

# **Das mit dem Unversicherbaren konfrontierte Individuum**

Eine psychologische Betrachtung

---

BRIGITTA STICHER

## **EINLEITUNG**

Die Thematik „Aufbruch ins Unversicherbare“ gewinnt im März 2011 eine besondere Aktualität durch die erschreckenden Geschehnisse in Japan: Vollkommen überraschend bricht in die bundesdeutsche Normalität am 11. März 2011 die Nachricht einer der größten Katastrophen ein, die das hoch entwickelte Land Japan mit einem der stärksten bisher in diesem Land gemessenen Erbeben der Stärke 9.0, gefolgt von einem Tsunami und einer drohenden Atomkatastrophe heimsucht. Der Störfall im Atomkraftwerk Fukushima, über den nur spärliche und in ihrem Wahrheitsgehalt schwer einschätzbare Informationen nach außen dringen, ist offenbar durch den Ausfall der Kühlsysteme in mehreren der Blöcke ausgelöst worden. Fast genau 25 Jahre nach der Katastrophe von Tschernobyl, die sich am 26. April 1986 ereignet hat, ist erneut eine Katastrophe in einem Kernkraftwerk eingetreten, deren Folgen für die restliche Welt noch nicht absehbar sind. Das Leben mit Kernkraftwerken ist besonders gut dazu geeignet, die Auswirkung der Konfrontation mit dem Unversicherbaren auf das Individuum zu verdeutlichen: Zwar schätzen die Experten die Eintrittswahrscheinlichkeit eines Gaus (des größten anzunehmenden Unfalls) als äußerst gering ein, aber wenn er eintritt, sind die Folgen hoch gefährlich bzw. lebensbedrohlich und dies auch für Menschen, die räumlich und zeitlich weit von dem aktuellen Geschehnis entfernt sind. Unabhängig davon, was nun in Fukushima wirklich passiert ist, hat der Verweis auf die geringe Eintrittswahrscheinlichkeit eines Gaus an Überzeugungskraft verloren.

Folgende Fragen drängen sich deshalb stärker auf: Wie lebt das Individuum in einer „Kultur der Unsicherheit“?<sup>1</sup> Wie verhält es sich angesichts der Konfrontation mit dem Unversicherbaren? Welche Reaktionsmuster stehen dem Menschen für den Umgang mit Katastrophen zur Verfügung? Was kann die Wissenschaft der Psychologie, die sich mit dem menschlichen Erleben und Verhalten beschäftigt, zur Klärung dieser Fragen beitragen?

Die Untersuchung des mit dem Unversicherbaren konfrontierten Individuums beginnt mit dessen Wahrnehmung. Die individuelle Risikowahrnehmung bzw. -einschätzung bildet den Anfang des Prozesses, den es zu untersuchen gilt: Erst wenn ich ein Ereignis wahrnehme und darüber hinaus zu der Einschätzung komme, das von diesem eine Bedrohung für mich ausgeht, entsteht Angst, die auf verschiedene Art und Weise erlebt und bewältigt werden kann. Die psychologische Stress- und Traumaforschung liefert interessante Aussagen darüber, wie das Individuum mit als bedrohlich wahrgenommenen Ereignissen umgeht. Die starke Gewichtung der individuellen Verarbeitungsprozesse wird aber zunehmend auch innerhalb der Stressforschung kritisiert und die Aufmerksamkeit auf die Einbindung des Individuums in sein Umfeld gelenkt. So betont z. B. Hobfoll in seiner Conservation of Resources Theorie (COR)<sup>2</sup>, dass den Ressourcen, die dem Individuum als Teil dieses Netzwerkes zur Verfügung stehen, für die Stressbewältigung besonders hohe Bedeutung zukommen. Auch die Forschung der letzten zehn Jahre, die sich mit der Frage beschäftigt, wie es Menschen gelingt, Katastrophen zu bewältigen, kommt zu dem Ergebnis, dass dies entscheidend von der Ausstattung mit ökonomischen und sozialen Ressourcen abhängt.

Im Folgenden wird dieser Gedankengang differenzierter dargelegt. Das Credo lautet: Die Auseinandersetzung mit der individualpsychologischen Perspektive lohnt sich, sensibilisiert für die verschiedenen Bewältigungsformen des mit dem Unversicherbaren konfron-

- 
- 1 Ulrich Beck: „Neue ‚Sicherheitsphilosophie‘ notwendig.“ Ulrich Beck im Gespräch mit Jan-Christoph Kitzler am 14. März 2011. Siehe: <http://www.dradio.de/dkultur/sendungen/interview/1410642/>
  - 2 Stevan E. Hobfoll: „The Influence of culture, community, and the nested-Self in the Stress Process. Advancing Conservation of Resources Theory“, in: International Association for Applied Psychology 50, 3, (2001), S. 337-421.

tierten Individuums, sollte aber notwendigerweise um die soziologische Perspektive erweitert werden, um sinnvolle Anknüpfungspunkte für die Zukunft zu bieten.

## RISIKOWAHRNEHMUNG DES INDIVIDUUMS

Die Beschäftigung mit der Frage, wie das Individuum sich angesichts der Konfrontation mit dem Unversicherbaren verhält, beginnt mit dessen Wahrnehmung: Ohne die (bewusste) Wahrnehmung eines Ereignisses erfolgt keine Reaktion. Unendlich viel strömt kontinuierlich über unsere Sinne ein. Wir können diese Wahrnehmungsströme mit einem Fließband vergleichen, auf dem in hoher Geschwindigkeit viele Gegenstände transportiert werden. Erst wenn wir einen Gegenstand herausgreifen, ihn näher betrachten, wird er bewusst wahrgenommen und einer Analyse unterzogen. Und diese Analyse hat aus Überlebensgründen einzuschätzen, worin Bedeutung und Zweck des Wahrgenommenen für uns persönlich bestehen. Dies macht deutlich, dass das Individuum nicht eine äußere Wirklichkeit abbildet, sondern die aus der Umwelt aufgenommenen Signale einem aktiven Verarbeitungsprozess unter Rückgriff auf eigene Erfahrungen, Wissen, Werte und Wünsche unterzieht. Besonders alarmiert sind wir, wenn etwas als Gefahr erkannt wird.

Aber genau diese Einschätzung der Gefahr, die von etwas ausgeht, und darauf aufbauend die Einschätzung der Höhe des Risikos, das besteht, wenn wir uns einer bestimmten Situation aussetzen, wird heute für den Einzelnen immer schwieriger. Die modernen Produktionsprozesse führen zu sehr abstrakten Risiken, bei denen sowohl das Schadenspotenzial als auch die Eintrittswahrscheinlichkeit schwer zu bestimmen sind. Unsere Sinne können uns nur noch selten helfen, die Gefährlichkeit einzuschätzen. Eine der größten Gefahrenquellen, die Radioaktivität, können wir weder sehen noch fühlen, weder hören noch schmecken. Wir sind auf Informationen angewiesen, deren Wahrheitsgehalt es zu beurteilen gilt. Und um dies erfolgreich zu tun, fehlen gültige Beurteilungskriterien. Als Notlösung bewerten wir die Glaubwürdigkeit des Überbringers der Informationen und die Reaktionen uns vertrauter Menschen im Umfeld. Daraus ziehen wir dann unsere Schlüsse über die Art und das Ausmaß der Gefahren und entscheiden, ob wir bestimmte Risiken eingehen oder nicht. An dieser kurzen Ausführung wird deutlich, dass wir immer seltener die Gefahr

sinnlich wahrnehmen können, sondern ausgehend von sozialen Prozessen die Gefahr einschätzen und die Höhe des für uns akzeptablen Risikos konstruieren.

