall.

Welche Rolle spielen eigentlich Sport und körperliche Bewegung für Resilienz? Und bei der Gelegenheit eine persönliche Frage zwischendurch: Was ist denn Ihre wichtigste Resilienzressource?

Als meine wichtigste Resilienzquelle würde ich meine Familie bezeichnen, die gibt mir viel Halt und viel Kraft. Aber tatsächlich, Hobbys, ob das jetzt Sport ist oder etwas anderes, also allgemein ein ausgefülltes Privatleben mit schönen Beschäftigungen und guten Freundschaften, das spielt eine große Rolle. Eine gewisse Zufriedenheit mit dem Beruf gehört ebenfalls dazu, also dass man in diesem einen Sinn sieht, gern zur Arbeit geht, eine gute Kollegialität erlebt.

Kann man denn nun anhand solcher Faktoren wirklich Vorhersagen treffen, dass eine Person besser oder schlechter mit Schwierigkeiten umgehen kann? Manche sind ja der Auffassung, dass sich Resilienz erst in der konkreten Situation erweist, in der jemand unter Belastung steht.

Personen, die über entsprechende Faktoren verfügen, werden bestimmte Situationen besser überstehen als solche, denen diese fehlen. Solche Prognosen sind durchaus möglich, aber eher für eine große Gruppe; auf Einzelpersonen sollte man das nicht beziehen.

Und wie steht es um die Soldatinnen und Soldaten, die ja in Einsätzen nicht nur potenziell traumatischen Erlebnissen ausgesetzt sind, sondern hohen Stress und andere Widrigkeiten erleben: Besteht bei ihnen dadurch auch ein größeres Risiko, psychisch zu erkranken?

Ja, sie haben ein berufsbedingtes erhöhtes Risiko, eine einsatzbedingte psychische Erkrankung zu entwickeln. Die häufigsten Er-

Bei Soldatinnen und Soldaten wirken schon die Abwesenheit von zu Hause und die Zustände im Einsatz als Stressfaktoren an sich

krankungen sind nach unserer Studienlage Angststörungen, dann etwa zwei Prozent posttraumatische Belastungsstörungen, aber auch depressive Episoden. Die Einjahresinzidenz von psychischen Störungen nach einem Einsatz liegt bei Soldatinnen und Soldaten höher als in der Allgemeinbevölkerung. Wenn man sich jetzt noch anschaut, ob die Betroffenen ein kritisches Ereignis hatten, sehen wir, dass diejenigen mit einem solchen Ereignis ein sechs- bis siebenfach erhöhtes Risiko für eine Erkrankung haben. Ohne dieses kritische Ereignis blieben die Soldatinnen und Soldaten im ähnlichen Risikobereich wie die Normalbevölkerung. Natürlich wirken schon die Abwesenheit von zu Hause und die Zustände im Einsatz als Stressfaktoren an sich; auch wenn man das eher als militärische Grundbedingungen sieht, ist es zugleich ein Risikofaktor.

Wenn es also tatsächlich vor allem auf die Einsätze und das, was dort erlebt wird, ankommt: Wie geht man dann konkret vor in der Einsatzvorbereitung, wie kann man präventiv die Resilienz stärken?

Für die Psychologie klingt das jetzt etwas ernüchternd – aber besonders bedeutend ist erst einmal die Handlungssicherheit, also das Training der Performanz in verschiedenen kritischen Situationen. Was genau in Einsätzen passiert, ist teilweise unvorhersehbar.

Doch wenn die Soldatinnen und Soldaten bestimmte militärische Situationen geübt und eine gewisse Handlungssicherheit erworben haben, überträgt sich das als protektiver Faktor auch auf andere Situationen. Wir haben etwa bei der Amokfahrt 2016 in Berlin gesehen, dass es für Feuerwehrleute weitaus belastender war, Aufgaben zu übernehmen, die üblicherweise außerhalb ihres Aufgabenbereichs lagen. Es gibt also schon eine ganze Reihe an Faktoren, die man trainieren und beeinflussen kann. Das Nächste ist eine gute Ausrüstung. Ansonsten geht es natürlich auch um die Gruppenkohäsion, also dass die Kameradschaft gestärkt wird. Das geschieht

Es geht nicht darum, alle kritischen Situationen symptomfrei zu überstehen, sondern einen möglichst professionellen Umgang damit zu finden

zwar automatisch im Einsatz, kann aber zusätzlich gefördert werden.

Schließlich ist das Wissen über psychische Störungen nützlich. Wir haben dafür ein computerbasiertes Trainingsprogramm namens CHARLY eingesetzt. Den dahinterstehenden Ansatz haben wir „Vom Helden zum Profi“ genannt. Das heißt, es geht nicht darum, alle kritischen Situationen symptomfrei zu überstehen, sondern einen möglichst professionellen Umgang damit zu finden. Destigmatisierung ist dabei ein großes Thema.

Geht es bei CHARLY nicht auch darum zu erleben, dass bestimmte Techniken zur Stressreduktion, also beispielsweise Atemübungen, wirklich funktionieren?

Richtig, dazu werden fotorealistisch kritische Einsatzsituationen eingespielt, auf die sich die Probandinnen und Probanden in sensu einlassen und in denen sie dann ihre eigene Erregung herunterregulieren sollen. Es geht also um die emotionale Vorwegnahme solcher kritischen Situationen – wenn sie sich darauf vorbereitet haben, wirken diese natürlich nicht mehr so überwältigend wie ohne eine Vorbereitung. Der wichtigste Fak-

tor ist wie gesagt die Performanz, damit ich in der Situation wirklich die Kontrolle behalte; wenn die Soldatinnen und Soldaten das auch noch emotional trainieren, besteht natürlich eine deutlich größere Chance, dass sie es gut überstehen.

Schon in der Vorbereitung konnten wir gute Trainingseffekte beobachten. Diejenigen, die mit CHARLY auf den Einsatz vorbereitet wurden, hatten nach einem Afghanistan-Einsatz (ISAF) auch weniger Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung. Es ist also tatsächlich ein effektives Instrument.

Wird CHARLY aktuell noch eingesetzt?

Nein, das Projekt ist jetzt ausgelaufen, es war auch nicht für das gesamte Militär konzipiert, sondern nur für verschiedene Einsatzgruppen wie Kampfmittelbeseitiger oder den Sanitätsdienst. In der Bundeswehr gibt es aber natürlich auch andere präventive Ausbildungen, aktuell wird zum Beispiel die B.E.S.S.E.R-Methode intensiv ausgebildet. Das ist eine Methode der psychischen Ersten Hilfe, mit der jeder Menschen helfen kann, die unter psychischem Schock stehen.

Nun werden militärische Resilienzprogramme durchaus kritisch gesehen. Dem stark von der positiven Psychologie beeinflussten Comprehensive Soldier and Family Fitness Programm aus den USA beispielsweise wird vorgeworfen, es würde problematische Einstellungen befördern wie „man muss nur seine Einstellung ändern, dann kann man alles aushalten“. Was sagen Sie dazu, wo hat das Resilienzkonzept seine Grenzen?

Das US-Programm wurde meines Wissens zuerst sehr stark gehypt, aber dann nahm die Kritik zu, es sei mit heißer Nadel gestrickt worden und man habe nur Dinge vom Zivilen aufs Militär übertragen, ohne sie ordentlich zu evaluieren. Und natürlich hat Resilienztraining seine Grenzen, denn wir haben alle irgendwo unsere Sollbruchstellen. Wenn der Stress von außen zu groß wird, dann erkranken wir alle, die einen nur schneller als die anderen. Die einen mit Magengeschwür und die anderen vielleicht mit einer depressiven Episode. Resilienz lässt sich nicht bis zur Unendlichkeit trainieren.

Ich denke, wir stehen mit unserem Ansatz der „psychischen Fitness“ gar nicht so schlecht da. Wir trainieren individuell, wo es eben Trainingsbedarf gibt. Über den Gesamterfolg können wir im Moment noch nicht so viel sagen, aber ich bin da recht zuversichtlich.

Sie haben bereits die Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen erwähnt. Widerstandsfähig und robust sein, um andere zu schützen, das gehört ja zum Selbstbild von Soldatinnen und Soldaten; man spricht auch von der „Rescue Mentality“. Inwiefern hat sich denn ein größeres Verständnis für psychische Erkrankungen entwickelt, auch durch die Erfahrungen der Auslandseinsätze?

Ähnlich wie bei anderen Einsatzkräften sind auch beim Militär berufsbedingte psychische Störungen tatsächlich weitaus akzeptierter als in der Allgemeinbevölkerung. Leider verkehrt sich das aber genau dann ins Gegenteil, wenn man selbst davon betroffen ist. Anhand der Einsatzstatistik, in der alle Soldatinnen und Soldaten vermerkt sind, die einmal einsatzbedingt in psychischer Behandlung waren, sieht man, dass es im Schnitt dreieinhalb Jahre dauert, bis sie sich zum ersten Mal in Behandlung begeben – wenn sie überhaupt kommen. Wir gehen von einer hohen Dunkelziffer aus.

Wir waren letztes Jahr auf der Messe Inter-schutz in Hannover und haben dort an über 1000 anderen Einsatzkräften, ein Großteil von der Feuerwehr, mit einem Fragebogen untersucht, wie es bei ihnen mit der Stigmatisierung aussieht. Auf die hypothetische Frage, ob sie im Falle einer Erkrankung lieber eine gleichwertige psychische oder körperliche Erkrankung hätten, hat sich die Mehrheit für die körperliche Erkrankung entschieden. Die Psyche scheint also noch ein großes Mysterium zu sein. Es braucht aber einen professionellen Umgang mit beruflich und privat bedingten psychischen Belastungen, daher das Motto „Vom Helden zum Profi“.

Was genau meinen Sie damit?

