

Gehirn, Belastung und Regression



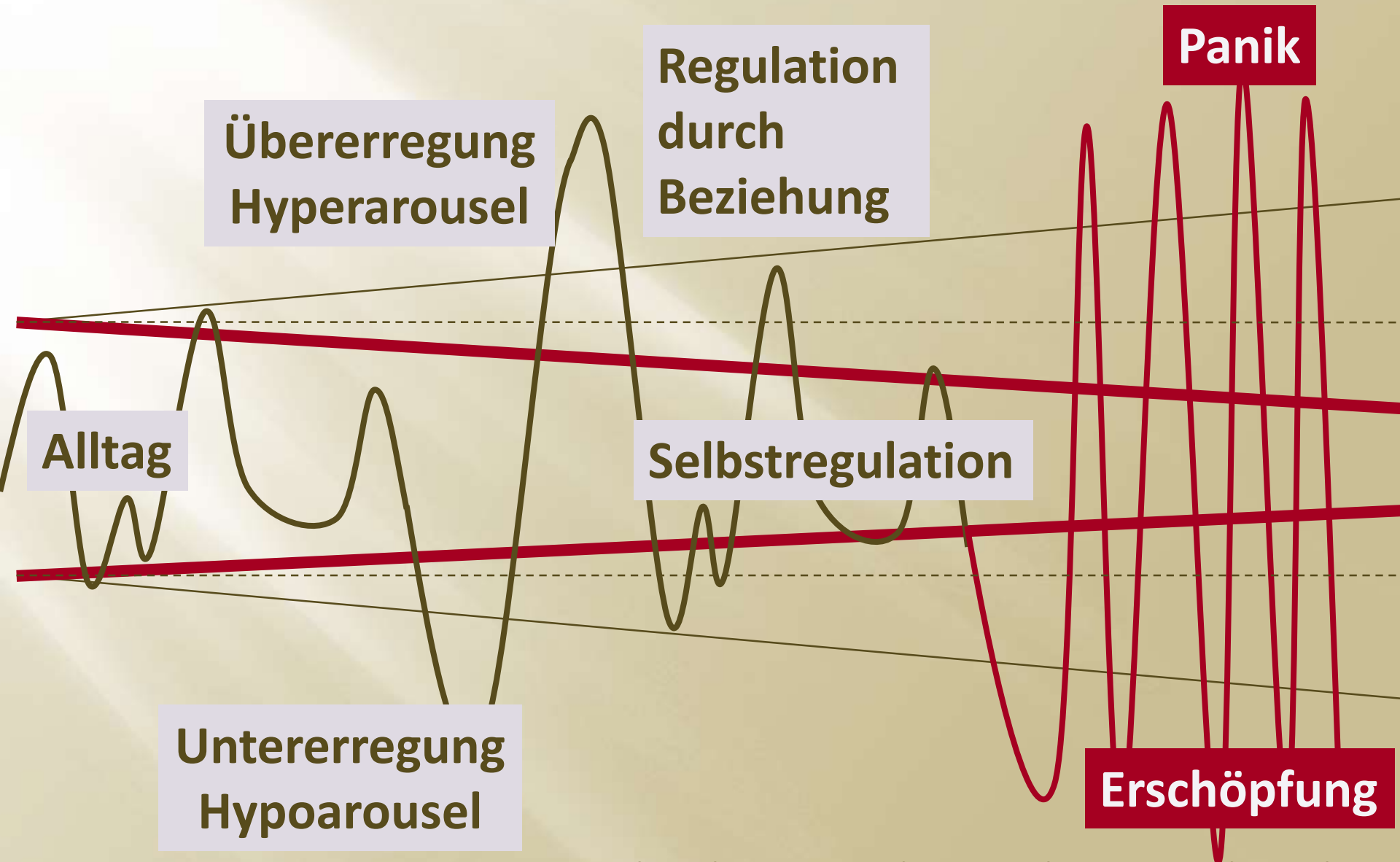
- ▣ Komplexe Wahrnehmungs- und Verarbeitungsprozesse in der Hirnrinde