Gehen wir nun einmal einen Schritt zurück: Selbst wenn bezogen auf bestimmte Gefahrenquellen Experten in der „objektive Risikowahrnehmung“ übereinstimmen, gibt es psychologische Prozesse, die dazu führen, dass die „subjektive“ Risikowahrnehmung des Individuums deutlich von jener abweicht. Wie lässt sich dies erklären? Dass diese Risikowahrnehmung subjektiv ist, bedeutet keineswegs, dass sie beliebig ist. Und es bedeutet auch nicht, dass sie zwangsläufig schlechter ist als die der Experten. Vergleicht man die intuitive Risikoabschätzung der Individuen mit der wissenschaftlich-technischen, quantitativen Risikoabschätzung der Experten, so ist die subjektive zugleich einfacher aber auch umfassender. Sie ist einfacher, weil sie sich nicht auf methodisch ausgefeilte und systematische Verfahren stützt. Sie ist aber umfassender, weil sie auch zahlreiche qualitative Aspekte umfasst, die bei der wissenschaftlich-technischen Risikoabschätzung nicht berücksichtigt werden.<sup>3</sup> Diese qualitativen Aspekte werden in den persönlichen Entscheidungsprozess einbezogen. Auch wenn es ein persönlicher Entscheidungsprozess ist, unterliegt er quasi-universellen Mustern, die die sozialwissenschaftliche Forschung herausgearbeitet hat. Es handelt sich um Heuristiken der Urteilsbildung. Was versteht man unter Heuristiken? Heuristiken sind einfache Strategien, mittels derer das Individuum ohne großen Aufwand und auch bei nur geringer zur Verfügung stehender Information Wahrscheinlichkeiten einschätzen kann und Urteile fällt. Gigerenzer<sup>4</sup> nennt diese Heuristiken „Faustregeln“. In seinem Buch „Bauchentscheidungen“ führt er aus, dass wir über genetisch, kulturell und individuell hervorgebrachte und übermittelte Faustregeln verfügen, die mit einem Werkzeugkasten vergleichbar sind. Sie helfen uns schnell zu überraschend guten Entscheidungen zu kommen. Gigerenzers Ausführungen

---

3 Vgl. H. Schütz/P. M. Wiedemann: „Risikowahrnehmung in der Gesellschaft“, in: Bundesgesundheitsbl.-Gesundheitsforsch-Gesundheitsschutz 7 (2003), S. 551.

4 Gerd Gigerenzer: Bauchentscheidungen. Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition, München: Goldmann 2008, S. 28.

knüpfen an den Arbeiten von Tversky und Kahnemann<sup>5</sup> an, die sich bereits zu Beginn der 70er Jahre mit den Heuristiken der Urteilsbildung beschäftigt haben. Allerdings konzentrierten sie sich vor allem auf die Fehler, die im Denken auftauchen. Eine von ihnen dargestellte Heuristik ist für die subjektive Risikowahrnehmung sehr bedeutsam, die Verfügbarkeits-Heuristik: Diese besagt, dass Menschen die Häufigkeit von Ereignissen umso höher einschätzen, je leichter sie sich diese oder ähnliche Ereignisse vorstellen oder sich an sie erinnern können. Normalerweise ist diese Heuristik hilfreich, da Ereignisse, an die wir uns leicht erinnern können, auch häufiger vorkommen. Die Anwendung dieser Heuristik führt uns aber in die Irre, wenn wir unsere Informationen aus den Massenmedien beziehen. Denn in den Massenmedien wird über schreckliche Geschehnisse bevorzugt berichtet. Die Nutzung von Informationsquellen, die ein verzerrtes Bild von der Welt vermitteln, kann folglich zu falschen Wahrscheinlichkeitseinschätzungen führen.

Welches sind nun die qualitativen Aspekte der subjektiven Risikowahrnehmung, die in die Heuristik der Entscheidungsfindung eingebaut werden? Dem Individuum ist besonders wichtig, sich *freiwillig zu entscheiden*. Ist dies der Fall, dann steigt dessen Bereitschaft, mögliche Gefahren auf sich zu nehmen. Lenken wir den Blick wieder nach Japan: Dort weiß man um die hohe Gefahr von Naturkatastrophen. Japan zählt zu den aktivsten Erdbebenregionen der Welt, hier bebt die Erde ca. 5000 Mal im Jahr in unterschiedlicher Stärke. Vielen Japanern stünde grundsätzlich die Möglichkeit offen, das Land zu verlassen. Auch wenn der Umsetzung dieser Möglichkeit viele Hindernisse wie z. B. der Erwerb einer anderen Sprache und das Verlassen des vertrauten Umfeldes im Wege stehen, gibt es diese Option. Da sie sich mehr oder weniger bewusst entschieden haben, mit dem Risiko zu leben, werden auch die möglichen auftretenden negativen Folgen anders wahrgenommen.

Die Person fragt sich des Weiteren, wie „schrecklich“ die Folgen des Schadenseintritts für sie und die ihr nahestehenden Personen jetzt und in Zukunft sind bzw. sein werden. Verdeutlichen wir dies am Beispiel der subjektiven Einschätzung des Risikos, das mit dem Autofah-

---

5 Amos Tversky/Daniel Kahnemann: „Availability. A heuristic for judging frequency and probability“, in: Cognitive Psychology 4 (1973), S. 202-232.

ren bzw. mit dem Benutzen eines Flugzeuges verbunden ist. Unbestreitbar ist die Wahrscheinlichkeit, bei einem Autounfall zu Schaden zu kommen, wesentlich höher als bei einem Flugzeugabsturz. Aber die wahrgenommene *Schrecklichkeit* der Risiken des Fliegens liegt deutlich höher als die des Autofahrens. Aus Berichten von Flugzeugabstürzen wissen wir, dass katastrophale bzw. tödliche Folgen für die Mehrzahl der Flugzeuginsassen zu erwarten sind. Beim Autounfall hingegen sind oft nur Wenige betroffen und diese kommen mit etwas Glück mit einer vorübergehenden Beeinträchtigung ihrer Gesundheit davon. Da nützt es wenig, dass die Experten versichern, dass die Wahrscheinlichkeit eines Flugzeugabsturzes als äußerst gering einzuschätzen ist. Denn wenn die Gefahr eintritt – und dies kann nach dem Zufallsprinzip zu jedem Zeitpunkt geschehen – sind die Gefahrenpotenziale katastrophal. Dies wird besonders bei Kernkraftwerken deutlich, wie die Geschehnisse von Tschernobyl (1986) und Fukushima (2011) zeigen: Die wahrgenommene Schrecklichkeit der Folgen eines Gaus und das Wissen darum, dass dieses Ereignis jederzeit eintreffen kann, steigern noch dessen Bedrohungspotential.

Halten wir an dieser Stelle folgende zentrale Erkenntnis fest: Von uns selbst steuerbare Gefahren werden bei der intuitiven Risikoeinschätzung systematisch unterschätzt, selbst wenn sie eine hohe Eintrittswahrscheinlichkeit haben, während die Gefahren, auf die wir keinen Einfluss haben und die ohne unsere Einwilligung auf uns zukommen, selbst wenn diese eine geringe Eintrittswahrscheinlichkeit haben, weitgehend überschätzt werden! Der amerikanische Kommunikationsforscher Peter Sandman<sup>6</sup> formuliert dies treffend so: „*The risks that kill you are not necessarily the risks that anger and frighten you.*“

Ein weiterer Aspekt muss noch genannt werden, der auf die Wahrnehmung der „Schrecklichkeit“ eines Ereignisses großen Einfluss hat: Für das Individuum ist von Bedeutung, wie die Gefahren in seine Lebenswelt eindringen: Wird die Person *plötzlich* mit einem hohen Schaden konfrontiert, nimmt sie diesen stärker wahr, als wenn der Schaden über einen längeren Zeitraum langsam auf dasselbe Ausmaß ansteigt. Dies Phänomen der Gewöhnung (Habituation) kann am Experiment des „gekochten Frosches“ verdeutlicht werden: Wenn man

---

6 Peter M. Sandman: „Risk communication. Facing public outrage“, in: EPA 13 (1987), S. 21-22.

einen Frosch in einen Topf mit heißem Wasser wirft, wird er sofort reagieren und wieder aus dem Topf springen. Setzt man aber einen Frosch in einen Topf mit kaltem Wasser und erhitzt das Wasser ganz langsam, bleibt der Frosch in dem Wasser sitzen, bis er verbrüht.<sup>7</sup> Wir sind zwar keine Frösche, aber die Gewöhnung selbst an Katastrophen, lässt sich auch bei den Menschen beobachten.

Diese Reaktionsabschwächung ist grundsätzlich sinnvoll, weil das Gehirn dadurch Kapazitäten zur freien Verfügung hat, um Neues aufzunehmen und zu verarbeiten. Aber es kann auch dazu führen, dass wir die Gefahren um uns herum und die „fernen Katastrophen“ nicht mehr wahrnehmen, unseren „Gefahrenradar“ ausschalten und es uns ergeht, wie den gekochten Fröschen.

