

Gefährdung: Prozesse von Personen in Risikosituationen

Sonja Kinigadner

Wien

Das Auftreten der Covid-19-Pandemie dient als Beispiel, wie Personen sich und andere in einer Gefährdungssituation erleben, sich damit auseinandersetzen und schließlich die Situation bewältigen. Ausgehend von der Alltagsbeobachtung stark unterschiedener Bewältigungsprozesse stellt sich dieser Beitrag die Frage, welche persönlichen, sozialen und gesellschaftlichen Strukturen Einfluss auf den Bewältigungsprozess haben. Mit 15 Personen unterschiedlicher Einstellungen wurden zu Beginn der Pandemie 2020/2021 und an ihrem Ende 2023 semistrukturierte Interviews durchgeführt. Die qualitative Auswertung zeigte bei allen die Beschäftigung mit den Themen Krankheit und Gesundheit und die Bedeutung sozialer Kontakte, aber durch die relevante soziale Umwelt geprägte große Unterschiede in der Gesundheitserhaltung, in der Einschätzung von Gefährdung und im Maß, behördlichen Verordnungen zuzustimmen, sie kritisch zu hinterfragen oder sie abzulehnen. Die Ergebnisse werden aus personenzentrierter Sicht interpretiert.

Schlüsselwörter: Gefährdung, Risikosituation, Krise, Selbstentwicklung, Aktualisierungstendenz

Danger: Processes of persons in risk situations. The occurrence of the Covid-19 pandemic serves as an example of how individuals experience themselves and others in a hazardous situation, come to terms with it, and ultimately cope with the situation. Based on everyday observations of widely differing coping processes, this paper asks which personal, social, and societal structures influence the coping process. Semi-structured interviews were conducted with 15 individuals of different settings at the beginning of the 2020/2021 pandemic and at its end in 2023. The qualitative analysis showed that all of them were concerned with the issues of disease and health and the importance of social contacts, but that there were major differences in health maintenance, in the assessment of risk, and in the extent to which they agreed with, critically questioned, or rejected official regulations, all of which were shaped by the relevant social environment. The results are interpreted from a person centered perspective.

Keywords: Danger, risk situation, crisis, self-development, actualizing tendency

Ausgangslage

Europa war nach dem zweiten Weltkrieg von großflächigen Gefährdungen weitgehend verschont geblieben. Als nennenswert erscheinen hier die Angst vor einem Atomkrieg während des Kalten Krieges, die Tschernobyl-Katastrophe (Danzer et al., 2016) und die Schweinegrippe. Aktuell jedoch ereignen sich mehrere Bedrohungsszenarien gleichzeitig: Die Klimakrise, die Flucht- und Migrationswellen und schließlich der Corona-Virus, eingeschätzt durch die WHO als Covid-19-Pandemie, als weltweiter Notfall.

Im personenzentrierten Ansatz finden sich nur punktuelle Auseinandersetzungen mit gesellschaftlichen Gefährdungen und Krisen. Rogers (1982) und Petersen (1984) befassten sich mit der Angst vor der Gefahr eines Atomkriegs. Weitere Arbeiten der personenzentrierten Forschung haben sich mit

Krisen- und Traumabewältigung auseinandergesetzt, jedoch kaum mit den persönlichen Prozessen, die sich im Umgang mit Gefährdung, insbesondere einer großflächigen, ergeben.¹ Diese Lücke soll diese Arbeit zu füllen beginnen: Wie nehmen Personen Gefährdung wahr und bewerten sie? Welche Rolle spielen die in bedrohlichen Situationen auftauchenden Bindungs- oder Beziehungsmuster? Welchen Einfluss haben die lebensgeschichtlich erworbenen emotionalen Verhaltens- und kognitive Prozesse auf die Einschätzung des Risikos, also auf die Begegnung mit der Gefährdung aus dem Inneren Bezugsrahmen heraus? Welche persönliche Entwicklung kann sich aufgrund der uns innewohnenden Aktualisierungstendenz durch das Überwinden der Gefährdung ereignen?

Als Gefährdung² bezeichnet man die Möglichkeit, dass an einem konkreten Ort aus einer Gefahr ein Ereignis mit einer bestimmten Intensität erwächst, das Schaden an einem

Dr. Sonja Kinigadner, Klinische und Gesundheitspsychologin, Personenzentrierte und systemische Psychotherapeutin, Mitglied des Lehrpersonals der ÖGWG.

Kontakt: +43 664 124 87 27, sonja.kinigadner@gmx.at

1 Auf eine entsprechende Umfrage über den Newsletter von WaPCEP gab es keine Rückmeldungen.

2 Alle Definitionen stammen aus dem Glossar des Deutschen Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (2023)

Schutzgut verursachen kann. Gefährdungssituationen, Notlagen oder Katastrophen haben Überschneidungen mit Krisen³, die dadurch gekennzeichnet sind, dass nicht angemessen reagiert werden kann (Brossi, 2018), beispielsweise wenn eine Person (Gesellschaft) nicht auf Ressourcen zurückgreifen oder die bedeutsame Umgebung (Regierung) keine Bewältigungsunterstützung anbieten kann. Hält die Krise an, kann es zur Symptombildung als Ausdruck von Inkongruenz kommen.

In Bezug auf die Covid-19-Pandemie ergab die Auswertung von Gesundheitsdaten, dass die weitflächige Gefährdung durch das Virus bei etwa 30 % der Bevölkerung zum Beispiel in Deutschland und Österreich zu Anpassungsstörungen und psychischen Erkrankungen führte (Science Media Center COSMO-Panel der Uni-Erfurt-Studie, 2022; Schabus et al., 2022). Das entspricht auch Befunden aus anderen Pandemieverläufen (Taylor, 2020, S. 49). Ein anderer und größerer Teil der Gesellschaft reagierte auf die Pandemie mit ihren gesundheitlichen und sozialen Folgen mit vorübergehenden Belastungsreaktionen.

Durch die Ausrufung des Notstandes durch die WHO mussten die meisten Regierungen Verordnungen veranlassen, um dem Auftrag des Bevölkerungsschutzes gerecht zu werden und die gesundheitlichen Schäden rasch einzudämmen: Maskenpflicht, Abstandsregel, Physische Distanz, Impfpflicht bis hin zur angedachten Impfpflicht. Diese Maßnahmen beschränkten die persönliche Wahlfreiheit und konnten sogar als Eingriff in den autonomen Umgang mit dem Körper aufgefasst werden. Damit kommt zu den ersten Fragestellungen eine weitere Ebene: Wie bewältigen Menschen (Gefährdungs-) Situationen, die sie sowohl in ihrem innerpsychischen Erleben berühren als auch in ihrem Verhältnis zu gesellschaftlich-politischen Entscheidungen?

Wie die Alltagserfahrungen mit dem Einsetzen dieser Maßnahmen zeigten, kam es zu stark divergierenden Haltungen, je nach primärer Übereinstimmung mit diesen oder nicht. Ähnliche Erfahrungen aus vorangegangenen Pandemien (Taylor, 2020) und aus den Forschungsergebnissen zu Großschadenslagen und Katastrophen (Juen et al., 2013)⁴ legten für die aktuelle Covid-19-Pandemie weitere Forschung nahe, um das Verständnis der psychologischen Faktoren zur Compliance zu vertiefen. Im Rahmen der Forschungsgruppe am

Psychologischen Institut der Universität Innsbruck unter B. Juen entstand auch diese Arbeit.

Die Person in der Gefährdungssituation und die Symbolisierung der sie begleitenden Emotionen

Der individuellen Bewältigung von Gefährdung geht eine lange Entwicklungsgeschichte einer erwachsenen Person voraus. Das Verhalten von Menschen, so formuliert Rogers (1987),

„ist in einen zielgerichteten *organismischen Bewertungsprozess* eingebunden, der die Erfahrungen an der *Aktualisierungstendenz* misst. *Erfahrungen*, die als den Organismus erhaltend oder fördernd wahrgenommen werden, werden positiv bewertet, solche, die die Erhaltung stören, als negativ.“ Die Selbststruktur entsteht „aus der Verknüpfung von Selbsterfahrungen mit Befriedigung oder Versagungen des Bedürfnisses nach positiver Beachtung.“ (Rogers, 1987, S. 50).

