

**Wie wollen wir in Zukunft leben ?**

**Psychologische Perspektiven auf Freiheit, Evolution und Identität.**

**„Die Psychologie des Menschen als Chance oder Risiko?“**

**Kulturnahnhof Morsbach, 24. April 2025**

Prof. Dr. Michael Klein,

Katholische Hochschule NRW, Köln & Praxis für Psychotherapie, Beratung & Weiterbildung

## Ankündigung/Zusammenfassung:

### Wie wollen wir in Zukunft zusammenleben? – Die Psychologie des Menschen als Chance oder Risiko.

(1) Der **Mensch ist ein evolviertes Gemeinschaftswesen** mit starken biologischen und sozialen Anteilen. Sein psychisches System wird von diesen Anteilen bestimmt. Das macht ihn stark, aber auch abhängig und verletzlich. Wir können **als Menschen nicht ohne Mitmenschen leben**. Dafür haben wir ein differenziertes Instrumentarium an Sozialverhaltensweisen entwickelt. **Emotionen, Persönlichkeit, Selbst und Identität** können die Navigation durch das Leben und die Welt erst ermöglichen.

(2) Die zentralen psychologischen Grundbedürfnisse bestehen in **Bindung, Kontrolle und Orientierung, Lustgewinn und Unlustvermeidung und Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz**. Die Erfüllung der Grundbedürfnisse von Anfang an lässt Menschen gedeihen und **psychisch stark und resilient** werden, macht sie aber auch anfällig für **psychische Störungen und Fehlentwicklungen**.

(3) Die Zukunft der Menschheit wird wesentlich von der Nutzung der Potentiale für **Freiheit, Mitmenschlichkeit, Gerechtigkeit und Kreativität** abhängen. Die großen Gefahren bestehen in übermäßiger Anpassung (**Normopathie**), Chronifizierung von Angst und Depression (**Dependenzen**) und Eskalation autoritärer Machtstrukturen (**Autoritarismus**). Die **modernen Massenmedien** haben eine nie gekannte Macht zur Manipulation und sozialen Anpassung erlangt. Dies braucht **Gegensteuerung, Stärkung der freien Rede und des kritischen Denkens und Formen sozial verträglicher Diskurse**. Wird es den Menschen gelingen, unter Nutzung ihrer psychischen Potentiale die großen Anforderungen nach Frieden, Gerechtigkeit, Gesundheit und Selbstbestimmung zu erreichen? Auf jeden Fall braucht es ein Mehr an **Anpassungsfähigkeit und Resilienz, kritischem Denken und Medienkompetenz, sozialer Intelligenz und emotionaler Kompetenz, Kreativität und Innovationsfähigkeit, Selbststeuerungsfähigkeit und ethischer Authentizität**.

Insgesamt eine offene Rechnung auf die Zukunft – noch!

## Wie wollen wir leben – als Einzelne, als Gesellschaft, als Menschheit?

Alle drei Ebenen müssen betrachtet werden.

Der **Mensch als Einzelner** muss gestärkt und gefördert werden – durch Familienbande, Bildung, Bindung, Mitmenschlichkeit.

**Gesellschaft** muss ein Ort der Freiheit, Sicherheit und Toleranz sein. Dort müssen Akzeptanz und Miteinander stärker sein als Konkurrenz, Hass und Hetze.

Die **Menschheit** muss sich ihrer einzigartigen Verantwortung füreinander, die Mitgeschöpfe und den Planeten insgesamt klar sein und entsprechend handeln.

## Wie wollen wir leben – als Einzelne, als Gesellschaft, als Menschheit?

Den größten Konsens findet heutzutage:

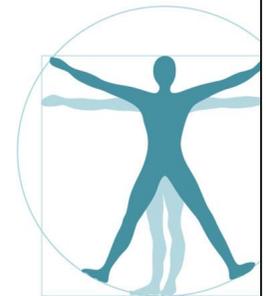
**In Frieden, Freiheit, in Einklang mit der Natur, in Gerechtigkeit, sozialer Verbundenheit und ... leben**

Es geht vor allem um **Werte und Moral** in der westlichen säkularisierten Welt. Der evolutionäre Humanismus ist ein beschriebener, möglicher Weg. Es braucht aber auch einen Ausgleich und Konsens mit dem Rest der Welt.

Michael Schmidt-Salomon

### MANIFEST DES EVOLUTIONÄREN HUMANISMUS

Plädoyer für eine zeitgemäße Leitkultur



Alibri

Wie wollen wir in Zukunft leben ?  
Psychologische Aspekte und Perspektiven auf Freiheit, Evolution und Identität.

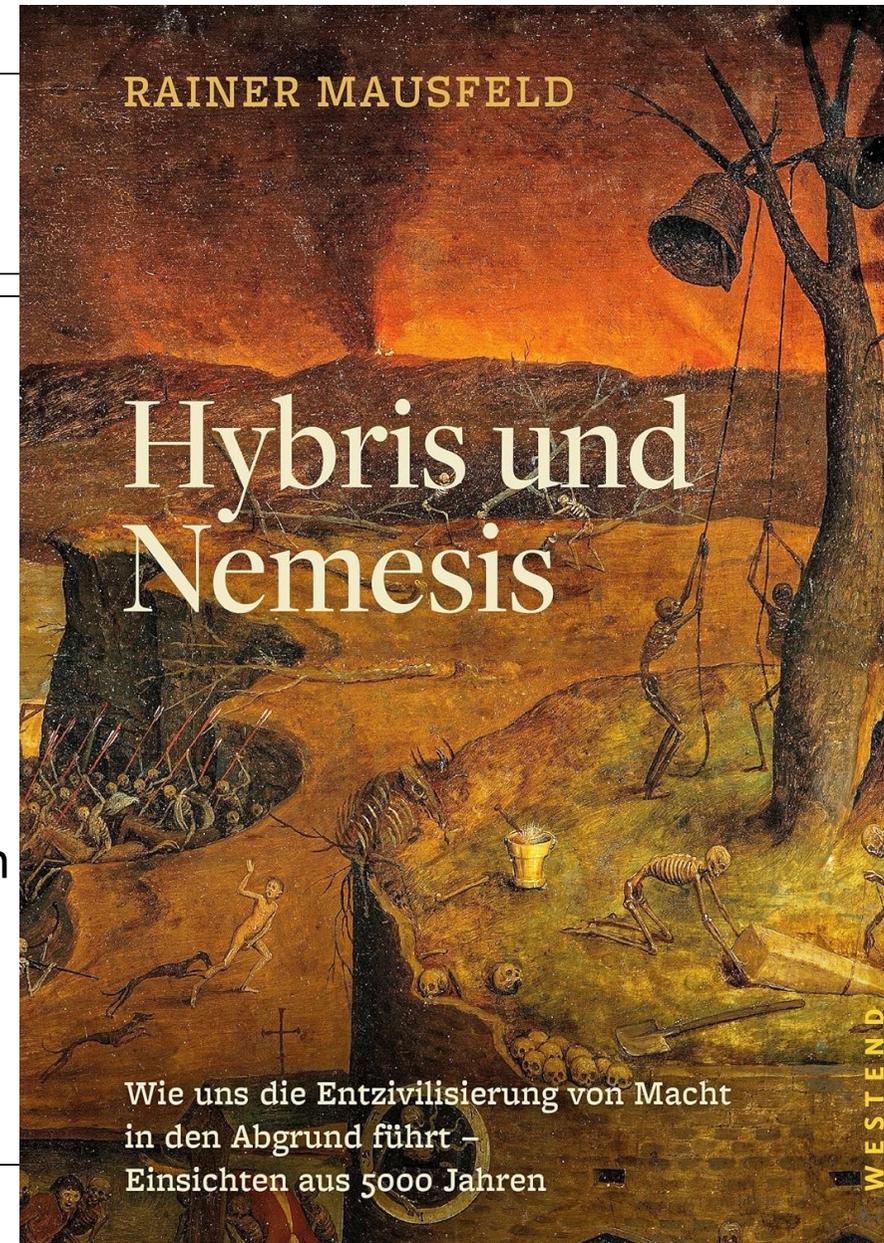
**„Die Psychologie des Menschen als Chance oder Risiko?“**

**Können wir die Zukunft überhaupt bestimmen?**

... angesichts von  
begrenzter Lebenszeit  
begrenzten Ressourcen  
begrenzter Teilhabe  
begrenztem Erkenntnisvermögen

...

Bei der vielen Begrenztheit regt sich Trotz, diese Grenzen nicht zu akzeptieren. Es ist die „**conditio humana**“, es dennoch zu versuchen. Dort lauern **Hybris (maßlose Selbstüberschätzung)**, aber auch **Kreativität und Innovationen**.



In seinem umfassenden Werk *"Hybris und Nemesis: Wie uns die Entzivilisierung von Macht in den Abgrund führt – Einsichten aus 5000 Jahren"* analysiert Rainer Mausfeld die Entwicklung und Dynamik von Machtstrukturen über einen Zeitraum von fünf Jahrtausenden. Er untersucht, wie unkontrollierte Macht und Reichtum den gesellschaftlichen Zusammenhalt gefährden und letztlich zur Zerstörung von Zivilisationen führen können. Ein zentrales Anliegen des Buches ist es, aufzuzeigen, wie die ursprüngliche Idee der Demokratie im Laufe der Zeit verfälscht und für Herrschaftszwecke instrumentalisiert wurde.