- ▣ Emotionale Bewertungen im Limbischen System

- ▣ Flucht, Kampf, Erstarrung im Echsengehirn

Ohnmacht und Regression (Toleranzfenster)



nach Vorlagen von: Odgen, Brisch, Besser und Korittko

Friedrich Glasl: Eskalation als Regression

Verhärtung

Polemik

Taten statt
Worte

Koalitionen

Gesichts-
verlust

Drohungen

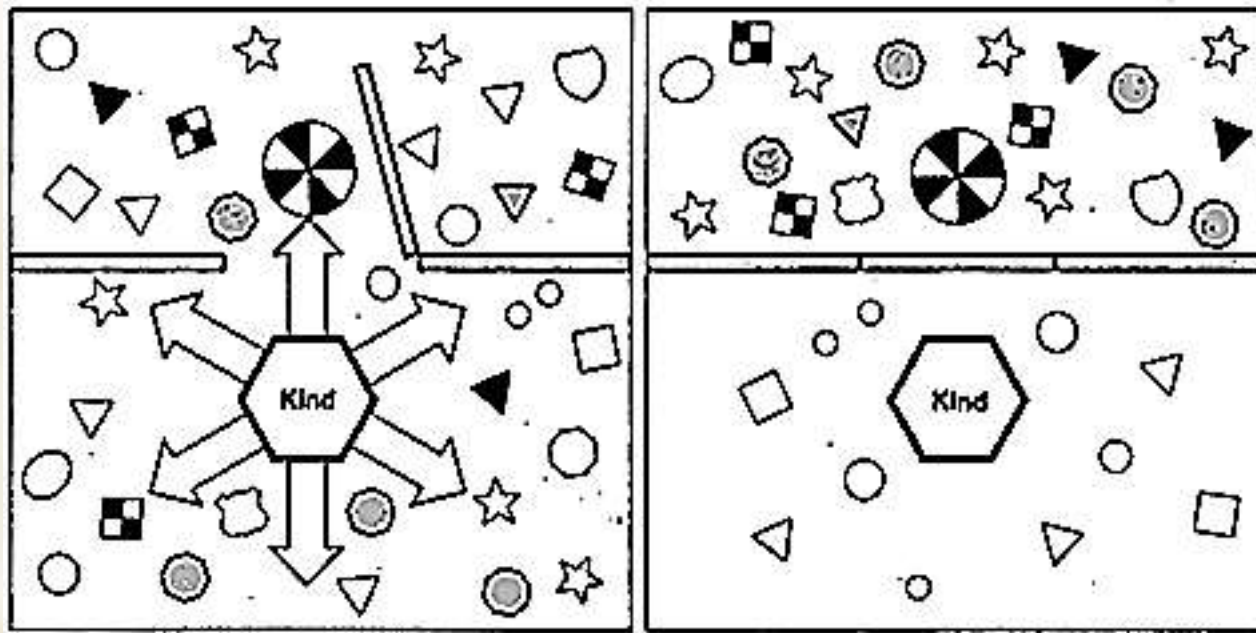
Begrenzte
Vernichtung

Zersplitterung

Gemeinsam in
den Abgrund

- ▣ Das Grundprinzip von Glasls Eskalationsstufen: Wenn „das Fass überläuft“ und eine „Staumauer bricht“ wird ein neues Eskalationsniveau erreicht
- ▣ **Jede Eskalation ist eine Regression**

Kurt Lewin: Frustration und Regression



- ▣ Theory of Regression in Frustration Kurt Lewin, Roger Barker & Tamara Dembo 1941

Veränderungslinien in belasteten Unternehmen (Rudolf Heltzel)

Integration	⇒	Spaltung
Eigenverantwortlichkeit	⇒	Schuldprojektion
Besorgnis um andere	⇒	Selbstbezogenheit
Denken	⇒	Handeln
Dialog	⇒	Manipulation
Erfahrungslernen	⇒	Realitätsverzicht
Trauer	⇒	Rache
Schmerz über Grenzen	⇒	Omnipotenzgefühlen
Genug-sein	⇒	Selbstidealisierung
Aufgabenerfüllung	⇒	Verweigerung
Zukunftsorientierung	⇒	Zeitlosigkeit
Halten	⇒	Fallenlassen

