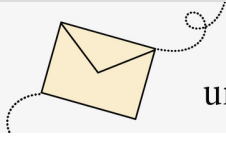


PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren
und Dossier zum Thema Schreiben gratis erhalten



LEBEN

Volker Münch stört: „Unser Denken wird digital“

Digitales fördert die Illusion, wir hätten alles unter Kontrolle, findet der Psychoanalytiker Volker Münch.

VON VOLKER MÜNCH

 07. APR 2021

Die digitale Revolution wird viel diskutiert. Aber ein Aspekt fällt oft unter den Tisch: Digitalität zwingt uns ein digitales Denken auf. Wenn wir digital entscheiden, geht es um Ja oder Nein, Schwarz oder Weiß, Eins oder Null. Unsere Anliegen sind aber nur schwer diesen Vorgaben zuzuordnen und wir fühlen uns schnell verloren. Oder: Wir lassen Algorithmen entscheiden, ob wir zu einem potenziellen Partner passen (dabei fänden wir „Mismatching“ vielleicht interessanter).

Aber so funktioniert weder unser physisches Leben – wann sind wir beispielsweise „ganz gesund“, fragen Sie mal einen Arzt – noch unser seelisches Leben. Ambivalenzen und immer wieder nachzujustierende Entscheidungen sind unser Alltag. Bei allen Schwierigkeiten, die das bedeutet: Nichts ist perfekt, und das ist gut so.

Entscheidungen sind im Grunde nie eindeutig, das zeigt auch die moderne Naturwissenschaft, etwa die Quantenphysik. Als Tiefenpsychologe weiß ich: Selbst wenn sich jemand scheinbar eindeutig verhält, so wissen wir doch nichts über die inneren Kämpfe, die dahin geführt haben, über die Hoffnungen, Ängste, das Bedauern über die nicht eingeschlagenen Wege. Oft versuchen wir vor uns selbst ein Stück Rechtfertigung für unsere Entscheidungen abzulegen, weil wir sie eigentlich für eine Zumutung halten: „Ich hatte doch keine Wahl.“

Digitalisierung kann die „alte Realität nie abschaffen

Wir haben unser Verständnis von Logik in digitale Maschinen gesteckt – mit Gefühlen, Mehrdeutigkeit und Ambivalenzen geht das (noch) nicht. Jedoch: Forscher arbeiten bereits an Quantencomputern, die das berücksichtigen. Und umgekehrt sprechen wir schon manchmal wie Maschinen – von unserer „Festplatte“, unseren „leeren Akkus“. Interessanterweise alles digitale Metaphern von Erschöpfungszuständen.

Der Siegeszug der digitalen Anwendungen in unserem Alltag lässt uns denken, dass etwas, was wir uns wünschen, Realität werden kann: Eindeutigkeit, Ambivalenzfreiheit, Klarheit, Kontrollierbarkeit. Das menschliche Maß aber liegt im Dazwischen, im Zufälligen und Unvorhersehbaren.

Die schiere Datenmenge, die verarbeitet wird, imponiert, wir freuen uns über das, was wir hervorgebracht haben. Und genau da liegt die Gefahr der Hybris: Denn hervorgebracht haben wir nicht die Welt, die es gibt, sondern eine, die wir als Kopie in die Rechner einspeisen; die Digitalisierung kann die „alte Realität“, unser menschliches Hin- und Hergerissensein, unsere mangelnde Perfektion nie abschaffen. Alles andere ist eine Illusion. Doch Maschinen könnten uns vergessen lassen, was unsere Stärke ist: Mitfühlen, Widersprüche interessant finden, Zuhören und Lachen.

Bevor uns das Digitale zu stark prägt, sollten wir begreifen, dass es niemals das Allheilmittel sein kann. Hilfreich wäre es, wenn wir verstünden, in welcher Weise es uns unterstützen kann und in welcher nicht. Und wir müssen uns immer wieder fragen: Was brauchen wir davon eigentlich? Und wie viel davon? Und was macht das mit unserem Denken, unseren Gefühlen und unserem Selbstverständnis?

Volker Münch, Psychoanalytiker in eigener Praxis in München, hat die Bücher *Krise in der Lebensmitte* und *Die therapeutische Haltung* veröffentlicht. Er ist in der Psychotherapeutenausbildung und in der Berufspolitik aktiv

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

LEBEN

Raus aus alten Mustern

Selbstunsicher, bindungsängstlich, überfordernd: Viele Menschen stecken von Kindheit an in einem Schema fest. Wie entkommt man der Falle?

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

FAMILIE

„Die Covidkrise wirkt komplexer als Tschernobyl“

Wie reagieren Kinder und Jugendliche auf Corona? Im Interview spricht eine Expertin über typische Symptome – zum Beispiel Zwänge.

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

2 FAMILIE

Sagen Sie mal, Frau Letschert-Grabbe: Ist Verwöhnen eine Form der Vernachlässigung?

In ihrem Buch „Das übersehene Kind“ ist zu lesen, dass Verwöhnen eine Form der Vernachlässigung ist. Die Autorin im Gespräch.

3 LEBEN

Selbstwert wagen

Echoismus ist ein belastender Persönlichkeitszug. Diese Menschen scheuen jede Anerkennung. Wie wir lernen, uns selbst wichtig zu nehmen.