## WIE BEWÄLTIGT DAS INDIVIDUUM DIE KONFRONTATION MIT DEM UNVERSICHERBAREN?

Für das Individuum ist jeder neue Tag ein Aufbruch ins Unversicherbare: Durch ein unerwartetes Ereignis, z. B. den Tod eines geliebten Menschen, kann alles, was bisher in vertrauten Bahnen verlief, zusammenbrechen. Aber auch der normale Alltag mit den vielen Prozessen, die sich der direkten Kontrolle entziehen, stellt bereits eine immense Herausforderung dar. Dies gilt nun aber in ganz besonderem Maße für die Konfrontation mit möglichen und eingetretenen Katastrophen. Wie das Individuum mit derartigen Herausforderungen zurechtkommt, hat die *psychologische Stressforschung* sehr intensiv untersucht. Prominentester Vertreter ist R. S. Lazarus, dessen Theorie sich in folgenden Kernaussagen zusammenfassen lässt: Stress entsteht erst dann, wenn äußere Anforderungen auf das Individuum treffen: Das Individuum kommt unter Bezugnahme auf die ihm verfügbaren Bewältigungsmöglichkeiten zu der Einschätzung, dass die Umweltanforderungen mit seinen Bewältigungsmöglichkeiten nicht ohne Weiteres zu beherrschen sind.<sup>8</sup> Nicht die objektiven Merkmale des Ereignis-

7 Markus Hofmann: „Sie sind schuld, dass unsere Erde untergeht!“. Siehe <http://www.unvergesslich.de/leser/items/sie-sind-schuld-dass-unsere-erde-untergeht.html> vom 21.03.2011.

8 Richard S. Lazarus: *Psychological Stress and the coping process*, New York: McGraw-Hill 1966.

ses sind folglich entscheidend. Ganz in Übereinstimmung mit den gerade dargelegten Erkenntnissen der subjektiven Risikowahrnehmung ist entscheidend, wie die Person dieses Ereignis bewertet. Dieser Bewertungsprozess lässt sich in zwei Einschätzungen (appraisal) unterteilen: Bei der ersten Einschätzung fragt sich die Person, ob das Ereignis für sie bedrohlich ist oder nicht. Wird diese Frage bejaht, dann geht es in der zweiten Einschätzung um die Bewältigungsmöglichkeiten (Coping), die der Person zur Verfügung stehen, um mit dieser Bedrohung umzugehen. Die Person beurteilt, auf welche persönlichen und sozialen Ressourcen sie zurückgreifen kann, um mit dem Stressor umzugehen. Je ungünstiger die Einschätzung der Bewältigungsmöglichkeiten in Anbetracht des als bedrohlich bewerteten Ereignisses ausfallen, desto höher der erlebte Stress. Dieser Ansatz ist von hoher Bedeutung, weil die einfache Verbindung einer durch bestimmte Merkmale charakterisierten äußeren Situation und dem individuellen Stresserleben und -verhalten durch moderierende kognitive Prozesse ergänzt wird.

## Die verschiedenen Bewältigungsstrategien

Wenn das „Unversicherbare“ als bedrohlich wahrgenommen wird, stehen dem Individuum grundsätzlich zwei Bewältigungsformen (auch Copingstrategien genannt) zur Verfügung: die problemzentrierte oder die emotionszentrierte Bewältigung<sup>9</sup>. Zur *problemorientierten Bewältigung* zählen alle Handlungen oder problemlösenden Aktivitäten, mit denen versucht wird, die Stressoren bzw. die entsprechende Situation zu verändern. Zu der *emotionsorientierten Bewältigung* hingegen werden die Maßnahmen gerechnet, mit denen die Person auf sich selbst Einfluss nimmt, um mit einer – häufig nicht veränderbaren – Situation umzugehen.

Dass beide Formen der Bewältigung eng miteinander verbunden sein können, wird am Beispiel des Umgangs mit der Erdbebengefahr in Japan deutlich. Das Erdbeben selbst ist ein nicht kontrollierbarer Stressor und stellt eine starke Bedrohung für die körperliche Unversehrtheit der Menschen dar. Da sich mit dem ständigen Bewusstsein einer drohenden Gefahr nicht gut leben lässt, muss zur *emotionszentrierten Bewältigung* gegriffen werden: die Gefahr wird kollektiv

---

9 Richard S. Lazarus/Susan Folkman: Stress, appraisal and coping, New York: Springer 1984.



verdrängt, die mit den Naturkatastrophen verbundene Angst abgewehrt. Hierzu ist es notwendig, die bedrohlichen Vorstellungen von der bewussten Wahrnehmung auszuschließen. Um dies zu erreichen ist es sinnvoll, die Vorstellungen von den Gefahren gar nicht in Erinnerung zu rufen, damit die inneren Bilder mit der Zeit verblassen. Durch die Häufigkeit der Beben in Japan ist ein Verdrängen aber nur begrenzt möglich, lediglich die bedrohlichen Vorstellungen, die mit den Worten Erdbeben, Naturkatastrophe etc. verknüpft sind, können vom Bewusstsein ferngehalten werden. Dies geschieht in Japan durch einen kollektiven Lernprozess, den die in Deutschland lebende Japanerin Yoko Tawada folgendermaßen beschreibt: „*Wir haben als Kind gelernt, im Fall der Naturkatastrophe Ruhe zu bewahren. Schon wenn ich das Wort ‚Naturkatastrophe‘ höre, werde ich ganz ruhig.*“<sup>10</sup> In Japan wird von klein auf gelernt, das Wort „Naturkatastrophe“ mit der Gewissheit zu verknüpfen, dass diese Situation zu bewältigen ist. Um den mit dem Erdbeben verbundenen Schaden so gering wie möglich zu halten, wurde und wird in Japan aber auch viel unternommen, also *problemzentrierte Bewältigung* praktiziert, wie z. B. der Bau von erdbebensicheren Gebäuden. In der japanischen Bevölkerung hat der Glaube an die Macht der Technik, das Vertrauen in die technischen Errungenschaften, die die Auswirkung der Naturkatastrophen und somit das Ausmaß der Bedrohungen minimieren, einen sehr hohen Stellenwert. Die gedankliche Verknüpfung könnte folgendermaßen lauten: „Es gibt Erdbeben, aber aufgrund der hohen technischen Entwicklung sind wir bestmöglich vor den schlimmen Auswirkungen geschützt“. Dieses wichtige Gefühl, die Situation kontrollieren zu können, wird auch durch die Einübung konkreter Verhaltensweisen im Umgang mit den Katastrophen verstärkt. Die Japaner lernen, wie sie sich beim Erdbeben konkret verhalten sollen, z. B. unter einem Tisch Schutz zu suchen. Sie lernen, was bei bestimmten Sirenentönen zu tun ist und haben den mit den überlebenswichtigsten Utensilien gepackten Rucksack möglichst griffbereit. Und sie üben diese Verhaltensweisen gemeinsam mindestens einmal im Jahr ein, in der Schule und am Arbeitsplatz. Sie lernen, dass es wichtig ist, auch in ungewöhnlichen und bedrohlichen Situationen gelassen zu bleiben und sich um kleine Dinge zu küm-

---

10 Yoko Tawada: „Die Ruhe im Sturm. Das Wort Katastrophe klingt für japanische Ohren anders als für deutsche“, in: Der Tagesspiegel vom 15.03.2011.

mern, die man tun kann. Sie lernen Ausdauer und Durchhaltevermögen.

Wie sieht es in Deutschland aus? Welche Bewältigungsformen konnten nach Tschernobyl beobachtet werden? Wie Moser<sup>11</sup> ausführt, haben die Menschen die Unkontrollierbarkeit der äußeren Situation massiv erlebt. Möglichkeiten, die Illusion von Kontrollierbarkeit dennoch wieder herzustellen, sind zum einen das Bemühen, sich eingehend über die radioaktive Bedrohung zu informieren, Schutzmaßnahmen zu ergreifen (z. B. Kauf von Strahlenmessgeräten) und aktiven Protest zu organisieren (Demonstrationen, Mahnwachen etc.). Die Studie kommt zu dem Ergebnis, dass „mehr als die Hälfte der Befragten Informationssuche, politisches Eintreten gegen Atomkraft und Schutzmaßnahmen gegen eigene Strahlenbelastungen als bevorzugte Bewältigungsmöglichkeiten“<sup>12</sup> nutzten. Allerdings droht immer wieder die Erkenntnis, dass die problemzentrierten Bewältigungsversuche letztendlich die Gefahr nicht bannen können. In Anbetracht der begrenzten Handlungsoptionen kommt den emotionszentrierten Bewältigungsstrategien ebenfalls große Bedeutung zu: Die Situation kann z. B. bagatellisiert und den beruhigenden Aussagen der Experten Vertrauen geschenkt werden. Diese Verarbeitungsformen wurden aber nur von einer Minderheit gewählt.

