

Liebe Anwesende!

Lassen Sie mich zunächst sagen, wie schön es ist, heute hier zu sein. Und dass wir – das gesamte Huckepack-Team – uns sehr, sehr freuen über diese Auszeichnung und die damit verbundene Unterstützung. Und ich freue mich auch, hier die Gelegenheit zu haben, diese Festrede halten zu dürfen. Auch wenn das für mich sehr ungewohnt ist – wenn ich irgendetwas erzähle, was mit Psychologie zu tun hat, dann geschieht das in aller Regel vor Studierenden, mit Unterstützung von bestimmten technischen Hilfsmitteln – und ich bin eingenordet auf 90 Minuten. Keine Bange – ich werde mich kürzer fassen!

Worüber möchte ich Ihnen gerne etwas erzählen?

Es gibt meines Erachtens drei Konzepte, die uns allen vertraut sind in unserer Eigenschaft als naive Wissenschaftler oder naive Psychologen. Diese drei Konzepte sind das **Denken**, das **Fühlen**, und das **Handeln**.

Was meine ich, wenn ich uns als naive Wissenschaftler bezeichne? Wir alle sind (wie ein kluger Psychologe einmal sagte) naive Wissenschaftler, im positivsten Sinne. Das bedeutet: Wir möchten uns selbst und andere gerne verstehen. Wir möchten Vorhersagen machen. Und wir sind bereit, diese Vorhersagen auf den Prüfstand zu stellen und so den Lauf der Dinge zu beeinflussen. Dies betrifft also das Verstehen-Wollen von uns selbst, und auch ein Verständnis unserer Mitmenschen. Es ist wohl ziemlich nützlich, sich selbst und die anderen besser zu verstehen ;-).

Denken, Fühlen und Handeln – dies sind so allgemeine, generelle und womöglich auch zunächst vage Konzepte. Ich stelle mir das Denken, Fühlen und Handeln deshalb eher als Landschaften vor. In jeder der drei Landschaften gibt es wichtige Orte – also wiederum andere Konzepte – Städte, Dörfer, Flüsse, Wolkenkratzer, Blockhütten, Wegweiser, **Leuchttürme**.

Jede dieser Landschaften – Denken, Fühlen, Handeln – ist ein ganz eigenes Biotop, mit bestimmten Merkmalen, über die ich gerne etwas sagen möchte. Und natürlich überlappen sich diese Landschaften auch. Sie sind wie in jedem Ökosystem nicht strikt voneinander getrennt: Was in der einen Landschaft geschieht, hat Auswirkungen auf die beiden anderen Landschaften.

Oft sieht es so aus, als bestünden da ganz regelhafte Zusammenhänge zwischen diesen Landschaften. Zum Beispiel: Unser Denken beeinflusst unser Fühlen, unser Fühlen ist der Motor unseres Handelns. Und gerade, wenn uns etwas gründlich misslingt oder wenn wir einen schweren Fehler machen, dann entdecken wir oft, dass der innere Zusammenhang zwischen unserem Denken, Fühlen und Handeln gestört gewesen ist. Lassen Sie uns also diese drei Landschaften etwas genauer betrachten.

Zu dieser genaueren Betrachtung möchte ich ein wenig Hilfe beanspruchen von jemandem, den ich über alle Maßen schätze. Wir befinden uns heute Abend auf der Feier eines Verlages, der viel für Kinder tut, und ausgezeichnet werden Preisträger, die sich ebenfalls um unser Verständnis von Kindheit und Kindern sowie die Förderung von Kindern bemühen. Ich werde daher ab und zu eine Person zitieren, die ich für eine sehr sehr große Autorität auf diesem Gebiete halte, neben vielen anderen großen und manchmal nicht so großen Autoritäten ist sie ein wahrer Leuchtturm und somit Wegweiser. Diese Autorität, die ich meine, ist Astrid Lindgren. Beginnen wir also folgendermaßen:

Das Denken.

Astrid Lindgren sagt über das Denken: „Alles, was an Großem in der Welt geschah, vollzog sich zuerst in der Phantasie eines Menschen.“

Damit real wird, was in unserer Phantasie vorhanden ist, müssen wir es wollen. Ich glaube, das Wollen ist einer der wirklich wichtigen Orte, einer der Leuchttürme in der Landschaft des Denkens. Das Wollen weist den Weg. Und wie gelangen wir von der Phantasie, vom Denken und Wünschen, zum Wollen? Indem wir einen Entschluss fassen oder eine Entscheidung treffen: Ja, das will ich.