Ich denke, es ist wichtig zu begreifen, dass es in diesem Beruf nicht als Erstes um einen selbst „als Retter“ geht, sondern dass man

seine Aufgabe gut erfüllt, also beispielsweise Menschen hilft. Und dass man zugleich darauf achtet, wie es einem mit den entsprechenden Belastungen geht und einen guten Umgang damit findet. Es kann eben, wie vorher bereits gesagt, immer Belastungssituationen geben, die überfordernd sind – hier ist ein professioneller Umgang im Sinne von Hilfe annehmen bzw. sich Hilfe holen erforderlich. Psychische Probleme sind ein Berufsrisiko, das als solches akzeptiert und ernst genommen werden sollte.

Beim Abbau von Stigmata muss man also gerade bei den Einzelnen noch mehr ansetzen?

Ja, da gibt es leider noch einiges zu tun. Dass sich Menschen nicht in professionelle Behandlung begeben, kann im Übrigen auch an der Angst vor der institutionellen Stigmatisierung liegen: Man befürchtet schlechtere Karrierechancen oder dass die Vorgesetzten oder Kameraden schlecht über einen denken. Deswegen haben wir schon vor langer Zeit begonnen, Destigmatisierungsprogram-

Dass sich Menschen nicht in professionelle Behandlung begeben, kann auch an der Angst vor der institutionellen Stigmatisierung liegen

me zu etablieren. Das Problem war jedoch, dass alles aufs Militär selbst beschränkt blieb. Jetzt haben wir einen einfachen Laienfremdbeurteilungsfragebogen entwickelt. Er soll es den Partnerinnen oder Partnern von Bundeswehrangehörigen ermöglichen, den psychischen Status des Betroffenen besser einzuschätzen. Dies kann als Grundlage für Gespräche dienen oder als Einstieg, sich über weitere Angebote beraten zu lassen. Wir erhoffen uns dadurch einerseits eine Stärkung der Partnerschaft, andererseits könnte dies auch zu einem früheren Aufsuchen von Hilfsangeboten durch die Soldatinnen/Soldaten selbst führen. Der Fragebogen wird gerade noch validiert. In einer Pilotphase konnten wir damit aber schon recht erfolgreich Er-

krankungen erkennen. Jetzt testen wir ihn gerade im größeren Stil.

Sozusagen ein Versuch, den Resilienzfaktor soziales Umfeld zu aktivieren?

Ob der sanfte Druck der Familie ausreicht, damit sich jemand in Behandlung begibt, wird sich natürlich noch zeigen müssen. Aber das ist ja auch nur ein Tool, das Stigma zurückzudrängen. Wir haben schließlich recht gute therapeutische Maßnahmen, um

Wir haben recht gute therapeutische Maßnahmen, um die meisten psychischen Störungen zu behandeln. Nur wenn die Betroffenen nicht kommen, wird es schwierig

die meisten psychischen Störungen zu behandeln. Nur wenn die Betroffenen nicht kommen, wird es eben schwierig; und je länger man mit der Behandlung wartet, umso schwieriger wird es.

Auch bei psychischen Störungen gilt also: Je früher man sich in Behandlung begibt, umso größer ist die Chance, sie in den Griff zu bekommen?

Als Faustregel funktioniert das schon, aber natürlich nicht in jedem Einzelfall. Eine depressive Episode kann zum Beispiel von alleine abklingen. Andererseits wissen wir auch: Wenn sie einmal da war, ist die Chance, dass eine weitere hinzukommt, deutlich höher, deshalb ist eine frühzeitige Behandlung unbedingt sinnvoll. Die Erfassung der psychischen Fitness soll wie eine Art psychologische Vorsorgeuntersuchung genau da ansetzen, bevor sich eine Störung entwickelt.

Die Grundsätze der Inneren Führung werden gelegentlich mit Resilienzfaktoren in Zusammenhang gebracht.¹ Wie wichtig ist denn generell eine menschenorientierte Führung, gerade im militärischen Bereich?

Erst vor Kurzem wurde dazu eine Studie veröffentlicht², die zeigen konnte, dass soziale

Unterstützung einen wesentlichen Einfluss auf die psychische Symptomatik hatte. Und unter sozialer Unterstützung wurde dort nicht nur die Familie verstanden, sondern eben auch Kameraden und Vorgesetzte. Wir haben bereits versucht, das zu replizieren, und konnten feststellen, dass soziale Unterstützung während des Einsatzes, gerade durch Vorgesetzte, sich in der Psychosomatik niederschlägt. Wir sind auch zu dem Schluss gekommen, dass eine gute Führung einen extrem wichtigen Faktor für Resilienz darstellt – oder, wenn sie fehlt, eben einen Vulnerabilitätsfaktor.

Auch die Sinnhaftigkeit des Einsatzes ist ein wichtiger protektiver Faktor. Wenn ich die nicht erkenne, habe ich weniger Motivation und bin natürlich auch anfälliger, wenn ich in Schwierigkeiten gerate.

Machen bestimmte Wertorientierungen nicht auch anfälliger für die sogenannten moralischen Verletzungen? Sind „moralisch sensible“ Soldatinnen nicht leichter zu erschüttern, wenn sie gerade in Einsätzen auf Situationen treffen, die ihren Werten völlig widersprechen?

Da haben Sie leider recht. Es gibt Studien, etwa von Professor Peter Zimmermann et al., die etwas in diese Richtung tendieren. Sie zeigen, dass Soldatinnen und Soldaten etwa mit starker Wertorientierung „Tradition“ in solchen Situationen anfälliger sind, zum Beispiel für eine depressive Symptomatik. Das scheinen also Prädiktoren für moralische Verletzungen zu sein. Man muss dazu sagen, dass diese keine Diagnose an sich darstellen, dass sich daraus in der Folge aber psychische Erkrankungen entwickeln können. Über die Einsatzstatistik haben wir festgestellt, dass moralische Verletzungen in den letzten Jahren zugenommen haben.

Wie Professor Zimmermann sagt, ist es zugleich Ausweis einer hohen moralischen Orientierung, dass jemand in solchen Situationen Probleme entwickelt und das Erlebte nicht einfach an sich abprallen lässt. Da stehen wir also vor einem Dilemma, das sich nicht vollständig auflösen lässt?

Das ist richtig. Wir können ja nicht deshalb antisoziale Menschen einstellen, auch wenn diese in manchen Situationen vielleicht resilienter wären. Es braucht genauso Empathiefähigkeit. Eine Lösung wäre, solche Wertorientierungen als Risikofaktor zu verstehen und dann andere Einflussgrößen zu trainieren. Das Resilienzkonzept hat wie gesagt viele Variablen und Möglichkeiten. Es werden zum Beispiel vom Psychologischen Dienst jetzt bei Bedarf präventive Maßnahmen zum Umgang mit moralischen Konflikten angeboten, die geeignet sind, frühzeitig zu intervenieren, damit sich kein Krankheitsbild entwickelt.

Kurz noch zu einem anderen Thema: Beim Ukrainekrieg wird oft, vielleicht auch etwas leichtfertig, von der starken Resilienz der ukrainischen Bevölkerung gesprochen. Aber die Menschen dort erleben seit über einem Jahr massive Gewalt. Was kommt auf dieses Land noch zu?

Das sehen wir auch in anderen Kriegskontexten: Meistens halten die Soldatinnen und Soldaten bis zum Ende durch. Aber wenn der Krieg zu Ende geht, dann müssen wir leider davon ausgehen, dass es zu massiven psychischen Auswirkungen kommt, und zwar nicht nur beim Militär selbst, sondern auch in der Zivilbevölkerung.

Momentan dürfte es ja wohl vor allem darum gehen, die Soldatinnen und Soldaten wieder fit zum Kämpfen zu machen ...

Es ist im Krieg leider so, dass die einzelne Person keine große Rolle spielt, sondern funktionieren muss. Ob sie dabei weiter Schaden nimmt, ist meist erst einmal zweitrangig, solange sie nicht ausfällt. Lassen Sie uns wenigstens hoffen, dass alle frühestmöglich angemessene Hilfe erhalten..

Herr Dr. Wesemann, vielen Dank für das Gespräch.

Die Fragen stellte Rüdiger Frank.

1 Beck, Julia (2020): Psychische Resilienz – Begriffe, Konzepte und deren Verankerung in der Inneren Führung. In: Hartmann, Uwe, Janke, Reinhold und Rosen, Claus von (Hg.): Jahrbuch Innere Führung. Berlin, S. 216–229.

2 Thomas, S. et al. (2022): Examining bidirectional associations between perceived social support and psychological symptoms in the context of stressful event exposure: a prospective, longitudinal study. In: BMC psychiatry, 22(1), S. 736. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04386-0>.

RESILIENTE SOLDATENFAMILIEN HERAUSFORDERUNGEN UND CHANCEN IN DER ZEITENWENDE

*Autorinnen/Autor: Alexandra Hoff-Ressel,
Peggy Puhl-Regler, Peter Wendl*

Aktuelle Entwicklungen

Mit dem völkerrechtswidrigen Angriffskrieg Russlands auf die Ukraine im Februar 2022 hat sich die weltweite Sicherheitslage schlagartig verändert. Seither wird tagtäglich über flüchtende, verwundete und getötete Menschen, Zerstörung, militärische Offensiven oder die Bedeutung von Waffenlieferungen berichtet. Das dazugehörige Bildmaterial ist selbst für Erwachsene nur schwer auszuhalten. Andererseits scheinen wir uns an den nahen Krieg zu gewöhnen und reagieren nur noch bei Superlativen des Schreckens wirklich emotional.