Herbert Koslowski

3.0

**REGRESSION ALS
GESAMTGESELLSCHAFTLICHES
THEMA?!**

Die große Regression – Überlegungen zur Soziodynamik

- ▣ Wir fallen hinter ein ehemals erreichtes Diskussionsniveau um die Ausgestaltung der Globalisierung zurück.
- ▣ Und wir fallen hinter ein längst erreichtes und für unhintergebar gehaltenes Niveau der Zivilisiertheit zurück
- ▣ **Es gibt einen gesamtgesellschaftlichen Regressionsprozess**

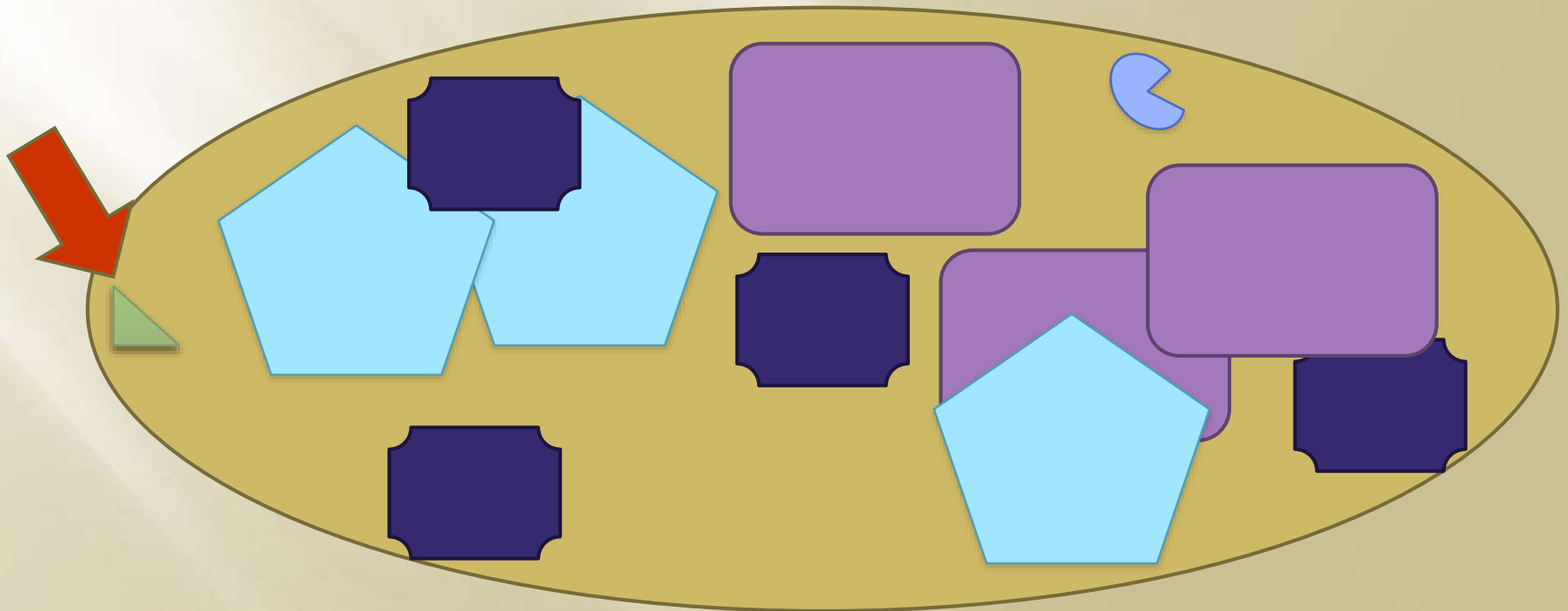


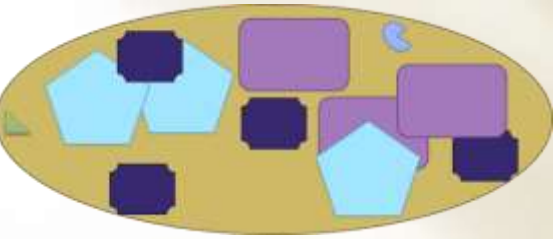
Spaltung zwischen Eliten und Volk

- ▣ **Blasenbildung** in den gesellschaftlichen Eliten
- ▣ Profi-Politiker werden zum Referenzsystem anderer **Profi-Politiker**
- ▣ Einfluss der **Lobbyisten**
- ▣ **TINA**
- ▣ Die **Entwertung** des Volkes durch Schulz („Aufstand der Anständigen“ gegen die AFD), Clinton („Sammelbecken der Erbärmlichen“) und Macron („Ich brauche nur über die Straße zu gehen und finde eine Arbeit für Sie“)