Schauen wir in die Gegenwart, dann sind weitere emotionszentrierte Bewältigungsformen anzutreffen: die Konfrontation mit dem Unversicherbaren und die damit zusammenhängend als ungerecht bewertete Einschränkung der Lebensqualität nicht nur für die Gegenwart, sondern auch für die Zukunft, führt zu Ärger und Wut, der sich vor allem gegen die „Verursacher“, große Konzerne und staatliche Einrichtungen, richtet. Diesen Gefühlen wird öffentlich Ausdruck verliehen und dadurch zumindest eine gewisse emotionale Entlastung erzielt, auch wenn die Hoffnung auf Veränderung gering oder gar nicht vorhanden ist. Diese Form des Protests läuft aber Gefahr, eine eskalative

---

11 Helmut Moser unter Mitarbeit von Th. Leithäuser: *Bedrohung und Beschwichtigung. Die politische und seelische Gestalt technischer, wirtschaftlicher und gesundheitlicher Gefährdungen*, Weinheim: Deutscher Studien Verlag 1987.

12 Siegfried Preiser/Constanze Beierlein/Katharina Oerder: „Bedrohung und Beschwichtigung? Leben mit und nach Fukushima (14.04.2011)“.  
[http://www.bdp-politische.de/aktuell/beitrag\\_japan\\_14april2011.html](http://www.bdp-politische.de/aktuell/beitrag_japan_14april2011.html)

Dynamik in Gang zu setzen. Eine weitere Verhaltensweise, die ebenfalls in Verbindung mit der Konfrontation des Individuums mit dem Unsicherbaren gebracht werden kann, besteht in der Konzentration vieler Menschen auf die Gegenwart, die Zukunft wird quasi ausgeblendet. Die Aktivitäten sind auf die Steigerung von Lustgewinn in der Gegenwart ausgerichtet, ohne an zukünftige Folgen zu denken. Hierbei handelt es um übermäßigen Konsum von Nahrungsmitteln und Drogen oder die Durchführung von riskanten Verhaltensweisen, die einen massiven Adrenalinausstoß verursachen. Der Konsum von Katastrophenfilmen ist in diesem Lebensstil ebenfalls verortet: Das Nervenkrabbeln beim Anschauen von Katastrophenfilmen macht Spaß, das Ansteigen der Spannung und die anschließende garantierte Entspannung führen zu einer Belebung der häufig langweiligen Alltagsrealität.

## BRAUCHBARKEIT DER CONSERVATION OF RESOURCES THEORIE VON HOBFOLL

Die Auflistung der verschiedenen Bewältigungsformen wirft folgende Fragen auf: Wovon hängt es ab, zu welcher Bewältigungsform eine Person greift? Haben alle Individuen grundsätzlich die Möglichkeit, die Bewältigungsformen frei zu wählen? Welche Folgen haben die verschiedenen Bewältigungsformen für andere Personen in der Gesellschaft?

Um auf diese Fragen eine Antwort zu erhalten, bietet sich ein Rückgriff auf eine neuere Stresstheorie an, die Stresstheorie von Steven E. Hobfoll. In seiner Conservation of Resources-Theory (COR) stellt er einen integrativen Ansatz zur Verfügung, der die Überbetonung der individuellen Bewertung (appraisal) im Rahmen der Stresstheorie von Lazarus zugunsten einer stärkeren Gewichtung der Einbindung des Individuums in dessen enges und weiteres soziales Netzwerk ausgleicht. Der Schwerpunkt seiner Betrachtung kommt in der folgenden Formulierung gut zum Ausdruck: „*individual-nested in family-nested in tribe*“<sup>13</sup>. Seine Theorie basiert auf der Annahme, dass Menschen zum Überleben auf Ressourcen angewiesen sind. Hobfoll unterteilt Ressourcen in Objektressourcen (materielle Dinge), Bedingungsressourcen (wie Familienstand, Alter, Gesundheit und berufliche

---

13 S. Hobfoll: The Influence of culture, S. 338.

Position), persönliche Ressourcen (Fähigkeiten und Eigenschaften) und Energieressourcen (Zeit, Geld, Wissen etc.)<sup>14</sup>. Ein extremes Ereignis, wie ein Erdbeben, ein Tsunami oder ein Atomunfall, stellt eine massive Bedrohung dieser Ressourcen dar. Der Schlüssel zum Verständnis von Stress ist nach Hobfolls COR-Theorie der befürchtete oder der eingetretene Verlust von Ressourcen. Die mit dem Ereignis einhergehenden Belastungen stellen ein gemeinsames Problem dar, das von allen Beteiligten Bewältigungsbemühungen verlangt.

Um zu verstehen, wie das Individuum den Stress, der durch die Bedrohung der Ressourcen entsteht, bewältigt, muss z. B. einbezogen werden, dass das Individuum als soziales Wesen ein Bedürfnis nach sozialer Bindung hat und auch bereit ist, persönliche Bedürfnisse zugunsten des Wohls der Gruppe zurückzustecken. Die Kernaussage lautet, dass erfolgreiche Stressbewältigung nicht als Ansammlung individueller Fähigkeiten zu verstehen ist, sondern eine soziale Dimension hat. Um diese soziale Dimension in die Stressbewältigung einzubeziehen, hat Hobfoll ein multiaxiales Copingmodell entwickelt. Dieses Modell umfasst drei Achsen: Die erste Achse hat die Endpunkte „aktive Bewältigung“ und „passive Bewältigung“. Aktiv bedeutet, dass die Person Probleme bewältigt und neue Ressourcen aufbaut, bei passiver Bewältigung stehen Vermeidung und vorsichtiges Handeln im Vordergrund. Die zweite Achse hat die Endpunkte prosoziale und antisoziale Bewältigung. Bei prosozialem Verhalten wird der Kontakt mit anderen gesucht, um ihnen Hilfe zu geben aber auch deren Hilfe anzunehmen. Bei antisozialer Bewältigung hingegen wird der eigene Vorteil auf Kosten anderer gesucht. (Auf die dritte Achse, die indirekte bzw. direkte Bewältigung, soll hier nicht näher eingegangen werden, da sie weniger bedeutungsvoll ist). Interessant ist im Zusammenhang mit der Bewertung der Bewältigungsstrategien die anhand vieler Untersuchungen belegte Aussage von Hobfoll, dass gesundes Coping aktiv und prosozial ist: *„Aktives Coping, gekoppelt mit einem positiven*

---

14 Stevan Hobfoll/Petra Buchwald: „Die Theorie der Ressourcenerhaltung und das multiaxiale Copingmodell – eine innovative Stresstheorie“, in: Petra Buchwald/Christine Schwarzer/Stevan E. Hobfoll (Hgg.), Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping. Göttingen: Hogrefe 2004, S. 13.

*Gebrauch der sozialen Ressourcen steht ... für eine erfolgreiche Stressbewältigung.*<sup>15</sup>

Welche Ressourcen nun für das Individuum als Mitglied einer Gruppe besonders schützenswert sind und zu welcher Bewältigungsstrategie es greift, hängt auch stark von der Gesellschaftsstruktur ab, den verinnerlichten Regeln und Richtlinien für Einstellungen und Verhalten. Diese sind z. B. in der stärker kollektiv ausgerichteten Gesellschaftsstruktur Japans andere als in den eher individualistisch ausgerichteten europäischen Gesellschaftsstrukturen. So ist es dem europäischen Betrachter schwer verständlich, warum angesichts der radioaktiven Bedrohung viele Menschen in Tokio nicht die Stadt verlassen haben und zu an anderen Orten lebenden Familienmitgliedern oder Freunden gezogen sind, um ihre Gesundheit als elementar wichtige Bedingungsressource vor Schädigung zu bewahren. Eine Erklärung für dieses Verhalten lautet: In Anbetracht der engeren Verbindung vieler Japaner mit der Gemeinschaft und der dieser gegenüber erlebten hohen Verpflichtung würde der Weggang aus der Stadt in der Katastrophensituation als Verrat an den Menschen im Umfeld erlebt und die bestehenden sozialen Bindungen massiv gefährden. Das Verhalten vieler Japaner lässt sich nur verstehen, wenn die über Jahrhunderte tradierte Haltung hinzugezogen wird, die besagt, dass die Erfüllung des Lebens nicht in der Selbstverwirklichung liegt, sondern in der Erfüllung der Aufgabe in der Gruppe. Ein solidarisches Glied der Gemeinschaft zu sein, hat offenbar tendenziell einen deutlich höheren Stellenwert, als die eigene Gesundheit und die der Familie zu bewahren. Die Japanologin Foljanty-Jost<sup>16</sup> veranschaulicht diese kollektive Grundhaltung durch das japanische Sprichwort: „*Der Nagel, der herauschaut, muss eingeschlagen werden*“. Die katastrophale Lage stellt eine Herausforderung für alle dar, die nur gemeinsam zu bewältigen ist. Unter Rückgriff auf die Katastrophe in Japan wird folglich deutlich, dass nicht nur die Wahrnehmung und Bewertung des Ereignisses, sondern auch die Auswahl der Bewältigungsstrategien nur durch Rückgriff auf den kulturellen Kontext verständlich sind. Lassen wir dies Hobfoll mit seinen eigenen Worten sagen:

15 S. Hobfoll/P. Buchwald: Die Theorie der Ressourcenerhaltung, S. 18.

16 Gesine Foljanty-Jost: „Widerstehen ist alles“. Eine Woche nach der Flut: Die Japanologin Gesine Foljanty-Jost über Technik, Gefühl und Verdrängung“, in: Der Tagesspiegel vom 18.03.2011.