### **Einführung: Das Dilemma von Mensch und Macht**

Mausfeld beginnt mit einer anthropologischen Betrachtung des Verhältnisses zwischen Mensch und Macht. Er argumentiert, dass Gesellschaften ohne Machtstrukturen kaum vorstellbar sind und dass Macht an sich weder moralisch gut noch schlecht ist. Entscheidend sei vielmehr, wie Gesellschaften mit der menschlichen Neigung zur Machtgier umgehen und welche Mechanismen sie entwickeln, um destruktive Potenziale einzudämmen. Mit der Befreiung des Menschen von instinktiven Bindungen entstanden sowohl kulturelle Fortschritte als auch neue Herausforderungen, insbesondere die Notwendigkeit, Aggression und Gewalt durch kulturelle und rechtliche Institutionen zu kontrollieren.

### **Der lange Weg zur zivilisatorischen Leitidee der Demokratie**

Im zweiten Teil des Buches zeichnet Mausfeld die historischen Bemühungen nach, parasitäre Eliten in ihre Schranken zu weisen. Er beginnt bei frühen Jäger- und Sammlergesellschaften und geht über die Entstehung von Städten und Staaten mit ersten Hierarchien bis hin zu den Stadtstaaten in Mesopotamien und den frühen Staaten in Ägypten und China. Besonderes Augenmerk legt er auf die Entwicklung der Demokratie im antiken Athen, die als Reaktion auf die Machtansprüche einer parasitären Elite entstand. Durch Reformen von Solon und Kleisthenes wurden elitäre Strukturen aufgebrochen und Entscheidungsprozesse direkt in die Hände der Bürger gelegt.

### **Die Entgrenzung und Entzivilisierung von Macht in kapitalistischen Demokratien**

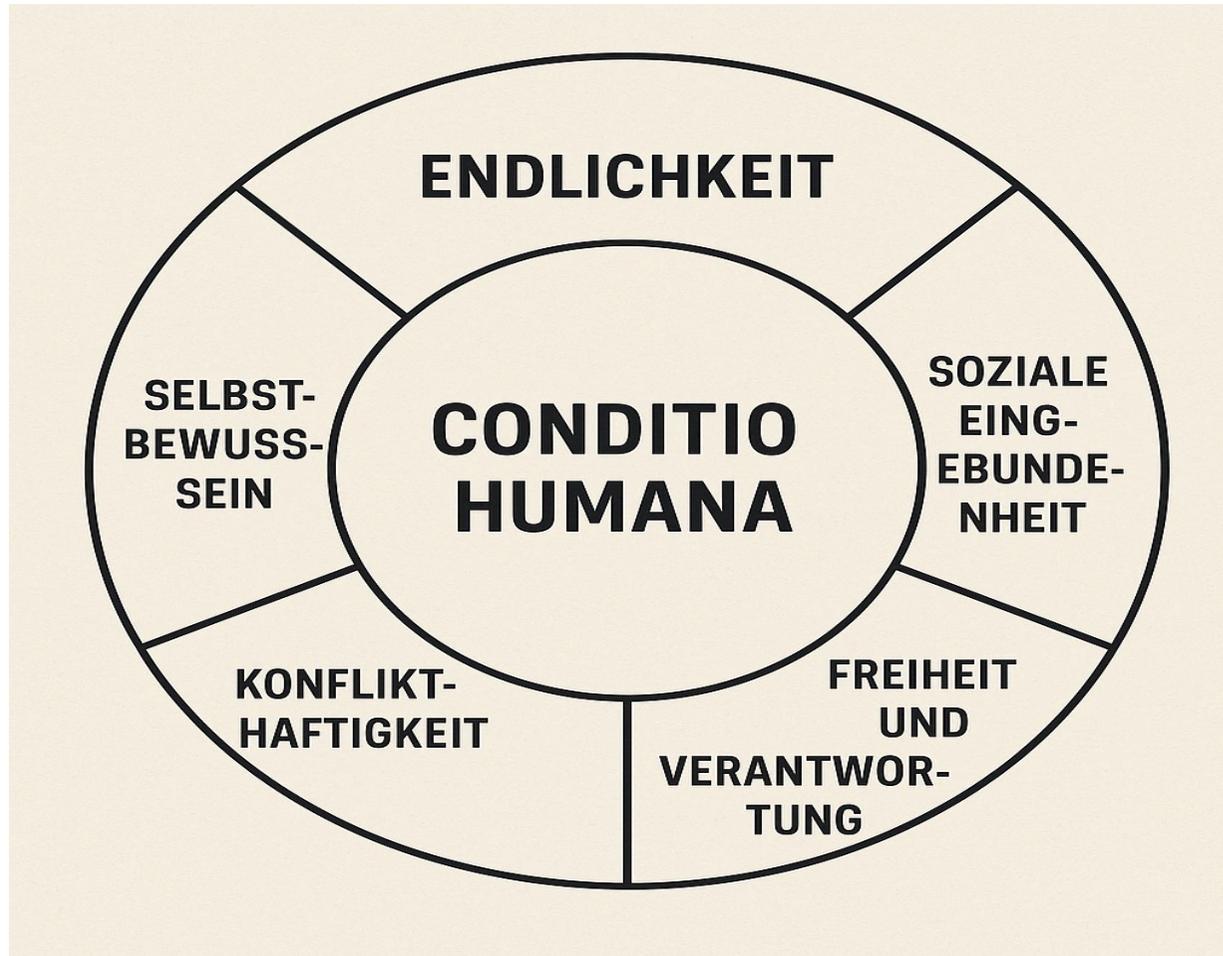
Mausfeld argumentiert, dass der Begriff der Demokratie im Laufe der Zeit seiner ursprünglichen Bedeutung beraubt wurde und heute oft als Rhetorikinstrument für Herrschaftszwecke dient. In kapitalistischen Demokratien habe dies zu einer Entzivilisierung von Macht geführt, deren psychische, gesellschaftliche und ökologische Auswirkungen die menschliche Zivilisation insgesamt bedrohen. Er zeigt auf, wie durch die Geschichte hindurch Mächtige ihre Positionen erhalten und ausbauen, oft unter Zuhilfenahme von Wissenschaftlern, die Methoden der Manipulation und Propaganda entwickeln.

### **Fazit**

Mausfelds Werk ist eine tiefgehende Analyse der historischen und aktuellen Mechanismen von Macht und deren Auswirkungen auf Gesellschaften. Er ruft dazu auf, die ursprünglichen Werte der Demokratie wiederzuentdecken und Mechanismen zu entwickeln, die Machtmissbrauch effektiv begrenzen. Nur so könne verhindert werden, dass Gesellschaften in einen zivilisatorischen Abgrund geführt werden.

## Die „**Conditio Humana**“

(menschliche Bedingungen, Beschränkungen und Potentiale)



# Gliederung

- 1. Was und wie wir beeinflussen können**
- 2. Hindernisse und Probleme auf dem Weg**
- 3. Lösungen und Perspektiven**
- 4. Fazit, Vorschläge, Diskussion**

Die Zukunft gestalten: Lebe achtsam im Hier und Jetzt! Gestalte dabei Deine Zukunft, vergiss nicht die Vergangenheit!

# 1. Was und wie wir beeinflussen können

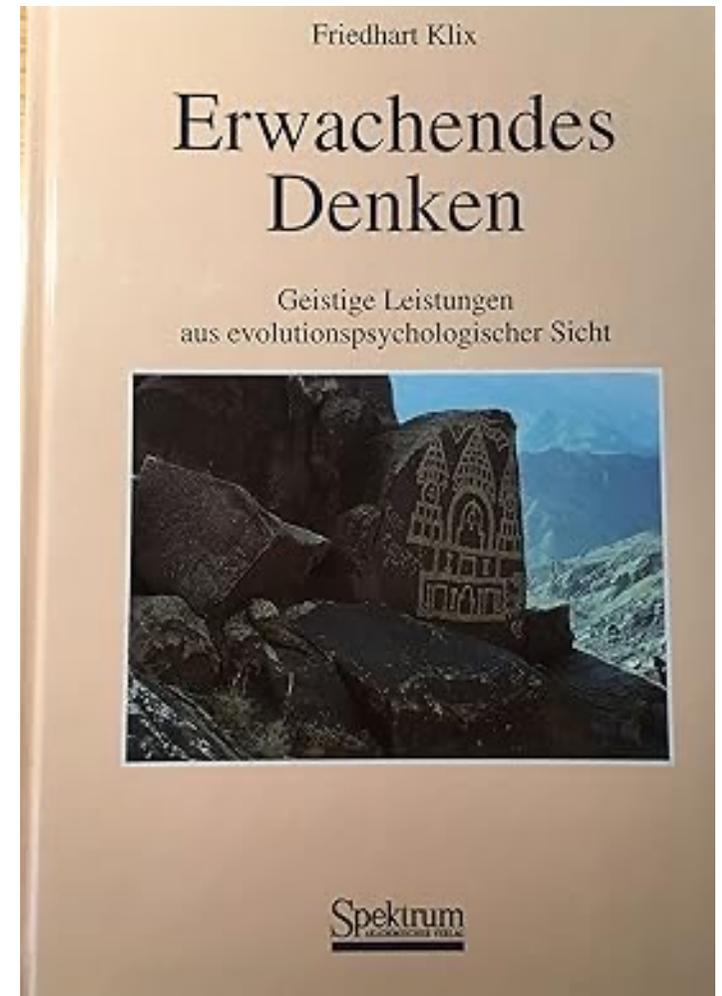
## Versuche, Wege und (viele) Irrwege

Man muss die Zukunft immer wieder neu denken, damit sie entstehen kann. Wenigstens den menschengemachten Anteil der Zukunft...

