

# Annelie Keil macht Lust auf Veränderung

In der Krise suchen Menschen Halt. Eine, die sich mit Lebenskrisen auskennt, ist die Bremer Soziologin und Gesundheitswissenschaftlerin Annelie Keil (70). Das Interesse an ihren Vorträgen ist groß. Vor dem Hintergrund der Wirtschaftskrise sprach Silke Looden mit der emeritierten Professorin über eine verunsicherte Gesellschaft, die zunehmend unter Druck steht, steigenden Anforderungen zu genügen.

**Frage: Die moderne Arbeitswelt fordert uns. Wir telefonieren, mailen, faxen, schreiben Kurznachrichten mit dem Handy. Wie verändern die Kommunikationsmittel den Menschen?**

**Annelie Keil:** Das Grundprinzip allen Lebens ist die Kommunikation, der Dialog, das Gespräch. Alle unsere Sinne sind in die Welt gerichtet. In dem Moment, in dem wir geboren werden, gehen diese Antennen raus, und wir müssen uns umhören, umschauen, fühlen, greifen, um zu begreifen. Wir müssen erkennen, wie weit wir die Welt mit all ihren Stimmen in uns hineinlassen und wie weit wir in diese Welt hinein gehen wollen. Wir müssen von Anfang an lernen, die Töne der Welt aufzunehmen und auf diese zu antworten oder auch zu schweigen. Ohne diesen Dialog ist Leben nicht möglich. Wird ein Mensch von diesen Stimmen der Welt ausgeschlossen, dann wird er schwer krank. Die Isolation ist inzwischen ein Massenphänomen – trotz der vielen Kommunikationsmittel. Beim Mobbing zum Beispiel werden Menschen ausgeschlossen. Wir tun so, als wären sie nicht da. Leben ist aber lebensnotwendig auf Kommunikation angewiesen. Sie gibt uns das Feedback: Ja, ich bin da.

**Nun leben wir aber in einer Welt der Reizüberflutung...**

Die Begegnung von Mensch zu Mensch ist die Basis. Die Kommunikationsmittel, die um uns herum pfeifen, rattern, tönen, unterbrechen die Isolation nicht. Die Musik im Kaufhaus zum Beispiel läuft, damit wir das Gespräch des anderen nicht hören. Viele Menschen bekommen einen Horror darüber, dass es nirgendwo still ist, dass sie sich selbst und andere nicht mehr hören. Wir werden mit Reizen überflutet. Diese Reize provozieren. Wir müssen ständig sortieren, was ist wichtig, was nicht. Für viele ist das eine Bedrohung. Multitasking macht Stress, und der Stress macht krank. Die Me-

dien, die uns bei der Arbeit Aufgaben geben, sind schneller als das Arbeitstempo des Einzelnen. Der Maileingang läuft voll. Wenn wir alles beantworten, ist der Tag rum. Wir vergeuden also enorm viel Zeit, indem wir hinter anderen her telefonieren, faxen oder mailen. Dabei sollten die technischen Medien eine Lebenserleichterung sein. Allzu oft aber werden die Hilfsmittel zum Antreiber, zu einer Art Selbstzweck. Es gibt zum Beispiel überhaupt keine Notwendigkeit ein persönliches Gespräch zu unterbrechen, wenn das Telefon klingelt. Dafür gibt es einen Anrufbeantworter. Wir aber geben dem Klingeln den Vorrang. Warum eigentlich? Das Signal gibt uns einen Auftrag, etwas zu machen, aber wo bleibt die Zeit, es zu machen, wenn gleich der nächste Auftrag kommt?

**Die Stresskrankheiten werden mehr...**

Wenn wir so mit Signalen überschüttet werden, entsteht eine Dichte, die mit psychischen Problemen verbunden ist. Wenn wir die Anforderungen nicht mehr abarbeiten können, entwickeln wir ein mediales schlechtes Gewissen. Die Medien transportieren eine Flut von Unerledigtem. Das erzeugt emotionalen Stress. Dann kommt die Angst, dass man etwas vergisst. Es tritt also eine zusätzliche Verdichtung des Arbeitsplatzes ein, ohne dass reale Produkte daraus hervorgehen. Das tut niemandem gut. Ein Gespräch von Mensch zu Mensch ist zwar langsamer, aber möglicherweise effektiver, weil wir nachfragen können. Allein die Körpersprache kann klärend sein. Das fehlt der Mail oder dem Telefonat.

**In der Wirtschaftskrise wird die Angst vor Arbeitslosigkeit realer...**

Die gegenwärtige Krise steigert, was wir schon lange sehen konnten. Wir haben im Laufe der Jahre ständig Problemgruppen gebildet, die uns zu kompliziert waren: die Kinder, die Jugendlichen, die Alleinerziehenden, die Ausländer, die Kranken, die Verrückten. Wir haben auch das Alter zu einer Ausgrenzungsthematik gemacht, obwohl die Mehrheit inzwischen alt ist. Wir leben in einer Kultur, die nur den willkommenen heißt, der effektiv gebraucht wird. Die Mehrheit aber ist nicht willkommen. Hier in meinem Stadtteil hat das Amt für soziale Dienste Probleme, Spielplätze einzurichten. Spielplätze, Drogenberatungsstellen, Altenheime, das alles brauchen wir, aber niemand will diese Einrichtungen vor der eigenen Haustür. Wir grenzen aus. Was bleibt, ist eine merkwürdige Restgesellschaft der Normalen, die jeden Morgen zur Arbeit gehen. Jetzt ist die Wirtschaft in der Krise. Jetzt sind auch die, die sich sicher wähnten, bedroht. Wir haben also eine neue Krisengruppe. Bisher hatten wir immer das Gefühl, das Individuum macht die Krise: Wer keinen Arbeitsplatz hat, krank ist oder schlecht erzogene Kinder hat, war selbst schuld. Jetzt aber ist eine Krise da,



Gesundheitsforscherin Annelie Keil sieht in der Krise eine Chance.

