

Der Truderinger Andreas Meißner ergründet, wie sich die menschliche Psyche und die Ökokrise gegenseitig beeinflussen

„Noch können wir die Auswirkungen lindern“

Die Umweltkrise wird nicht erst kommen, sie hat längst begonnen. Nahezu täglich ist dies in den Medien zu lesen. So richtig will der Mensch das allerdings nicht wahrhaben. Der Truderinger Andreas Meißner hat ein Buch geschrieben, in dem er als Psychiater und Therapeut zu erklären versucht, warum es dem Menschen so schwerfällt, einen Ausweg aus der Ökokrise zu finden.

Um bis zu 80 Prozent habe sich der Bestand von Insekten in Deutschland seit 1982 verringert, meldete das Bundesumweltministerium vor wenigen Tagen. Rasant ist der Rückgang bei den Schmetterlingen, aber ebenso gibt es weniger Bienen oder Hummeln. „Mensch, was nun?“, würde da der Truderinger Andreas Meißner fragen. So lautet der Titel seines Anfang Juli erschienenen Buches, in dem er als Psychiater und Psychotherapeut zu ergründen versucht, warum die Menschen in Zeiten der Ökokrise Orientierung brauchen.

„Wir sind längst an einem Punkt angelangt, an dem die Auswirkungen des Klimawandels spürbar werden“, sagt Meißner. Die Temperaturen steigen, es gibt Dürren und Überschwemmungen, die Ressourcen werden knapper, die Pole schmelzen. So langsam sollte sich der Mensch fragen, wie es nun weitergehen soll, fordert der Truderinger. Jeder Einzelne sei angesprochen, etwas zu tun und nicht nur „auf die da oben aus der Politik, Wirtschaft und Technik zu schimpfen“.

Meldungen zur Umweltkrise wie über das Insektensterben können die Menschen täglich in der Zeitung lesen, dennoch würden die meisten weitermachen wie bisher. „Da wird zwar plastikfrei eingekauft, um das Gewissen zu beruhigen. Nach dem Einkauf aber wird die nächste Flugreise gebucht“, sagt Meißner. „Doch so tickt der Mensch eben.“ Solange Katastrophen und Umweltveränderungen weit weg und wenig greifbar erscheinen, sehe sich der Mensch nicht dazu veranlasst, seinen Lebensstil zu verändern. Er wähle lieber den einfachen Weg, den Weg des geringsten Widerstandes. Die Folgen seines Verhaltens verdränge er erstaunlich gekonnt und übersieht, dass deutsche Haushalte knapp 40 Millionen Tonnen an Müll jährlich pro-



Die Temperaturen steigen (Bilder von oben links, im Uhrzeigersinn), Überschwemmungen wie im bayerischen Simbach nehmen zu, es gibt weniger Hummeln, dennoch steigt der Mensch ins Auto und denkt nicht groß über einen Lebenswandel nach. Fotos: dpa/kn

duzieren, somit fast 350 Kilogramm pro Person. Warum aber erkennt der Mensch nicht, dass es höchste Zeit ist, das Steuer herumzureißen? Als Psychiater und Psychotherapeut erwähnt Meißner zunächst das starke Bedürfnis des Menschen, zu einer Gruppe oder zur Gesellschaft dazuzugehören. So mancher möchte nicht als Sonderling dastehen, der seine Kinder nicht wie andere mit dem Auto zu ihren Freizeitaktivitäten kutschiert, sondern mit dem Fahrrad hinführt. „Dies auszuhalten oder sogar etwas Positives für sich dabei herauszuziehen, erfordert eine besonders stabile Persönlichkeit“, so der Autor.