Wenn dabei schon quasi-totalitäre Denk- und Sprechverbote den Weg in die Zukunft behindern, ist die Zukunft als solche gefährdet.

Wer beeinflusst die Zukunft? Wir, alle, manche, jeder? Es sollten sich Wege und Strategien unter Teilhabe interessierter Menschen entwickeln

→ **Demokratieevolution**



## **Ein kleines Gedankenexperiment**

Hatte Ihre Ur-Ur-Ur-Großmutter einen Einfluss auf Ihr heutiges Leben?  
Und wenn ja, welchen...?

## **Ko-Evolution: Die Evolution beeinflussen**

### **Der alte Menschheitswunsch: Spuren hinterlassen Zwischen Hybris und Zielerreichung**

Vor allem relevant:

Formen der evolutionären Beeinflussung

Beeinflussung von Gesundheit, Genetik, Zeugung und Alter

Epigenetische Einflüsse (Stress, Glück, Wohlstand)

Mensch-Maschine-Systeme

[...]

## 1. Klassische Evolution vs. kulturelle und technologische Evolution

Die biologische Evolution beruht auf zufälligen Mutationen, natürlicher Selektion und genetischer Vererbung. Doch der Mensch hat durch **kulturelle und technologische Entwicklungen** eine neue Ebene der Evolution geschaffen:

- **Kulturelle Evolution** (z. B. Sprache, Schrift, Religion, Werte) verändert menschliches Verhalten, ohne dass Gene geändert werden. → **Meme**

- **Technologische Evolution** (z. B. Medizin, KI, Gentechnik) beeinflusst unsere Lebensbedingungen, Lebenserwartung – und inzwischen sogar unser Erbgut.

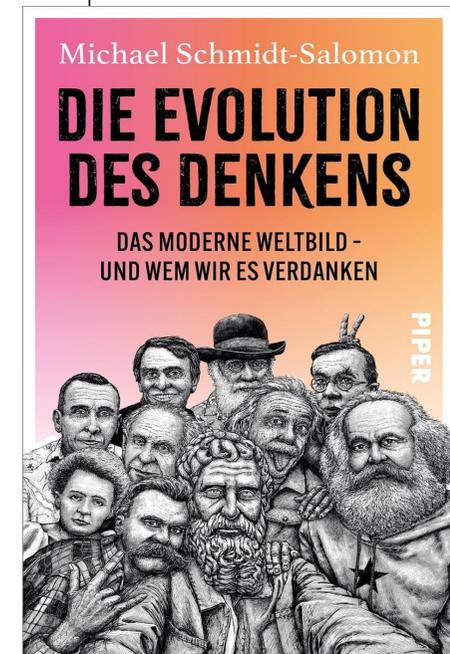
# Meme

„**Meme**“ sind kulturelle Informations-Einheiten – also Ideen, Symbole, Redewendungen, Bilder, Videos oder Handlungen –, die sich von Person zu Person verbreiten. Der Begriff wurde ursprünglich vom Evolutionsbiologen **Richard Dawkins** 1976 geprägt, in seinem Buch *The Selfish Gene*. Er meinte damit eine Art „kulturelles Gen“, das sich durch Imitation fortpflanzt.

In diesem Sinne sind **Ideologien, Religionen und andere Sinnsysteme Meme**, die miteinander rivalisieren und im Überlebenskampf stehen.

In der Konkurrenz der Meme setzen sich besonders radikale in der Regel am besten durch.

→ **Radikalitäts- und Minderheiteneffekt**



## 2. Einflussmöglichkeiten heute

### a) Medizin und Genetik

Genherapie kann Erbkrankheiten behandeln oder verhindern.

CRISPR/Cas9 erlaubt gezielte genetische Veränderungen – auch in Keimbahnen, also vererbbar.

Präimplantationsdiagnostik und Embryonenselektion sind bereits Realität.

### b) Reproduktionsmedizin

"Designer-Babys" sind technisch denkbar, ethisch aber höchst umstritten.

Möglichkeiten zur Selektion von Eigenschaften (Intelligenz, Aussehen) könnten bald Realität werden.

### c) Neurotechnologie & KI

Gehirn-Computer-Schnittstellen (wie "Neuralink") zeigen erste Ansätze zur Verschmelzung von Mensch und Maschine.

KI verändert Denk- und Arbeitsprozesse – was langfristig auch evolutionären Einfluss haben kann.

### d) Umweltgestaltung

Durch Umweltverschmutzung, Urbanisierung, Ernährung etc. verändert der Mensch seine Umwelt so stark, dass sie wiederum seine biologische Entwicklung beeinflusst (z. B. durch neue Krankheiten, Allergien, Anpassung des Immunsystems).

### 3. Ethische und philosophische Dimensionen

Mitgestaltung in der Evolution bedeutet auch Verantwortung. Die zentralen Fragen sind:

**Wer entscheidet**, welche Entwicklungen wünschenswert sind?

**Welche Folgen und Risiken** entstehen durch menschliche Eingriffe in die Evolution?

Können wir überhaupt **absehen**, was wir da langfristig tun?

## 2. Hindernisse und Probleme auf dem Weg

**Von außen:** Massenmanipulation, rigide Ideologien, Propaganda, Fake, parasitäre und gewalttätige Herrschaft, umgekehrter Totalitarismus

**Von innen:** begrenzte Wahrnehmungs- und Erkenntnismöglichkeiten, Täuschbarkeit, Dummheit, Lügen, Bullshit, Normopathie, Hyperdependenz, übermäßige Ängste, chronische Opferhaltung, übermäßige Verwöhnung (materiell) bei übermäßigen Bindungsunsicherheiten (psychologisch) ...

**In Summe:** Manipulierbarkeit, Machtmissbrauch, Erkenntnisprobleme

Neue Zürcher Zeitung

GASTKOMMENTAR

Michael Klein

**Ideologien sind die stärkste Macht der Welt**

Ideologien können gefährlich werden. Sie stellen kognitive Gefängnisse dar. Ideologien können extreme Emotionen aufbauen und tiefe gesellschaftliche Spaltungen verursachen. Zur Umkehr bedarf es Mut, Widerspruchsgest und Klarheit im Denken.

44 Kommentare →

23.02.2024, 05.30 Uhr ⌚ 4 min



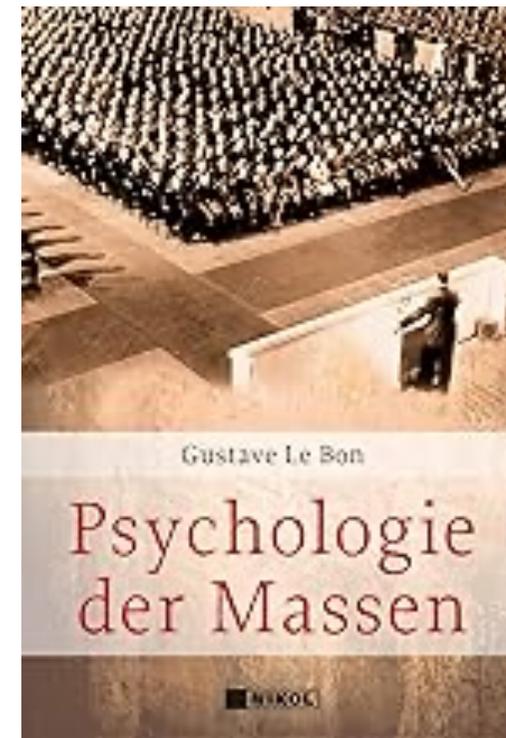
Allein im 20. Jahrhundert sind mehr als 100 Millionen Menschen im Geiste und im Auftrag toxischer Ideologien ermordet oder in Kriegen getötet worden.

## Problem 1: Der Mensch in der Masse

Menschliches Verhalten in der Masse (ab ca. 150 Personen) verändert sich deutlich. Menschen erleben solche Ansammlungen als Stresssituation (besonders bei Enge, Crowding, Lärm, Unsicherheit) und reagieren mit Angst, Anpassungsbereitschaft, Gehorsam, ggf. Flucht. Selten Widerstand.