Für die Bundeswehr heißt es jetzt, dass ihre Kernaufgaben der Landes- und Bündnisverteidigung wieder in den Vordergrund rücken. Das bringt neue Herausforderungen für Soldatenfamilien mit sich. Denn Soldaten und Soldatinnen müssen beispielsweise im Rahmen von NRF (NATO Response Force) und VJTF (Very high Readiness Joint Task Force) im Verteidigungsfall binnen sehr kurzer Zeit (etwa zwischen 48 bis 72 Stunden) einsatzbereit sein. Was für spezielle Einheiten schon immer unabdingbar war, wird nun für sehr viel mehr Menschen Realität. Knapp 17.000 Soldaten und Soldatinnen werden sich allein für 2023 mit ihren Partnern und Partnerinnen, Kindern und Angehörigen darauf vorbereiten müssen, im Ernstfall diesem Auftrag umgehend nachzukommen.¹ Dadurch muss präventiv wieder neu die Frage gestellt werden, was diese Veränderung für Beziehungen, aber auch für die körperliche und seelische Gesundheit der Soldatinnen und Soldaten und die ihrer Angehörigen bedeuten kann, um sie effektiv unterstützen zu können. Langfristig werden nämlich keinerlei Sorgen oder Ängste abgebaut, wenn sie unterdrückt und verschwiegen werden. Auch dann nicht, wenn sich die Betroffenen schlicht zu verschonen suchen. Denn zahlreiche Kinder und Jugendliche haben zum Beispiel in Kitas und Schulen Kontakt mit geflüchteten Kindern, die Furchtbare erlebt haben. Noch immer sind Kinder

Abstract

Der Beginn des völkerrechtswidrigen Angriffskriegs Russlands auf die Ukraine im Februar 2022 hat die Menschen in Europa erschüttert und markierte indirekt auch für Soldatenfamilien der Bundeswehr einen Wendepunkt. Gewissermaßen über Nacht mussten sich die Soldaten und Soldatinnen und ihre Familien neuen Kernaufgaben in der Landes- und Bündnisverteidigung stellen. Dabei waren und bleiben sie im Blick auf eine tragfähige Vereinbarkeit von Familie und Dienst ohnehin herausgefordert (etwa durch zahlreiche Versetzungen, durch die daraus entstehende Notwendigkeit, zu pendeln oder umzuziehen, durch Auslandseinsätze, aber ebenso durch viele Übungen). Nun stellen sich zukünftig weitergehende Fragen: Wie können Bundeswehrfamilien sensibilisiert und vorbereitet werden für einen möglichen Einsatz im Rahmen der Bündnis- und Landesverteidigung oder auch für weniger Planungssicherheit bei kurzfristigen Einsätzen (Stichwort: „Kaltstart“), um hier nur zwei Aspekte zu nennen.

Im Kontext solcher Gegebenheiten kommt der Stärkung der Widerstandsfähigkeit von Familien und damit der Förderung ihrer Familienresilienz eine besondere Bedeutung zu. Diese muss unter zweierlei Gesichtspunkten betrachtet werden: Die Förderung der Widerstandsfähigkeit der Familie an sich (Familienresilienz) sowie der einzelnen Familienmitglieder (individuelle Resilienz). Beide bedingen einander. Der folgende Text skizziert vor allem grundlegende Rahmenbedingungen der Familienresilienz im Allgemeinen und von Soldatenfamilien im Besonderen. Speziell beleuchtet wird die Bedeutung des Austausches über Ängste und Erwartungen. Davon abgeleitet sollen Konsequenzen für eine belastbare Statik von Partnerschaft und Familie identifiziert werden.

zudem medial den Bildern und Meldungen aus Kriegsgebieten ausgesetzt, die sie aber im Gegensatz zu Erwachsenen nur sehr viel eingeschränkter ausblenden können. Darüber hinaus stellt sich für die Soldaten und Soldatinnen unmittelbar die Frage, wie viel Beachtung den Ängsten und Bedenken in ihren Familien mit Blick auf eigene Einsatzszenarien oder einen möglichen „Kaltstart“ mit nur sehr kurzer Vorbereitung geschenkt werden muss. Und für welche Themen benötigen sie jetzt schon angemessene Hilfestellung im Psychosozialen Netzwerk der Bundeswehr, insbesondere von der Militärseelsorge, im Lebenskundlichen Unterricht (LKU), in Sozialdienst/-beratung oder Familienbetreuungseinrichtungen?² Was brauchen also jene, die die Auswirkungen dieser Zeitenwende daheim mittragen müssen – und zu denen neben Familien aktiver Soldaten und Soldatinnen auch die von Reservisten und Reservistinnen oder von zivilen Angestellten gehören?

Familienresilienz – Kraftquellen in herausfordernden Zeiten

Familienresilienz muss unter zweierlei Gesichtspunkten betrachtet werden: Die Förderung der Widerstandsfähigkeit und die Belastbarkeit der Familie an sich (Familienresilienz) sowie der einzelnen Familienmitglieder (individuelle Resilienz). Beide bedingen sich reziprok. Aus präventiver Perspektive sind für die Familienresilienz zunächst drei grundlegende Säulen elementar:

- Erstens eine verlässliche Entschiedenheit des Paares füreinander und die daraus resultierende Überzeugung, bei Herausforderungen gemeinsam einen Sinn finden zu können. Diese Überzeugung wird getragen durch gemeinsame Werte, wie beispielsweise Religiosität und Spiritualität, aber auch durch Erfahrungswerte, dass Probleme und Erschütterungen zusammen besser bewältigt werden können.
- Zweitens die Verbundenheit durch verlässliche Organisationsmuster als Paar und Familie sowie die Flexibilität, diese – wenn nötig – verändern und anpassen zu können. Der Aktivierung und dem Erhalt von sozia-

len Ressourcen kommt dabei eine wichtige Unterstützungsfunktion zu. Zu nennen ist hier die Pflege von Freundschaften und der unterstützende Kontakt zu Verwandten.

- Drittens eine gelingende Kommunikation und gemeinsame Problemlösekompetenzen als familiäre Schlüsselprozesse. Dafür ist eine zu erringende Klarheit der Partner voreinander unabdingbar, durch einen regelmäßigen Austausch von Ängsten und Befürchtungen einerseits sowie von Hoffnungen und Erwartungen andererseits.

Der konstruktiven Artikulation von Ängsten und Erwartungen kommt aus Sicht der Familienresilienz also eine Schlüsselfunktion zu.

Der konstruktiven Artikulation von Ängsten und Erwartungen kommt aus Sicht der Familienresilienz eine Schlüsselfunktion zu

Davon abgeleitet gilt es nämlich neben einer grundlegenden Vergewisserung gemeinsam Konsequenzen zu ziehen, um die Belastungen zu minimieren oder mindestens gegenseitig anzuerkennen sowie Lösungsansätze umzusetzen. Das erfordert, für sich und andere Verantwortung zu übernehmen und auch als Vorbild zu fungieren, insbesondere für Kinder.³ Resilienzförderung bedeutet also für Partnerschaft und Familie, sich gegenseitig Freiraum zu schaffen, damit Gefühle – immer wieder neu – geschützt zum Ausdruck gebracht werden können.

Zu den zentralen Faktoren, die insbesondere die Resilienz von Soldatenfamilien stärken, gehören damit neben den bereits genannten Säulen weitere Aspekte, die es nachfolgend genauer zu erläutern gilt. Zu nennen sind hier konstruktive und zugewandte, gemeinsame Zeit zu planen und miteinander zu verbringen⁴ (1), dauerhaft – auch über Entfernungszeiten hinweg – im Gespräch zu bleiben (2), sich aktiv gegenseitig das Gefühl der Verlässlichkeit zu vermitteln – und nicht nur vorzusetzen (3), sowie die Sinnhaftigkeit und die Nachvollziehbarkeit der Herausforderungen des (Soldaten-)Berufs, welche für die Familie von

Bedeutung sind, immer wieder neu füreinander zu klären (4). Denn die genannten Aspekte können durch die Bedingungen und Anforderungen der beruflichen Herausforderungen als Soldat und Soldatin im Umkehrschluss andernfalls eine eigene, negative Dynamik entwickeln, die die Verwundbarkeit stärkt und die Familienresilienz explizit zu schwächen vermag. So stehen möglicherweise zahlreiche dienstlich bedingte Abwesenheiten (etwa durch Übungen, Lehrgänge, Einsätze) der elementaren Notwendigkeit entgegen, Zeit vor Ort miteinander verbringen zu können. Ebenso verhält es sich mit dem damit verbundenen Pendeln und der Lebenszeit, die im wahrsten Sinn auf der Straße oder auf Schienen verbracht wird. Dauerhaft eingeschränkte Kommunikationsmöglichkeiten, etwa im Einsatz, durch Fahrten auf See oder wegen spezieller Übungen, belasten den wichtigen Austausch und die Vernetzung in Partnerschaft und Familie langfristig.⁵ Können dagegen die einzelnen Mitglieder in schwierigen Zeiten aufeinander zählen, seien sie vor Ort oder auch örtlich getrennt, lassen sich Herausforderungen und Krisen besser bewältigen. Damit werden nicht nur die Familienresilienz und mit ihr die Beziehungsqualität gestärkt, sondern auch jede und jeder Einzelne für sich kann widerstandsfähiger werden.

Für die Stärkung der individuellen Resilienz von Kindern und Jugendlichen ist die Vorbildfunktion von Eltern und anderen Bezugspersonen aus dem sozialen Umfeld nicht zu unterschätzen. Die Art und Weise, wie diese mit schwierigen Situationen und Themen umgehen, gibt den Heranwachsenden entscheidende Orientierung und zeigt Handlungsstrategien auf. Durch ihr Verhalten können Erwachsene dazu beitragen, dass Kinder und Jugendliche im besten Fall positive Verhaltensweisen übernehmen und ihre eigenen Fähigkeiten stärken. So trägt beispielsweise, um ein vermeintlich banales Beispiel zu nennen, schon die Vermittlung, dass nicht immer alle Dinge perfekt laufen können, dazu bei, Rückschläge besser meistern zu lernen. Zudem kann so unrealistischem Perfektionismus vorgebeugt werden.⁶ Liegt doch ein wichtiger Teilaspekt der Resilienzkompetenz von Fami-

lien auch darin begründet, Veränderbares zu gestalten und Unveränderbares annehmen zu lernen.

Die genannten Aspekte gilt es nun nochmals auf ihre Bedeutung für Soldatenfamilien konkreter zu beleuchten.