Gefahr erwächst einem Kind im Heranwachsen immer dort, wo seine eigenen Bewältigungsfähigkeiten aufgrund des Entwicklungsstadiums nicht vorhanden sind oder nicht ausreichen, um eine gegebene Situation zu meistern. Wenn die organismische Wahrnehmung von Spannung, auch Angstspannung, mit dem tröstenden Eingreifen von Bezugspersonen beantwortet (Biermann-Ratjen, 2006) und dem Kind eine haltende Beziehung (Kegan, 1986/1982), im Sinne der Bindungstheorie eine sicher-schützende Bindung (Bowlby, 1975) geboten wird, dann können sowohl Angst, Furcht und Sorge in das Selbstkonzept der Person integriert werden als auch das Vertrauen in die Bewältigungsfähigkeit.

Wird das organismische Erleben von einer emotionalen Erfahrung wie Angst in einer Gefahrensituation durch die wichtigen Bezugspersonen – beim Kind die Familie, später die Peer-Group – nicht wertgeschätzt und empathisch verstanden, verhindert dies eine exakte Symbolisierung und die Bewusstwerdung der emotionalen Erfahrung und ihrer Bedeutung (Stumm et al., 2018). Um der positiven Beachtung der wichtigen Anderen willen wird die Person sich an deren Werten orientieren, sich nach deren Umgang mit Risiko und Gefahr richten ebenso wie nach deren Tendenz in Richtung Autonomie oder Anpassung. Womöglich fällt es der Person in einer sehr auf Autonomie ausgerichteten Familie schwer, in einer verunsichernden Situation nach Fürsorge und Hilfe zu fragen. So formieren sich im Laufe des Lebens die unterschiedlich beachteten Erfahrungen einer Person zu einem Selbstkonzept (Rogers, 1957), zu organisierenden Prinzipien und Mustern (Behr, 2009), und nach S. Keil (2009) zu Selbstdefinitionen⁵.

5 Unter Selbstdefinitionen versteht S. Keil den Zusammenschluss von Basis-Selbsterfahrungen durch Emergenz, die immer mit wichtigen Beziehungserfahrungen verknüpft sind und das psychische Überleben und die Selbstachtung sichern.

3 Zur Entwicklung von Krise und Traumatisierung verweise ich aus Platzgründen auf die einschlägige und reichhaltige Literatur (z. B. Cullberg, 1978; Rosenmayer, 1992; Biermann-Ratjen, 2003; Brossi, 2018; Keil S., 2019).

4 Einer der Schwerpunkte am Psychologischen Institut der Uni Innsbruck sind Forschungen zu Großschadensereignissen, Katastrophen, Belastungen von Einsatzkräften. Für diese Expertise wurde B. Juen in den Beirat des Gesundheitsministeriums berufen. Zu dieser Zeit entstanden mehrere Forschungsarbeiten zur Covid-19-Pandemie u. a. die vorliegende Forschungsarbeit, File N. (2022), Mauro G. (2021)

Durch die Verzerrung in der Symbolisierung von Emotionen und Bedürfnissen in Gefährdungssituationen können Bewältigungsschritte nicht zugänglich sein und sich in maladaptiven, sekundären Emotionen (Greenberg, 2016) äußern wie beispielsweise einer negativen Emotionalität, Krankheitsangst, Unsicherheitsintoleranz oder in Schadensvermeidung (Taylor, 2020). Sie steigern die Verletzlichkeit, sind personenzentriert gesprochen Ausdruck von Inkongruenz. Wenn in der subjektiven Wahrnehmung die öffentliche Krisenbewältigung als nicht ausreichend erlebt wird (siehe dazu weiter unten), dann können nach Taylor (ebd.) dysfunktionale Bewältigungsstrategien einsetzen, neben den genannten ein hektisches Sammeln bzw. Wegschieben von Information, der Griff nach „Wundermitteln“ oder der Anschluss an Ausschreitungen (Taylor, ebd.). Während diese Strategien einer subjektiv erlebten Meisterung aversiver Situationen nicht entgegenstehen, bedeuten sie aber eine eingeschränkte Bewältigung.

Geprägt werden auch die persönliche Risikowahrnehmung und Risikobewertung. Damit gemeint ist eine intuitive, auf eigener Erfahrung und im Abgleich mit der Bezugsgruppe basierende Einschätzung über eine Situation und ihre Folgen (Plapp, 2004; Lavino et al., 2010). Eine der Abweichungen von der (wissenschaftsbasierten) Risikoeinschätzung wird als „Overconfidence“ (Moore et al., 2017, zitiert nach Arnezeder, 2022) bezeichnet, wenn überwertiges Vertrauen in sich, in seine Fähigkeiten, Wissen und Meinungen auftritt, eine andere Abweichung bezeichnet die Neigung zu unrealistischem Optimismus. Diese Haltungen beeinflussen die Risikobewertung ebenso wie eine Überschätzung der Bedrohung. Die politischen (Pennycook et al., 2020) oder sozialen Zugehörigkeiten (Science Media Center, Uni Erfurt, COSMO-Panel, 2022) haben darauf einen wesentlichen Einfluss.

Die Person und der Umgang mit Verordnungen

Eine zweite Ebene der Erfahrung in Gefährdungssituationen ist die der Begegnung mit verordneten Schutzmaßnahmen. Großflächige Gefährdungssituationen und Notfälle unterscheiden sich von einem persönlichen Umgang mit einer Gefährdung dadurch, dass es zum Tätigwerden der Behörden für Katastrophenhilfe- und Bürgerschutz (Bundesgesetze der jeweiligen Länder) kommen muss.

Aus der Notwendigkeit, weiteren Schaden zu vermeiden, kann sich eine Differenz zwischen Verantwortungsethik (z. B. Schutz des Lebens) und Gesinnungsethik (z. B. Freizügigkeit) ergeben (Weber, 1988, S. 551). Aus diesem Grund müssen sich (oft vorübergehend) neue gesellschaftliche Normen oder gesetzliche Regelungen entwickeln, die in Bezug auf Mitbestimmung unterschiedlich sind: Kooperationsregeln (z. B.

kontaminierte Orte vermeiden, freiwillig Maske tragen) fußen auf dem Prinzip, dass sich alle durch die Einhaltung einen längerfristigen Vorteil erhoffen. In einer diversen Gesellschaft und Notsituation braucht es zur akuten Gefährdungsminimierung eine andere Regelstruktur: Verpflichtende Konventionsregeln (z. B. Maskenpflicht an bestimmten Orten) (Ullmann-Margalit, 1977, zitiert nach Diekmann, 2020). Ob diese Regeln persönlich als Zwang oder Schutz erlebt werden, hängt unter anderem von der sozialen Einbettung und der Risikowahrnehmung und -bewertung durch die Person ab.

Einen Grund für dieses Zustimmungs- oder Nicht-Zustimmungsverhalten sieht Speierer (1994) in einer Nicht-Übereinstimmung von persönlicher Erwartung mit den Kontextbedingungen, Behr et al. (2016) in der Verstörung durch unerwartete und überfordernde Ereignisse. In Ergänzung zur lebensereignisbedingten Inkongruenz bewirken diese Unstimmigkeiten eine sozial-kommunikative Inkongruenz. Die Zustimmung nimmt zu, wenn die Betroffenen miteinbezogen werden (Dombrowsky, 1981), wenn Rücksicht genommen wird auf die sozioökonomischen Verhältnisse (Hofstede, 2011). Sie wird außerdem gefördert durch die Vorbereitungsmöglichkeit auf eine Katastrophe (Norris & Murrell, 1988), die Einbettung in soziale Unterstützung (Brewin et al., 2000), ganz wesentlich durch die Art und durch Experten gestützte Krisenkommunikation mit Bereitstellung von Informationen (Juen et al., 2020), durch Partizipation der Bevölkerung (Juen et al., 2021), und durch einen nachvollziehbaren, erfolgreichen Verlauf (Dombrowsky, 1983)⁶.

Während der Covid-19-Pandemie analysierte Mauro (2021) semistrukturierte Interviews (siehe weiter unten) nach Kontextbedingungen und Einstellungen der Befragten und konnte feststellen, dass sich die Personen in ihren basalen Grundwerten oft nicht unterschieden. Sie hatten beispielsweise häufig gleiche Werte, Ideale, sowie Gedanken, die sie beschäftigten, besonders zu den Themen Gesundheit und Solidarität. Aber in der Umsetzung verhielten sie sich hinsichtlich der Übernahme der behördlichen Verordnungen ablehnend, zustimmend oder kritisch-zustimmend: Eine Gruppe, Compliant (C), war einverstanden mit der Einordnung der Covid-19 Erkrankung als weltweit bedrohliche Krankheit und erlebte die Verordnungen der Regierung als sinnvoll und hilfreich. Eine Gruppe, Non-Compliant (NC), war nicht einverstanden mit der Einordnung als Pandemie und mit den Maßnahmen der Regierung, die sie

6 Mit sechs Phasen beschreibt auf gesellschaftlich/politischem Niveau das LIPDAR Modell (Dombrowsky, 1983) den erfolgreichen Verlauf eines Großschadensereignisses: 1. Wahrnehmung eines eintretenden Schadens, 2. Warnungen, 3. Gefährdungseinstufung, 4. Festlegung von Zuständigkeiten und Verantwortlichkeiten, 5. aktives Handeln 6. „Rückkoppelungsphase“, Erfahrungen, Prophylaxeansätze, Adaptierungen.

als sinnlos einstufen mit gleichzeitiger Betonung von Eigenverantwortung. Die dritte Gruppe, Complex-Non-Compliant (CNC), war am Beginn einverstanden mit der Einordnung als Pandemie und den Verordnungen, entwickelte jedoch im Verlauf der Pandemie eine differenzierend kritische Haltung zu den Maßnahmen.