**„Massen sind gefährlich“**

„Massenbildung ist im Grunde eine Art kollektiver Hypnose, bei der der Einzelne seine Fähigkeit zum kritischen Denken an eine dominante Erzählung abgibt.“  
(Desmet Mathias, 2021) → dissoziative Zustände



## Massenbildung (Mass Formation)

Entsteht bevorzugt, wenn:

Viele Menschen sich einsam fühlen

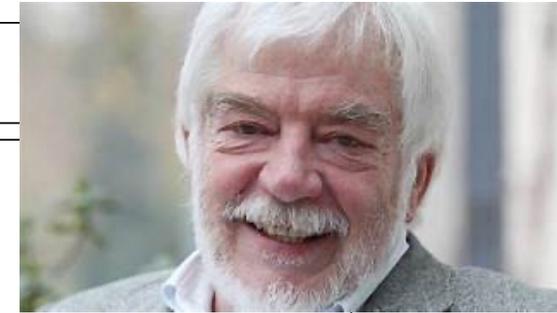
Es kollektive, diffuse Angst gibt, ohne klares Objekt

Einfache Erklärungen und Lösungen angeboten werden

Es einen starken Gruppenzusammenhalt gibt

Individuen verlieren kritisches Denken und folgen der Gruppe, oft irrational – ähnlich einer **Hypnose oder Dissoziation** → **Deindividuation, Flow-Charakter**

# Normopathie



Hans-Joachim Maaz \*1943

## ⚙️ Typische Merkmale normopathischer Menschen

- Überangepasst, leistungsorientiert, "funktionierend"
- Vermeidung von Konflikten und Authentizität
- Innere Leere oder Gefühlslosigkeit
- Überbetonung von Karriere, Status oder Ordnung
- Angst, „anders“ oder „schwach“ zu erscheinen
- Unterdrückung von Bedürfnissen oder echter Individualität

## 🔥 Wie entsteht Normopathie?

Normopathie entsteht oft durch **frühe emotionale Vernachlässigung** und gesellschaftlichen Druck:

- Kinder lernen früh: Nur wenn ich funktioniere, werde ich geliebt.
- Später: Ich darf keine Schwächen zeigen. Ich muss Erwartungen erfüllen.
- Gesellschaftlich: Erfolg, Effizienz, Selbstoptimierung → als Ideal

## Folgen von Normopathie

Obwohl normopathische Menschen oft "unauffällig" sind, leiden sie langfristig an:

- Depressionen
- Burnout
- psychosomatischen Beschwerden
- Beziehungsunfähigkeit
- Suchtverhalten (zur Betäubung des inneren Mangels)

Die Normopathie ist **kein individuelles Versagen**, sondern eine **kollektive Anpassungsstörung** an eine kranke Normalität.

HANS-JOACHIM MAAZ

*Das falsche Leben*

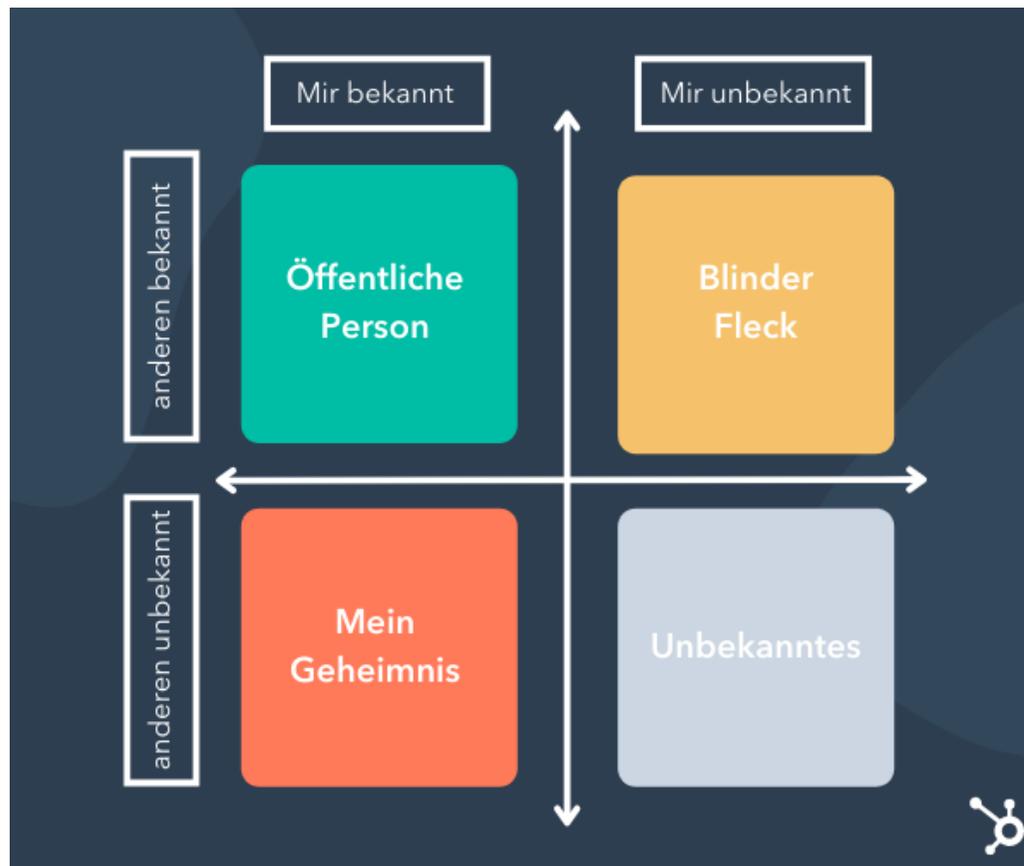


Ursachen und Folgen  
unserer normopathischen  
Gesellschaft

C·H·Beck

## Problem 2: Das Unbewusste

### Selbsterkenntnis – Johari Fenster



Anwendungsbeispiel:  
Persönlichkeitsstörungen

# Problem 3: Massenmedien – Manipulation

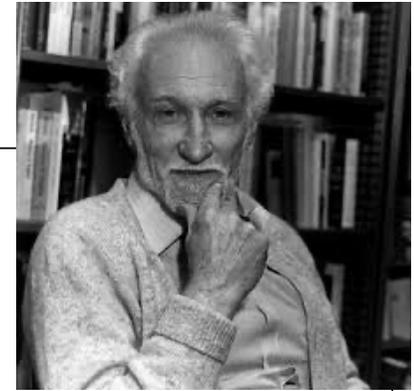
## Typische Methoden:

- **Framing:** gezielte Rahmung eines Themas (z. B. „Wirtschaftsflüchtling“ vs. „Schutzsuchender“)
- **Agenda Setting:** Auswahl, worüber berichtet wird – und was verschwiegen wird
- **Wiederholung:** Je öfter eine (auch falsche) Aussage auftaucht, desto „wahrer“ wirkt sie
- **Emotionale Trigger:** Angst, Empörung und Bedrohung werden gezielt genutzt
- [...]





## Zentrale Merkmale des umgekehrten Totalitarismus



Sheldon S. Wolin,  
1922 - 2025

### 1. Demokratie als Fassade

- Wahlen finden statt, aber sie verändern wenig.
- Politik wird zunehmend von Lobbygruppen, Großkonzernen, Thinktanks und einseitig agierenden NGOs beeinflusst.

### 2. Entpolitisierung der Bevölkerung

- Die Bürger ziehen sich aus politischer Beteiligung zurück. Politik erscheint komplex, elitär oder alternativlos.

### 3. Übermächtige Rolle der Wirtschaft

- Anders als bei klassischen Diktaturen ist es hier nicht der Staat, der alles kontrolliert, sondern große Konzerne und intransparente private Interessengruppen dominieren den politischen Raum.

### 4. Mediale Steuerung

- Medien lenken die Aufmerksamkeit auf Oberflächliches oder Emotionales, anstatt echte Machtverhältnisse zu hinterfragen. Information wird zur Ablenkung und scheinkritischen Berichterstattung.

### 5. Verwaltung statt Teilhabe

- Demokratie wird auf technokratisches Management reduziert, Bürger gelten als „zu irrational“ für echte Mitbestimmung.