FOTO: FR

die jeden treffen kann. Ärzte streiken. Lehrer gehen auf die Straße. Die Krise bekommt immer neue Kinder. Erst die Banken, dann die Autoindustrie. Dabei gehören Krisen doch zur Normalität des Lebens. Leben lebt durch Unsicherheit. Jeder Schritt nach vorne verunsichert den Standort von gestern. Das ist lebendiges Leben. Jedes Kind will nicht da bleiben, wo es ist. Die aktuelle Krise hat alles überdeckt, was es schon an Krisen gab. Wir sagen seit zehn Jahren, dass die Krankheiten des 21. Jahrhunderts die seelischen Erkrankungen sind. Wir wollten aber nicht hinhören. Denn diese Krankheiten sind nicht mit einer Pille heilbar. Sie zeigen das Gesamtbedürfnis des Menschen, einer Gesellschaft.

**In den Medien ist die Wirtschaftskrise all-**

**gegenwärtig. Andererseits ist der Konsum ungebrochen...**

Bei manchen ist die Krise doch schon die ganze Zeit da. Ob da noch eine Bank pleite ist, interessiert denjenigen, der kein Konto hat, wenig. Bei Menschen, die fröhlich einkaufen, kann die Krise doch wie in den 20er Jahren angekommen sein. Was ich hab', das hab ich', also kaufen sie. Wann stellt der Staat fest, die Krise sei angekommen. Wenn alle depressiv sind? Das ist eine Vorstellung. Aber das muss nicht so sein.

**Hat sich das bisherige Sicherheitsdenken überlebt?**

Meine indianischen Freunde leben die Unsicherheit, bauen sich nach einer Naturkatastrophe ein neues Haus. Hier ist das etwas anderes. Wenn ich meine Miete nicht

mehr zahlen kann, kann ich mir nicht irgendwo im Bürgerpark eine Hütte bauen. Wir brauchen eine ökonomische, aber auch eine soziale, emotionale und mentale Sicherheit. Eine alleinerziehende Mutter braucht eine unterstützende Nachbarschaft und nicht auch noch Nachbarn, die mit dem Finger auf ihre Kinder zeigen. Wir brauchen die innere Sicherheit, dass wir auch ohne materielle Werte etwas wert sind. Wir brauchen die geistige Fähigkeit uns zu wandeln, mit weniger auszukommen. Dabei können wir einzelne Unsicherheiten mit anderen Sicherheiten kompensieren. Wenn aber alles wegbricht, wird die Unsicherheit zu groß und macht krank.

**Viele Eltern sind unsicher, fühlen sich überfordert...**

Krise heißt erst einmal Umbruch, Wandel und Veränderung, heißt Realität und Utopie zu verbinden. Dazwischen bildet sich ein Krisenbewusstsein. Wir müssen uns fragen, wie viel Unsicherheit macht noch produktiv und wo zieht es mir den Boden unter den Füßen weg. Die Familienstrukturen haben sich verändert. Die Ansprüche sind heute hoch, vor allem an Eltern. Dabei können die Normen einer erfolgreichen Berufskarriere einer erfolgreichen Familie entgegen stehen. Wie lange diskutieren wir über die Vereinbarkeit von Familie und Beruf? Zu viele Kinder haben schon unter der Doppelbelastung ihrer Eltern gelitten. Da muss sich noch viel ändern. Gerade der hohe Bildungsanspruch produziert Versagensängste bei Eltern, Kindern und Lehrern.

**Ist die Gesellschaft aus der Balance geraten, also krank geworden?**

Wir sind aus dem Takt geraten. Wesentlich scheint mir zu sein, dass wir vergessen haben, dass Veränderung – und damit immer wieder auch Krisen – das Lebenselixier ist. Wir wollen den Ist-Zustand erhalten, sperren uns gegen Veränderung. Die Fähigkeit, selbstberatend mit sich umzugehen, ist durch die Welt kontraproduktiver Experten und Ratgeber beschädigt. Dabei bedeutet jeder Atemzug Veränderung. Angetrieben durch Krisen, erhöhen wir unsere eigene Kompetenz zu leben. Der unsichere Schritt ermutigt, wieder neuen festen Boden unter den Füßen zu gewinnen. Wir aber haben eine enorme Tendenz, das Leben zu delegieren. Wir glauben, Kinder lernen nur in der Schule. Nein, sie lernen auch und gerade durch das Leben. Wir glauben, Gesundheit gehört in die Hand der Ärzte. Wieso eigentlich? Ärzte studieren das Geschehen der Krankheit.

## REDAKTION GESUNDHEIT

Telefon: 04 21 - 36 71 35 75  
Telefax: 04 21 - 36 71 35 76  
E-Mail: [gesundheit@weser-kurier.de](mailto:gesundheit@weser-kurier.de)