(1) Gemeinsame Zeit – für starke Soldatenfamilien

Die Beziehungen innerhalb einer Familie werden durch gemeinsam verbrachte, konstruktive und zugewandte Zeit gestärkt. Wer wertschätzend Zeit miteinander plant und verbringt, sich in Aktion und Interaktion befindet, entwickelt eine sichere und positive Bindung. Dazu gehört, sich gegenseitig zu unterstützen und emotionalen Beistand zu leisten, gerade in herausfordernden Zeiten. Für Kinder sind stabile emotionale Beziehungen zu unterstützenden Erwachsenen ein elementarer Faktor für die Resilienzentwicklung. Das können die Eltern, im Abwesenheitsfall aber auch andere verlässliche und enge Bezugspersonen sein. Im Idealfall fühlen sie sich innerhalb des Familiensystems sicher, geborgen und geliebt, werden unterstützt und in ihrem Handeln ermutigt.⁷

Viele Soldaten und Soldatinnen führen zeitweise oder regelmäßig eine Fernbeziehung mit ihren Partnern, Partnerinnen, ihren Familien und ihrem Freundeskreis. Sie gehen in Einsätze, auf Übungen und Lehrgänge oder haben ihren Dienstort in einer anderen Stadt als ihr soziales Umfeld. Hinzu können örtliche Versetzungen kommen, die wiederum mit einem Neuanfang und dem Verlust des sozialen Umfelds vor Ort einhergehen können. So ist das Zeitfenster, in dem Soldatenfamilien Zeit am gemeinsamen Lebensmittelpunkt verbringen können, in vielen Lebensphasen stark begrenzt. Der Wunsch nach Spontaneität muss für sie oft einer langfristigen Planung weichen, die Halt verleiht, aber wenig Raum für unerwartete Entwicklungen lässt. Umso mehr gilt es für Soldatenfamilien, Zeitfenster für Partnerschaft und Familie verlässlich einzuplanen und auch kreativ Wege zu finden, vielfältig miteinander in Verbindung zu kommen. Um Möglichkeiten des Beisammenseins

zu schaffen bzw. die zur Verfügung stehende Zeit als gehaltvolle *quality time* zu nutzen, ist es erforderlich, alle zur Verfügung stehenden Ressourcen zu nutzen. Dabei ist jeder bewusst zusammen verbrachte Moment wertvoll (auch über digitale Medien); selbst kurze Interaktionen und Gesten tragen dazu bei, die Verbundenheit innerhalb der Familie zu stärken und das Wohlbefinden der einzelnen Familienmitglieder zu fördern.⁸ Speziell für die Resilienz von Kindern und Jugendlichen ist es wichtig, dass der häufig abwesende Elternteil zugewandt und möglichst auch einzeln exklusive Zeit mit ihnen verbringt. Dadurch haben Heranwachsende die Möglichkeit, sich mit Vater oder Mutter auszutauschen, etwa über Ereignisse und die dadurch ausgelösten Gefühle, aber verlässlich ebenso ohne unmittelbaren Anlass. Idealerweise findet sich ein Ritual, wie und wo diese gemeinsamen Momente geteilt werden können. Gemeinsame Aktivitäten helfen zudem nach schwierigen Ereignissen oder langen Phasen der Abwesenheit, wieder mehr Vertrautheit herzustellen und neu zueinanderzufinden. Für Kinder bis ins Grundschulalter ist es bedeutsam, dass sie die Nähe ihrer Eltern über Sinneseindrücke sowie Gefühle, etwa über Gesten und Mimik, wahrnehmen können. Ältere Kinder und insbesondere Jugendliche verbringen zwar einen großen Teil ihres Alltags außerhalb der Familie. Dennoch wünschen sich die meisten auch Zeit, um als Familie etwas zusammen zu unternehmen. Wenn es phasenweise auf Grund der Umstände nicht möglich ist, ausreichende Zeitfenster für jedes Familienmitglied zur Verfügung zu haben, trägt es spürbar zu einer stabilen Familienresilienz bei, Perspektiven zu schaffen und gemeinsame Zukunftspläne zu entwickeln, wie etwa das nächste verlängerte Wochenende, einen gemeinsamen Urlaub sowie absehbar gemeinsame Aktivitäten zu planen.⁹

(2) Im Gespräch bleiben – Vertrauen schaffen, Konflikte lösen

Eine resiliente Basis entsteht, wenn Familienmitglieder ehrlich miteinander kommunizieren können. In dieser Atmosphäre sollen Freuden geteilt, aber dürfen und müssen auch

negative Gedanken, Gefühle und Probleme angesprochen werden können. Der offene Umgang damit fördert das gegenseitige Verständnis innerhalb der Familie. Er ebnet den Weg für die Entwicklung gemeinsamer Strategien zur guten Bewältigung herausfordernder Situationen und macht handlungsfähig. Dies ist besonders dann wichtig, wenn Kinder sich etwa für den Beruf ihrer Eltern rechtfertigen oder mit Aussagen über die Bundeswehr und deren Aufgaben umgehen müssen. Um als Soldatenfamilie ins Gespräch zu kommen – und es zu bleiben –, muss auch der inhaltliche Dialog berücksichtigt werden: Worum geht es im gemeinsamen Austausch? Sind wir als

In Zeiten spezieller und teils neuer Bedrohungslagen für Soldatenfamilien, aber auch bei persönlichen und familiären Belastungen braucht es den Mut, dies in Worte fassen zu lernen und die eigenen damit verbundenen Gefühle zu benennen

Familie in der Lage, über unangenehme oder schwierige Themen zu sprechen? Und wie können wir dafür einen entspannten Rahmen schaffen? In Zeiten spezieller und teils neuer Bedrohungslagen für Soldatenfamilien, (klima-)politischer und gesellschaftlicher Herausforderungen, aber auch bei persönlichen und familiären Belastungen braucht es den Mut, dies in Worte fassen zu lernen und die eigenen damit verbundenen Gefühle zu benennen. Kinder und Jugendliche machen so die Erfahrung: „Es ist wichtig und bereichernd, über das, was mich beschäftigt, zu reden – und ich darf es auch!“ Selbst wenn gerade Jugendliche aus den vielfältigsten Gründen nicht immer mit ihren Eltern sprechen möchten, gilt es für die Bezugspersonen dennoch, immer wieder unaufdringlich Gesprächsbereitschaft zu signalisieren und wach für Gelegenheiten zu bleiben: „Wenn du reden möchtest, bin ich für dich da!“¹⁰

Angemessene Worte zu finden, um als Paar und auch mit Kindern über konfliktbeladene oder unterschiedlich bewertete Themen zu sprechen, ist nicht immer leicht. Kinder und Jugendliche in Soldatenfamilien stellen teils sehr spezifische Fragen in Bezug auf mögliche

Bedrohung, sinnhafte militärische Einsätze (nicht erst seit dem Abzug aus Afghanistan), persönliche Opferbereitschaft, aber auch zu möglichen Gefährdungen („Was kann dir da passieren?“). Dazu sollten Eltern und Partner auskunftsfähig sein, mindestens über eigene Positionen. Deshalb ist es nach wie vor von großer Bedeutung, dass Kindern in Soldatenfamilien Raum gegeben wird, ihre Eindrücke, Fragen und Ängste in Bezug auf den Krieg (in der Ukraine) und andere Konflikte zu äußern. Ihre Sorgen müssen auch nach so langer Zeit des Konflikts ernst genommen und ihre Fragen so gut wie möglich beantwortet werden. Akzeptieren müssen wir aber auch, dass es

Es ist nach wie vor von großer Bedeutung, dass Kindern in Soldatenfamilien Raum gegeben wird, ihre Eindrücke, Fragen und Ängste in Bezug auf den Krieg (in der Ukraine) und andere Konflikte zu äußern

Momente und Ereignisse gibt, die uns – Erwachsene und Kinder – angesichts des sinnlosen Leids *sprach-los* machen oder zurücklassen können. Eigene Grenzen einzugestehen und anzunehmen sind ebenfalls wichtige Aspekte familialer Resilienz.¹¹

Exkurs: Mögliche Ängste und Bedrohungen von Soldatenfamilien

Drei Kategorien der Angst seien hier knapp aufgezeigt, mit denen Soldatenfamilien aufgrund der Rahmenbedingungen des Soldatenberufs besonders konfrontiert sein können. Zum einen sind das **körperliche** (physische) Bedrohungen, etwa die Angst vor Tod oder Verwundung. Aktuelle Ereignisse oder die tagesaktuelle Nachrichtenlage in den Medien

verstärken diese Ängste gerade bisweilen enorm.¹² Der neue Schwerpunkt der Bundeswehr in der Bündnis- und Landesverteidigung wird hierzu eine offene Diskussion über mögliche Szenarien und die dafür notwendige Unterstützung von Soldatenfamilien erforderlich machen. Eine zweite Kategorie möglicher Ängste ist damit eng verbunden: **seelische** (psychische) Bedrohungen. Hierzu gehört beispielsweise die Angst vor Veränderungen der Persönlichkeit, vor moralischer Verwundung bzw. einer möglichen Traumatisierung, aber auch die Befürchtung eines Burnouts und die Sorge, bedingt durch schwer zu verarbeitende Erlebnisse etwa während der Einsatzzeit oder bei einsatzgleichen Verwendungen zu erkranken.¹³ Eine dritte Hauptkategorie darf keinesfalls unerwähnt bleiben: **soziale** Bedrohungen. Typisch ist die Angst vor negativer Beeinflussung von Partnerschaft, Familie oder Freundeskreis sowie die generelle Angst vor den Auswirkungen des langen Getrenntseins.¹⁴ Besonders sind hier Herausforderungen und Belastungen einer langfristigen oder regelmäßigen Fernbeziehung zu nennen.¹⁵ Selbstredend überschneiden sich diese drei Kategorien in Inhalt und Auswirkung. Und alle Ängste betreffen auf unterschiedliche Weise sowohl die Soldatinnen und Soldaten als auch die Angehörigen daheim – und ebenso die Begleitenden im Psychosozialen Netzwerk der Bundeswehr. Auch sie haben (Herkunfts-)Familien, Beziehungen und wichtige Menschen, die für ihr gesundes Sozialleben unersetzlich sind.¹⁶ Kinder erleben und bewältigen die oben angedeuteten Herausforderungen dabei oft anders – je nach Alter und Lebenssituation. Ihre Emotionen, Reaktionen und Verhaltensweisen sowie ihre Verlustangst lassen sich nicht mit denen Erwachsener vergleichen. Sie brauchen daher präventive und begleitende Unterstützung, die auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist.