Compliance mit den Vorgaben und Geboten von mit Autorität ausgestatteten Personen oder Organisationen entwickelt sich innerhalb einer positiv-emotionalen getragenen Eltern-Kind-Beziehung (Kochanska & Askan, 1995) etwa im Alter ab 15 Monaten, dem Alter des verbalen und narrativen Selbst, in dem sich das Kind in seiner Fähigkeit, sich verständlich zu machen, von einer feinsinnigen, kongruenten Person empathisch verstanden und unbedingt wertgeschätzt erleben können soll (Biermann-Ratjen et al., 2006), wenn es seine Missbilligung gegenüber den Vorgaben äußert. Von den Eltern wird in dieser Situation sowohl ein Loslassen als auch ein In-der-Nähe-bleiben gefordert (Kegan, 1991/1986). Wenn das Kind im Verhalten der Eltern den fürsorglichen und nicht den Machtaspekt erkennen kann, dann kann es sich ganz der Agenda der Eltern verschreiben und beginnt, deren Anweisungen zu verinnerlichen und in sein Gewissen zu übernehmen.⁷

Aktualisierungstendenz und Bewältigungspotenzial

Die Aktualisierungstendenz als grundlegendes Merkmal allen organischen Lebens „bezeichnet die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten; und zwar so, dass sie der Erhaltung oder Förderung des Organismus dient“ (Rogers 1987/1959, S. 21). Das persönliche Bewältigungs- und Aufarbeitungspotential in Krisen- oder Gefährdungssituationen kann als Facette der Aktualisierungstendenz gesehen werden. Nach Mangelsdorf (2020) überwindet der überwiegende Teil von Betroffenen die aversive Situation. Drei unterschiedliche Qualitäten sind erforscht: Die „resiliente Reaktion“ ist dadurch gekennzeichnet, dass es nur zu einem geringen und kurzzeitigen Abfall der psychischen Funktionalität kommt. Betroffene erreichen innerhalb kurzer Zeit wieder ihr psychisches Ausgangsniveau. Im Fall der „Erholung“ erlebt man erhebliche psychische Einbußen, die sich über einen längeren Zeitraum erstrecken können. Sie werden mit der Zeit kompensiert, so dass solche Personen wieder ihr Ausgangsniveau erreichen. Mit der Beschreibung des „posttraumatischen Wachstums“ lehnt sich Mangelsdorf an die Forschungen von Tedeschi et al. (1995), Joseph et al. (2004),

Zöllner et al. (2006) oder Bonanno et al. (2010) an: Bei dieser Entwicklung führt die Auseinandersetzung mit der potenziell traumatischen Erfahrung nicht nur zu einer Adaptation zurück zum ursprünglichen Funktionsniveau, sondern zu einer Erweiterung der psychischen Ressourcen in fünf Bereichen: Intensivierte Wertschätzung des Lebens, intensiviertere persönliche Beziehungen, Bewusstwerden der eigenen Stärke, Entdeckung neuer Möglichkeiten, intensiviertes spirituelles Bewusstsein (Tedeschi et al., 1995). Zur erfolgreichen Bewältigung tragen Regulationsstrategien dann bei, wenn sie „regulatory flexibility“ (Bonanno et al., 2013) zeigen: Sensibilität für den Kontext, Verfügbarkeit eines vielfältigen Repertoires an Regulierungsstrategien und Reaktionsfähigkeit auf Feedback.

Wenig beachtet bleibt im Modell des Posttraumatischen Wachstums der Umgang mit dem Schaden, dem Nicht-mehr-Gutzumachenden. Thematisiert von Linley (2003) inkludiert die Forschungsgruppe um Glück (Glück et al., 2013) im Modell „MORE“ zusätzlich den Umgang mit dem Verlust, der eine andere Form der Reifung braucht. Die Autor*innen gehen von der Kernannahme aus, dass Lebensherausforderungen die Hauptkatalysatoren für die Entwicklung von „Weisheit“ sind, deren Ressourcen beschrieben werden mit: „Mastery, Openness, Reflexivity, and Emotion Regulation including Empathy“ (übersetzt: Ein Gefühl der Meisterschaft, Offenheit, Reflexivität und Emotionsregulation/Empathie). Mastery definiert als ein Pendeln können zwischen der Wahrnehmung der Unkontrollierbarkeit und Unvorhersehbarkeit des Lebens und der persönlichen Fähigkeit, damit umzugehen, Openness beschrieben als nicht-beurteilendes, lernfreudiges Verhalten, das differierende Werte und Ziele gelten lassen kann. Reflexivität meint, eigene vergangene oder gegenwärtige Ansichten und Verhalten in Frage stellen zu können. Emotionsregulation haben Personen, wenn sie aufmerksam ihren eigenen, auch ambivalenten Emotionen gegenüber sind und sie situationsangepasst steuern können. Empathie deckt sich mit der personenzentrierten Auffassung.

Rogers (1973/1961, S. 114ff) differenzierte sieben Aspekte der Funktionsfähigkeit des Selbst in sieben Abstufungen, die von Biermann-Ratjen et al. (2006) Formen des „Inneren Bezugsrahmens“ genannt werden und in ihrer optimalen Ausprägung große Übereinstimmungen mit den Aspekten der Weisheit im MORE-Modell aufweisen: Der Zugang zu den Gefühlen, die Offenheit für Erfahrung, das Ausmaß der Inkongruenz vs. Kongruenz, die Beweglichkeit des und Bewusstheit über das Selbst, Erfahrungskonstrukte und ihre Veränderbarkeit, Verantwortungsübernahme für Probleme, die Offenheit in Beziehungen (Biermann-Ratjen, ebd.). Die Funktionsfähigkeit des Selbst ist dafür verantwortlich, inwieweit die innere und äußere Realität in ihrer Symbolisierung zusammenstimmen und damit eine zuverlässige Orientierung bieten.

⁷ Kinder beginnen z.B. dann, das Elternverhalten zu internalisieren, indem sie dieselben Anordnungen im Rollenspiel mit ihren Puppen oder Kuscheltieren anwenden (Fuchs, 2018).

Auf der Basis der oben erwähnten Überlegungen leiten sich folgende Fragestellungen ab:

- Wie nehmen die Personen der C-, NC- und CNC-Gruppe die Gefährdung wahr und bewerten sie? Welchen Einfluss hat der innere Bezugsrahmen, die lebensgeschichtlich erworbenen emotionalen, Verhaltens- und kognitiven Konstrukte auf die Einschätzung?
- Welche inneren Konflikte und welche mit der sozialen und politischen Umwelt nehmen Einfluss auf diese Konstrukte?
- Wie verläuft die Verarbeitung während und nach der Gefährdungszeit bei Menschen, die weitgehend gesund geblieben sind. Ändern sich die Konstrukte im Verlauf der Zeit der Pandemie?
- Gibt es Unterschiede zwischen den drei Gruppen?
- Wie wirkt die Aktualisierungstendenz?

Methodik

Das Forschungsdesign und das verwendete semistrukturierte Interview für die Gewinnung von Aussagen wurde unter der Supervision von B. Juen am Psychologischen Institut der Universität Innsbruck erarbeitet.

Bei der Auswahl der Interviewpartner*innen wurde berücksichtigt, dass die Personen zwar durch die Beschränkungen belastet sein konnten, aber nicht unter einer krankheitswertigen Symptomatik litten. Weiters sollten sie auch nicht einer Gruppe von Staatsverweigerern⁸ angehören. Sechs Männer und neun Frauen im Alter zwischen 31 und 68 Jahren, insgesamt 15 Personen, beteiligten sich an einem Zoom-Interview, das mit Erlaubnis der Personen und unter Zusicherung von Verschwiegenheit und Anonymisierung per Zoom-Video aufgezeichnet wurde. Die interviewten Personen gehörten alle der Mittelschicht an, verfügten über genügend Einkommen, hatten einen Wohnsitz, zwölf von ihnen hatten oder haben Kinder, zwei lebten allein, hatten aber Bezugspersonen. Die Interviews erfolgten im Zeitraum November 2020 bis März 2021 im ersten und zweiten strengen Lockdown. Die transkribierten Interviews wurden den jeweiligen Personen zum Überprüfen zurückgesendet. Im Jänner 2023 wurden die Personen zu einem Nachinterview eingeladen, 11 Personen fanden sich dazu bereit. Zu diesem Zeitpunkt waren in den meisten Lebensbereichen die Schutz- und Hygienemaßnahmen bereits ausgesetzt.