Indeed, how resources are ranked and valued is a reflection of what constitutes culture. Resources gain their essential character because they act to sustain the individual-nested in family-nested in tribe.<sup>17</sup>

[...] individuals will attempt to sustain their resources through action and cognition and will endeavor to enlist their resources in proactive coping, but will do so within the limits set by their resource availability and the allowable channels of behavior and thought outlined by culture and its structures.<sup>18</sup>

Eine weitere Kernaussage der COR-Theorie lautet, dass Ressourcenverluste eine viel stärkere Auswirkung auf die Menschen haben, als Ressourcengewinne. Diese Aussage hat für die Konfrontation der Menschen mit Katastrophen eine besondere Bedeutung: Hobfoll zeigt anhand zahlreicher Studien auf, dass für Menschen, die aufgrund ihrer schlechten Ressourcenausstattung sehr verletzlich (vulnerabel) erscheinen, (befürchtete oder reale) Verluste besonders bedrohlich sind. Es entsteht eine sich schnell entwickelnde Negativ- bzw. Verlustspirale. Aus Angst, das Wenige, was sie haben, noch zu verlieren, greifen diese Menschen häufig zu Verteidigungsstrategien, die für die Personen, die nicht zu ihrer Gruppe gehören, wenig sozial verträglich sind.

Unter Rückgriff auf diese Kernaussage lässt sich für die deutsche Bevölkerung die Vermutung ableiten, dass die Menschen, die über eine gute Ressourcenausstattung (Einbindung in ein soziales Netzwerk, hohe persönliche und soziale Kompetenzen, materielle Absicherung etc.) verfügen, die sie schützen wollen, eher zu sozial verträglichen Formen greifen, wie z. B. dem politischen Protest. Da sie häufig aufgrund der bisherigen Lebensgeschichte durch eigenes Handeln auf das Geschehen in ihrem Umfeld Einfluss nehmen konnten (Erfahrungen von Selbstwirksamkeit), hoffen sie durch aktive Bewältigungsformen auch in dieser schwierigen Situation noch etwas bewirken zu können. Anders hingegen die Menschen, die sich bereits an den Rand der Gesellschaft gedrängt fühlen. Fehlende materielle Ressourcen gekoppelt mit fehlenden persönlichen Ressourcen gehen in der Regel nicht mit einer internalen politischen Selbstwirksamkeitserwartung einher: Diese Menschen glauben nicht, dass mittels ihrer Handlungen gewünschte Veränderungen herbeiführen können. Diese fehlende interne Selbst-

---

17 S. Hobfoll: The Influence of culture, S. 343.

18 Ebd., S. 354.

wirksamkeitserwartung kann auch die bereits erwähnte Bewältigungsstrategie der „Konzentration auf Lustgewinn in der Gegenwart“ verständlich machen. Die intensive Beschäftigung mit Risikoverhalten zeigt, dass diese besonders häufig von den Menschen ausgeführt wird, die sich in prekären sozialen Lagen befinden.<sup>19</sup>

Gehen wir einen Schritt weiter: Nach einem katastrophalen Ereignis kann es zu massiven Verlusten von Ressourcen jeglicher Art kommen: Nicht nur materielle Güter sind zerstört, sondern die Gesundheit ist möglicherweise beeinträchtigt, wichtige Bezugspersonen sind tot und Zukunftsperspektiven zerstört. Wenn diese Verluste nicht adäquat bewältigt bzw. kompensiert werden können, ist zu befürchten, dass sich die gesellschaftlichen Gruppen massiv bedroht fühlen, die im Alltag schon vor dem Ereignis Ausgrenzung und Benachteiligung erfahren haben. Diese greifen dann möglicherweise auf antisoziale Copingstrategien zurück, um neue Ressourcen zu gewinnen. Dadurch droht nach einer Katastrophe ein immer stärkeres Auseinanderklaffen zwischen Gruppierungen mit wenigen und Gruppierungen mit vielen Ressourcen. In der Folge könnte die gesellschaftliche Trennung, die Stadtsoziologen unter den Begriffen der ‚Segregation‘ und ‚Exklusion‘ vermehrt zum Thema machen, beschleunigt werden. So warnt z. B. der Stadtsoziologe Häußermann<sup>20</sup> vor der wachsenden Gefahr der Spaltung der Städte in die Menschen, die dazugehören und diejenigen, die ausgegrenzt sind: Arme, Arbeitslose, Menschen mit niedrigem Bildungsniveau und häufig auch mit der Herkunft aus einer ethnischen Minderheit. Um Missverständnisse zu vermeiden, sei besonders hervorgehoben, dass allein die Zugehörigkeit zu einer ethnischen Minderheit oder ein sogenannter „Migrationshintergrund“ keinesfalls mit Ressourcenmangel gleichgesetzt werden darf. So äußerten auch PolizeibeamtInnen, die im Rahmen des Forschungsprojektes TankNot-

---

19 Vgl. Alexander Rommel u.a.: *Lebensführung und Sport. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes*, Berlin: Robert Koch-Institut (Hg.) 2008; Birgitta Sticher: „Riskantes Verhalten“, in: Doris Bardehle/Matthias Stiehler (Hg.), *Erster Deutscher Männergesundheitsbericht. Ein Pilotbericht*, München: W. Zuckschwerdt Verlag, 2010, S. 90-93.

20 Hartmut Häußermann/Martin Kronauer/Walter Siebel: „Stadt am Rand. Armut und Ausgrenzung“, in: dies. (Hgg.), *An den Rändern der Städte*, Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag 2004, S. 7-40.

Strom<sup>21</sup> zu ihren Erfahrungen mit Menschen in kritischen Situationen befragt wurden, dass MigrantInnen häufig über einen sehr starken familiären Zusammenhalt (sogenannte „Bedingungsressourcen“ nach Hobfoll) verfügen und die gegenseitige Unterstützungsbereitschaft im sozialen Netzwerk hoch ist. Es wäre auch trügerisch anzunehmen, dass die Verfügbarkeit von Objektressourcen mit einem prosozialem Coping verbunden ist! Gerade allerdings auf die gruppenspezifischen Copingstrategien in Krisen und Katastrophen bezogen, sind noch viele Fragen unbeantwortet und besteht ein erheblicher Forschungsbedarf.

### KANN DAS INDIVIDUUM DURCH DIE KONFRONTATION MIT DEM UNVERSICHERBAREN TRAUMATISIERT WERDEN?

Es stellt sich die Frage, ob das mit dem Unversicherbaren konfrontierte Individuum traumatisiert wird. Hierzu soll kurz auf die Traumaforschung eingegangen werden. Die Traumaforschung baut auf dem bereits dargestellten Grundverständnis der Stresstheorie auf. Wir sprechen von *Stress*, wenn die Person in einer konkreten Situation trotz aller Schwierigkeiten die Möglichkeit hat, mit der Belastung umzugehen; reichen aber die Bewältigungsmöglichkeit in dieser Situation nicht aus und kommt es zu einer Überforderung, dann sprechen wir von *Trauma*. Die Person verliert ihre Souveränität, ihr bisheriges Selbst- und Weltbild wird radikal in Frage gestellt. Es besteht folglich ein qualitativer Unterschied zwischen Stress und Trauma: Beim Trauma kommt es zu einer qualitativen Veränderung von psychischen und/oder organischen Strukturen. Der ursprünglich aus der Medizin stammende Begriff des Traumas bezeichnet eine Wunde oder Behinderung, die von einer Verletzung stammt. Analog nun bezeichnet das psychische Trauma eine seelische Verletzung und die damit einhergehenden Folgen. Nicht nur der Körper kann verletzt bzw. zerstört werden. Auch das seelische System kann punktuell oder dauerhaft so belastet sein, dass eine Verletzung bzw. Störung eintritt.