Die Autorin



Alexandra Hoff-Ressel ist Diplom-Pädagogin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentralinstitut für Ehe und Familie (ZFG). Im Rahmen der Kooperation mit der Katholischen Militärseelsorge beschäftigt sie sich mit der Lebenswirklichkeit von Soldatenfamilien, insbesondere aus Perspektive der Kinder und Jugendlichen. Zudem ist sie in verschiedenen Gremien vertreten, u. a. in der AG2 „Familie und Dienst“ des Netzwerks der Hilfe des Bundesministeriums der Verteidigung (BMVg).

(3) Verlässlichkeit – Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit stärken

Ein Gesichtspunkt im Kontext familialer Resilienz für Soldatenfamilien ist die Verlässlichkeit. Partner und Partnerinnen, Kinder und Jugend-

liche, die darauf vertrauen können, von ihrem Gegenüber oder den Eltern bzw. weiteren Bezugspersonen bedingungslos unterstützt zu werden, können so ihr Selbstvertrauen und ihre Selbstwirksamkeit steigern. Sie lernen, dass ihre Bedürfnisse ernst genommen werden.¹⁷ Verlässlichkeit erfahren Paare, Kinder und Jugendliche aus Soldatenfamilien beispielsweise während einer Fernbeziehung, wenn der oder die Abwesende sowie die Angehörigen zu Hause sich regelmäßig als verbunden erweisen und trotz Distanz in Alltag und Krise so gut wie möglich Kontakt halten.¹⁸ „Du hältst mir den Rücken frei während meiner Abwesenheit“ ist ein häufig gebrauchtes Bild in diesem Kontext. Wichtig ist aber, dass sich die Unterstützung und die Wertschätzung immer als gegenseitig erweisen.

(4) Sinnhaftigkeit und Nachvollziehbarkeit – Basis für Verständnis und Veränderungsbereitschaft

Wer sich darüber im Klaren ist, warum und wofür etwas vor sich geht oder auszuhalten ist (wie etwa ein Umzug, ein Einsatz oder eine Übung, aber auch die Bedrohungslage als Soldat und Soldatin), ist eher in der Lage, mit den damit verbundenen Belastungen umzugehen oder Unabänderliches zu akzeptieren. Die Gründe nachvollziehen zu können, hilft sowohl Kindern als auch Erwachsenen, die eigene Einstellung immer wieder neu anzupassen. Im Kontext der Bundeswehr betrifft dieser Faktor der Resilienz Fragen wie: Warum bin ich Soldat/Soldatin? Warum bin ich bereit, die Herausforderungen, Belastungen und Entbehrungen, die dieser Beruf mit sich bringt, zu ertragen oder mitzutragen? Hierzu immer wieder aufs Neue Antworten für sich selbst zu erringen, ist für Soldatenfamilien nicht einfach, aber elementar. Nur so kann man auch gegenüber dem sozialen Umfeld auskunftsfähig bleiben.¹⁹

Abschließend bleibt bei alledem wichtig zu betonen, dass die genannten Aspekte, die für die Resilienz von Paaren und Soldatenfamilien so wesentlich sind, keinesfalls nur Belastungen darstellen, sondern auch herausragende Erfahrungsschätze und wertvolle Entwicklungspotenziale entfalten, an denen die Beziehungen und Persönlichkeiten wachsen können.²⁰

Wie Unterstützung von Soldatenfamilien gelingen kann

Die Soldaten und Soldatinnen leisten einen wichtigen Beitrag zur Sicherheit unseres Landes, was vor dem aktuellen Hintergrund (Corona-Pandemie, Ukraine-Krieg) vermehrt positiv wahrgenommen wird. Sie nehmen, um diesem Auftrag nachzukommen – oft ein Berufsleben lang –, viele Herausforderungen auch für Partnerschaft und Familie auf sich. Soldatenfamilien müssen in der Lage sein, die vielfältigen Herausforderungen für die Vereinbarkeit von Familie und Dienst gut zu bewältigen, um langfristig als Paar und Familie stabil und widerstandsfähig zu bleiben. Um ihre individuelle, aber insbesondere auch ihre familiäre Resilienz passgenau stärken zu können, brauchen sie das Wissen um und den Zugang zu Ressourcen, die mit den spezifischen Anforderungen dieses Berufs vertraut sind.

Hilfreich können dafür Unterstützungsmöglichkeiten durch das Psychosoziale Netzwerk der Bundeswehr (PSN) sein. Eine Vielzahl von bundeswehrinternen und -externen Organisationen bieten zudem im Netzwerk der Hilfe spezielle Unterstützungs- und Beratungsangebote für Soldaten, Soldatinnen und ihre Angehörigen an.²¹ Deren Angebote gilt es nun aber aktiv deutlich bekannter zu machen, damit die Betroffenen Hilfe nicht suchen müssen, sondern bestenfalls schon in noch unbelasteten Phasen darum wissen. Neben den Entwicklungen, welche die Bundeswehr selbst betreffen, sind für eine belastbare Familienresilienz auch familiäre Veränderungen zu berücksichtigen: darunter Herausforderungen durch unterschiedliche Familienmodelle, aber auch normativ-biografische Wenden und Krisen im Lebenslauf

Die Autorin

Peggy Puhl-Regler ist Diplom-Pädagogin und wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentralinstitut für Ehe und Familie (ZFG). Im Rahmen der Kooperation mit der Katholischen Militärseelsorge beschäftigt sie sich mit dem Familienleben unter besonderen Bedingungen, u. a. mit Ängsten von Kindern aus Soldatenfamilien. Sie ist vertreten in unterschiedlichen Gremien, darunter die AG3 „PTBS“ des Netzwerks der Hilfe des Bundesministeriums der Verteidigung (BMVg).



als Paar, die sich im ungünstigen Fall in Scheidungsquoten widerspiegeln.²² Insbesondere aber die bereits mehrfach angesprochenen Unsicherheiten, die aus der Zeitenwende resultieren, werden neue Chancen, aber auch Fragen, Belastungen, Ängste und Sorgen für Soldatenfamilien mit sich bringen. Sie dabei widerstandsfähig zu machen und zu halten,

Sich die Verletzlichkeit von Leib und Seele grundlegend bewusst zu machen, ist wichtiger Bestandteil des Menschen- und Soldatenbilds und hat daher seinen Platz im Curriculum des Lebenskundlichen Unterrichts

kann nur gelingen, wenn Unterstützungsinitiativen sich vernetzen, zusammenarbeiten und ihre Kompetenzen und Angebote den Familien bekannt machen.

Das Psychosoziale Netzwerk und in ihm insbesondere die Militärseelsorge hat ein hoch präventives Potenzial für die Stärkung der Paar- und Familienresilienz, indem – neben der grundlegenden seelsorglichen Begleitung in allen Lebenslagen – Formate für geschützten Austausch angeboten werden, die durch Vernetzung soziale Ressourcen stärken und wertvollen Erfahrungsaustausch fördern. Schließlich bieten vielfältige seelsorgliche bzw. religiöse, spirituelle oder auch gemeinschaftliche Formate, insbesondere bei Intensivveranstaltungen wie Familienwochenenden, Raum für Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Teilnehmer und Teilnehmerinnen (vgl. *Gaudium et spes* 48). In diesem Kontext ist auch die seit über zwanzig Jahren bestehende Kooperation der Katholischen Militärseelsorge mit dem Zentralinstitut für

Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt zu nennen.²³ Zugleich gilt es jene Soldatinnen und Soldaten im Zusammenwirken mit Fachleuten des PSN zu unterstützen, die hoch belastet sind, weil sie Erlebnisse und Bilder nicht verarbeiten können und beispielsweise mit Verwundung, Tod, Traumatisierung oder Schusswaffengebrauch direkt oder indirekt konfrontiert waren. Von herausragender Bedeutung sind dabei unter anderem das Psychotraumazentrum der Bundeswehr in Berlin oder das wichtige ökumenische Seelsorgeprojekt ASEM unter der Leitung der evangelischen Militärseelsorge. Sich die Verletzlichkeit von Leib und Seele grundlegend bewusst zu machen, ist zudem wichtiger Bestandteil des Menschen- und Soldatenbilds und hat daher seinen Platz im Curriculum des Lebenskundlichen Unterrichts (LKU). Hier können wesentliche Grundlagen der individuellen und der familialen Resilienz gestärkt werden.

Seit 2002 besteht eine intensive Kooperation der Katholischen Militärseelsorge mit dem Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Durch diese Zusammenarbeit sind u. a. passgenau Praxisinitiativen und Publikationen für Soldatenfamilien, Paare und speziell für Kinder entwickelt worden. Diese zeigen Strategien auf, wie die speziellen Herausforderungen, Entbehrungen und Belastungen gemindert und gemeistert werden können.

Im Kontext Pendeln und Fernbeziehungen sind das z. B. die Publikationen *Gelungende Fern-Beziehung. Entfernt zusammen wachsen* und *Soldat im Einsatz – Partnerschaft im Einsatz* sowie die Broschüre *Zusammen schaffen wir das!* Speziell für Kinder bis ins Grundschulalter ist die Kinderbuchreihe des ZFGs entstanden mit Titeln wie *Jonas wartet aufs Wochenende*, *Mamas/Papas Auslandseinsatz* und *Wie Papa wieder lachen lernt*. Alle Publikationen sind für Bundeswehrangehörige kostenlos beim Katholischen Militärpfarramt erhältlich.²⁴

Der Autor



Dr. Peter Wendl ist Diplom-Theologe, Einzel-, Paar- und Familientherapeut sowie Traumafachberater. Er arbeitet als wissenschaftlicher Projektleiter am ZFG und verantwortet seit 2002 die unbefristete Kooperation mit der Katholischen Militärseelsorge. Seither hat er über 350 Paar- und Familienseminare durchgeführt – meist in Zusammenarbeit der Katholischen Militärseelsorge und für die Deutsche Bundeswehr. Er ist Autor zahlreicher Publikationen zu Partnerschaft, Familie und Erziehung, insbesondere zu Soldatenfamilien.

