

Baer Kommentar

Warum ist Geborgenheit „in“? Oder: die Belastung durch die Unberechenbarkeit

In den letzten fünf Wochen erhielten meine Frau und ich fünf Interview-Anfragen zum Thema „Geborgenheit“. Von der „Brigitte“ bis zum „Good Health-Magazin“. Hintergrund war unser Buch „Das Wunder der Geborgenheit“, das es seit Jahren gibt. Warum ist das Thema plötzlich so aktuell? Warum beschäftigen sich jetzt die Magazine mit diesem Thema, warum ist sogar eine Zeitschrift nach dem dänischen Wort für Geborgenheit und Wohlbefinden benannt („Hygge“)?

Vielleicht hilft es bei der Beantwortung dieser Frage, sich mit der Frage der Unberechenbarkeit zu beschäftigen, die mir in der letzten Woche dreimal begegnet ist. Menschen, junge wie alte, beklagten sich darüber, wie unberechenbar alles geworden sei. Da wird man als Freiberufler plötzlich fallen gelassen, weil der Chef eines Auftraggebers wechselt, da schließt der Laden um die Ecke, wo man immer eingekauft hat, da muss die Schulfreundin der Tochter plötzlich umziehen, weil der Vater eine andere Arbeit in einer anderen Stadt aufnimmt, da tauchen fremdartig aussehende Menschen im Dorf auf, da wird bei der Lieblingsmoden-Marke nicht wie früher zweimal im Jahr eine neue Kollektion herausgegeben, sondern monatlich, da kommen immer neue Fernsehprogramme, da muss man Fahrkarten aus Automaten ziehen, die man nicht versteht ... Mit jeder einzelnen Veränderung können die meisten Menschen umgehen, manche leben in den schnellen Veränderungen sogar auf und spüren darin den Wind der Freiheit, doch viele Menschen werden durch die Unberechenbarkeit verunsichert oder verängstigt. Sie ist mehr als Beschleunigung, mehr als Ausdruck von Globalisierung, sie verringert den Halt in der Welt und schafft Verunsicherung.

Und damit sind wir bei der Geborgenheit. Geborgenheit ist ein Gefühl, mehr noch ein Grund-Befinden. Es beinhaltet Schutz, Wärme und Vertrautheit. Das „borg“ im Wort Geborgenheit kommt nicht von „borgen“, sondern von „Burg“. Die Burg bot früher Schutz vor Bedrohungen.

Wenn Menschen durch die zunehmende Unberechenbarkeit der Lebensumstände und damit der Gesellschaft verunsichert sind, sehnen sie sich nach Geborgenheit. Eine alte Frau sagte, dass man früher „bei Adolf“ wusste, woran man war. Sie lehnte das System ab, aber „ich wusste, woran ich bin“. Solche vermeintliche Sicherheit versprechen totalitäre Systeme, ob in der Türkei oder in Russland, oder Parteien mit entsprechenden Programmen. Dieses Versprechen ist auf Dauer unwahr und beruht auf dem Leid der Oppositionellen und Ausgegrenzten. Dieses Versprechen der „Berechenbarkeit“ und „Stabilität“ muss als „Fake“ enthüllt und politisch bekämpft werden.

Das ist die eine Seite. Die andere besteht darin, dass wir die Verunsicherung durch zunehmende Unberechenbarkeit und die Sehnsucht nach Geborgenheit ernst nehmen müssen. Geborgenheit wird nicht durch Tischdeckchen und schöne Blumen geschaffen, allenfalls unterstützt. Geborgenheit entsteht aus Beziehungserfahrungen, die eine sichere und vertraute Atmosphäre schaffen und ein Befinden hervorrufen. Verunsicherte Menschen brauchen Schutz vor Gewalt und Erniedrigung, vor Beschämung und Leere-Erfahrungen, den vier Monstern der Entwürdigung. Dafür treten wir ein, mit aller Kraft. Und sie brauchen Beziehungserfahrungen, die Geborgenheit schaffen und fördern. Immer wieder auf die Notwendigkeit vertrauensvoller, ehrlicher und würdigender Beziehungen hinzuweisen, das ist Kernbestandteil der Fortbildungen der Zukunftswerkstatt *therapie kreativ*, der Projekte des Instituts für soziale Innovationen und der Veröffentlichungen meiner Frau und mir in den Büchern des Semnos-Verlages und anderer Verlage sowie in den Blogs. Dies ist unser Beitrag zur Geborgenheit. In der Therapie, in der Pädagogik, in der Gesellschaft.