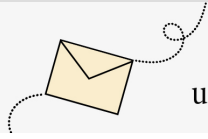


PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



LEBEN

Die Kunst, sich zu begrenzen

Maßlos erscheint vielen unsere Zeit. Maßlos, das sind die anderen, aber wir doch nicht! Hält das einem genaueren Blick stand?

VON WILHELM SCHMID

 01. AUG 2014

Gehen wir einkaufen, eine Standardsituation des modernen Menschen. Wären wir mit Sokrates unterwegs, könnten wir wie er einst 400 v. Chr. beim Gang über den Markt in Athen sagen: „Wie viele Dinge gibt es doch, die ich nicht brauche!“ Aber hier ist kein Sokrates, also sagen wir eher: „Das könnte ich alles brauchen, vieles könnte ich mir sogar leisten, nur ist leider meine Wohnung viel zu klein!“ Das hält uns nicht davon ab, mehr mitzunehmen, als für unsere Wohnung gut ist.

„Was soll ich tun?“ Diese uralte ethische Frage heißt heute: „Was soll ich einkaufen?“ Und die Antwort lautet: „Alles, was nur irgendwie möglich ist!“ Wir halten uns damit an die in unserer Kultur vorgegebenen Formen, in die wir hineingewachsen sind oder die wir als Konvention übernommen haben, ohne weiter darüber nachzudenken: So machen es alle.

Einkaufen ist Teil der Selbstbestimmung

Eine Gesellschaft verändert sich in dem Maße, in dem eine wachsende Zahl von einzelnen Menschen sich selbst verändert. Eine freie Gesellschaft bietet eine Fülle von Möglichkeiten dazu, auch beim Einkaufen.

Natürlich kann man kritisch fragen: Ist die dafür nötige Selbstbestimmung möglich? Verfügt der Einzelne über die Freiheit dazu? Wird nicht alles von anonymen Mächten bestimmt, vor allem von der global operierenden Wirtschaft? Zweifellos gibt es Fremdbestimmung, *Heteronomie*, und dies in nicht geringem Maße: In vielfacher Weise wird Einfluss auf den Einzelnen genommen, auf Schritt und Tritt wird er bestimmt von anderen, von anonymen Strukturen und Institutionen. Es ist sicher nicht übertrieben zu sagen, 95 Prozent des Lebens eines Menschen seien fremdbestimmt; übrig bleiben 5 Prozent Selbstbestimmung. Ist das nicht entmutigend? Dennoch erweisen sich die Menschen immer noch als eigensinnig, das ist Teil ihrer Selbstbestimmung, ihrer *Autonomie*. Nie lässt sich vorhersagen, wie sie sich verhalten. Die entscheidende Frage ist: Wo sind meine 5 Prozent? Und was mache ich daraus?

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

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.

LEBEN

Menschen verstehen wie die Profis

Fünf Psychotherapeuten beschreiben Techniken und Haltungen, um andere Menschen besser zu verstehen. Und sie erklären, wie wir sie nutzen können.

BEZIEHUNG

Wenn er nicht so ist, wie sie ihn braucht

Warum der Versuch, Intimität herzustellen, manchmal das Gegenteil bewirkt, zeigt Paartherapeutin Angelika Eck.

MEISTGELESEN

1 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

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

2 LEBEN

Sich von Schuldgefühlen befreien

Manche von uns empfinden sie gelegentlich, andere leiden jahrelang darunter. Was erzählen uns Schuldgefühle? Wie können wir sie hinter uns lassen?

3 LEBEN

Resilienz lässt sich lernen

Resilienz ist eine Frage des Bewertungsstils. Krisen standzuhalten lässt sich lernen, erklärt der Forscher Raffael Kalisch in einem Buch.