Den Mut haben, Gewohnheiten zu ändern

„Andere kommen überhaupt nicht mehr auf die Idee, das Auto stehen zu lassen und aufs Fahrrad umzusteigen“, sagt Meißner. Würden sie sich aber einfach mal aufs Radl schwingen und dann bei dieser Form der Bewegung im Freien und bestenfalls im Grünen bemerken, wie schön dies sei, würde sich ihre Beziehung zur Natur, zu dem, was sie bewahren und retten sollen, nachhaltig ändern. „Denn wie sollen wir etwas schützen, zu dem wir emotional keinen Bezug mehr haben?“, fragt Meißner und fügt hinzu: „Für einen Wertewandel braucht's Emotionen.“ Ein wichtiger Schritt sei es zunächst, anderen Lust auf Veränderungen zu machen. „Sie beispielsweise zu motivieren, dass sie sich nicht ein neues Gerät nach dem anderen

anschaffen brauchen“, so der Truderinger. Wer kein eigenes Auto mehr besitzt, muss sich nicht zwei Mal im Jahr um den Reifenwechsel kümmern oder sich über Reparaturkosten ärgern. Und einmal ausprobiert, könnte es sein, dass Zugfahren womöglich als entspanntere Art des Reisens wahrgenommen wird im Vergleich zum Fliegen mit den langen Schlangen und Wartezeiten vor dem Einchecken und den Sicherheitskontrollen.

„Verzichtet man auf etwas oder ändert seine Gewohnheit, merkt man, dass es einem mehr Lebensqualität bietet“, behauptet Meißner. Doch es erfordere eben Mut, Neugier und Durchhaltevermögen, seine Gewohnheiten zu ändern. Sich ein wenig einzubremsen und innezuhalten, lohne sich, statt der urmenschlichen Triebkraft, dem Drang zum „Mehr“, nachzugeben, also immer besser, höher oder schneller zu sein. Trügerisch sei, dass der Klima-

wandel schleichend passiere: „Die Temperaturen steigen viel zu langsam, die Meeresspiegel ebenso, die Sturmwinde nehmen nicht schnell genug zu.“ Der Mensch kann sich, laut Meißner, gut anpassen und an Neues gewöhnen.

Es wäre leichter, würde der Klimawandel stinken

Gerade zu typisch menschlich sei es zu denken: „So lange nichts Schlimmes passiert, ist doch eh alles gut. Und die anderen tun doch auch nichts!“ „Leichter wäre es, wenn der Klimawandel unangenehm stinken würde“, spitzt es Meißner zu. „Dann würden wir konkreter spüren, dass wir wirklich etwas tun müssen.“ Da der Mensch oft nicht allein gegen den Strom schwimmen wolle, helfe es ihm womöglich, wenn er sich in einer Gruppe engagiere. So wie der Truderinger Mediziner selbst: Meißner gehört zur Gruppe „Trude-

ring im Wandel“. „Natürlich kann man unsere Aktionen als Tropfen auf den heißen Stein sehen“, sagt er, „aber wir tun zumindest etwas! Natürlich beruhigt es auch unser Gewissen und macht Spaß!“ Manchmal frustriere das Engagement in der Truderinger Initiative aber auch. Die Umweltkrise könne nicht länger verhindert werden. „Wir können uns nur noch überlegen, wie wir die Auswirkungen lindern“, sagt Meißner. Wie man jedoch viele weitere Menschen von der Notwendigkeit zu handeln, überzeugen könne, dafür hatte der engagierte Truderinger bisher auch noch nicht die perfekte Idee. „Ich erhoffe mir da auf unserer Tagung zum Thema ‚Burn-out von Mensch und Erde‘ am 6. Oktober im Kulturzentrum Truderling Antworten“, sagt er. Anderen die Dringlichkeit des Handelns zu vermitteln, ohne sie abzuschrecken oder mit Horrorszenarien zu verängstigen, sei eine Kunst. „Man muss auf positive Weise motivieren und gleichzeitig ehrlich sein“, so Meißner.

Viele fürchteten, von der Situation überfordert zu sein. Andere sind nicht gewillt, zu handeln, wenn sie das Gefühl haben, dass man ihnen die Schuld an der Situation in die Schuhe schiebe. „Manche kommen sich dann wie Versager vor und sind zu gelähmt, um zu reagieren“, erklärt der Psychiater, der beschlossen hat, realistische Ziele zu verfolgen. „Ich habe neulich etwas gelesen, das zu mir gut passt: Lieber ein engagierter Pessimist sein als ein naiver Optimist!“

Verena Rudolf



Der Psychiater Andreas Meißner analysiert in „Mensch, was nun?“ (Oekom-Verlag), wie der Mensch mit der Ökokrise umgeht.