---

21 S. Forschungsarbeiten der HWR zu psychosozialen Folgen eines länger andauernden Stromausfalls. <http://www.tanknotstrom.info/>



Entscheidend für das vertiefte Verständnis der Traumatisierung<sup>22</sup> ist, dass nicht eine starre Momentaufnahme einer psychotraumatischen Belastungsstörung oder eines psychotraumatischen Belastungssyndroms gemacht wird, sondern der Verlauf der Entstehung einer psychischen Traumatisierung im Mittelpunkt steht: von der Analyse der konkreten *traumatischen Situation* zur *traumatischen Reaktion* des Individuums, die unter bestimmten Umständen in einen *traumatischen Prozess* (Chronifizierung der Symptome) übergeht.

Gehen wir nun auf diese einzelnen Komponenten des Verlaufsmodells etwas näher ein: Eine *traumatische Situation* liegt dann vor, wenn eine außergewöhnliche körperliche und/oder seelische Belastung gegeben ist. Es kann sich dabei um eine ernsthafte Bedrohung für die Sicherheit oder die körperliche Unversehrtheit der Person selbst handeln (*direkte Betroffenheit*) oder die einer geliebten Person (*indirekte Betroffenheit*). Die Bedrohung kann aber auch durch eine ungewöhnliche plötzliche Veränderung der sozialen Stellung und/oder des Beziehungsnetzes ausgelöst werden, in das die betroffene Person bisher eingebettet war. Es ist zunächst wichtig hervorzuheben, dass die Reaktionen Folge entweder der akuten schweren Belastung (*Typ I-Trauma*) oder Folge der kontinuierlichen schweren Belastung über einen längeren Zeitraum (*Typ II-Trauma*) ist. Das belastende Ereignis oder die andauernde, unangenehme Situation sind der primäre und ausschlaggebende Kausalfaktor für die Entstehung der Störung. Aber das Geschehnis wird für die Person erst zu einem Trauma, wenn das Erlebte ihre bisherige Sicht von sich und von der Welt sprengt. Die Person fühlt sich von einer überwältigenden Macht hilflos gemacht, ihrer Souveränität beraubt. Das, was ihrem bisherigen Leben das Gefühl von Sinn gegeben hat, wird radikal in Frage gestellt. Das seelische System wird durch punktuelle (oder durch dauerhafte) Belastungen überfordert und schließlich traumatisiert. Fischer und Riedesser definieren Trauma folgendermaßen:

[...] ein vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und den individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit Gefüh-

---

22 Vgl. Gottfried Fischer/Peter Riedesser: Lehrbuch der Psychotraumatologie. München: Ernst Reinhard 1998.

len von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine dauerhafte Erschütterung von Selbst- und Weltverständnis bewirkt.<sup>23</sup>

Diese Definition macht deutlich, dass wir nur bestimmen können, was eine traumatische Situation ist, wenn wir das Zusammenspiel von objektiven Situationsfaktoren und subjektiven Bewältigungsmöglichkeiten zugrunde legen. Aber es gibt, wie bereits aufgeführt, bestimmte Situationen, in Anbetracht derer auch Menschen, die mit guten Bewältigungsmöglichkeiten ausgestattet sind, Schaden nehmen – traumatisiert werden. In der Traumaforschung wird der Zusammenhang zwischen äußeren Faktoren und psychischen Folgen stärker betont als in der Stressforschung. Als Formel ausgedrückt, gilt: Je stärker die traumatischen Situationsfaktoren, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass das Individuum über hinreichende Ressourcen verfügt, um die Erfahrung bewältigen zu können!

Was aber geschieht, wenn die traumatische Situation vorbei ist, die Person den extremen Situationsfaktoren nicht mehr direkt ausgesetzt ist? Sie wird nun versuchen müssen, das Unfassliche zu fassen, das Selbst- und Weltverständnis neu zu ordnen. Die einsetzende *traumatische Reaktion* beschreibt einen Zyklus der Traumaverarbeitung, der mit einer Pendelbewegung vergleichbar ist: Die Person versucht einerseits, die unangenehmen Erlebnisse zu vermeiden, diese drängen sich aber andererseits immer wieder massiv auf (Intrusion), um doch verarbeitet zu werden. Durch diese Schaukelbewegung versucht das verletzte biopsychische System die Beeinträchtigungen zu überwinden. Fischer und Riedesser<sup>24</sup> nennen es den „Wundheilungsmechanismus der verletzten Psyche“. Der positive Abschluss des traumatischen Reaktionszyklus lässt sich folgendermaßen beschreiben:

[...] so ist ein Zustand relativer Integrität wiedergewonnen, der es dem Individuum ermöglicht, sein Leben fortzuführen und vom Opfer zum ‚Überlebenden‘ des Traumas zu werden.<sup>25</sup>

Eine *traumatische Störung*, d. h. ein krankhafter und behandlungsbedürftiger Zustand, liegt erst dann vor, wenn der Verarbeitungsprozess nicht abgeschlossen werden kann. Dies trifft zum Glück nur auf einen

---

23 Ebd., S. 79.

24 Ebd., S. 96.

25 Ebd., S. 117.

kleinen Prozentsatz der vom Trauma Betroffenen zu. Die Person wird dann weiterhin von Erinnerungen an das traumatische Geschehen überflutet, obwohl sie gleichzeitig alles versucht, um die Erinnerung an das Geschehen aktiv zu vermeiden. Folgende Aussage soll ganz besonders hervorgehoben werden: Ob der positive Ausgang dieses Verarbeitungsprozesses erreicht wird, der es der Person ermöglicht, diese Erfahrung in ihr Selbst- und Weltverständnis einzubauen oder eine traumatische Störung auftritt, hängt ganz entscheidend von den Reaktionen der sozialen Umwelt ab. Erst wenn das, was der Person widerfahren ist, von der Umwelt anerkannt wird und sie die notwendige Unterstützung und Anerkennung erfährt, kann die Traumaverarbeitung gelingen.

Halten wir an dieser Stelle fest: Die Auseinandersetzung mit den Erkenntnissen der Traumaforschung macht deutlich, dass die psychische Traumatisierung als ein Prozess zu verstehen ist, der durch zahlreiche Variablen beeinflusst wird! Die bisherige Lebensgeschichte, aber auch die aktuelle Situation bei Auftreten des extremen Ereignisses, ist von entscheidender Bedeutung für dessen Verarbeitung. Der Verarbeitungsprozess selbst ist ein sinnvoller Wundheilungsmechanismus der Seele, d. h. wir verfügen über Möglichkeiten, mit Schrecklichem umzugehen. Hier ist vor allem das Gespräch mit anderen Menschen – dies müssen nicht notwendigerweise professionelle Kräfte sein – zu nennen, die sich Zeit nehmen und Verständnis zeigen, um so den Verarbeitungsprozess zu unterstützen. Wird dieser Prozess vom Individuum in seiner Sinnhaftigkeit erkannt und es zudem von der einbindenden Kultur unterstützt, kann die Wunde verheilen.

## VON DER INDIVIDUELLEN TRAUMATISCHEN SITUATION ZUR KOLLEKTIV ERLEBTEN KATASTROPHE

Bei Katastrophen<sup>26</sup> haben wir es mit kollektiven Ereignissen zu tun: Ein hohes Maß an Bedrohung und Zerstörung trifft eine große Anzahl von Personen, die häufig bereits vor der Katastrophe als Gruppe oder Gemeinschaft existierte. Katastrophen rufen eine Fülle an Extrembe-

---

26 Fran H. Norris/Matthew J. Friedman/Patricia J. Watson: „60,000 disaster victims speak. Part II. Summary and Implications of the Disaster Mental Health Research“, in: *Psychiatry* 65-3 (2002), S. 240-260.

lastungen hervor: durch selbst erlebte oder unmittelbar beobachtete Lebensgefahr, durch Verletzung und Verstümmelung, durch den Anblick Toter und Sterbender, durch den Verlust von Angehörigen, Freunden und Bekannten, durch die Zerstörung von Eigentum und damit unter Umständen der persönlichen Existenzgrundlage. Auch die Zerstörung öffentlicher Ressourcen kann eine maßgebliche Rolle spielen und sowohl kurz- als auch langfristig zur Gesamtbelastung entscheidend beitragen. Die von der Katastrophe Betroffenen müssen gemeinschaftlich in einer teils massiv beschädigten oder zerstörten Lebensumwelt unter chaotischen Handlungsbedingungen ihr Überleben sichern und sind dazu auf Hilfe dringend angewiesen<sup>27</sup>.