Einsatz für Identitätsgruppen

- ▣ Identitätspolitik konzentriert sich auf Gruppen, die in der Gesamtgesellschaft benachteiligt sind und versucht deren Rechte zu stärken





Der Preis der Identitätspolitik

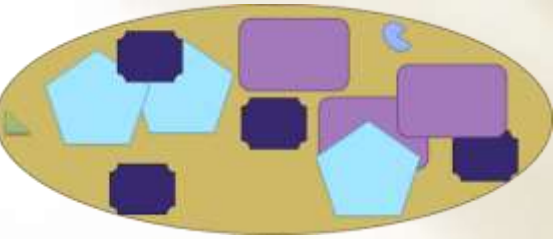
- ▣ Eine „sortierte Gesellschaft“ statt Gerechtigkeit für alle. Gerechtigkeitsfragen werden durch Identitätsfragen ersetzt
- ▣ Viktimisierungstendenz und Übersehene Gruppen (Konkurrenz um den Opferstatus)
- ▣ Die kapitalistische Marktlogik wird innerhalb der Identitätsgruppen nicht aufgelöst
- ▣ Die Identitätslogik kann auch von den **Privilegierten** eingefordert werden. Es ist nur ein kurzer Weg von Identitäts- zu **Klientelpolitik**.



Zersplitterung in Identitäten und Zersplitterung innerhalb der Identitäten z.B. Yusra Mardini