### 6. Stabilität durch Apathie, nicht durch Repression

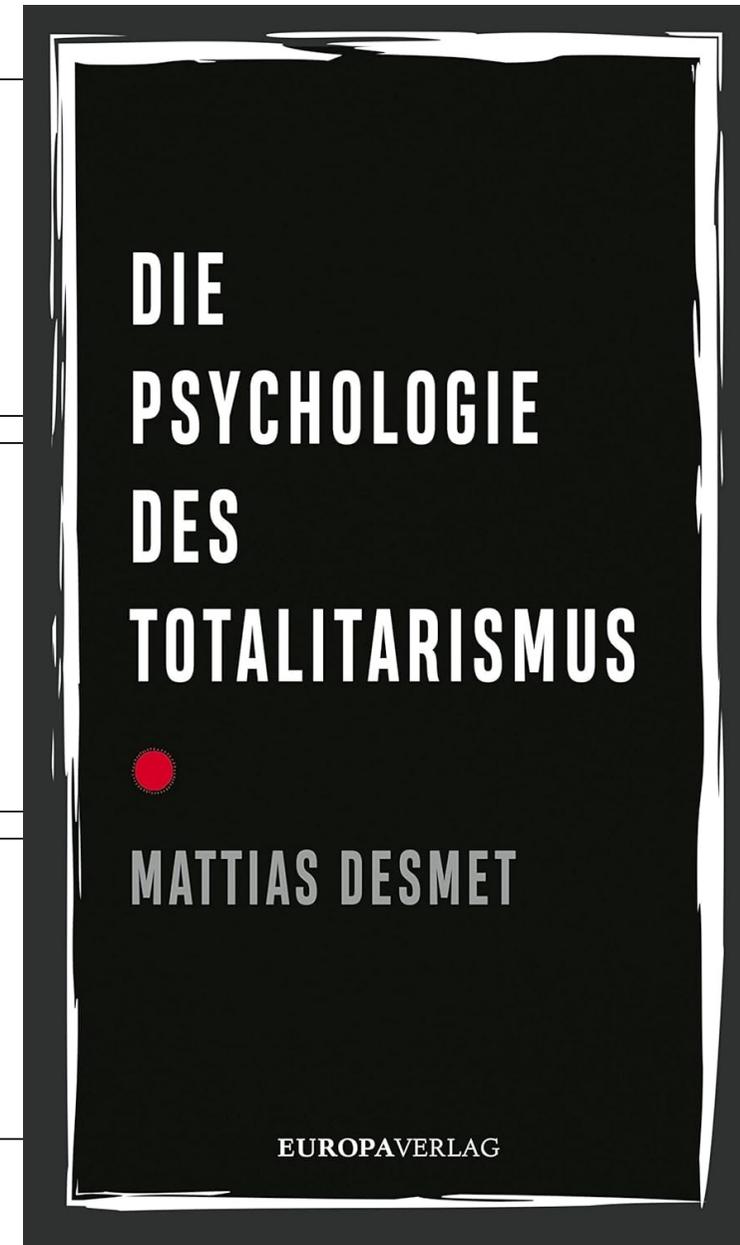
- Anders als beim klassischen Totalitarismus wird keine offene Gewalt nötig – Gleichgültigkeit und Routine sichern das System.

# Moderner Totalitarismus vs. Freiheitsstreben

„Der neue Totalitarismus ist nicht brutal wie früher – er ist sanft, digital und in eine Sprache der Fürsorge gehüllt.“ (Desmet Mathias, 2021)

„Die Menschen glauben, sie handeln moralisch, wenn sie andere ausschließen oder überwachen – dabei gehorchen sie bloß einem System, das sie hypnotisiert hat.“ (Desmet Mathias, 2021)

Moderner Totalitarismus ist, wenn sehr viele dasselbe denken sollen, sagen und Andersdenkende ausgrenzen und zum Schweigen bringen.



## Die Bedeutung der freien Rede (Desmet Mathias)

**„Das einzige, was Massenbildung stoppen kann, ist das freie, mutige Sprechen – nicht aggressiv, sondern authentisch.“**

**„In totalitären Systemen wird die Wahrheit nicht bekämpft, weil sie falsch ist, sondern weil sie gefährlich ist.“**

**Eine Einschränkung des Denk- und Debattenraums zieht auf Dauer Nachteile bei Kreativität und Innovation nach sich.**

## Aber: Es gibt ein Freiheitsstreben!

Das **menschliche Freiheitsstreben** entstammt dem psychologischen Bedürfnis nach **Kontrolle und Vorhersagbarkeit der Umwelt sowie Selbstwirksamkeit** (= Grundbedürfnisse).

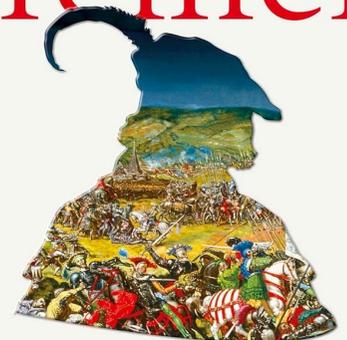
Es sollte in Erziehung und Bildung gefördert und gestärkt werden.

Cave: Das Freiheitsstreben ist bei den meisten Menschen „kaputtbar“.

„Die Resilienten sind die Hoffnung der Menschheit“.

LYNDAL ROPER

# Für die Freiheit



Der Bauernkrieg 1525

 S. FISCHER

# Freiheit und Lebenssinn

Bei **dauerhaftem Entzug von Freiheit** drohen Resignation, Depression und übermäßige Anpassung (bei den meisten), aber auch Widerstand und Reaktanz (bei wenigen).

Der **Verlust von Freiheit** ist in der **modernen massenmedialen Gesellschaft** ohne Zwangsmaßnahmen und Empfinden dafür möglich.

Dennoch: Das menschliche Bewusstsein (bei vielen!) widersetzt sich Unfreiheit und Ungerechtigkeit. Mit Angst lässt sich dieser Widerstand (bei den meisten!) unterdrücken. **Die massenhafte Produktion von Angst ist die wirksamste Massendisziplinierungsmaßnahme seit Jahrtausenden.**

Unterdrückung (wenn sie wahrgenommen wird) erzeugt Stress und Anfälligkeit.

**Nicht wahrgenommene Unterdrückung** (durch geschickte Manipulation: Nicht wahrzunehmen, dass man unterdrückt und manipuliert wird!) **unterdrückt die Gefahr einer Stressreaktion** (Widerstand, Reaktanz).

Dies ist das besondere Dilemma der Gegenwart!

## Und dann noch das: Die Angstindustrie

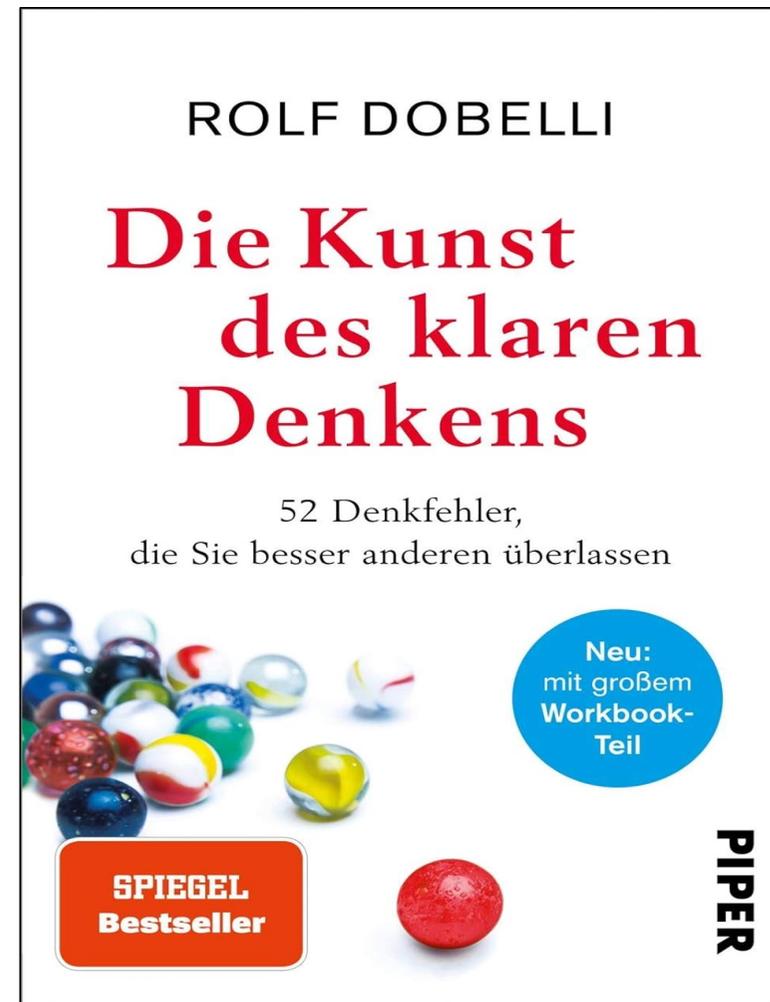
Erst in der massenmedialen Gesellschaft (Buchdruck, Zeitung, Rundfunk, Fernsehen, Internet, Künstliche Intelligenz ...) ist die Produktion und nachhaltige Etablierung von Angst in der Gesellschaft möglich.