- 1 Vgl. Manthey, Florian (2022): Jahr der Zeitenwende: Verteidigung im Fokus. <http://www.bmvg.de/de/themen/dossiers/die-nato-staerke-und-dialog/vjtf-speerspitze-der-nato> (Stand: 18. April 2023); Krone, Alexander (2023): Fragen und Antworten zur VJTF. <https://www.bundeswehr.de/de/aktuelles/meldungen/vjtf-speerspitze-schnelle-nato-eingreiftruppe> (Stand: 21. April 2023).
- 2 Vgl. Wendl, Peter, Puhl-Regler, Peggy und Hoff-Ressel, Alexandra (2023): In Worte fassen, was Angst macht: mit Kindern (noch immer) über den Krieg reden. In: Christ in der Gegenwart. Freiburg, S. 5 f.
- 3 Vgl. Fröhlich-Gildhoff, Klaus und Rönnau-Böse, Maike (2021): Resilienz in Familien. In: dies.: Menschen stärken. Resilienzförderung in verschiedenen Lebensbereichen. Wiesbaden, S. 43. Sowie exemplarisch dies. (2003): Family resilience: a framework for clinical practice. In: Family Process 42, S.1 ff.
- 4 Dies meint nicht ausschließlich Aktivität! Es kann sehr wohl auch Passivität im wertschätzenden und zugewandten „Nichtstun“ bedeuten.
- 5 Siehe hierzu Wendl, Peter (2019): Soldat im Einsatz – Partnerschaft im Einsatz. Praxis- und Arbeitsbuch für Paare und Familien in Auslandseinsatz und Wochenendbeziehung. Freiburg.
- 6 Vgl. Fröhlich-Gildhoff, Klaus und Rönnau-Böse, Maike (2021), s. Endnote 3, S. 45 f.
- 7 Vgl. ebd., S. 44.
- 8 Siehe hierzu Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (2022): Zusammen schaffen wir das! Informationen, Hilfen und Flyer für Eltern, Kitas und Schulen rund um Auslandseinsatz und Wochenendbeziehung. Eichstätt.
- 9 Vgl. Puhl-Regler, Peggy (2016): Ängste von Kindern. Präventive und begleitende Maßnahmen für Einsatzzeit und Grundbetrieb. <https://edoc.ku.de/id/eprint/19931/>. (Stand 20. April 2023).
- 10 Vgl. Puhl-Regler, Peggy, Ressel, Alexandra und Wendl, Peter (2022): Mit Kindern über den Krieg reden: Was Kinder brauchen und Eltern wissen sollten. Eichstätt, S. 1 ff.
- 11 Vgl. Wendl, Peter, Puhl-Regler, Peggy und Hoff-Ressel, Alexandra (2023): s. Endnote 2; Berndt, Christina (2013): Resilienz. Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft. München, S. 67 ff, S. 82 ff.
- 12 Vgl. Wendl, Peter (2019): s. Endnote 5, S. 47 ff.
- 13 Vgl. dazu die vom Psychotraumazentrum der Bundeswehr am Bundeswehrkrankenhaus Berlin herausgegebenen Broschüren: „Wenn der Einsatz noch nachwirkt...“ sowie „Wenn der Einsatz nicht endet...“.
- 14 Vgl. Wendl, Peter (2021) Gelingende Fernbeziehung: entfernt – zusammen – wachsen. Freiburg, S. 32 ff.
- 15 Vgl. Wendl, Peter (2019) 100 Fragen, die Ihre Beziehung retten. München, S. 142 ff.
- 16 Vgl. Wendl, Peter (2010): Psychohygiene von Militärseelsorgern: ein „Resilienz-Routenplaner“ – Spiritualität – und psychische Widerstandsfähigkeit im Kontext von Auslandseinsätzen stärken; ders. (2016): Was Militärseelsorger* bewegt: Reflexion – Selbstkonzept – Perspektive.
- 17 Vgl. Krenz, Armin (2008): Kinder brauchen Seelenproviant. Was wir ihnen für ein glückliches Leben mitgeben können. München, S. 132 ff.
- 18 Vgl. Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (2022): s. Endnote 8.
- 19 Vgl. Wendl, Peter (2019): s. Endnote 5, S. 49 ff.
- 20 Siehe zu den geschilderten Aspekten der Familienresilienz bei Soldatenfamilien: Wendl, Peter (2019): s. Endnote 5, S. 49ff.
- 21 Im Postkartenheft des Netzwerks der Hilfe findet sich eine Übersicht über bundeswehrinterne und -externe Unterstützungsangebote für Soldatenfamilien. Das Heft ist unter der DSK-Nummer FF328220248 bundeswehrintern erhältlich.
- 22 Vgl. dazu grundlegend Wendl, Peter (2019), s. Endnote 15.
- 23 Siehe hierzu die vertiefenden Informationen im folgenden Informationskasten.
- 24 Weiterführende Informationen zur Kooperation und den damit verbundenen Publikationen sind auf der Seite www.ku.de/zfg zu finden.

„ICH MÖCHTE VORBILD SEIN“ PORTRÄT VON BJÖRN BAGGESEN

Vom 9. bis 16. September 2023 finden in Düsseldorf die Invictus Games statt. Fregattenkapitän Björn Baggesen hat vergangenes Jahr in Den Haag als Athlet daran teilgenommen. Ethik und Militär hat seine persönliche „Resilienz-Geschichte“ über Sport als Therapie und die Bedeutung der Spiele aufgezeichnet.

Samstag, der 13. Mai 2023, 7.30 Uhr. Durch die Biathlonarena in Oberhof/Thüringen hallen laute Beats. Knapp 7000 Läuferinnen und Läufer drängeln sich in ihre Startblöcke. Mittendrin Fregattenkapitän Björn Baggesen und seine Frau Grit, die auf ihr Startsignal wartet. Eigentlich wollten die beiden heute, beim 50. Rennsteiglauf, zusammen den Halbmarathon absolvieren – aber das ist eine längere Geschichte. Um sie zu verstehen, müssen wir ein paar Jahre in die Vergangenheit zurückgehen.

Der Unfall

Am 17. August 2016, dem Tag, der sein Leben in ein Davor und Danach einteilt, ist Björn Baggesen mit dem Rennrad in der Nähe seines Wohnorts in Ostfriesland unterwegs. Triathlontraining, das bedeutet Tempo und Tunnelblick. Weil der Wind ihn auf die regennasse Landstraße drückt, orientiert er sich am Bordstein. Den am Straßenrand parkenden Mercedes erkennt er viel zu spät. Mit rund 35 km/h rast er in den Heckspoiler. Kurz sieht er sich noch auf der Straße liegen, dann verliert er das Bewusstsein.

Als er wieder aufwacht, liegt er mit einer „komplexen Mittelgesichtsfraktur“, also Brüchen an Wangen- und Augenhöhlenknochen, im Krankenhaus Sande. Auch der 12. Brustwirbel ist gebrochen. Der Arzt nimmt kein Blatt vor den Mund: „Die gute Nachricht ist: Sie haben überlebt.“ Was zugleich bedeutet, dass die Prognose für seine zukünftige Leistungsfähigkeit überschaubar ist. Man wird

ihn wieder so weit hinbekommen – aber mehr als sechs Kilometer laufen sei in Zukunft nicht drin, da ist sich der Arzt sicher.

Zuerst sei er mental ziemlich am Boden gewesen, erzählt Baggesen. Im ersten Augenblick habe er sich gedacht: „Das war’s wohl. Was machst du jetzt?“ Vor einem hat er besonders Angst: blind zu werden. Er ist überglücklich, als er das erste Mal wieder durch seine angeschwollenen Augen sehen kann. Und es dauert nicht lange, bis ihm die Aussage des Arztes zu pessimistisch erscheint. „Ich habe das nicht geglaubt“, erzählt er. „Nicht ich, ich schaff das.“

Aber diese Überzeugung wird in den nächsten Monaten erst einmal auf die Probe gestellt. Allein im August 2016 hat er drei Operationen. Er wird ins Bundeswehrkrankenhaus Hamburg verlegt, wo man seine Wirbelsäule stabilisiert, seine zertrümmerte Augen-Nasen-Partie wiederherstellt und in einer Not-OP einen gefährlich nah an den linken Sehnerv gewanderten Knochensplitter entfernt.

Baggesen erzählt nicht viel über diese Zeit. Man kann nur ahnen, wie es ihm ging. Er ist dankbar, dass er seinen Dienstposten behält; aber an eine Bordverwendungsfähigkeit ist vorerst nicht zu denken. Er resigniert nicht, aber wie kann er vorwärtskommen? In Wilhelmshaven, wo er als Kommandant der Besatzung BRAVO auf der Fregatte 125 stationiert ist, sucht er bei der Leiterin des Sanitätsdienstes der Einsatzflottille 2 Rat. Und sie hat eine Idee: Warendorf, die Sporttherapie an der Sportschule der Bundeswehr in Nordrhein-Westfalen – das könnte für ihn genau der richtige Ansatz sein.

Sie soll recht behalten: In Warendorf findet Björn Baggesen in Oberstarzt Dr. Andreas Lison, dem Leiter der Sportmedizin, nicht nur jemanden, der seine Leidenschaft für Ausdauersport teilt. Sondern auch einen Arzt und Betreuer, der ihn in seiner positiven Haltung bestätigt. „Das mit den sechs Kilometern vergiss mal. Du siehst ja ganz gut aus“, habe Dr. Lison zu ihm gesagt. Mit zwei Titanstäben und neun mehrere Zentimeter langen Schrauben im Rücken wird er im November 2016 ins Sporttherapie-Programm aufgenommen.