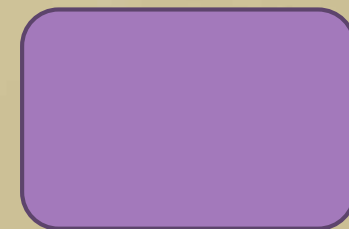
Yusra Mardini

Syrische Flüchtlinge



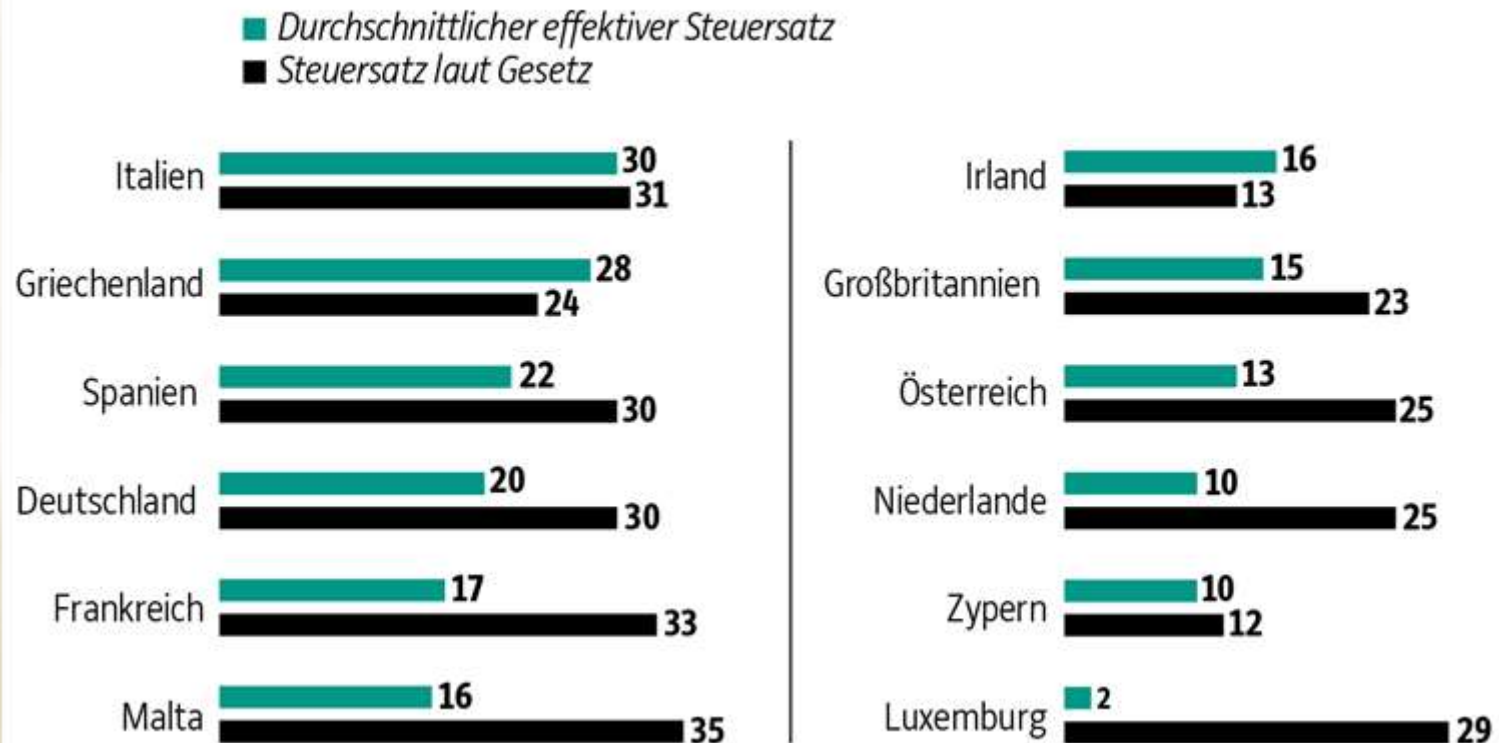
Der Preis der Identitätspolitik

- ▣ Eine „sortierte Gesellschaft“ statt Gerechtigkeit für alle. Gerechtigkeitsfragen werden durch Identitätsfragen ersetzt
- ▣ Viktimisierungstendenz und Übersehene Gruppen (Konkurrenz um den Opferstatus)
- ▣ Die kapitalistische Marktlogik wird innerhalb der Identitätsgruppen nicht aufgelöst
- ▣ Die Identitätslogik kann auch von den **Privilegierten** eingefordert werden. Es ist nur ein kurzer Weg von Identitäts- zu **Klientelpolitik**.



Lobbyismus und die Entmachtung der Nationalstaaten durch Großkonzerne

Effektive und nominelle Steuersätze für Unternehmen in EU-Ländern in Prozent, Auswahl