Die Interviews wurden von der Verfasserin transkribiert und – wie oben erwähnt – die ersten zehn Interviews von G.

Mauro, die weiteren fünf und die Nachbefragung von der Autorin mittels der Grounded Theory ausgewertet⁹.

Diese Arbeit behält die drei Gruppierungen aus der Studie von Mauro (2021) bei: Compliant (C), Non-Compliant (NC) und Complex-Non-Compliant (CNC). Anhand des semi-strukturierten Interviews wurden die Interviewpartner*innen gebeten, folgende Aspekte ihres Erlebens im Zeitverlauf zu beschreiben: Die Wahrnehmung der Gefährdung (a), die Risikobewertung (b), die Bewältigungsstrategien (c), innere Konflikte sowie die Wahrnehmung und Bewertung der Verordnungen und Maßnahmen (d). Ziel der Arbeit ist es, jene emotionalen und kognitiven Faktoren verstehen zu lernen, die zu den drei oben genannten unterschiedlichen Verhaltenswegen beigetragen haben könnten.

Zitate veranschaulichen die jeweiligen Stadien der Befragten. Die Buchstaben hinter den Zitaten entsprechen den Anfangsbuchstaben der Namen der Personen.

Umgang mit der Gefährdungssituation zu Beginn der Pandemie

(a) Erste Wahrnehmung des Risikos durch eine Covid-Infektion

Die Personen aus der NC-Gruppe hatten sich meist schon seit Jahren mit dem Thema Krankheit und seelischer Gesundheit beschäftigt und zu alternativen Heilungs- und Gesellschaftstheorien gefunden:

„Nur wenn ich Angst habe, hat es der Virus leicht. Wir passen auf unsere Gesundheit auf, wir essen gesund, stärken unser Immunsystem.“ (S. G.)
 „Hahnemann hat gefunden, dass wir den Viren nicht ausgeliefert sind. Wichtig ist, dass das Milieu, passt und wenn es gut ist, dann ist der Erreger nicht so wichtig.“ (S. W.) „Ich glaube an die eigene Heilkraft, an das eigene Abwehrsystem, an natürliche Entwicklungsprozesse und an die Klarheit, dass sich das Bewusstsein maßgeblich auf die Gesundheit auswirkt.“ (C. P.)

Für die Personen aus der C- und CNC-Gruppe kommt zu einer ähnlichen, aber weniger explizit formulierten Einstellung zu Gesundheit die Möglichkeit hinzu, dass eine Infektion mit Covid-19 über die Selbstbewältigungsmöglichkeiten hinausgehen kann.

„Ich habe es am Anfang unterschätzt, was die Tragweite betrifft. Ich bin vorbelastet als Biologe und habe mich mit Virologie auseinandergesetzt. Da war eine Phase von 2–3 Wochen dann hat es mir langsam gedämmert, dass das eine größere Sache ist.“ (W. V.) „Meine Eltern gehören zur Hochrisikogruppe, freilich braucht es da Schutz.“ (A. W.) „Ich habe es ernst genommen. Gleich beim ersten Lockdown haben wir schon Kontakte

⁸ Z. B. Reichsbürgerbewegung, in Deutschland, Staatenbund in Österreich

⁹ An dieser Stelle möchte ich Giulio Mauro für die Auswertung der transkribierten Interviews der ersten Phase mittels Grounded Theory und Nutzung dieser Auswertung herzlich danken.

gemieden, wir haben sehr aufgepasst.“ (H. P.) „Am Anfang habe ich gedacht, was regt sich da jeder so auf, aber als alles zugesperrt hat, habe ich doch Angst bekommen, Abstand gehalten, niemanden getroffen.“ (J. W.)

(b) Erste Bewertungen einer Gefährdung der Gesundheit

In allen drei Gruppen ist die Angst vor dem Virus zu Beginn der Pandemie nicht verstörend, es herrscht eher eine Zuversicht vor, die allerdings unterschiedlich motiviert ist: Bei der Gruppe der NC durch das Vertrauen in die eigene Bewältigungskraft, bei den C- und CNC-Personen durch das Beachten der Hygiene- und Schutzmaßnahmen. Das Bedürfnis nach Kontrolle über die Gefährdungssituation ist in den ersten Monaten 2020 daher überwiegend erfüllt.

Die Gefahr kommt für die Gruppe der NC von Seiten der Institutionen, die sie – im Widerspruch zur persönlich definierten Achtung der Natur des Menschen – falsche Entscheidungen fällen sehen, ausgestattet mit der Macht, diese Entscheidungen durchzusetzen. Ihre Angst entsteht mehr durch die so empfundene „Angstmacherei“ der Regierung als vor dem Virus.

„Durch die Angstmacherei werden die Menschen gefügig gemacht und sie unterwerfen sich den Verordnungen der Regierung.“ (S. G.) „Ich hatte keine Angst vor der Krankheit, sagte mir, ich kriege das nicht. Ich bekam es doch. Es war ein Schock im Kopf, ich hatte Angst, jetzt kommt was Schlimmes, das war durch diese Angstmacherei. Es war wirklich grauslich.“ (S. W.) „Sie haben Panik erzeugt.“ (A. W., A. K., S. G., C. P.)

Hingegen scheint in den ersten Monaten der Pandemie bei denen die Angst zu sinken, die die Entscheidungen der Regierung und ihrer Berater*innen befürworteten. Deren Schutzbedürfnis wird erfüllt.

„Na, da habe ich gedacht, das bekommen wir schon in den Griff, da haben wir als Gesellschaft ein verbindendes Element, es gibt Solidarität, da werden wir zusammenhalten wollen.“ (M. S.) „Für mich war die Vorsicht der Politiker, sicherheitshalber alles zuzusperren, absolut nachvollziehbar und beruhigend.“ (A. S.) „Ich selbst bin zwiespältig. Wenn die Maßnahmen transparent sind, akzeptiere ich sie ja.“ (A. W.)

(c) Kreative Bewältigung

In den ersten Wochen werden Potentiale der Personen stimuliert: Balkonkonzerte, vermehrte Telefonate, Online- Angebote, intensivierter Austausch über alternative Gesundheitskonzepte und umgekehrt. Das Bedürfnis nach Ruhe und Einfachheit wird wieder entdeckt. Zunächst kann bei einigen aus dem Verlust ein Gewinn gemacht werden.

(d) Das Auftauchen von Wertekonflikten

Nicht in der Intensität wie bei den Vertretern der NC-Gruppe, aber zunehmend intensiver, beginnen einige Personen Wertekonflikte zu erfahren, die schließlich zu einem Überdenken ihrer Kooperationsbereitschaft mit den Maßnahmen führen,

aber nie zu einem kompletten Bruch damit, das ist der Beginn der Complex-Non-Compliant Haltung. Werte haben intrinsisch eine Hierarchie (Lasko, 1994). Es führt zu psychologischer Verstörung, wenn sich Werte konkurrieren oder die Umgebung so ist, dass nicht danach gelebt werden kann (Speierer, 1994). Diese Wertekonflikte zeigen sich auf unterschiedliche Weise:

Als Konflikt mit einer gefühlt einseitigen Berichterstattung: *„Vom ersten Maskentragen bis zu dieser gesellschaftlichen Sache, da hat es sich so schleichend an die Spitze bewegt, wovon ich fassungslos bin.“* H. B. zitiert damit medial transportierte Schuldzuweisungen und bemerkt eine zunehmende Stigmatisierung nicht-österreichischer Gruppen (Serbenhochzeit, Isolierung einer ganzen Flüchtlingsunterkunft). *„Man hat uns die Bilder aus Italien gezeigt, aber nicht objektiv berichtet.“* (S. G.) *„Am belastendsten finde ich, wie mit der freien Meinungsäußerung umgegangen wird. Da soll jemand noch so einen Blödsinn aussprechen, aber er muss es aussprechen können.“* (A. W.)