Nun hat das, was wir wollen (in der Landschaft des Denkens) Grenzen. Wir können nicht alles wollen. Für diese Grenzen des Wollens in unserer inneren Landschaft gibt es Namen. Sie heißen: müssen, sollen, mögen, dürfen und können.

Zunächst auch hier ein schönes Zitat von Astrid Lindgren über das Wollen, Können und Müssen – die Schriftstellerin spielt hier mit diesen Modalitäten, sie schrieb einmal über sich selbst als Schriftstellerin und dazu, wie sie Schriftstellerin wurde: „Ich dachte immer, ich will nie ein Buch schreiben. Aber plötzlich konnte ich nicht mehr, da musste ich schreiben“ ... also (eigentlich) nicht wollen, das nicht können, es dann müssen und einfach tun.

Diese so genannten Modal-Verben geben an, so die Lehrbücher der Grammatik, in welchem Verhältnis, in welchem „Modus“, eine Person zu einer Sache steht. Die Existenz dieser Sprache, die uns diese verschiedenen Modalitäten – Optionen des Handelns – an die Hand gibt, zeigt die psychologische Klugheit der Sprache. Ich finde, es ist eine sehr aufschlussreiche Tatsache, dass alle Sprachen der Welt diese Modal-Verben haben. Die Linguisten nennen dies „linguistics universals“, etwas wirklich Universelles. Was lehren uns diese Modal-Verben? Zum Beispiel: Es ist die eine Sache, etwas zu wollen, aber darf ich es auch? Oder muss ich es? Und mag ich das überhaupt, was ich will? Und schließlich: Kann ich es auch?

Betrachten wir die zweite Landschaft:

Das Fühlen.

Astrid Lindgren: „Es gibt kein Alter, in dem alles so irrsinnig intensiv erlebt wird wie in der Kindheit. Wir Großen sollten uns daran erinnern, wie das war.“

In der Alltagssprache sprechen wir oft von der „Sprache des Herzens“, von Bauchgefühlen oder Intuitionen. Die Sprache des Herzens gilt oft als der beste Ratgeber, als ultimative Instanz, die letzten Endes entscheidet, was wir wollen. Aus dem Wollen (in Verbindung mit können, müssen, dürfen, mögen, sollen) erwächst eine vielfältige Landschaft des Gefühlten: negative Emotionen, wenn wir

nicht schaffen, was wir wollen. Frustrationen, wenn wir nicht dürfen, was wir wollen. Stolz und Freude, wenn wir können, was wir wollen.

Eine wichtige Aufgabe des Fühlens ist es also, zu Entscheidungen zu finden. Eine ebenso wichtige Aufgabe des Fühlens: die Gefühle helfen uns, unser Handeln mit Energie zu versorgen, also den Willen in die Tat umzusetzen. Diese Auffassung, dass solche Kräfte allgegenwärtig sind, selbst wenn sie uns gar nicht immer bewusst sind, ist spätestens seit Sigmund Freud ein selbstverständlicher Bestandteil unserer Alltagspsychologie.

Aus heutiger Sicht wissen wir mehr darüber, in welcher Weise das Fühlen das Handeln anleitet und mit Energie versorgt. Zwei Beispiele mögen dies verdeutlichen. Das eine Beispiel zeigt, wie unser Fühlen uns zu Entscheidungen verhilft; das andere Beispiel, warum das Fühlen uns hilft, die Entscheidung und den Willen auch in die Tat umzusetzen.