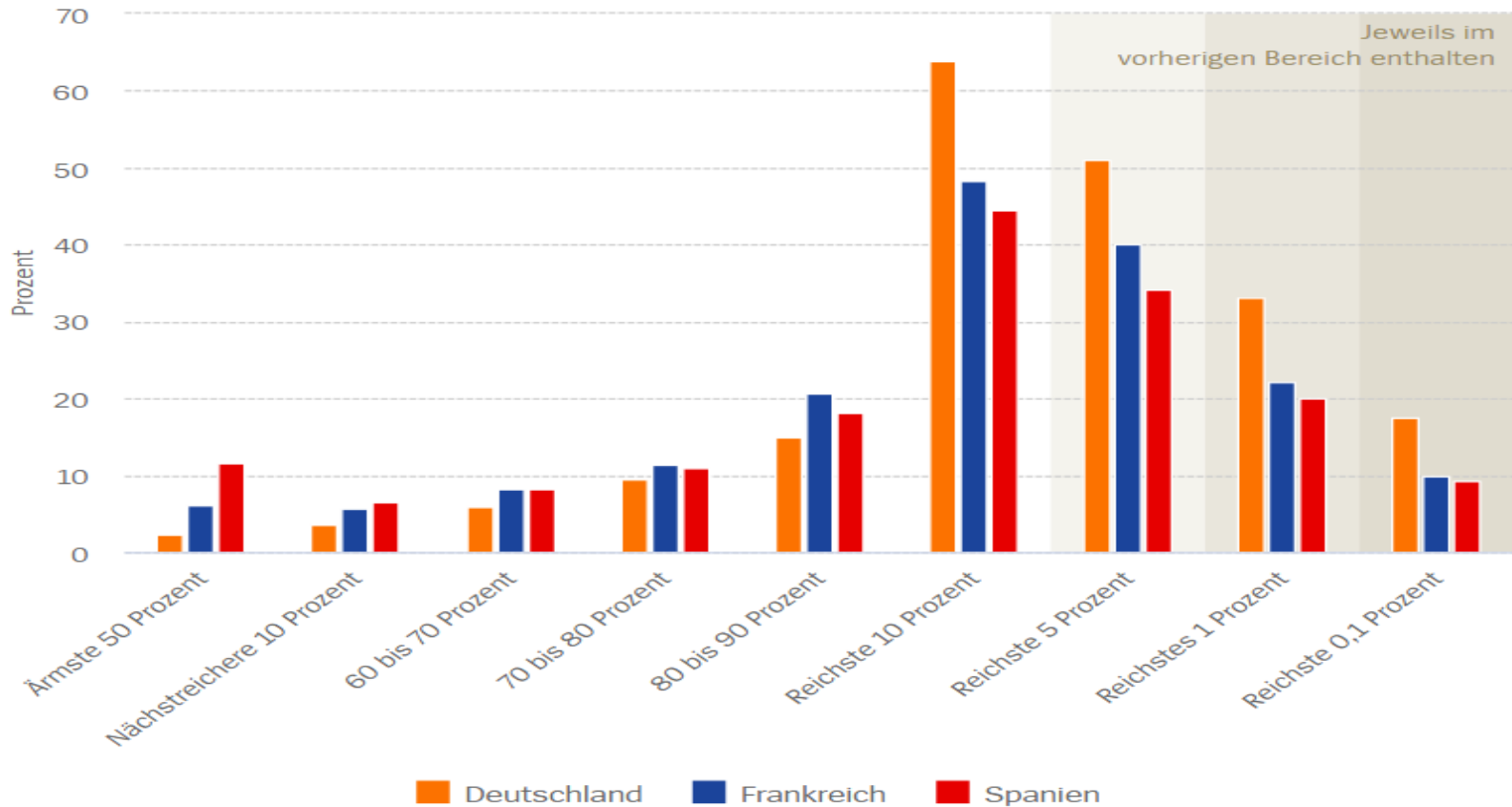
- SZ-Grafik; Quelle: Grünen-Fraktion im Europäischen Parlament
- <https://www.sueddeutsche.de/wirtschaft/unternehmenssteuern-gruene-eu-1.4296481>
- Stand 22. Januar 2019

Globalisierung und der relative Abstieg der zentraleuropäischen Mittelschicht

- ▣ „Die Mittel- und Arbeiterklassen der alt-industrialisierten Welt haben an Boden verloren: gegenüber den kosmopolitischen Eliten, den hochqualifizierten Globalisierungsgewinnern und gegenüber den Mittelklassen der aufstrebenden Kapitalismen“ (Nachtwey 2017)

Ökonomische Spaltung – Vermögensverteilung in Europa

Verteilung des gesamten Vermögens in der Bevölkerung (nach Haushalten)*



*Stand: Spanien 2011/12, Deutschland 2014, Frankreich 2014/15;
Quelle: DIW Berlin