## FORSCHUNGSERGEBNISSE ZU DEN KOSTEN DER KATASTROPHE IM ÜBERBLICK

Was sagt nun die Forschungsliteratur dazu, wie das Individuum mit der Katastrophe umgeht? Lässt sich die Aussage bestätigen, dass der Blick auf das einzelne Individuum zu kurz greift und der Blick immer auf dessen Einbettung in den näheren und weiteren sozialen Kontext gerichtet sein muss? In dem Artikel von Bonnano, Brewin, Kaniasty und Greca<sup>28</sup> werden Forschungsarbeiten der ca. letzten 10 Jahren zu den Folgen von Katastrophen für Individuen, Familien und Gemeinschaften ausgewertet. Die Autoren wollen wissen, wie schwer die Folgen sind und wen sie treffen. Trotz der methodischen Probleme, die die Vergleichbarkeit der Ergebnisse der verschiedenen Forschungsarbeiten erschwert, formulieren sie thesenförmig einige zentrale Erkenntnisse.

Die wohl zentralste Aussage lautet: Katastrophen führen zu schlimmen psychischen Folgen wie posttraumatische Belastungsstörung, Depressionen, Ängsten, Substanzmissbrauch und stressbedingten

---

27 Vgl. Georg Pieper: Hilfen für Opfer von Katastrophen und gezielter Gewalt. Ein Konzept zur psychotraumatologischen Versorgung. Dissertation. Albert-Ludwigs-Universität zu Freiburg im Breisgau. Siehe: <http://www.freidok.uni-freiburg.de/volltexte/2914/> vom 28.03.2011.

28 George A. Bonanno et al.: „Weighing the costs of disaster: consequences, risks, and resilience in Individuals, families, and communities“, in: Psychological Science in the Public Interest. II-I (2010), S. 1-49.

Gesundheitsschäden. Aber nur eine kleine Gruppe der Menschen, die der Katastrophe ausgesetzt sind, leiden unter diesen Symptomen. Es handelt sich maximal um 30% der von der Katastrophe Betroffenen, meistens aber um eine deutlich geringere Prozentzahl. Von den Menschen, die diese Symptome zeigen, findet ein Großteil sein psychisches Gleichgewicht nach wenigen Monaten oder spätestens nach ein bis zwei Jahren wieder. Ganz wichtig ist zu erwähnen, dass Katastrophen auch zu einer Verbesserung der ökonomischen Situation und der Beziehungen, vor allem innerhalb der Familie, führen können. Als Beispiel sei angeführt, dass z. B. mit staatlichen Mitteln ein Haus nach der Zerstörung neu aufgebaut wurde und in einem besseren Zustand ist als das Haus vorher war und sich durch die in der Extremsituation erlebte Unterstützung durch Familienangehörige sich die Qualität der Beziehungen nachhaltig verbessert hat.

Um die Auswirkung der Katastrophe für das Individuum vorherzusagen, muss eine große Anzahl von Variablen (Schutz- und Risikofaktoren) betrachtet werden, die vielfältig miteinander verwoben sind und während des Prozesses ihre Wirkung entfalten. Von großer Bedeutung für die Auswirkung der Katastrophe ist die Ressourcenausstattung der Person vor der Katastrophe, ihr sozioökonomischer Status sowie die Stärke der sozialen Einbindung. Des Weiteren sind die Merkmale der Katastrophe selbst (Umfang, Stärke, Dauer etc.) und die Art und Weise der Hilfe und Unterstützung nach der Katastrophe besonders wichtige Variablen. In Übereinstimmung mit der Traumaforschung lautet die zusammengefasste Aussage der untersuchten Studien, dass die Stärke und Charakteristika des Katastrophenereignisses, dem die Menschen ausgesetzt sind, hoch mit den psychischen Folgen des Desasters korreliert: „[...] greater exposure is generally associated with poorer psychological adjustment“<sup>29</sup>.

Die Merkmale der Persönlichkeit, wie z. B. das Ausmaß an emotionaler Stabilität vor Ausbruch der Katastrophe, haben zwar eine Bedeutung, aber diese – so eine weitere zentrale Aussage der Autoren – werden in ihrem Vorhersagewert deutlich überschätzt. Die Beschaffenheit der Persönlichkeit vor der Katastrophe ist nur einer von vielen Faktoren, die über die Folgen der Katastrophe für das Individuum bestimmen.

---

29 Ebd., S. 20.

Eine Katastrophe hat gravierende ökonomische Konsequenzen, die aber unzertrennbar mit psychosozialen Konsequenzen verknüpft sind: Sie zerstört den Wohnort, nimmt den Menschen die Einkommensquelle und macht auch die Lebensumwelt auf lange Zeit unbewohnbar, wie dies in Japan durch die Verstrahlung des Umfeldes des Kernkraftwerkes Fukushima der Fall ist. Diese langfristige Zerstörung der vertrauten Lebensumwelt durch Verstrahlung hat stärkere negative Auswirkungen auf die Menschen als eine Überflutung eines Gebietes, das von den Menschen nach Rückgang des Hochwassers wieder hergerichtet werden kann: Nach einer Zeit der Aufbauarbeiten ist die Rückkehr zu einer gewissen Normalität wieder möglich, kann an Vertrautes wieder angeknüpft werden.

Nicht nur die Stärke der ökonomischen, sondern auch die Stärke der sozialen Konsequenzen, die z. B. durch den Verlust wichtiger Bezugsperson, durch die Veränderung der Familienstruktur durch Erkrankung von Familienmitgliedern sowie durch die Nichtfunktionsfähigkeit von gesellschaftlichen Einrichtung ausgelöst wird, steht in deutlichem Zusammenhang mit den psychischen Folgen. Die Betonung der destruktiven Auswirkung ökonomischer und sozialer Verluste auf die Menschen bestätigt die COR-Theorie von Hobfoll, die den erlebten Verlusten eine zentrale Rolle für die Stressreaktion zuschreibt.

Unter Bezugnahme auf die Forschungsliteratur wird von den Autoren die folgende Erkenntnis ebenfalls besonders hervorgehoben: Das Ausmaß der Unterstützung, die das Individuum nach der Katastrophe erfährt, beeinflusst entscheidend den Verarbeitungsprozess der schrecklichen Geschehnisse. Hier kommt der eigenen Familie und dem Freundeskreis, wenn er noch besteht, hohe Wichtigkeit zu. Allerdings können die privaten Netzwerke durch die Höhe der Verluste so überfordert sein, dass die Konflikte zu deren Auseinanderbrechen führen. Vor allem zeigt sich hier, dass ganz konkrete Hilfe – vorrangig keine psychologische, sondern materielle Hilfe, die die Verluste abfängt und die Menschen und Gemeinschaften mit den benötigten Ressourcen ausstattet – möglichst schnell einsetzen muss, damit sie selbst aktiv werden können, um sich wieder untereinander zu unterstützen: „[...] providing victimized communities with the resources they need to help

one another should be the primary objective of postdisaster interventions“.<sup>30</sup>

## WELCHES IST DAS ERGEBNIS DER PSYCHOLOGISCHEN BETRACHTUNG DES MIT DEM UNVERSICHERBAREN KONFRONTIERTEN INDIVIDUUMS?

Wie das Individuum auf eine Konfrontation mit dem Unversicherbaren – auf ein möglicherweise eintreffendes oder tatsächlich eingetretenes Desaster – reagiert, das in die eigene Lebenswirklichkeit oder die der Menschen im nahen und weiteren Umfeld radikal eingreift und die Lebensgrundlage bedroht, hängt von vielen Faktoren ab. Bereits in Auseinandersetzung mit der Frage, ob und wie ein sich nahendes Desaster vom Individuum wahrgenommen wird, wurde deutlich, wie stark dies von den Reaktionsweisen der Personen im engen und weiteren sozialen Umfeld abhängig ist. Da die Eintrittswahrscheinlichkeit von Gefahren, die zu Katastrophen werden können, schwer einzuschätzen ist, wird der Gefahrenalarm des Individuums vor allem durch Informationen im sozialen Kontext ausgelöst. Unter Bezugnahme auf die psychologische Stressforschung wissen wir, dass ein als bedrohlich wahrgenommenes Ereignis erst dann für uns zu Stress wird, wenn wir zu der Einschätzung kommen, dass es besonderer Bewältigungsmöglichkeiten bedarf, um damit umzugehen. Gerade bei Katastrophen als kollektive Ereignisse rückt nicht nur die Einschätzung der individuellen Bewältigungsmöglichkeiten in den Fokus, sondern auch die der kollektiven Bewältigungsmöglichkeiten. Im Mittelpunkt steht die Frage, ob im sozialen Nahumfeld Ressourcenverluste drohen oder eingetreten sind. Gravierend ist die Befürchtung, massive Verluste zu erleiden, die nicht so ohne weiteres kompensiert werden können. Wenn dies noch durch die Erfahrung untermauert wird, dass von außen, d. h. von der größeren sozialen Gemeinschaft, die Unterstützung ungewiss ist oder möglicherweise nicht eintreffen wird, kann dies die Entsolidarisierung des Einzelnen bzw. ganzer Gruppen mit dieser Gemeinschaft fördern.