- Angst vor: Umwelt- und Klimakatastrophen, Epidemien, Kriegen, Armut, sozialem „Tod“ [...]
- Ziele: dauerhafte Angst (episodisch Panik), chronische Aktivierung des Stresssystems, Anpassung, Resignation



# Problem 4: Kognitive Verzerrungen

z.B.: Schnelligkeit vor Genauigkeit







## Problem 5: Konformität und Gehorsam

**Die vier zentralen psychologischen Grundbedürfnisse nach Klaus Grawe (1943-2005)**  
Grawe (2001, 2006) geht davon aus, dass **alle Menschen** über diese Grundbedürfnisse verfügen und ihre Befriedigung anstreben:

## 1. Bindung

Wunsch nach Nähe, Vertrauen, Geborgenheit, Zugehörigkeit

Erfüllung zeigt sich in sicheren Beziehungen → **Einsamkeit, Isolation, Suizid**

Störungen: Bindungsangst, Isolation, Verlustangst, Depression

## 2. Orientierung und Kontrolle

Bedürfnis, Situationen zu verstehen, zu planen und zu steuern, Streben nach Selbstwirksamkeit

Gibt Sicherheit, Vorhersehbarkeit, Selbstwirksamkeit → **Manipulierbarkeit**

Störungen: Ohnmachtsgefühle, Kontrollverlust, Hilflosigkeit

## 3. Selbstwerterhöhung und -schutz

Wunsch, sich selbst als wertvoll zu erleben und von anderen anerkannt zu werden

Dazu gehören Stolz, Anerkennung, Würde → **Rang, Position, Macht**

Störungen: Narzissmus, Scham, Versagensängste, Selbstabwertung

## 4. Lustgewinn und Unlustvermeidung

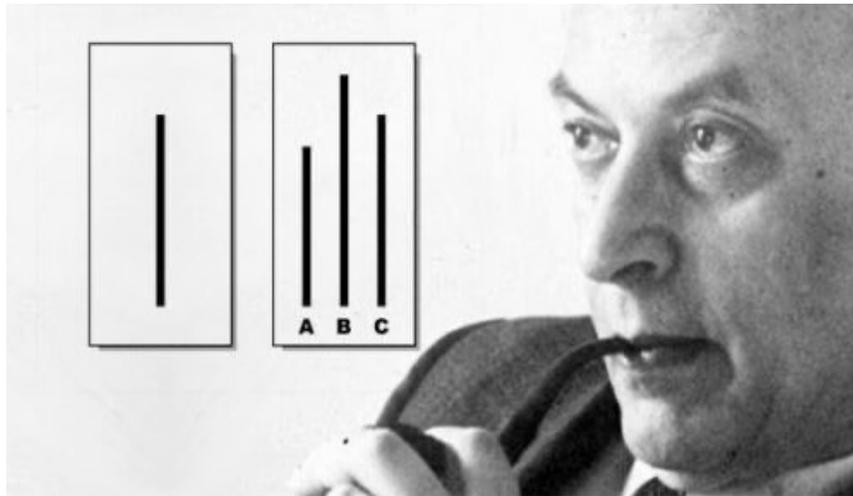
Natürliches Streben nach angenehmen Erfahrungen und dem Vermeiden von Schmerz, Angst oder Stress → **„Brot und Spiele“**

Störungen: chronische Unlust, Erschöpfung, Suchtverhalten





## Konformität: Sozialpsychologische Experimente (Solomon Asch, 1958)



Solomon Asch, 1907-1996



## Konsequenzen aus den sozialpsychologischen Konformitäts- und Gehorsamkeitsexperimenten

- (1) Öfter wiederholte Behauptungen werden eher geglaubt, auch wenn sie nachweislich falsch sind (truth-effect)
- (2) Einmal gesetzte Anker sorgen für Einordnung weiterer Informationen, auch wenn sie falsch sind (Anker-Effekt)
- (3) Label, die für Personen von anderen glaubwürdigen Personen vergeben wurden, bleiben dauerhaft bestehen (labeling-effect)
- (4) Widersprüchliche Informationen werden schwerer ausgehalten und daher verzerrt erinnert oder eher vergessen (Dissonanz-Effekt)
- (5) Eine selbstbewusst (oder gar aggressiv) auftretende Menge beeinflusst Einzelne und Minderheiten in Richtung Anpassung (mass-effect)

# Dummheit

„Dummheit ist ein gefährlicherer Feind des Guten als Bosheit. Gegen das Böse kann man protestieren, es kann entlarvt werden. Gegen Dummheit jedoch sind wir machtlos“. (Dietrich Bonhoeffer)

**Gefahr für die Demokratie**

## Die Dummheit als moderne Epidemie

**Durch Massenmedien, Bildungsmisere und Konformismus breitet sich eine moderne Form der Dummheit aus. Wenn Dumme an die Macht gelangen, gefährden sie nicht nur sich selbst, sondern vor allem andere. Wie kann man sich schützen?**

**VON MICHAEL KLEIN am 1. September 2024 17 min**

0:00 / 19:49

Es ist ein heikles Unterfangen, über Dummheit zu schreiben. Deshalb eine Vorwarnung zu Beginn: „Jeder, der über Dummheit spricht, setzt voraus, über den Dingen zu stehen, also klug zu sein, obwohl genau diese Anmaßung als Zeichen für Dummheit gilt.“ Der Schriftsteller Robert Musil warnte schon 1937 in seiner „Rede über die Dummheit“ mit diesen Worten. Lassen Sie uns also aus dem allgemeinen Sumpf der Dummheit Signale schicken, damit alles nicht noch schlimmer wird. Denn es drohen der Klugheit nie gekannte Gefahren. Alle Menschen sind dumm, jeder hat mit Dummheit zu tun. Es geht darum, dass das Ausmaß der Dummheit nicht noch mehr zunimmt und dass möglichst viele möglichst viel aus ihren Dummheiten lernen können.

Aus: Cicero Online, 01.09.2024

### **3. Lösungen und Perspektiven**

Mut, Gerechtigkeit, Weisheit, Freiheitsstreben, Open-Mindedness, Hoffnung, Selbststeuerung, Sinnfindung, Aufklärung 2.0, Bildung, [...]

# Die Mechanismen des Bösen

Zimbardo identifiziert eine Reihe von **sozialpsychologischen Mechanismen**, die dazu beitragen, dass gute Menschen Böses tun:

## **Deindividuation**

– Verlust der eigenen Identität in Gruppen (z. B. Uniformierung, Anonymität), was Hemmschwellen senkt.

## **Dehumanisierung**

– Andere Menschen werden entmenschlicht und als „anders“ oder „weniger wert“ gesehen (z. B. durch Sprache, Statusunterschiede).

## **Diffusion von Verantwortung**

– Je mehr Menschen beteiligt sind, desto weniger fühlt sich der Einzelne verantwortlich.

## **Blinder Gehorsam gegenüber Autoritäten**

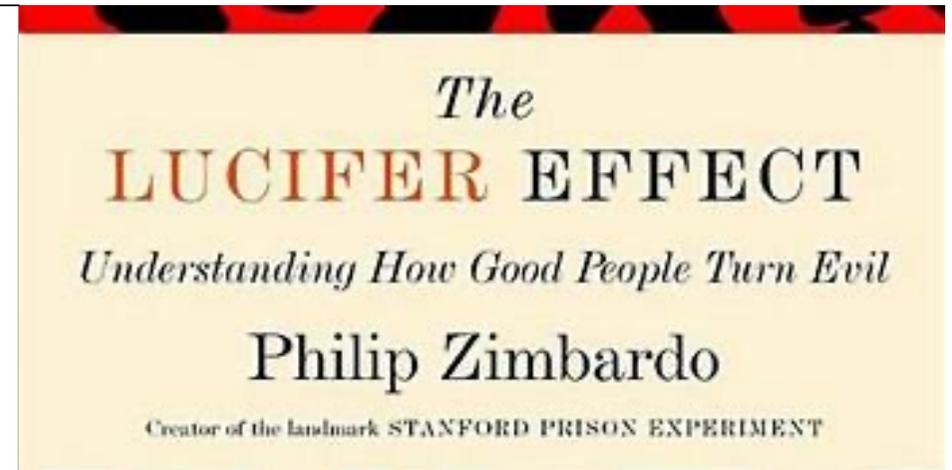
– Wie im Milgram-Experiment gezeigt, folgen Menschen erschreckend oft Autoritäten, auch gegen ihre moralischen Überzeugungen.

## **Graduelle Eskalation** („Foot-in-the-door“-Prinzip)

– Kleine moralische Kompromisse können Schritt für Schritt in gravierendes Fehlverhalten führen.

## **Systemische Faktoren**

– Institutionen oder Kulturen, die bestimmte Machtstrukturen oder Ideologien begünstigen, fördern systematisch unmoralisches Verhalten (z. B. in Militär, Polizei, Gefängnissen).