Die gefühlte und reale Gefährdung der Mitte

Schleichender
Bedeutungsverlust

TINA-Politik

Offene
Entwertung

Abschottung
politischer Eliten

Prekarisierung
der Verlierer

Lobbyismus

Ökonomische
Sorgen

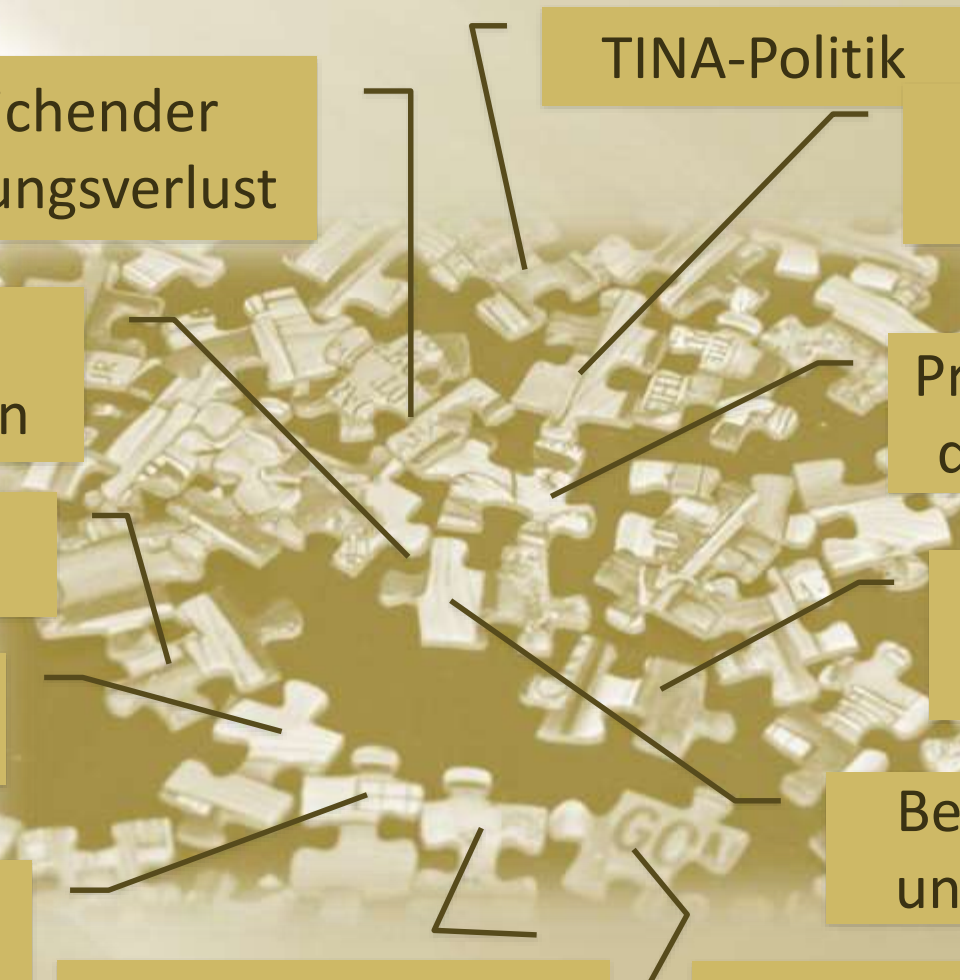
Identitätspolitik

Beschleunigung
und Konkurrenz

Obszöne
Ungleichheit

Entmachtung der
Nationalstaaten

Spaltungsprozesse



Ohnmacht und Regression (Soziodynamisch)

Übererregung
Hyperarousel

Regulation durch
Beziehungen
entfällt!
Keiner sieht uns!
Wir haben keine
Lobby!

Wut und
Panik

Die gefühlte und reale Gefährdung der Mitte



Untererregung
Hypoarousel

Erschöpfung
und Apathie

Herbert Koslowski

4.0

WAS ZU TUN WÄRE

**VERBINDUNGSLINIEN
ZWISCHEN PSYCHO- UND
SOZIODYNAMIK**

Psychodynamisch gesichert: Bindungssicherheit und Wertschätzung

- ▣ Erst Bindungssicherheit ermöglicht Explorationsverhalten
- ▣ Erst die Liebe des Paares trägt und ermöglicht konstruktiven Streit
- ▣ Glasl: Ein Recht auf Erwiderung und Rechtfertigung gibt es nur vor der Konflikteskalation (und auf der 1. Eskalationsstufe)

Bin ich gewollt und getragen?