Die psychologische Perspektive sensibilisiert für die große Vielfalt an Faktoren aus dem persönlichen Entwicklungsprozess, die die

---

30 Ebd., S. 35.

individuelle Reaktion beeinflussen. Sie stellen das Individuum als aktiven Verarbeiter von Wirklichkeit in den Mittelpunkt, das trotz des überwältigenden Geschehens über viele sinnvolle Strategien verfügt, um sich selbst von dramatischen Geschehnissen zu erholen. Aber alles deutet darauf hin, dass der Grundsatz der Desasterforschung, wie er vom National Research Council formuliert worden ist, in seiner Gültigkeit bestätigt wird: „[...] it is impossible to understand the human response without understanding the larger context within that response takes place“.<sup>31</sup> Diesen größeren Kontext differenziert zu analysieren, würde in diesem Rahmen zu weit führen. Notwendig ist ein umfassenderes Konzept, wie es Turner et al.<sup>32</sup> in ihrem „Vulnerability Framework“ entworfen haben. Im Rahmen eines solchen Gesamtkonzeptes sollte die soziologische Betrachtung, die die Vulnerabilitäten und Resilienzen einzelner Bevölkerungsgruppen analysiert, besondere Beachtung finden. Als Beispiel seien Berke et al.<sup>33</sup> angeführt, die in ihrem Modell des „sozialen Kapitals“ den Vorschlag darlegen, die Widerstandskraft der Bevölkerung in Abhängigkeit vom Ausmaß der horizontalen und vertikalen Integration einer Gemeinschaft zu erfassen. Auf der Grundlage dieser umfassenderen Modelle können Managementsysteme für die Vorbereitung und Bewältigung von Katastrophen entwickelt werden, die die Menschen bestmöglich für den Aufbruch in das Unversicherbare vorbereiten und in diese Vorbereitung einbeziehen.<sup>34</sup>

- 
- 31 National Research Council (Hg): Facing Hazards and Disasters. Understanding Human Dimensions. Committee on Disaster Research in the Social Sciences: Future Challenges and Opportunities. Washington, D.C.: The National Academic Press 2006, S. 42.
  - 32 B. L. Turner et al.: A framework for vulnerability analysis in sustainability science. Siehe: <http://www.pnas.org/content/100/14/8074.full.pdf> vom 28.03.2011.
  - 33 Philip R. Berke/Jack Kartez/Dennis Wenger: „Recovery after disaster. Achieving sustainable development, mitigation and equity“, in: Disasters 17-2 (1993), S. 93-109.
  - 34 Vgl. National Research Council, S. 21.



## LITERATUR

- Beck, Ulrich: Neue „Sicherheitsphilosophie“ notwendig. Ulrich Beck im Gespräch mit Jan-Christoph Kitzler am 14.03.2011.  
<http://www.dradio.de/dkultur/sendungen/interview/1410642/>
- Bonanno, George A./Brewin, Chris, R./Kaniasty, Krzysztof/La Greca, Anette, M.: „Weighing the costs of disaster: consequences, risks, and resilience in Individuals, families, and communities“, in: *Psychological Science in the Public Interest*. II-I (2010), S. 1-49.  
 Siehe [http://www.psychologicalscience.org/journals/pspi/pspi\\_10\\_4.pdf](http://www.psychologicalscience.org/journals/pspi/pspi_10_4.pdf)
- Berke, Philip R./Kartez, Jack/Wenger, Dennis: „Recovery after disaster. Achieving sustainable development, mitigation and equity“, in: *Disasters* 17-2 (1993), S. 93-109.
- Buchwald, Petra/Schwarzer, Christine/Hobfoll, Stevan E. (Hgg.): *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping*, Göttingen: Hogrefe 2004.
- Fischer, Gottfried/Riedesser, Peter: *Lehrbuch der Psychotraumatologie*. München: Ernst Reinhard 1998.
- Foljanty-Jost, Gesine: „Widerstehen ist alles“. Eine Woche nach der Flut: Die Japanologin Gesine Foljanty-Jost über Technik, Gefühl und Verdrängung“, in: *Der Tagesspiegel* vom 18.03.2011.
- Gigerenzer, Gerd: *Bauchentscheidungen. Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition*, München: Goldmann 2008.
- Häußermann, Hartmut/Kronauer, Martin/Siebel, Walter: „Stadt am Rand. Armut und Ausgrenzung“, in: Hartmut Häußermann/Martin Kronauer/Walter Siebel (Hgg.): *An den Rändern der Städte*, Frankfurt a. M.: Suhrkamp 2004, S. 7-40.
- Hobfoll, Stevan E.: „The Influence of culture, community, and the nested-Self in the Stress Process: Advancing Conservation of Resources Theory“, in: *International Association for Applied Psychology*, 50-3, (2001) S. 337-421.
- Hobfoll, Stevan/Petra Buchwald: „Die Theorie der Ressourcenerhaltung und das multiaxiale Copingmodell – eine innovative Stress-theorie“, in: Petra Buchwald/Christine Schwarzer/Stevan E. Hobfoll (Hgg.), *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping*. Göttingen: Hogrefe 2004.

- Hofmann, Markus: „Sie sind schuld, dass unsere Erde untergeht!“. Siehe: <http://www.unvergesslich.de/leser/items/sie-sind-schuld-dass-unsere-erde-untergeht.html> vom 21.03.2011.
- Lazarus, Richard S.: Psychological Stress and the coping process, New York: McGraw-Hill 1966.
- Lazarus, Richard S./Folkman, Susan: Stress, appraisal and coping, New York: Springer 1984.
- Moser, Helmut unter Mitarbeit von Thomas Leithäuser (Hgg.): Bedrohung und Beschwichtigung. Die politische und seelische Gestalt technischer, wirtschaftlicher und gesundheitlicher Gefährdungen, Weinheim: Deutscher Studien Verlag 1987.
- National Research Council (Hg): Facing Hazards and Disasters. Understanding Human Dimensions. Committee on Disaster Research in the Social Sciences. Future Challenges and Opportunities, Washington, D.C.: The National Academic Press 2006.
- Norris, Fran H./Friedman, Matthew J./Watson, Patricia J.: „60,000 disaster victims speak: Part II. Summary and Implications of the Disaster Mental Health Research“, in: Psychiatry 65-3, (2002), S. 240-260.
- Pieper, Georg: „Hilfen für Opfer von Katastrophen und gezielter Gewalt .Ein Konzept zur psychotraumatologischen Versorgung“, Dissertation, Albert-Ludwigs-Universität zu Freiburg im Breisgau 2007. Siehe: <http://www.freidok.uni-freiburg.de/volltexte/2914/> vom 28.03.2011.
- Preiser, Siegfried/Beierlein, Constanze/Oerder, Katharina: Bedrohung und Beschwichtigung? Leben mit und nach Fukushima. Siehe: [http://www.bdp-politische.de/aktuell/beitrag\\_japan\\_14april2011.html](http://www.bdp-politische.de/aktuell/beitrag_japan_14april2011.html) vom 14.04.2011.
- Rommel, Alexander/Klaes, L./Cosler, D. u.a.: Lebensführung und Sport. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes, Berlin, Robert Koch-Institut (Hg.) 2008.
- Sandman, Peter M.: „Risk communication. Facing public outrage“, in: EPA 13 (1987), S. 21-22.
- Schütz, H./Wiedemann, P. M.: „Risikowahrnehmung in der Gesellschaft“, in: Bundesgesundheitsbl-Gesundheitsforsch-Gesundheitsschutz 7 (2003), S. 549-554.
- Sticher, Birgitta: „Riskantes Verhalten“, in: Doris Bardehle/Matthias Stiehler (Hgg.), Erster Deutscher Männergesundheitsbericht. Ein Pilotbericht, München: W. Zuckschwerdt, 2010, S. 87-110.

- Tawada, Yoko: „Die Ruhe im Sturm. Das Wort Katastrophe klingt für japanische Ohren anders als für deutsche“, in: Der Tagesspiegel vom 15.03.2011.
- Turner, B. L. et al.: A framework for vulnerability analysis in sustainability science. <http://www.pnas.org/content/100/14/8074.full.pdf> vom 28.03.2011.
- Tversky, Amos/Kahnemann, Daniel: „Availability. A heuristic for judging frequency and probability“, in: Cognitive Psychology 4 (1973), S. 202-232.