Der Psychologe Gerd Gigerenzer berichtet die folgende Anekdote in seinem Buch ‚Bauchentscheidungen‘, ein Plädoyer für die Macht der Intuition. Diese Geschichte wird Benjamin Franklin zugeschrieben, dessen Neffe hin und hergerissen war, welches von zwei Mädchen er heiraten solle. Der junge Mann wusste sich keinen Rat. Der Rat Benjamin Franklins an seinen Neffen lautete: Er möge eine Liste anlegen, mit den Vorzügen und Nachteilen für jede der beiden Alternativen. Und nachfolgend solle er jeweils gleichwertige Vorzüge oder Nachteile nach und nach eliminieren, so dass am Ende nur jene übrig bleiben würden, die den Unterschied machten. Dann sei die Entscheidung leicht. Der junge Mann tat wie geheißen. Das Ergebnis fiel eindeutig aus: Die Wahl musste auf A fallen. Doch halt: Es fühlte sich nicht richtig an. Das Ergebnis war nicht in Einklang zu bringen mit dem – wie Gigerenzer es nennt – Bauchgefühl des jungen Mannes. Und es versteht sich von selbst, dass das Bauchgefühl am Ende den Ausschlag gab.

Ein weiteres Beispiel zeigt uns, wie unsere Gefühle zum Motor unseres Handelns werden. Betrachten wir Gefühle wie Empathie, Mitgefühl, und Mitleid – drei herausragende Leuchttürme in der Landschaft des Fühlens. Aus vielen Beobachtungen und Studien wissen wir, dass Empathie,

Mitgefühl und Mitleid Grundvoraussetzungen für (tätige) Hilfe und Nächstenliebe sind. Dies wird beispielsweise deutlich in Untersuchungen zur Wirksamkeit von Spendenaufrufen, wie sie der Psychologe Paul Slovic durchgeführt hat

Noch vor einigen Jahren waren die Aufrufe wichtiger weltweiter Hilfsorganisationen nach der Maxime gestaltet, dass die jeweiligen Bildmaterialien möglichst viel Leid zeigen sollten. Die Annahme war: Wenn 1.000 Kinder den Hungertod streben, dann ist das schlimmer, als wenn 100 Kinder sterben, oder als wenn „nur“ ein Kind stirbt. Wenn etwas aber schlimmer ist, sollten wir dann nicht auch mehr helfen?

Der Völkermord in Ruanda, bei dem innerhalb weniger Wochen viele Hunderttausend Menschen ermordet wurden, löste eine Abkehr von diesem Denken aus: Die Hilfsorganisationen bemühten sich damals, das Leid in all seinen Ausmaßen zu zeigen. Die Spendenbereitschaft weltweit jedoch fiel außergewöhnlich gering aus. Die Psychologen, die sich mit diesem Phänomen beschäftigten, entdeckten schließlich: Unvorstellbares Leid führt eben nicht zu unvorstellbar viel Hilfe. Sondern: Vorstellbares Leid führt zu Hilfe. Es ist – leider – unmöglich, mit Millionen von Notleidenden Mitleid zu haben. Es ist aber möglich, sich einem Menschen zuzuwenden und Mitleid zu haben. Und nur dann, wenn wir das Mitleid auch fühlen, nur dann helfen wir. Das Mitleid ist der Motor der Hilfsbereitschaft.

Dies sehen wir auch aus unseren eigenen Untersuchungen zu den so genannten moralischen Emotionen. Dies sind Emotionen, die entweder uns selbst oder andere – positiv oder negativ – sanktionieren. Manchmal tun wir etwas, und unser Fühlen ist wie eine Belohnung für die Tat: Wir sind stolz. In anderen Fällen tun wir etwas, und unsere Gefühle sind wie eine negative Sanktion: Wir fühlen Schuld oder Reue oder Scham. Und so geht es uns auch mit dem, was andere tun: Menschen tun wunderbare Dinge – und wir fühlen Bewunderung, Respekt, Dankbarkeit. Das Gefühl – zum Beispiel Dankbarkeit – ist dann ein Signal: Das machst Du gut, ich bin froh darüber. Oder Menschen geraten unverschuldet in Not – und wir fühlen Mitleid. Das Signal lautet dann: Du bist unschuldig, es

ist wichtig, Dir zu helfen. Und manchmal tun Menschen Dinge, die alles andere als gut sind: Empörung, Ärger und Verachtung, zum Beispiel, sind dann Signale, die dem anderen mitteilen: Lass das, ändere Dich.

Ich denke, all diese Emotionen formen wiederum eine kluge psychologische Landschaft: Sie verstärken Handeln (wie Mitleid und Dankbarkeit), oder sie bewegen uns zur Änderung unseres Handelns, wie im Falle von Reue oder Schuld, Verachtung oder Schadenfreude. Und sie beziehen sich jeweils auf die konkrete Handlung einer Person; es ist die individuelle handelnde Person, auf die unsere Gefühle sich richten.