Von der Bindungssicherheit zur Streitkultur

- ▣ Disputvermeidung als Begegnungsabsage
- ▣ Filterblasen
- ▣ Das Desavouieren der anderen:
Troll und fake news
- ▣ Die Differenz zwischen Gefallen und Wahrheit verschwindet
- ▣ Tribunalisierung vom „like“ bis zum „shit-storm“

**Beraten heißt
konstruktive Konflikträume
zu schaffen und Streitkultur
einzuüben!**

Psychodynamisch gesichert: Selbstwirksamkeit

- ▣ Selbstwirksamkeitsüberzeugung ist ein wesentlicher Faktor der Selbstentwicklung
- ▣ Zusammenhänge zur Widerstandskraft gegen Krankheiten und zu Erfolg im Privat- und Berufsleben sind nachgewiesen
- ▣ Selbstwirksamkeitsüberzeugung ist ein wesentlicher Faktor der Salutogenesetheorie Antonovskys

Wie kann ich meine Welt mitgestalten?

Von der Selbstwirksamkeit zur Partizipation

- ▣ **Demokratiemüdigkeit**
- ▣ Wir leben in einer „**Postdemokratie**“. Die demokratischen Institutionen (Wahlen, Wahlkämpfe, Gewaltenteilung) sind zwar noch formal intakt, aber ausgehöhlt und dysfunktional (Colin Crouch)
- ▣ **Wahlen soziometrisch**
denken: Jede Wahl muss verstanden und nicht nur getroffen werden

**Beraten heißt
Partizipation stärken. Das
braucht Zeit, Kraft und neue
Formen!**

Psychodynamisch gesichert: Feinfühligkeit

- ▣ Feinfühligkeit als „Geheimnis“
sicherer Bindung
- ▣ Feinfühligkeit als
angemessenes Verstehen
und angemessenes
Antworten

Werde ich wirklich gesehen?

Von der Feinfühligkeit zur Gerechtigkeit

- ▣ Dem psychodynamischen Konzept der feinfühligem Wahrnehmung entspricht das soziodynamische Konzept der **Berührbarkeit (Compassion)**
- ▣ Compassion statt Empathieverweigerung: Das subjektive Leiden der Bürger*innen muss gehört werden!
- ▣ Der antwortende Teil der Feinfühligkeit korrespondiert mit Konzepten der Gerechtigkeit. Wir brauchen Lösungen die den Menschen gerecht werden.

**Beratende sind trotz des
Abstinenzgebotes immer auch
Anwält*innen für
Berührbarkeit und
Gerechtigkeit!**

Psychodynamisch gesichert: Frustrationstoleranz

- ▣ Triebaufschub zu lernen ist eine wichtige Herausforderung (der Marshmallow-Test)
- ▣ Frustration und das Toleranzfenster
- ▣ Eine ausgeprägte Frustrationstoleranz ist ein wichtiger Resilienz- und Erfolgsfaktor

Von der Frustrationstoleranz zur resignativen Reife

- ▣ Die Unlösbarkeit von 68 % der Paarprobleme und das Konzept der resignative Reife (Arnold Retzer)
- ▣ **resignare** (Latein) bedeutet Entsiegeln. Es geht um die Kunst, Dinge wieder in Fluss zu bringen.
- ▣ Es geht nicht um eine depressive Resignation, sondern darum, den Kampf gegen Windmühlen aufzuhören.
- ▣ Zukunftsfähigkeit wird noch so manchen Verzicht von uns verlangen

Berater*innen werben für einen realistischen Blick auf die Welt. Truth is the beginning! Toleranz hat immer auch mit der Reife zu tun, Dinge mitzutragen

Verbindungslinien zwischen Psycho- und Soziodynamik

- ▣ Bindungssicherheit und Wertschätzung
- ▣ Selbstwirksamkeit
- ▣ Feinfühligkeit
- ▣ Frustrationstoleranz



Beraten heißt **konstruktive Konflikt Räume** zu schaffen und Streitkultur einzuüben!

Beraten heißt **Partizipation** stärken. Das braucht Zeit, Kraft und neue Formen!

Beratende sind trotz des Abstinenzgebotes immer auch Anwält*innen für **Berührbarkeit und Gerechtigkeit!**

Berater*innen werben für einen realistischen Blick auf die Welt. Truth is the beginning!
Toleranz hat immer auch mit der **Reife** zu tun, Dinge mitzutragen

**Hamburger Manifest
für eine
zornig-konstruktive
Soziodynamik**