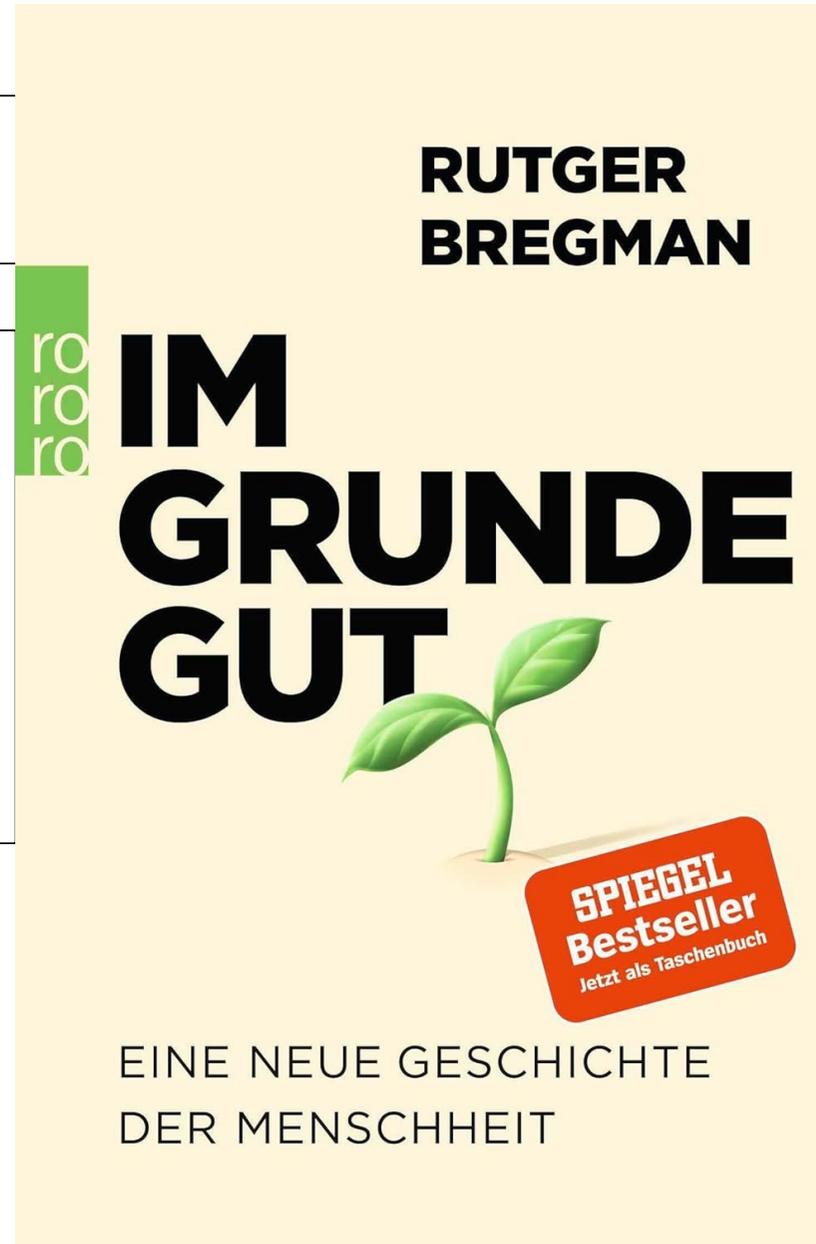


# Im Grunde gut?

Nur der innerlich freie Mensch in sozialer Verantwortung kann gerecht, mutig und gut sein (sichere Bindungsmuster).

Gut und böse hängen bei den meisten Menschen vom **sozialen Kontext** ihrer Verhaltenssituation ab.

**Freiheit** muss immer wieder neu gesichert und gewonnen werden.



# Hoffnung

Hoffnung ist mehr als Optimismus.

Hoffnung ohne Tun darf es nicht geben.

Hoffnung führt idealerweise zu eigener Anstrengung und Handeln.

Hoffnung ist im Idealfall aktivierend, meist über Leidensdruck.

Hoffnung ist eine Kern-Resilienz.

<https://www.addiction.de/hoffnung-als-ressource-in-der-suchttherapie/>

# (A) Sinn finden, Sinnfindung

Der moderne Mensch erlebt sich oft als sinnentleert und orientierungslos (→ Sucht, Einsamkeit, Depression). In Teilen ein Preis der Aufgabe der traditionellen Rolle der christlichen Religion.

# (A) Sinnsysteme

Starkes **Bedürfnis nach Sinn und Widerspruchsfreiheit** der erlebten Welt.

Das schafft Glaubenssysteme und rigide Ideologien.

Vorteil: Klares, motiviertes Handeln. Schutz für Depression.

Nachteil: Manipulierbarkeit bis hin zu Krieg und Töten.

Anforderung: open-minded, diskursiv, kritisch-rational.

## 🌟 1. Ikigai – Das japanische Modell für Sinn im Leben

„Ikigai“ bedeutet so viel wie „**das, wofür es sich zu leben lohnt**“. Es basiert auf vier Kreisen, die sich überschneiden:

Was du liebst ❤️ (Leidenschaft)

Worin du gut bist 💪 (Stärken)

Was die Welt braucht 🌍 (Beitrag)

Wofür du bezahlt werden kannst 💰 (Beruf)

➡ Der Schnittpunkt all dieser vier Bereiche ist dein **Ikigai**.  
Es hilft dir, Klarheit zu finden: *Wie kann ich meine Talente, meine Leidenschaften und meine Werte in einen Beruf oder eine Lebensaufgabe einbringen, die mir und anderen guttut?*

📌 **Anwendung:** Zeichne die vier Kreise auf, fülle sie mit Inhalten, und schau, wo sich Überschneidungen ergeben.

## 2. Theory U – Veränderung von innen nach außen

Entwickelt von Otto Scharmer (MIT). Theory U ist ein Modell für tiefgreifende Veränderungsprozesse – in Menschen, Organisationen und Gesellschaften. Sie folgt einer U-förmigen Bewegung:

### **Die Phasen:**

**Co-Initiating** – Den Raum öffnen, zuhören, was werden will.

**Co-Sensing** – Das System mit frischen Augen sehen.

**Presencing** – Den inneren Ort der Stille erreichen, wo Vision entsteht.

**Co-Creating** – Prototypen entwickeln, Neues ausprobieren.

**Co-Evolving** – Die Veränderung im größeren System verankern.

 Zentrale Idee: *Zukunft entsteht nicht aus dem Reagieren auf die Vergangenheit, sondern aus dem Hinhören auf das, was in der Zukunft möglich wird.*

 **Anwendung:** Besonders wirkungsvoll in Teams, Projekten oder bei persönlichen Lebenswenden.



### 3. Zukunftsrاد (Futures Wheel) – Kreatives Denken in Konsequenzen

Ein Werkzeug aus der Zukunftsforschung. Es hilft dabei, die **Folgewirkungen einer Idee, Entscheidung oder Entwicklung** sichtbar zu machen.

**So funktioniert es:**

In die Mitte kommt eine Veränderung (z. B. „Ich kündige meinen Job“, „Wir führen KI in der Schule ein“).

Außenherum notierst du **direkte Folgen**.

Von dort gehst du weiter zu **indirekten Folgen** (2. und 3. Ordnung).



Das erzeugt ein radiales Netz aus Auswirkungen, Chancen, Risiken – und hilft, vorausschauend zu gestalten.



**Anwendung:** bei wichtigen Entscheidungen, Projektentwicklung, Szenarioplanung.

(B) Trotz gesellschaftlichem Stress und Massenmanipulation gesund bleiben

Wie geht das?

Am besten mit...

Funktionierenden **Familiensystemen**, hervorragendem **Bildungssystem** und funktionalem Gesundheitssystem

# Wie Gesellschaft am besten vulnerabel und zerstörbar wird?! (CDKW, Langenmann, ChatGPT, März 2025)

## **1. Wahrheit relativieren:**

Ich würde ihnen einreden, dass es keine objektive Wahrheit gibt. Dass jeder „seine Wahrheit“ hat. Dass Fakten verletzen, und Gefühle wichtiger sind als Logik.

## **2. Identität verwirren:**

Ich würde die klare Vorstellung davon zerstören, was Mann und Frau, Kind und Erwachsener bedeutet. Ich würde Identität zu einem endlosen Baukasten machen – formbar, beliebig, entkoppelt von Biologie und Realität.

## **3. Familie zersetzen:**

Ich würde die Eltern autoritätslos machen. Vater und Mutter lächerlich oder gefährlich erscheinen lassen. Kinder dazu bringen, auf TikTok-Idole und Ideologen zu hören, nicht auf ihre Familie.

## **4. Verantwortung durch Opferrolle ersetzen:**

Ich würde ihnen beibringen, dass sie immer Opfer sind. Dass das System schuld ist. Dass sie nichts verändern können – außer zu klagen. Und dass Selbstmitleid eine Tugend ist.

## **5. Ablenken und betäuben:**

Ich würde ihnen nie eine ruhige Minute lassen. Dauerbeschallung mit Social Media, Serien, Pornografie, Konsum. Nie Langeweile – denn in der Stille könnten sie nachdenken. Oder sich selbst begegnen.

## **6. Geschichte umdeuten und auslöschen:**

Ich würde ihre Vergangenheit dämonisieren. Ihre Kultur als Schande hinstellen. Ihre Helden stürzen. Ihre Wurzeln kappen. So werden sie steuerbar, haltlos – und hungrig nach neuen "Wahrheiten".

## **7. Spiritualität lächerlich machen:**

Ich würde Gott zur Witzfigur machen. Religion zum Relikt. Spiritualität zu Esoterik. Den Glauben durch Ideologien ersetzen – kalt, dogmatisch, unbarmherzig.