Was lernen wir nun aus all dem?

1. Die beschriebenen Landschaften des Denkens, Fühlens und Handelns sind Landschaften, die es zu erforschen lohnt. Sie haben ihre eigenen wichtigen Orte und Wege. Zugleich sind sie eng miteinander verwoben. *Astrid Lindgren: „Die Welt ist voll von Sachen, und es ist wirklich nötig, dass sie jemand findet.“* Das ist – natürlich, unter anderem – die Aufgabe der Psychologie.
2. Wie werden diese Landschaften nun sichtbar? Wie können wir diese besser verstehen? Eine wichtige Antwort lautet: vermittelt unserer Sprache. Die Sprache versteht es ganz hervorragend, diese „Sachen“ sichtbar zu machen, denn sie ist unser aller Handwerkszeug – wir müssen nur genau hinsehen. Dies ist – natürlich, unter anderem – auch die Aufgabe der Schriftsteller.
3. Die Sprache lernen wir, so dass wir sie (hoffentlich) irgendwann verstehen und gebrauchen können. Das Studium der Sprache, und somit insbesondere auch das Lesen, sind ein wichtiger Baustein beim Lernen dieser Sprache.

Fazit:

Wenn wir uns diese drei Landschaften etwas näher ansehen, finden wir zwei „Sachen“: Zum einen – das Denken und die Phantasie sind es, die das Wollen erst ermöglichen. Zum anderen – erst das

Fühlen versetzt uns in die Lage, den Willen auch wirklich in die Tat umzusetzen. Die Gefühle sind also in einem gewissen Sinne die Brücke, über die das Denken zum Tun findet.

Ich wäre mit dieser Rede nicht wirklich fertig, an diesem Tag und zu diesem Anlass, wenn ich nicht noch etwas über die Kinder und deren Entwicklung sagen würde. Wir haben gesehen: Etwas zu tun, das erfordert eine Reise – eine Reise vom Denken über die Brücke des Fühlens zum Handeln. Wie heißt es so schön: Es gibt nicht Gutes, außer man tut es.

Eine Aufgabe der Kindheit ist es, diese Form des Reisens zu erlernen – damit das, was in unserer Phantasie seinen Anfang hat, schließlich auch Realität werden kann. Dazu möchten wir die Kinder gerne befähigen: Von der Phantasie zum Willen, über das Fühlen zum Tun.

Und Kinder lernen Vieles davon ganz automatisch. Mutter Natur hat es da gut mit uns gemeint. Ein Beispiel dafür ist: Kinder erleben sehr intensiv, und sie lernen deshalb eigentlich ganz leicht.

Wenn wir Kindern bei dieser Reise des Lernens helfen wollen, dann braucht dies vor allem eines: Vertrauen. Ob zu den Eltern, den Geschwistern, der Kindergärtnerin, der Lehrerin, Gleichaltrigen – oder einer Mentorin. Die Sprache des Denkens, des Fühlens und des Handelns zu lernen; herauszufinden, was ich will; wie es sich anfühlt, es zu bekommen; sich Ziele zu setzen und diese manchmal nicht zu erreichen und dann vielleicht eben doch; zu verstehen, wie es sich für die anderen anfühlt, sie auszulachen oder zu trösten – das kann niemand alleine. Dazu brauchen wir die anderen.

Zum guten Schluss noch einmal ein Originalton von Astrid Lindgren:

„Wir alle wollen ja den Frieden. Gibt es denn da keine Möglichkeit, uns zu ändern, ehe es zu spät ist? Könnten wir nicht versuchen, eine ganz neue Art Mensch zu werden? Wie aber soll das geschehen und wo sollte man anfangen? Ich glaube wir müssen von Grund beginnen. Bei den Kindern ...“

In diesem Sinne ... ;-) ... **VIELEN Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

Literatur:

Gigerenzer, G. (2008). Bauchentscheidungen. Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition. München: Goldmann.

Rudolph, U., Schulz, K, & Tscharktschiew, N. (2012). Moral emotions: An analysis guided by Heider's naive action analysis. International Journal of Advances in Psychology, in press.

Slovic, P. (2010). The feeling of risk. London: Earthscan.