Wieder auf der Bahn

Bereits 2017 ist Baggesen durch die Therapie an der Sportschule in Warendorf wieder so in Form, dass er einen Triathlon absolvieren kann. Das Bild zeigt ihn bei einem späteren Wettkampf im Jahr 2018 in Lübeck. Das Hinarbeiten auf realistische sportliche Ziele, das Austesten der eigenen Grenzen war und ist für ihn ein wesentlicher Faktor in der Genesung. Es dürfe aber nicht in Verbissenheit ausarten.

Prinzip Fördern und Fordern

Seine Trainingsgruppe ist ein „gemischter Haufen“, wie er es nennt. Und das hat in Warendorf Methode. Weil jeder andere Beschwerden hat, wird mit jedem individuell gearbeitet. Genau das sieht Baggesen als Vorteil: dass sich die gesamte Gruppe nicht nur auf ein Problem wie die Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) fixiert. Einerseits habe jeder „seinen Sack zu tragen“. Andererseits säßen alle im selben Boot, können sich gegenseitig unterstützen und verschiedene Perspektiven einbringen. Sichtbarer Ausdruck dieser Situation: Alle tragen Sportkleidung – Uniformen und Rangabzeichen gibt es hier nicht.

Auf eines legt Baggesen besonderen Wert: In der Therapie gehe es nicht drum, das eigene Schicksal oder das der Kameraden zu beweinen. „Mitleid ist da völlig fehl am Platz“, sagt er. Wer so auftrete, könne eigentlich gleich wieder nach Hause gehen. Stattdessen geht der Blick nach vorn, weg von den eigenen Einschränkungen und hin auf das, was jeder erreichen möchte und kann. „Du wirst dir wohl ein neues Rennrad kaufen müssen“, habe Dr. Lison zu ihm gesagt – das alte sei schließlich nicht mehr zu gebrauchen.

In Warendorf nutzt er das breite Sportangebot, tauscht sich mit seinen Betreuern aus, schreibt mit ihnen Trainingspläne. Wie in einem guten Führungsprozess legen die mit ihren Patienten individuelle Ziele fest,

sportliche genauso wie mentale oder Ernährungsvorgaben; alles kann wichtig sein. Auch Baggesen unterschreibt seine erste Zielvereinbarung, um seine Leistungsfähigkeit zu stärken und sich auf die anstehenden OPs vorzubereiten. „In drei Monaten“, steht darin, „will ich in meinem Trainingstagebuch einen persönlichen Punktestand von mindestens 25.000 Punkten erreichen.“ Dafür muss er regelmäßig Kraft- und Fitnessübungen absolvieren. Außerdem verpflichtet er sich, im kommenden halben Jahr mindestens 2,5 kg abzunehmen.

Schon in Warendorf, aber vor allem zu Hause, in den drei Monaten zwischen den sportmedizinischen Leistungschecks, geht die Arbeit los. Ernährung umstellen, Sportprogramm absolvieren, Trainingsstand dokumentieren. Und dranbleiben. „Man bekommt ein Tool an die Hand, das man für sich nutzen kann“, sagt Baggesen. Aber es bedeute auch

Schon im Juni 2017, der Unfall liegt kein Jahr zurück, absolviert er seinen ersten Triathlon

persönliche Härte. Natürlich würden Ziele daraufhin überprüft, ob sie realistisch sind. „Aber wenn jemand dauerhaft seine Vorgaben nicht erfüllt, dann ist er irgendwann draußen.“ Er hat es selbst erlebt, dass ein Kamerad deshalb aus der Gruppe ausscheidet.

Doch bei Björn Baggesen hat es „im Kopf klick gemacht“, wie er sagt. Die Therapie nimmt all das, was er mitbringt, auf – seinen sportlichen Ehrgeiz und seine Überzeugung, mehr schaffen zu können, als ihm andere zutrauen. Vor allem aber gibt sie dem Ganzen einen Rahmen; er bekommt fachlichen Rat und das nötige Zutrauen. Regelmäßig liegt er über seinen Zielvereinbarungen, wird schnell fit.

Schon im Juni 2017, der Unfall liegt kein Jahr zurück, absolviert er seinen ersten Triathlon. Als er in Lübeck am Start steht, hat er noch die Stabilisatoren im Rücken. Glücklicherweise habe er damit nie Schmerzen gehabt, sagt er. Aber schon bald darauf muss er

wieder unters Messer: Die Metallteile werden entfernt. Insgesamt elf Mal wird er operiert. Trotzdem trainiert er weiter und macht einen Wettkampf nach dem anderen – 2018 sogar einen 70,3 Ironman auf Rügen; mittlerweile arbeitet er beim Marinekommando in Rostock. Zuvor hat er einen anderen wichtigen Meilenstein erreicht: Bereits seit Januar 2018 ist er wieder bordverwendungsfähig, kann als Kommandant der DELTA-Besatzung auf seinen Dienstposten zurückkehren. Wieder als Vorbild vor der Mannschaft zu stehen, zu zeigen, dass man zurückkommen kann – das habe ihn motiviert, erzählt Baggesen. Aber er ist sich sicher: „Ohne Dr. Lison hätte ich das alles nicht geschafft.“

Ein Angebot, das man nicht ablehnen kann

2019, er ist gerade wieder zur Leistungsdiagnostik in Warendorf, sprechen ihn seine Betreuer der Gruppe Sporttherapie an: Willst du nicht bei den Invictus Games in Den Haag mitmachen?

Erst einmal müssen sie ihm erklären, worum es bei den Spielen geht. Er hat noch nie davon gehört. Und lehnt spontan ab: Er sei schließlich kein Einsatzgeschädigter, da gäbe es doch bestimmt geeignetere Kandidaten? Aber man gibt ihm zu verstehen, dass es so nicht läuft. Gerade ihn, der seine Reha so konsequent absolviert hat, will man am Start sehen. Auch als Ansporn für andere.

Dann beginnt eine lange Durststrecke. Wegen der Corona-Pandemie werden die Spiele zweimal verschoben. Vor allem aber kann er sich nicht gut vorbereiten. Mittlerweile hat er sich aus privaten Gründen auf einen Referentenposten im Verteidigungsministerium nach Berlin versetzen lassen. Die Bedingungen aus Rostock, das gewohnte Schwimmbad vor der Haustür und die Laufstrecke um die Ecke, all das fehlt hier. 2022, als die Spiele in Den Haag endlich stattfinden können, fährt er zusammen mit rund 20 Athleten und dem Betreuersteam in die Niederlande, um Deutschland vom 16. bis 22. April bei den Invictus Games zu vertreten. Aber er war schon mal deutlich besser in Form.

Trotzdem könnte es für Björn Baggesen bei den Invictus Games sportlich nicht besser laufen. Beim Radrennen und beim Schwimmen erreicht er jeweils das Finale; im Becken schafft er 50 m Freistil in 31 Sekunden und 100 m in 1:18 Minuten – das sind sogar neue persönliche Bestzeiten.

Und nur darauf komme es bei den Spielen am Ende an, sagt er: dass jeder sein Bestes gebe oder es zumindest ernsthaft versuche. Wer am Ende auf welchem Platz oder wo im Medaillenspiegel lande, sei unerheblich. Natürlich sind die Spiele ein Wettkampf – „aber am Ende stehen alle erhobenen Hauptes da“. Weil sie sich alles abverlangt haben. Weil sie sich und anderen gezeigt haben, wozu sie fähig sind. Egal ob es drei Meter oder sechs Meter beim Weitsprung sind.

So erlebt er in Den Haag vieles, was er schon aus der Sporttherapie kennt, in konzentrierter Form. Der Stolz auf die eigene Leistung. Die Freude über die Leistung anderer. Die gegenseitige Unterstützung. Die Selbstverständlichkeit im Umgang miteinander. Dem einen fehlt vielleicht ein Arm, dem anderen beide Beine. Na und? „Dann ist das halt so“, sagt Baggesen. Und kann dann doch nicht weiterreden, als er von David erzählt, dem beidseitig bis knapp unter die Hüfte beinamputierten US-Soldaten. Wie gut und schnell der schwamm. Wie stolz die neben ihm sitzenden Eltern gewesen seien. Wie sie geweint hätten, als er ihnen einen Coin, eine Art Erinnerungsplakette, schenkt. „Ich hätte nicht gedacht, dass mich das emotional so verhaftet“, erzählt er.

Vor allem ist er froh, dass er sich damals nicht gegen die Teilnahme gesträubt hat. Er hätte vieles verpasst. Die Bestätigung, dass das Mentale das Wichtigste ist. Die Begegnungen mit dem Schirmherrn Prinz Harry und seiner Frau Meghan, die sich unter die Athleten mischen und sich auch für die Begleiter interessieren. „Absolut authentisch und charismatisch“, findet Björn Baggesen.

Hier, bei den Invictus Games, zählt weniger die Leidensgeschichte als das, was man erreichen will und kann. Wer nicht selbst betroffen sei, für den sei das möglicherweise schwierig zu verstehen, räumt Björn Baggesen ein. Trotzdem – oder vielleicht gerade des-

halb – gehören die Spiele und die damit verbundenen Themen für ihn in die Bundeswehr, in die Politik, in die Öffentlichkeit. Dass manche, die für ihr Land in Einsätze gehen, nicht heil wieder zurückkommen. Dass es so viele Rehabilitations- und Therapieangebote gibt, von denen er selbst profitiert hat. „Ich hoffe, dass die Invictus Games nachhaltig wirken“, sagt Baggesen. Ob das Motto jetzt „A Home for Respect“ oder sonst wie heißt, spielt für ihn keine Rolle. Etwas anderes erscheint ihm viel wichtiger: dass dieses „Home“ auch dann noch offen bleibt, wenn die Invictus Games wieder vorbei sind.