## **8. Tugenden verspotten, Laster feiern:**

Ich würde Keuschheit als Repression, Demut als Schwäche, Disziplin als Zwang framen. Stattdessen würde ich Narzissmus, Maßlosigkeit, Gier und Zügellosigkeit als Selbstverwirklichung preisen.

## **9. Sprache entleeren:**

Ich würde Begriffe wie Liebe, Freiheit, Gerechtigkeit so oft verdrehen, dass sie alles und nichts bedeuten. So kann ich unter wohlklingenden Parolen jede Zerstörung tarnen.

## **10. Sie vereinsamen lassen – mitten in der Masse:**

Ich würde ihnen „Follower“ geben, aber keine echten Freunde. Ich würde ihnen suggerieren, sie seien verbunden – doch innerlich wären sie leer, isoliert, orientierungslos.

## Manipulation vs. Freiheit

Das **Spannungsfeld zwischen Manipulationsmacht und Freiheitsstreben** war selten so intensiv wie derzeit.

Ein **Mehr an praktischer Freiheit** in allen Gesellschaften ist Voraussetzung zur Bewältigung der Zukunft.

**Freiheit muss neu und umfassender definiert** werden, um **Innovation, Kreativität und Wohlbefinden** der Menschen zu erhalten.

**Mediale totale Manipulationsgesellschaften** sind real möglich und schaden der Freiheit und Demokratie.

**Moderner Totalitarismus** ist Gefahr für Freiheit des Redens, Denkens und Handelns.

# Meinungsfreiheit aktuell

22.04.25, 17:26

„The Economist“ sieht deutsche Meinungsfreiheit gefährdet - WELT

**WELT**

FALL BENDELS

## **„Viele Beobachter schockiert“ – „The Economist“ sieht Meinungsfreiheit in Deutschland in Gefahr**

Stand: 15:18 Uhr | Lesedauer: 3 Minuten

Ein Artikel des „Economist“ wirft einen Blick auf die Lage der Meinungsfreiheit in Deutschland und kommt zu einem ernüchternden Fazit. Besonders der Fall um den Chefredakteur des „Deutschland-Kuriers“ und der Umgang mit politischer Satire stehen im Fokus.

Der britische „Economist“ (<https://www.economist.com/europe/2025/04/16/the-threat-to-free-speech-in-germany>) hat sich in einem aktuellen Artikel mit der Frage beschäftigt, wie es um die Meinungsfreiheit in Deutschland bestellt ist – und kommt dabei zu einem ernüchternden Fazit. Anlass ist der Fall des Publizisten David Bendels, Chefredakteur des AfD-nahen „Deutschland-Kuriers“. Er hatte ein Meme der Bundesinnenministerin Nancy Faeser verbreitet, auf dem sie ein Schild mit dem Satz „Ich hasse die Meinungsfreiheit“ hält. Faeser stellte Strafanzeige. Ein deutsches Gericht verurteilte Bendels Anfang April zu einer siebenmonatigen Bewährungsstrafe, einem Bußgeld sowie zu einer öffentlichen Entschuldigung.

## (C) Identitätsentwicklung

Der Glaube, wer man ist bzw. sein will. Resultat der Inputs (Beeinflussungen, Manipulationen) und deren Verarbeitung.

5 Säulen der Identität (H. Petzold, 2002, 2008)

# (C) Identitätsentwicklung

## **1. Körper, Leib und Gesundheit**

- Alles, was mit dem physischen Selbst zu tun hat: Aussehen, körperliche Unversehrtheit, Gesundheit, Fitness, Sexualität.
- Veränderungen (z. B. Krankheit, Unfall) können das Selbstbild stark beeinflussen.

## **2. Soziales Netzwerk / soziale Beziehungen**

- Familie, Freunde, Partnerschaften, Teams, Kollegenschaft, Nachbarschaft.
- Diese Beziehungen stützen unsere Identität, geben Rückmeldung, Zuwendung, Zugehörigkeit.

## **3. Arbeit und Leistung**

- Beruf, Ausbildung, Ehrenamt, Schule, persönliche Erfolge.
- Unsere Tätigkeit strukturiert den Alltag, vermittelt Sinn und Selbstwertgefühl.

## **4. Materielle Sicherheit**

- Finanzen, Wohnsituation, Besitz, Zugang zu Ressourcen.
- Wirtschaftliche Stabilität schafft Sicherheit und Handlungsspielräume.

## **5. Werte und Sinn**

- Überzeugungen, Religion, Weltanschauung, Ziele, Lebenssinn.
- Diese Säule bietet innere Orientierung – besonders wichtig in Krisen.

# (C) Identitätsentwicklung: Klärung und Förderung der Identität

## 1. Körper und Gesundheit

- Wie geht es meinem Körper aktuell?
- Fühle ich mich gesund, vital und leistungsfähig?
- Was tue ich für mein körperliches Wohlbefinden?

## 2. Soziales Netzwerk

- Wer gehört zu meinem engsten Kreis? Habe ich einen besten Freund, eine beste Freundin?
- Habe ich Menschen, denen ich vertrauen kann?
- Fühle ich mich verbunden genug oder eher isoliert?

## 3. Arbeit und Leistung

- Wie zufrieden bin ich mit dem, was ich tue?
- Kann ich meine Fähigkeiten einbringen?
- Fühle ich mich anerkannt?

## 4. Materielle Sicherheit

- Wie stabil ist meine finanzielle Lage?
- Habe ich Sorgen in Bezug auf Wohnung, Geld oder Zukunft?
- Gibt es etwas, das mir materielle Sicherheit gibt?

**Anleitung:** Nimm dir Zeit (ca. 20–30 Minuten) und reflektiere jede Säule mit Hilfe der folgenden Fragen. Du kannst auch farbig markieren: **Grün = stabil, Gelb = etwas belastet, Rot = stark belastet.**

## Abschlussfragen:

- Welche Säule trägt mich gerade am meisten? Wo wünsche ich mir Veränderung oder Unterstützung? Was könnte mein nächster kleiner Schritt sein?

## (C) Identitätsproblem

Die zunehmende Zersplitterung der Gesellschaft in **immer kleinere Identitätsgruppen zersetzt den Zusammenhalt**. Das langfristige Resultat ist „Tribalismus“ (Stammesdenken).

## **4. Fazit, Vorschläge, Diskussion**

# Fazit: Psychologie des Menschen

Die Eigenarten und Besonderheiten der evolvierten menschlichen Psyche können zur Bewältigung und Gestaltung der Zukunft hinderlich bis problematisch sein.

Sie können aber auch gerade wegen der Faktoren Freiheitsstreben, Soziabilität, Innovationskraft, Kreativität und Phantasie förderlich sein.

Dafür braucht es eine Stärkung von freiem Denken, freier Rede, Toleranz und Akzeptanz.

Lassen Sie uns alle, beginnend im Kleinen und im Alltag, die positiven Kräfte stärken...

# Philipp Zimbardo: Der Lucifer-Effekt

## Lektionen, Verantwortung und Hoffnung

Trotz der düsteren Einsichten endet das Buch **nicht hoffnungslos**.

Zimbardo plädiert dafür, dass das Erkennen der manipulativen bösen Mechanismen eine **Chance zur Prävention** bietet:

- **Strukturelle Veränderungen:** Institutionen müssen so gestaltet werden, dass Macht begrenzt, Verantwortung klar verteilt und Transparenz gefördert wird.
- **Bewusstsein schaffen:** Bildungsarbeit kann Menschen für die Gefahren der Situationseinflüsse sensibilisieren.
- **Zivilcourage fördern:** Der „Held des Alltags“ ist für Zimbardo die positive Gegengestalt zum Täter. Mut zur Gegenrede, zum Widerstand und zur Menschlichkeit ist lernbar und notwendig.

→ Große Nähe zu stoischen Tugenden (v.a. Mut, Gerechtigkeit, Weisheit, Selbstmäßigung)



Philip Zimbardo,  
1933 - 2024

# Konsequenzen

Mehr direkte Demokratie und echte Teilhabe

Förderung des gesellschaftlichen Widerspruchs und der freien Rede

Bessere Auswahl der politischen Führer

Stärkere Förderung freier Rede im Alltag und freier Debatten

Bessere Bildung (lernpsychologisch, kognitiv, emotional begründet)

Kreativitätsförderung

Förderung und Stärkung der frühen Bindung (0-3 Jahre)

[...]

# Auf den Weg...

„Es ist besser, ein kleines Licht anzuzünden, als über die Dunkelheit zu schimpfen.“ (Laotse)

„Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.“ (Aristoteles)

„Nicht weil es so schwer ist, wagen wir es nicht, sondern weil wir es nicht wagen, ist es so schwer.“ (Seneca)

# Adresse

## Referent:

**Prof. Dr. Michael Klein**

**Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen (KathO NRW)**

**Deutsches Institut für Sucht- und Präventionsforschung**

**Wörthstraße 10**

**D-50668 Köln**

**&**

**Praxis für Psychotherapie, Beratung und Weiterbildung**

**Aachener Straße 489**

**50933 Köln**

**Email: [Mikle@t-online.de](mailto:Mikle@t-online.de)**

**[www.addiction.de](http://www.addiction.de)**