Als Konflikt zwischen Abstandsregeln und dem Bedürfnis fürsorglich zu sein: *„Auch die kleine Tochter hat nach der Oma zu fragen begonnen. Meine Oma sitzt alleine, da merke ich, da hat es ziemlich zugeschlagen und ist nicht leicht anzuschauen.“* (N. R.) *„Das Einzige, was ich machen würde, auch wenn es verboten wäre, zu den Eltern fahren, wenn denen was geschieht. In diesem Fall würde ich mich über ein Verbot hinwegsetzen.“* (A. S.) *„Wenn meine Oma mit 97 stirbt und ich kann nicht zu ihrem Begräbnis gehen. Also da lassen wir lieber die alten Leute allein leben als dass sie im Familienkreis sterben können.“* (P. S.) *„Der erste Fehler, der schon gemacht wurde, dass Menschen, die positiv waren, die wurden allein gelassen.“* (A. K.) *„Wenn ich mit einem Menschen gar nicht mehr im Austausch bin, dann wird das Immunsystem belastet.“* (C. P.) *„Das wäre richtig: Miteinander hören, sprechen, die Angst ansprechen.“* (J. W.)

Tauchen die auftretenden Wertekonflikte nicht in der Krisenkommunikation auf, beeinträchtigt dies das Vertrauen in die Entscheidungsträger. Die Personen der NC-Gruppe sehen sich als nicht angenommen, auf kein Verständnis stoßend und in ihrem Zuwendungsbedürfnis auf sich selbst zurückgeworfen. Sie beklagen das Fehlen dessen, was Rogers die förderlichen Beziehungserfahrungen nennt (Rogers, 1987, S. 40).

Im Verlauf der Pandemie: Veränderungen in den Beziehungen

In der ersten Phase erleben alle, unabhängig von der Gesinnungsausrichtung, eine zunehmende Solidarisierung, Unterstützung von Freunden und Nachbarn. Ein dreiviertel Jahr später erfahren fast alle einen Schaden in den Beziehungen, wenn auch aus unterschiedlichen Gründen: Einmal durch das oben geschilderte Besuchsverbot, umgekehrt durch das zu enge

Zusammensein oder durch eine Zerrüttung von Beziehungen wegen der unterschiedlichen Gesinnungen. Zwei der Personen, beide überwiegend alleinlebend, beginnen die Leere mehr zu spüren. Andere sprechen von Zermürbung, bemerken eine sich einstellende Lustlosigkeit bei sozialen Kontakten und passives Abwarten: „Es gibt wohl eine gewisse Müdigkeit den Maßnahmen gegenüber.“ (W. V.) „Die Gespräche (am Telefon) werden kürzer.“ (M. S.) „Die Erlebnisse werden einfach weniger, ja, dieses Mitteilungsbedürfnis über Erlebnisse wird auch reduziert.“ (M. S.)

Personen mit Familien beginnen, „es sich einzurichten“: „Der Mensch ist ein Gewohnheitstier, irgendwie findet man seinen Weg und sucht sich den für sich angenehmsten aus.“ (N. R.) „Dann hat für uns alle der Alltag wieder begonnen.“ (N. R.)

Manche hingegen schildern die Belastung durch das enge Zusammenleben: „Mit meinem Mann sind wir jetzt mehr Paar, mehr als ich sein möchte.“ (M. S.), „Eine schwere psychische Erkrankung der Tochter wirft die Frage auf: ‚Ist es durch den Lockdown ausgebrochen?‘ ... Sie konnte niemanden treffen, das hätte ihr geholfen.“ (A. W.) „Ohne den Kindergarten, das war dann nicht mehr auszuhalten, bis wir uns entschlossen haben, den Sohn wieder in den Kindergarten zu geben.“ (H. P.)

Am bedrückendsten jedoch klingen die Schilderungen von konflikthaften Begegnungen bei den Personen der NC-Gruppe: „Wie sich die Menschen momentan begegnen mit Maske, ist die Begegnung sehr gestört.“ (C. P.) „Was mich sehr deprimierte war, dass ich in meiner Sicht der Dinge isoliert war, dass die überwiegende Mehrheit meiner Bekannten, Freunde und Familienmitglieder der Berichterstattung voll glaubten.“ (S. W.) „Dass sich die Menschen so schnell verändern und böse werden aufeinander, wenn man die Regeln nicht einhält.“ (J. W.)

Wohltuende, förderliche Beziehungserfahrungen scheinen für alle an einem Tiefpunkt angekommen zu sein.

Die Personen der Gruppe CNC adaptieren die geltenden Regelungen in einer Art Pragmatismus (Pierce, 1991): Vorschriften werden übertreten, dabei wird aber weiterhin auf den Schutz vor dem Virus geachtet, z. B. sich mit mehreren Leuten treffen, aber getestet. Wieder ins Office gehen, aber Maske tragen. Die Haltung zu den Vorschriften wird „radikaler“: Werden sie im vorgegebenen Rahmen als sinnvoll erachtet, dann eingehalten, eventuell moduliert, werden sie als falsch eingeschätzt, dann abgelehnt.

Nach dem Abklingen der Gefährdung

Ab dem zweiten Herbst der Pandemie gibt es zwar eine neue Ansteckungswelle, aber sie geht überwiegend ohne schwere Folgen für die Infizierten vorüber und führt selten zum Tod. Die Maßnahmen lockern sich, in den Apotheken finden sich

vermehrt Präparate zur Immunstärkung, im Februar 2023 ist die Not vorbei, in Ansätzen werden die politischen Entscheidungen analysiert, in den Medien kommentiert und Lehren für künftige Gefährdungssituationen gezogen. Alle Interviewpartner*innen haben ihre Beschäftigungen vor der Pandemie wieder aufgenommen.

Personen der Gruppe C schätzen das Virus weiterhin als gefährdend ein und sind dankbar für die Vorschriften geblieben, sie fanden sich geschützt „Alles was sie gemacht haben, war in Ordnung, denn im Nachhinein zu sagen, es ist nicht in Ordnung, ist falsch. Ich hatte es ein zweites Mal. Ich war froh, dass ich die ärztliche Betreuung und die Impfung hatte.“ (H. P.) M. S. ist direkt in das Impfen involviert, fühlt sich sehr wohl, ihrer sozialen Verantwortung auf diese Weise gerecht werden zu können.

Als einen entstandenen Verlust oder Schaden sieht M. S., dass „ich das kulturelle Leben nicht wieder aufgenommen habe.“ „Ich bin vorsichtiger beim Umarmen geworden und wasche mir nach wie vor die Hände beim Heimkommen.“ (H. P.) „Das Misstrauen Freundinnen gegenüber ist geblieben, die nicht so vorsichtig sind.“ (A. S.). Auch gesellschaftlich gibt es Enttäuschung: „Ich hätte mir gewünscht, dass das Umdenken (in Bezug auf weniger Umweltbelastung, Anm. d. Verf.) anhält.“ (A. S.)

Aspekte von Resilienz finden sich in Aussagen wie: „Da musste ich schauen, dass ich so gut wie möglich durchkomme. Ich hab’ einen starken Willen.“ (H. P.) „Das Leben ist wieder erfüllt, es ist wieder normal geworden.“ (M. S.) Freunde werden wieder getroffen (H. P.). Gewachsen ist die Lust zu reisen (M. S.). Zuwachs an Ressourcen für Weisheit drückt sich aus in: „Es gibt kein Schwarz und Weiß, auch nicht bei diesen politischen Meinungen, es gibt keine schlüssigen Antworten. Es war das kleinste Übel mit dem Wissensstand, den wir aktuell haben.“ (A. S.) „Es gibt keinen Einfluss. Das ist eine Krankheit, damit muss man leben. Wir leben nicht vegan, aber jetzt mit wenig Fleisch. Bewegung ist uns auch sehr wichtig (geworden). Wir sagen jetzt ab, wenn jemand eine Verkühlung hat, das war früher nicht so.“ (H. P.) Bei A. S. ist eine erhöhte Furcht geblieben, aber keine Panik mehr: „Bei Furcht kann ich mit mir selbst verhandeln, bei Panik nicht“.

In der Gruppe der NC wurde Covid-19 durch den Verlauf der Pandemie in seiner Gefährlichkeit bei zwei Personen noch geringer eingeschätzt. „Niemand hatte es ganz schlimm, aber alle hatten es, Geimpfte und Ungeimpfte.“ (S. W.) Dazu gehört bis heute, dass sie den Zahlen nicht trauen, weswegen auch die vorangegangenen Regelungen als unangemessen bezeichnet werden.