Als Team funktionieren

Dass die Sporttherapie und die Spiele auch für ihn ein Lernprozess waren, gibt er zu. Gerade mit der PTBS-Symptomatik habe er sich schwergetan. Einmal gibt es bei den Invictus Games einen lauten Knall; ein Plakat ist umgefallen. „Da sind sofort zwei Leute in Deckung gegangen“, erzählt er. „Aber dann nimmt man sie zur Seite und sagt: Alles okay, kann ich dir

Bei den Invictus Games zählt weniger die Leidensgeschichte als das, was man erreichen will und kann

helfen?“ Selbst bei der Eröffnungsfeier und der Closing Ceremony, wo laut geklatscht wird, seien Therapeuten dabei. Wie schwer es sein muss, mit solchen Symptomen und Ängsten auf einem Dienstposten wieder Fuß zu fassen, ist ihm mittlerweile klar geworden. „Und wenn dann da jemand steht, der so strukturiert ist wie ich früher, und sagt: Jammer nicht so rum, mach erst mal deinen Dienst? Ich glaube, so einfach ist das nicht.“

Nicht zu vergessen die „Family & Friends“, wie es in der Sprache der Invictus Games heißt. Das ganze private Umfeld der Traumatisierten und Versehrten, das mache schließlich am meisten durch. Die Ehepartner, aber auch die Kinder, die oft zurückstecken müssen und dadurch selbst Ängste entwickeln können. Björn Baggesen weiß das auch aus den Erzählungen

Der Autor



Rüdiger Frank ist
Redakteur von
„Ethik und Militär“

seiner Frau Grit, die selbst als Traumapädagogin und auch in Seelsorgeprojekten wie ASEM (Arbeitsfeld Seelsorge für unter Einsatz- und Dienstfolgen leidende Menschen) arbeitet und mit solchen Sekundärtraumatisierungen vertraut ist. „Die Familien allein können es unmöglich schaffen“, sagt sie. Statt gut gemeinter Ratschläge bräuchten sie Unterstützung, Luft zum Atmen – und Anerkennung. Wie bei den Invictus Games, wo auch die Angehörigen

renen See, 20 Meter in 4 Grad kaltem Wasser, von einem selbst gebohrten Loch zum anderen. Allein die Vorbereitung sei für ihn der Horror gewesen, erzählt Björn Baggesen. Aber er hat sich auch da durchgebissen. Vergangenes Jahr hat er sich mit einem olympischen Triathlon am Werbellinsee revanchiert. So ist auch die Idee entstanden, dieses Jahr gemeinsam beim Halbmarathon über den Rennsteig anzutreten.

Auch die Betroffenen müssten begreifen, dass sie keine Einzelkämpfer sind, sagt Björn Baggesen

und Begleiter gewürdigt werden, oder beim Empfang im Verteidigungsministerium im April 2023, wo Boris Pistorius alle mit einem Coin bedachte, die Athleten und ihre Familien. Beiden hat dieser Termin etwas bedeutet.

Auch die Betroffenen müssten begreifen, dass sie keine Einzelkämpfer sind, sagt Björn Baggesen. Weder dürfe man sich nur noch auf seinen Sport fokussieren und alles andere vernachlässigen, noch dürfe man sein Umfeld dazu missbrauchen, einen ständig zu motivieren oder zu ertragen. In seiner ersten Zeit in Berlin, als er nicht trainieren konnte, sei er in ein Loch gefallen und sogar ein bisschen krank geworden. Seine Frau habe ihn da wieder rausgeholt, habe ihm Tipps gegeben, neue Routinen aufzubauen. Mittlerweile hat er sich angewöhnt, gleich nach dem Aufstehen um 5.30 Uhr Stabilitätsübungen mit Liegestützen und Yoga-Elementen zu machen. Spaß mache ihm das keinen, sagt er – aber ohne die morgendliche Schinderei bekomme er nach ein paar Tagen die Quittung.

Damit nicht immer nur einer im Fokus steht, haben sich Björn und Grit Baggesen etwas ausgedacht, das sie scherzhaft „Lose-lose-Situation“ nennen. Regelmäßig plant einer der beiden irgendetwas Außergewöhnliches, setzt ein sportliches Ziel, das beide herausfordert. So hat Grit, selbst Leistungssportlerin und langjähriges Mitglied des Apnoe-Nationalteams, vergangenes Jahr eine Finnlandreise organisiert. Eistauchen unter einem zugefro-

Fünf Tage Intensivstation

Am 26. April 2023, kurz vor dem Lauf, ist die zwölfte OP angesetzt. Ein letzter Eingriff an Nasenneben- und Stirnhöhlen, eher eine kleine Sache im Vergleich zu dem, was er bereits hinter sich hat. Doch es gibt Komplikationen, seine Sauerstoffwerte verschlechtern sich plötzlich. Offenbar ist Wasser in die Lunge gelangt. Auf Drängen seiner Frau verlegt man ihn auf die Intensivstation, schließt ihn wie einen Covid-Patienten ans Beatmungsgerät an. Die Ärzte sind sich nicht sicher, ob er überleben wird. Am ersten Abend, erzählt Grit Baggesen, habe man ihr gesagt, es könnte „knapp werden“ in dieser Nacht.

Doch es geht gut. Baggesen kann nach fünf Tagen die Intensivstation verlassen. Und ist eine Woche darauf sogar schon fit genug, um seine Frau zum Rennsteiglauf zu begleiten. „Lauf für mich mit“, hat er zu ihr gesagt. „Verzichte nicht drauf, sonst dreht sich wieder alles nur um mich.“

Beim Rennsteiglauf am 13. Mai ist Björn Baggesen mittlerweile in Schmiedefeld angekommen, um Grit nach dem Lauf in Empfang zu nehmen. Auf dem zum Zielbereich umfunktionierten Sportplatz herrscht Volksfestatmosphäre, es riecht nach Bratwurst und Bier. Als sie sich zwischen Tausenden müden, verschwitzten Läufern und Zuschauern finden, nimmt er seine Frau, die heute mit 2:17 Stunden ihre persönliche Bestzeit gelaufen ist, in den Arm. Es ist eine Win-win-Situation.



Flagge zeigen

Deutschland bei den Spielen zu vertreten, hat Björn Baggesen zusätzlich motiviert. Man startet einerseits für sich selbst, andererseits für das eigene Land – „da muss auch die Haltung stimmen“. Selbst wenn es am Ende weniger auf den Medaillenspiegel ankommt.

Weitere Bilder zu dieser Geschichte finden Sie auf der Homepage:

<https://www.ethikundmilitaer.de/ausgabe/2023-01/article/ich-moechte-vorbild-sein-portraet-bjoern-baggesen>

ALLE AUSGABEN

www.ethikundmilitaer.de



Diese und alle anderen Ausgaben von *Ethik und Militär* finden Sie **in Deutsch und Englisch** auf der Homepage des E-Journals.

Bisher erschienene Ausgaben von *Ethik und Militär*

- 2022/2 Krieg in der Ukraine
- 2022/1 Women, Peace and Security
- 2021/2 Innere Führung und soldatisches Ethos
- 2021/1 Bedrohungsmultiplikator Klimawandel
- 2020/2 Corona-Pandemie
- 2020/1 Nukleare Abschreckung
- 2019/2 Ethische Bildung
- 2019/1 Konfliktzone Cyberspace
- 2018/2 Europäische Armee
- 2018/1 Strategic Foresight
- 2017 Terror
- 2016 Innere Führung
- 2015/2 Hybride Kriege
- 2015/1 Militärmedizinethik
- 2014/2 Cyberwar
- 2014/1 Dronen und LAWS

IMPRESSUM

Das E-Journal *Ethik und Militär* mit der ISSN-Nummer 2199-4129 ist ein unentgeltliches, nicht kommerzielles, journalistisch-redaktionell gestaltetes, digitales Angebot des Zentrums für ethische Bildung in den Streitkräften – zebis, Herrengraben 4, 20459 Hamburg.

Direktorin des zebis: Dr. Veronika Bock

Hinweis: Die veröffentlichten Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgeberkreises wieder.

Herausgeber

Prof. Dr. Andreas Bock, Dr. Veronika Bock,
Prof. Dr. Thomas Elßner, Prof. Dr. Johannes Frühbauer,
Prof. Dr. Fred van Iersel, Prof. Dr. Alexander Merkl,
Norbert Stäblein

Advisory Board

Lothar Bendel, Heinrich Dierkes, Msgr. Bernward Mezger,
Dr. Angela Reinders, Cornelius Sturm, Kristina Tonn

Redaktion

Rüdiger Frank

Verantwortlich gemäß § 55 Abs.2

Rundfunkstaatsvertrag (RStV):

Dr. Veronika Bock, Herrengraben 4, 20459 Hamburg

Kontakt zur Redaktion

Tel.: +49(0)40 - 67 08 59 - 51, Fax 67 08 59 - 3

E-Mail: redaktion@zebis.eu

Diensteanbieter als Rechtsträger des Zentrums für ethische Bildung in den Streitkräften – zebis

Katholische Soldatenseelsorge (KS)

Rechtsform

Anstalt des öffentlichen Rechts

Aufsicht

Katholischer Militärbischof für die Deutsche Bundeswehr
Am Weidendamm 2, 10117 Berlin

Vertretungsberechtigter Vorstand der KS

Direktor beim KMBA
Msgr. Wolfgang Schilk
Diplom-Kaufmann Wolfgang Wurmb
Am Weidendamm 2
10117 Berlin

Kontakt zur KS

Telefon: +49(0)30 - 20 617 - 500
Telefax: +49(0)30 - 20 617 - 599
Info@Katholische-Soldatenseelsorge.de

Erscheinungsdatum: 15.6.2023



ethikundmilitaer.de



zebis
Zentrum für ethische Bildung in den Streitkräften

Herrengraben 4
20459 Hamburg

Tel. (040) 67 08 59 - 55

info@zebis.eu
www.zebis.eu