Als Verlust nehmen diese Personen die Isolierung und den Ausschluss ihrer Meinung von den Mächtigen und innerhalb von Freundes- und Familienkreisen wahr. „Die Ausgrenzung ist geblieben.“ (J. W.) „Alle Befürchtungen sind eingetreten, man hat alle, die die Wahrheit sagten, ausgeschlossen.“ (S. G.)

Resilienzfähigkeit zeigt sich in der vertieften Wertschätzung der eigenen Gesinnungsgruppe, das sind z. B. der spirituell ausgerichtete Verein, die kleineren alternativen Kooperativen und die Achtsamkeit auf die eigene Lebensführung: „*Noch einmal deutlich achten auf die Balance zw. Geist und Körper. Ich lebe aktiv. Ich habe tolle Menschen kennengelernt.*“ (C. P.) „*Ich habe ein Grundvertrauen in Mutter Erde, in die Natur.*“ (J. W.) Aus der Sicht der Personen dieser Gruppe ist das eine zutiefst weise Haltung. Im Sinne des MORE-Modells ist es aber nicht zu einer Anerkennung der Unkontrollierbarkeit und Unvorhersagbarkeit von Gesundheit gekommen, zu Offenheit für alternative Meinungen, zu einer Bereitschaft, die eigenen Annahmen zu reflektieren. Das Covid-Virus ist niemals zu einer (solchen) Gefahr geworden, dessentwegen man auf einen externen, kollektiven Schutz angewiesen wäre.

In der Gruppe der CNC wurde und wird das Virus immer noch mächtiger eingeschätzt als die eigene Abwehr. „*Ich behalte das Händewaschen bei, setzte die Maske auf, wenn ich huste, wenn ich ansteckend bin. Ich habe mehr Wissen über die Ansteckungsgefahr, beachte die Macht des Faktischen.*“ (H. B.)

Das Vertrauen in den Weitblick und die Sinnhaftigkeit politischer Entscheidungen ist verloren gegangen, befördert durch ein Unverständnis für eine empfundene Willkür bei manchen Maßnahmen, z. B. bei Besuch oder Arbeit im Krankenhaus. Verloren gegangen ist auch eine Leichtigkeit: „*Das Handgeben ist komisch geworden, dass man darüber nachdenken muss.*“ (H. B.) Das Vertrauen in die Solidarität ist erschüttert: „*Ich bin desillusionierter geworden, was die Klugheit der Menschen und auch meine betrifft.*“ (M. S.)

Die Resilienz drückt sich aus in einer höheren Wertschätzung von Beruf, der Freiheit, sich frei bewegen zu können, des Gartens und von Freundschaften: „*Menschen treffen ist für mich sehr wertvoll geworden.*“ (H. B., A.S.) Das Bewusstsein über Gesundheit hat sich vermehrt: „*Ich weiß mehr über Ansteckungsmöglichkeiten. Der Körper stellt sich ein, er muss lernen zu kämpfen.*“ (H. B.) Offenheit wird differenzierter erlebt: „*Ich vertraue den Wissenschaftlern mehr (als den Politikern, Anm. d. Verf.), weil sie so vorsichtig waren.*“ (H. B.) Ambivalenztolerante Meisterung und Reflexivität haben zugenommen: „*Ich weiß, ich kann es nicht vermeiden.*“ (H. B.), führte aber in der Reflexion in eine andere Richtung: „*Ich habe einen Widerstand, mich an gewisse Dinge zu halten, darum mache ich es, wie ich will. Ich halte mich an mein Richtig und Falsch.*“

Schlussfolgerungen

Die Schlussfolgerungen aus der qualitativen Analyse können selbstverständlich nur als Anstoß für weitere Forschung dienen. Aber einige davon mögen dennoch für die Psychotherapie

oder Beratung für eine Verarbeitung von Gefährdungssituationen und ihren psychischen Folgen Hinweise sein. Nicht geleistet werden kann hier eine Verknüpfung zwischen Selbstkonzept der Personen, ihrem Funktionsniveau und dem eingeschlagenen Verarbeitungsmuster. Im eigenen Verständnis fühlten sich die Interviewpartner*innen als psychisch gesund. Daher seien hier einzig die Dynamik und die Prozesse beleuchtet, die für die untersuchte Situation der Pandemie bedeutsam sind

Einfluss des Selbst, der lebensgeschichtlich erworbenen Konstrukte

Eine Gefährdungssituation trifft auf Personen, die eine Haltung und Werte zu Gesundheit und Krankheit, zu Gefahr und Risiko, und Bedeutungsgebungen zu begleitenden Emotionen und Verhaltensmöglichkeiten gebildet haben. Mit diesen Haltungen und Werten sind sie in eine soziale Gesinnungsgruppe eingebettet. Ein kritischer Moment entsteht, wenn eine zweite Ebene mitspielt, nämlich die Compliance mit Verordnungen von Autoritäten, aber die Annahme von einschränkenden Maßnahmen einen Wertekonflikt bewirkt und/oder auf eine lebensgeschichtlich erfahrene Störung in der Beziehung mit Autoritäten trifft und später in der relevanten Bezugsgruppe zur Norm wird. Es gibt etliche Empfehlungen, wie sich die Compliance bei einschränkenden Maßnahmen erhöhen kann, aber sie scheint sich nicht zu ändern, wenn Macht und Autorität mit Angst und Misstrauen von einer ganzen Gruppe belegt sind, in die die Person integriert ist. Weitere Forschung könnte hier einen Zusammenhang zwischen Bindungserfahrungen und schützendem/bedrohlichem Erleben von Macht in Gefährdungssituationen erhellen.

Allerdings ist auch anzumerken, dass über eine lange Zeit die Verantwortungsethik des Gesundheitsministeriums in der Krisenkommunikation anderweitige Überlegungen, zum Beispiel das zusätzliche Achten auf einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zur Stärkung der Immunabwehr (Taylor, 2020, S. 40) ignorierte. Vielleicht hätte eine einfache Achtung des Standpunktes der NC und später CNC die Compliance für die Maßnahmen bei einigen Personen erhöht.¹⁰ Zu diesem Ergebnis kommt auch eine Forschungsarbeit aus der Katastrophenforschungsstelle KFS in Berlin (2020a), dass die Risikowahrnehmung davon abhängt, wie sehr die Betroffenen politische und gesellschaftliche Unterstützung wahrnehmen können, ein

¹⁰ Die Interviewten der NC Gruppe bedankten sich alle nach den Interviews, dass ihnen endlich jemand außerhalb ihrer Peergruppe zugehört habe.

Bedürfnis, das diejenigen „außerhalb des Mainstreams“ nur in ihren Gesinnungsgruppen erfüllt bekamen.¹¹

Bewältigungskompetenz und Aktualisierungstendenz

Gefährdungssituationen stimulieren Gefühle der Angst, Sorge, Bedrohung, im Falle von Maßnahmen der physischen Distanz zusätzlich Einsamkeit oder Überforderung durch eine Häufung der Aufgaben in den Familien. Zunächst kam es bei allen Personen – nicht nur durch die Maßnahmen – zu einem Innehalten, zu einem Rückzug in nach Werten und Gesinnung vertraute Umgebungen. Das entspricht dem erhaltenden Aspekt der Aktualisierungstendenz. Später lässt der Prozess, den diese 15 Personen durchlaufen haben drei aktive, entwicklungsgerichtete Bewältigungsstrategien erkennen, die von außen betrachtet als Wege zu Erholung, Resilienz oder Wachstum eingeschätzt werden können: Erstens Vertrauen und Zuversicht in den Schutz durch die gesetzten Maßnahmen (Compliant), kombiniert mit einer kreativen Umgestaltung des Tagesablaufs oder beschäftigt mit mehr Familienmanagement. Zweitens ein unerschütterliches Vertrauen und Hoffnung in die eigenen Vorkehrungen (Non-Compliant), kombiniert mit intensiviertem Kontakt zur und Austausch in der Gesinnungsgruppe. Drittens ein Vertrauen in die Hygienemaßnahmen, kombiniert mit einer pragmatischen Handhabung (Complex Non-Compliant), weil durch die vorgegebenen Maßnahmen die sozialen und ethischen Werthaltungen gestört waren.

Kaum Veränderungen in den emotionalen, kognitiven und Verhaltensmustern

Nicht nur Overconfidence, die Überschätzung der eigenen Meisterungskompetenz, sondern auch die Überschätzung der Wirkung der Schutzmaßnahmen haben ihren Anteil an Einengung von Offenheit, Reflexivität, Ambivalenztoleranz und Empathie. Das zeitigt Folgen auf der gesellschaftlichen Ebene als Abgrenzungs- und Rückzugsbedürfnis, von dem auch in anderen Forschungen berichtet wird (Merkes et al., 2020; Science Media Center et al., 2022). Die Emotionen, die Einstellung und das Verhalten zu den Hygiene- und Schutzmaßnahmen hatte sich über die verschiedenen Phasen der Pandemie bei den Personen der Gruppen C und NC eher verfestigt. Zwei Ausnahmen davon zeigen eine partielle Entwicklung: Die eine,

das kritische oder pragmatische Überdenken und Variieren unter Beibehaltung der generellen Absicht der Schutzmaßnahmen (Complex-Non-Compliance), die zweite, der Versuch differierende Werte und Ziele gelten zu lassen, getragen durch den Wunsch, als Familie weiter existieren zu können.

Abschließende Bemerkungen

Inwieweit die vorliegenden Antworten der Interviewpartner*innen auf andere, derzeit unsere Gesellschaft bewegende Krisen- und Gefährdungssituationen – Pandemie, Flüchtlingswelle, Klimakrise, Teuerungswelle, Rezession – übertragen werden können, wird weitere Forschung brauchen. Jedoch dürften sich einige Elemente wiederfinden lassen:

Verantwortungsethik in Notlagen versus mögliche Gesinnungen und Werte in ruhigen Zeiten muss Widerstand in Kauf nehmen. Auf der persönlichen Ebene in der Psychotherapie kann es darum gehen, dass die andersdenkende Person in der Zurückweisung und eventuell als Ausgrenzung verstanden wird. Den Ärger und die Frustration darüber bei andersdenkenden Klient*innen in der Psychotherapie werden zunächst bedingungslos akzeptiert. Darüber hinaus mag es über das inhaltlich offene Beziehungsangebot gelingen, Emotionen, Bedürfnisse und Werte, die sich hinter den Standpunkten verbergen, zu klären. Im Falle der Pandemie teilen vermutlich viele Therapeut*innen die Werte zum Umgang mit Gesundheit und Krankheit, Selbstverantwortung dem eigenen Leib gegenüber, Lernen aus Erkrankungen, Bedeutung des liebevollen Kontaktes, Notwendigkeit einer nachhaltigen Lebensweise, kritische Auseinandersetzung mit Normen und Regeln in „ruhigen“ Zeiten. Eine Besonderheit der aktuellen Krisensituationen für die Psychotherapeut*innen ist zusätzlich, dass sie dieselben Anpassungs- und Bewältigungsleistungen vollziehen müssen wie ihre Klient*innen, in demselben Selbsterfahrungsprozess stehen und gleichzeitig in der Therapiesituation Verstehen und bedingungsloses Annehmen kongruent mit den eigenen organismischen Bewertungen anbieten sollen.

Die humanistisch-phänomenologische Wertetheorie zeichnet sich dadurch aus, dass sie einen ganzheitlichen Ansatz bietet, der die kognitiven, affektiven und konativen Aspekte von Werten miteinander und mit anderen Aspekten der Lebenswelt des betreffenden Individuums einschließlich seiner Identität verbindet (Fulford et al., 2019).

Gesellschaftlich wie in der Einzeltherapie herausfordernd sind die Verhärtungen der Standpunkte, die Übergewissheit, die reduzierte Offenheit für Dialog, der Rückzug aus Beziehungen verbunden mit äußerst aversiven Gefühlen. Nicht nur die Pandemie, auch die Klimaveränderung, das Asylrecht für Flüchtlinge haben ähnliche, emotional aufgeladene

11 W.R. Dombrowsky (1989) fordert das Zusammenarbeiten: „Darin besteht der Kern der Katastrophe als soziales Handeln, dass Behörden wie auch Organisationen darauf angewiesen sind, Ansprechpartner in ihrer Umwelt zu haben. Beide benötigen ihre Agenten in der Umwelt, wie die Umwelt ihre Agenten in den Behörden und Organisationen brauchen. Ohne derartige vernetzte Agenten fände keine Vermittlung zwischen Hilfsangeboten und Hilfenachfrage statt.“

Konfrontationen hervorgebracht. Rogers näherte sich in den letzten Jahren konflikthafter interpersonellen, politischen Wertewahrnehmungen (Caspary, 1991) an. In seiner Rede zur Gefahr des Atomkrieges (Rogers, 1982) nahm er Stellung zu diesen Verhärtungen: „Eine der größten Schwierigkeiten in jedem Streit ist wahrzunehmen – und weitaus schwieriger – zu akzeptieren, dass der Gewissheit, mit der wir unser Recht haben und unser Gutsein verspüren, die Gewissheit der Gegenseite über ihr Recht haben und Gutsein immer gleich stark gegenübersteht. Wenn Spannung abgebaut werden soll, dann muss dieses Grundmuster irgendwie aufgelöst werden.“ Einen Ansatz dazu bietet auf der gesamtgesellschaftlichen Ebene Rogers’ *facilitative approach*, der moderierte Austausch, ein auf gegenseitiges Hören zwischen den verfeindeten Positionen ausgerichteter Ansatz.¹²

Hier jedoch endet die Erfahrungsmöglichkeit aus diesen Interviews, da keine der Personen ein therapeutisches Setting aufsuchte. Ebenso bedarf es weiterer Forschung, um die Hinweise auf die subjektiven Prozesse in der Gefährdungssituation Pandemie auf die Prozesse in den thematisch anders gelagerten Gefährdungssituationen, z. B. der Klimakrise, nützen zu können.

Literatur

- Arnezeder, Ch. (2022). Was mich so sicher macht: Overconfidence von Christoph Kolumbus bis zur Covid-19 Pandemie. *Psychologie in Österreich* 4(5), 324–331.
- Behr, M. (2009). Schemas, self, and personality change. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 8(3), 233–242.
- Behr M., Finke J. & S. Gahleitner (2016). Personzentriert sein – Sieben Herausforderungen der Zukunft. 20 Jahre PERSON und 30 Jahre nach Rogers Tod. *Person* 20(1), 14–30.
- Biermann-Ratjen, E.-M. (2003). Das gesprächspsychotherapeutische Verständnis von Psychotrauma. *Person*, 7(2), 128–134.
- Biermann-Ratjen, E.-M., Eckert J. & H.-J. Schwartz (2006). *Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Bonanno, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., & A. M. La Greca (2010). Weighing the Costs of Disaster: Consequences, Risks, and Resilience in Individuals, Families, and Communities. *Psychological science in the public interest: A journal of the American Psychological Society*, 11(1), 1–49. <https://doi.org/10.1177/1529100610387086>.
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory Flexibility: An Individual Differences Perspective on Coping and Emotion Regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591–612. doi: 10.1177/1745691613504116 PMID: 26173226
- Brewin, C. R., Andrews, B., & J. D. Valentine (2000). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 748–766. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.748>
- Brossi, R. (2018). Krisenintervention. In G. Stumm & W. W. Keil (Hrsg.), *Praxis der Personzentrierten Psychotherapie* (2. Aufl., S. 269–280). Berlin: Springer.
- Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe. *Glossar*, Zugriff am 8. 6. 2023 unter Glossar – K – BBK (bund.de).
- Bundesministerium für Inneres: Krisen- und Katastrophenmanagement. Zivilschutz in Österreich. *Staatliches Krisen- und Katastrophenschutzmanagement (SKKM)* (bmi.gv.at), Zugriff am 25. 1. 2023 unter Krisen- und Katastrophenmanagement (bmi.gv.at).
- Caspary, W. R. (1991). Carl Rogers: Values, persons, and politics: The dialectic of individual and community. *Journal of Humanistic Psychology*, 31(4), 8–31.
- Danzer, A. M. & N. Danzer (2016). Analyse: *Die psychischen Langzeitfolgen der Nuklearkatastrophe von Tschernobyl*. Zugriff am 22. 1. 2023 unter <https://www.bpb.de/227103/analyse-die-psychischen-langzeitfolgen-der-nuklearkatastrophe-von-tschernobyl>.
- Diekmann, A. (2020). Emergence of and Compliance with New Social Norms. *Zeitschrift für Soziologie*, 29(4), 236–248. <http://doi.org/10.1515/zfsocz-2020-0021>
- Dombrowsky, W. R. (1981). Katastrophe als soziales Handeln. In W. Schulte (Hrsg.), *Soziologie in der Gesellschaft: Referate aus den Veranstaltungen der Sektionen der Deutschen Gesellschaft für Soziologie, der Ad-hoc-Gruppen und des Berufsverbandes Deutscher Soziologen beim 20. Deutschen Soziologentag in Bremen 1980* (S. 750–753). Bremen: Deutsche Gesellschaft für Soziologie (DGS). <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-189527>
- Dombrowsky, W. R. (1983). Vom ‚Stage Model‘ zum ‚Copability Profile‘: Katastrophensoziologische Modellbildung in praktischer Sicht. In: L. Clausen, W. R. Dombrowsky (Hrsg.): *Einführung in die Soziologie der Katastrophen*.
- Fulford K. W. M. & G. Stanghellini (2019). Values-based Practice. In: Stanghellini G., Broome M., Fernandez A. V., Fusar-Poli P, Raballo A., & R. Rosfort (Hrsg.). *The Oxford Handbook of Phenomenological Psychopathology*. Oxford Handbooks.
- Fuchs, Th. (2018): *Leib Raum Person*. Klett-Cotta.
- Glück, J. & S. Bluck (2013). The MORE life experience model: A theory of the development of personal wisdom. In: M. Ferrari and N. M. Westrate (Hrsg.). *The scientific study of personal wisdom: From contemplative traditions to neuroscience*. New York: Springer.
- Greenberg, S. L. (2016). *Emotionsfokussierte Therapie*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Hofstede, G. (2011). *Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context*. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1014>
- Joseph, S. & P. A. Linley (2004). Adversarial growth and positive change following trauma: Theory, research, and practice. *Ricerche di Psicologia*, 27(1), 177–190.
- Juen, B., Kratzer, D. & T. Beck (Hrsg) (2013). *Krisenintervention und Notfallpsychologie in Großschadenslagen und Katastrophen*. Innsbruck: Studia Verlag.
- Juen, B., Stickler, M., & C. Lamm (2020). *Forschungsupdate Psychosoziale Unterstützung im Rahmen der COVID-19 Krise (Stand: 9. 4. 2020)*. Österreichisches Rotes Kreuz. Universität Innsbruck.
- Juen, B. & A. Kreh (2021). COVID-19 Pandemie. Ihre Auswirkungen auf die psychische Gesundheit und was wir aus anderen Pandemien lernen können. *Psychologie in Österreich* 3&4, S 216–223.
- Keil, S. (2009). Teil II: „Das war ein wichtiger Schritt, mich besser in mein Selbstbild pressen zu können.“ Zur Rekonstruktion der Selbstgestalt eines Klienten und deren Entwicklung in der Psychotherapie auf Basis einer Einzelfallstudie. *Person* 2/2009, 112–123.

12 Mit dem *facilitative approach* (Rogers, 1984) engagierte er sich in Konflikten, die gezeichnet waren von gegenseitigem Hass, Zerstörungswut und scheinbar unauflösbaren Gegensätzen in Irland, Südafrika und anderen. Sehr eindrücklich zeigt dies ein Film über die Förderung der direkten Kommunikation in Belfast zwischen Protestanten und Katholiken in einem ein Video, das ich bei Margaret Warner sehen konnte.

- Keil, S. (2019). Das personenzentrierte Verständnis von Psychotrauma – Zur Integration psychotraumatologischer Erkenntnisse in das personenzentrierte Konzept. *Person* 2/2019, 110–121.
- Kegan, R. (1991/1986). *Die Entwicklungsstufen des Selbst*. München: Kindt Verlag.
- Kochanska, G., & N. Aksan (1995). Mother-child mutually positive affect, the quality of child compliance to requests and prohibitions, and maternal control as correlates of early internalization. *Child Development*, 66 (1), 236–254.
- Lasko, W.W. (1994). Hierarchie der Werte. Wiesbaden: Gabler Verlag.
- Lavino, J. G. & R. B. Neumann (Hrsg.) (2010). *Psychology of Risk Perception*. New York: Nova Science.
- Linley, P. A. (2003). Positive adaptation to trauma: Wisdom as both process and outcome. *Journal of Traumatic Stress* 16 (6), 601–610. doi: 10.1023/B:JOTS.000004086.64509.09.
- Mangelsdorf, J. (2020). Posttraumatisches Wachstum. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie* 19(2). SpringerLink <https://doi:10.1007/s11620-020-00525-5>
- Mauro, G.M. (2021). *Covid-19 Maßnahmen Compliance. Aus welchen Gründen halten Menschen die Covid19-Maßnahmen (nicht) ein?* Masterthesis (Universität Innsbruck).
- Merkes, K., Sara T., Kleinebrahn, A., Flörchinger, V. & M. Voss (2020): *Veränderte Wahrnehmungen der COVID-19-Lage von März bis April 2020: Ergebnisse einer deutschlandweiten Panelbefragung*. KFS Working Paper Nr. 17. Berlin: Katastrophenforschungsstelle. <https://doi:10.17169/refubium-27376>
- Moore, D. A., & Schatz, D. (2017). The three faces of overconfidence. *Social and Personality Psychology Compass*, 11(8), 1–12. <https://doi.org/10.1111/spc3.12331>
- Norris, F. H., & S. A. Murrell (1988). Prior experience as a moderator of disaster impact on anxiety symptoms in older adults. *American journal of community psychology*, 16(5), 665–683. <https://doi.org/10.1007/BF00930020>
- Pierce, C. S. (1991): *Vorlesungen über Pragmatismus*. Leipzig: Meiner Verlag.
- Pennycook, G., McPhetres, J., Bago, B., & D. G. Rand (2020, April 14). Beliefs about COVID-19 in Canada, the U.K., and the U.S.A.: A novel test of political polarization and motivated reasoning. <https://doi.org/10.31234/osf.io/zhjkp>
- Petersen, G. (1984). Die Gefahr eines nuklearen Krieges als Thema in der Psychotherapie. *GwG-info* 56, 209–219.
- Plapp, T. (2004). Wahrnehmung von Risiken aus Naturkatastrophen. Eine empirische Untersuchung in sechs gefährdeten Gebieten Westdeutschlands. In: Werner U. (Hrsg.) *Karlsruher Reihe II, Verlag Versicherungswirtschaft*.
- Rogers, C. R. (1973/1961). *Entwicklung der Persönlichkeit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Rogers, C. R. (1980). Meine Philosophie der interpersonalen Beziehungen und ihre Entstehung. In C. R. Rogers & R. L. Rosenberg (Hrsg.). *Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit* (S. 185–198). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Rogers, Carl R. (1982). Ansichten eines Psychologen über den Atomkrieg: Seine Gefahren, seine mögliche Verhinderung. *GwG-info*, 47, 16–27.
- Rogers, Carl R. (1987/1959). *Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen*. Köln: GwG-Verlag.
- Rosenmayer, I. (1992). Krise: So will ich nicht mehr leben. Extreme Inkongruenzen als Katastrophe und Chance. In: P. Frenzel, P. F. Schmid, M. Winkler (Hrsg.), *Handbuch der Personzentrierten Psychotherapie*, Bergisch Gladbach: Edition Humanistische Psychologie, S. 381–390.
- Schabus, M., Eigl, E.-S. & S. S. Widauer (2022). Psychosoziale Belastungen und Auswirkungen während der Covid-19 Pandemie. *Psychologie in Österreich*, 4&5, 332–341.
- Science Media Center, Bernhard Nocht Institut für Tropenmedizin, Yale Institute for Global Health. *COSMO Studie, Welle 70 (2022)*, Zugriff am 26.1.2023 unter <https://projekte.uni-erfurt.de/cosmo2020>
- Speierer, G.-W. (1994). *Das differentielle Inkongruenzmodell (DIM). Handbuch der Gesprächspsychotherapie als Inkongruenzbehandlung*. Bödlerdorf: Asanger.
- Stumm, G. & W. W. Keil (Hrsg.) (2018) *Praxis der Personzentrierten Psychotherapie (2. Aufl.)* Berlin: Springer.
- Taylor, St. (2020). *Die Pandemie als psychologische Herausforderung: Ansätze für ein psychosoziales Krisenmanagement*. Gießen: Psychosozialverlag.
- Tedeschi, R. G., & L. G. Calhoun (1995). *Trauma & transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks: Sage Publications. <https://doi.org/10.4135/9781483326931>
- Ullmann-Margalit, E. (1977): *The Emergence of Norms*. Oxford: Clarendon Press.
- Weber, M. (1988). Politik als Beruf, In: J. Winkelmann (Hrsg.) *Gesammelte Politische Schriften (5. Auflage)* Tübingen: Mohr Siebeck (S. 551–552).
- Zöllner, T., Calhoun, L. G. & R. G. Tedeschi (2006). Trauma und persönliches Wachstum. Psychotherapie der posttraumatischen Belastungsstörungen. (S. 36–48). In: A. Maercker, R. Rosner, K. Baumann, W. Bultollo & L. G. Calhoun (Hrsg.). *Psychotherapie der posttraumatischen Belastungsstörungen. Krankheitsmodelle und Therapiepraxis*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag.