

Erich R. Unkrig

GERMAN ANGST

Damoklesschwert oder Chance?

Inspirations by ILOS - März 2024



Wir reden in Deutschland derzeit viel von einer politischen wie auch gesellschaftlichen Lähmung und der Unfähigkeit, Reformen durchzuführen. Blockiert uns das, was uns im Ausland als „German Angst“ attestiert wird? Ist sie eine Art kollektive Krankheit, wie Sabine Bode schon 2006 in ihrem Buch „Die deutsche Krankheit – German Angst“ fragte? Aber Angst wovor?

Der Begriff, der sowohl im Deutschen als auch im Englischen verwendet wird, beschreibt eine bei uns Deutschen wahrgenommene Tendenz zur Angst oder Besorgnis und wird als charakteristisch für unsere Mentalität angesehen. Diese Zuschreibung bezieht sich auf verschiedene Aspekte, darunter

- eine allgemeine Neigung zur Vorsicht,
- Skepsis gegenüber Veränderungen oder neuen Entwicklungen,
- eine starke Betonung von Sicherheit und Stabilität sowie
- eine Tendenz, potenzielle Risiken oder negative Auswirkungen stärker zu gewichten als Chancen oder positive Aspekte.

„German Angst“ spiegelt eine stereotype Wahrnehmung wider, die nicht unbedingt die komplexe Realität unserer Kultur vollständig trifft. Insoweit lohnt es sich, einmal ein wenig genauer hinzuschauen, was daran positiv ist und was negativ – und wie wir damit umgehen sollten.

Die positiven Konsequenzen von „German Angst“

„German Angst“ hat, obwohl oft als negativ wahrgenommen, auch positive Aspekte oder Nutzen für Einzelne, Unternehmen und unsere Gesellschaft. Beispielsweise bietet eine vorsichtige oder risikobewusste Haltung Vorteile. Drei Beispiele dafür sind

Qualitätsstandards & Zuverlässigkeit

- Eine überlegte Herangehensweise an Entwicklungen und Prozesse in der Produktion führt zu höheren Qualitätsstandards. So sind bspw. deutsche Produkte oft für ihre Zuverlässigkeit und Langlebigkeit bekannt, was sicherlich teilweise auf eine kritische und gründliche Arbeitsweise zurückzuführen ist.
- In Feldern, in denen Sicherheit und Präzision entscheidend sind, wie bspw. in der Luftfahrt- und Automobilindustrie, der Medizintechnik oder im Umgang mit Gefahrstoffen kann eine risikobewusste Einstellung zu besonders sicheren und innovativen Produkten führen.

Umwelt- & Gesundheitsschutz

- Eine vorsichtige Haltung führt grundsätzlich zu strengeren Umweltschutzmaßnahmen und einer nachhaltigeren Wirtschaftsweise, da potenzielle Risiken für die Umwelt stärker berücksichtigt werden.
- In der Gesundheitspolitik trägt eine risikoaverse Einstellung dazu bei, Vorsorgemaßnahmen zu treffen, um Gesundheitsrisiken präventiv und effektiv zu begegnen.

Gesellschaftliche Stabilität

- Eine Gesellschaft, die Risiken ernst nimmt, neigt dazu, robuste soziale Sicherungssysteme zu entwickeln, die Einzelne wie auch Familien in schwierigen Zeiten unterstützen.
- Während "German Angst" also in der internationalen Wahrnehmung als hinderlich oder übertrieben vorsichtig dargestellt wird, gibt es Sektoren und Situationen, in denen eine solche Haltung durchaus positive Auswirkungen haben kann. Die Kunst liegt darin, eine Balance aus Sicherheit und Vorsorge auf der einen Seite und dem Raum für Innovation, Flexibilität und kalkulierte Risiken auf der anderen Seite zu finden.

Die negativen Konsequenzen von „German Angst“

„German Angst“ hat, obwohl sie wie aufgezeigt in bestimmten Kontexten Vorteile bieten mag, auch negative Konsequenzen für uns. Solche potenziellen Nachteile sind insbesondere

Hemmung von Innovation & Fortschritt

- Eine übermäßige Risikoaversion führt dazu, dass neue Technologien und Innovationen zögerlich angenommen oder gar abgelehnt werden, was die technologische und wirtschaftliche Entwicklung bremst. Zahlreiche Beispiele finden sich bspw. in der Digitalisierung, der Energie- oder auch der Verteidigungspolitik.

- Eine kulturelle Neigung zur Vorsicht kreiert ein schwieriges Umfeld für Start-ups und neue Geschäftsideen, weil risikoreiche Investitionen vermieden werden oder es an Risikokapital fehlt. Deutlich wird dies an der Abwanderung von UnternehmerInnen vor allem in die USA.

Wirtschaftliche Nachteile

- Eine überzogene Vorsicht, die sich beispielsweise in der „Regulierungswut“ und den administrativen (Entscheidungs-)Prozessen deutscher Behörden zeigt, beeinträchtigt unsere internationale Wettbewerbsfähigkeit, da in anderen Ländern mutiger und schneller gehandelt wird.
- Hohe Sicherheits- und Qualitätsstandards führen auch zu höheren Produktionskosten, die die Preisgestaltung und Marktposition beeinflussen. Beispiele finden sich u.a. in der Energiewirtschaft und dem Wohnungsbau, der Landwirtschaft und Lebensmittelproduktion.

Soziale & psychologische Auswirkungen

- Die ständige Betonung von Risiken und Gefahren führen grundsätzlich zu erhöhtem Stress und Angstgefühlen in der Bevölkerung. Plakative Beispiele finden sich auf den gängigen Internet-Plattformen, wo Headlines wie „Mehrheit der Bevölkerung ist erschöpft“ (2023) oder „2/3 der Führungskräfte sind erschöpft“ (2024) die Trends in den Informationen bestimmen.
- Die Angst vor negativen Konsequenzen führt erfahrungsgemäß zu einer Lähmung der Entscheidungsfähigkeit, so dass wichtige Entscheidungen aufgeschoben oder vermieden werden. Dies ist insbesondere in der deutschen Politik zu beobachten.

Politische und gesellschaftliche Konsequenzen

- Risikoaversion kann gesellschaftlichen und politischen Wandel erschweren oder sogar verhindern, was zu einer Verzögerung notwendiger Reformen führt. Für den geforderten Wandel brauchen PolitikerInnen anstelle kurzfristiger Reaktionen und dem Blick auf ihr Wählerklientel eine langfristige Strategie, den Mut zur offenen Kommunikation und aktiven Gestaltung.
- Zu strenge bzw. übervorsichtig herausgegebene Vorschriften bremsen Kreativität und Innovation und verstärken die Bürokratie, was wiederum die Dynamik und Flexibilität Einzelner, der Wirtschaft wie auch Gesellschaft einschränkt.

Vor allem diese und ggfs. weitere negative Konsequenzen der "German Angst" tragen dazu bei, dass Deutschland international als zögerlich und unflexibel wahrgenommen wird und führt zu einer Minderung der Attraktivität für internationale Investoren und Fachkräfte. Insofern gilt es, eine Balance zwischen berechtigter Vorsicht und notwendiger Risikobereitschaft zu finden, um sowohl Sicherheit als auch Fortschritt zu gewährleisten.

Das bedeutet, eine Kultur zu fördern, die sowohl die potenziellen Risiken als auch die Chancen neuer Entwicklungen angemessen bewertet, dabei innovative Lösungen unterstützt und den notwendigen Wandel aktiv fördert.

„German Angst“ auf der kollektiven Ebene bekämpfen!

„German Angst“ – wie angesprochen verstanden als eine übermäßige Besorgnis oder Vorsicht – kann sowohl auf individueller als auch auf gesellschaftlicher Ebene angegangen werden. Ansätze, die aus meiner Sicht helfen (können), sind insbesondere

Information & Bildung

- Transparente und klare Informationen bauen Ängste ab. Daraus generiertes Wissen hilft uns dabei, Unsicherheiten zu reduzieren und fundiertere Entscheidungen zu treffen.
- Bildung, die kritisches Denken fördert, kann uns dabei helfen, Risiken realistischer einzuschätzen und Ängste zu überwinden.

Risikokompetenz stärken

- Strategien zum Umgang mit Unsicherheit und Risiken helfen uns dabei, Ängste zu reduzieren. Dies kann durch Ausprobieren mit entsprechenden Erfahrungen oder durch Wissenserwerb geschehen.
- Die Stärkung der mentalen Widerstandsfähigkeit (Resilienz) hilft uns, besser mit Stress und Angst umzugehen.

Positive Beispiele hervorheben

- Positive Beispiele, in denen mutige Entscheidungen zu Erfolgen geführt haben, inspirieren und stärken sowohl Bereitschaft wie auch Vertrauen in das Eingehen von (kalkulierbaren) Risiken.
- Personen, die Risiken erfolgreich gemeistert haben, sollten als Vorbilder präsentiert werden, um zu zeigen, dass Veränderungen und Herausforderungen bewältigt werden können.

Dialog & Austausch fördern

- Der Austausch mit anderen Kulturen erweitert unseren Horizont und zeigt, dass es unterschiedliche Herangehensweisen an Risiken und im Umgang mit Unsicherheiten gibt.
- Die Schaffung von Gelegenheiten und Plattformen für den Austausch über Ängste und Bedenken hilft dabei, offen über Befürchtungen zu sprechen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Gesellschaftliche & politische Maßnahmen

- Durch politische und gesellschaftliche Entscheidungen, die frei von (Partei-)Ideologien Sicherheit und Stabilität fördern, ohne gleichzeitig Innovation und Risikobereitschaft zu hemmen, tragen zu einem ausgewogeneren Klima und Miteinander.
- Die Förderung von Forschung und Entwicklung sowie die Unterstützung neuer Technologien hilft dabei, eine Kultur der Innovation zu etablieren, die Ängsten entgegenwirkt.

Jedes dieser Handlungsfelder leistet einen Beitrag, die Tendenz zu übermäßiger Vorsicht und Skepsis zu verringern, indem es auf die zugrundeliegenden Ursachen von "German Angst" eingeht. Dabei helfen keine ad hoc-Interventionen. Vielmehr sind es langfristige Prozesse, die neben kollektiven resp. gesellschaftlichen Veränderungen auch individuelle Anstrengungen erfordern.

Resilienz reduziert „German Angst“!?

Um die Tendenz zu einer individuellen „German Angst“ zu reduzieren und Resilienz zu stärken, braucht es verschiedene Faktoren und Strategien. Nach meiner Erfahrung unterstützen folgende Resilienzfaktoren dabei, eine ggfs. vorhandene, individuelle Neigung zu übermäßiger Sorge oder Angst zu minimieren:

- **Optimismus:** Eine grundsätzlich positive Einstellung gegenüber der Zukunft und der Glaube daran, dass Herausforderungen bewältigt werden können, fördert kalkulierte Risikobereitschaft und reduziert Ängste.
- **Akzeptanz:** Wenn wir akzeptieren, dass Unsicherheit und Risiko ein „normaler“ Bestandteil unseres Lebens sind, hilft das, eine flexiblere und offenere Haltung gegenüber Veränderungen und neuen Erfahrungen zu entwickeln.
- **Selbstwirksamkeit:** Das Vertrauen in unsere Kompetenzen und die Fähigkeit, Einfluss auf die eigenen Lebensumstände nehmen zu können, stärkt die Bereitschaft, uns Herausforderungen zu stellen.
- **Problemlösefähigkeiten:** Der Ausbau unserer Fähigkeiten zur Problemanalyse, Problemlösung und Entscheidungsfindung trägt dazu bei, dass wir uns kompetenter und besser gerüstet fühlen, mit potenziellen Risiken umzugehen.
- **Soziale Unterstützung:** Ein verlässliches soziales Netzwerk bietet uns bei Bedarf emotionale Unterstützung und praktische Hilfestellungen. Dies stärkt unsere Widerstandsfähigkeit in stressigen und/oder angstbelasteten Kontexten, Situationen oder auch Herausforderungen.
- **Flexibilität:** Die Fähigkeit und Bereitschaft, uns an veränderte Bedingungen anzupassen und flexible Lösungswege zu finden, reduziert die Angst vor dem Unbekannten, Ungeplanten oder auch Überraschungen.
- **Sinnhaftigkeit:** Das Gefühl, einen Beitrag zu einem größeren Ganzen (Zweck) zu leisten und das eigene Handeln an Werten auszurichten, bietet Orientierung und stärkt unsere Motivation, bei Unsicherheiten nicht passiv zu werden, sondern aktiv zu bleiben.

- **Emotionale Regulation:** Techniken zur Stressbewältigung, wie Achtsamkeitsübungen, Meditation oder Entspannungsübungen tragen dazu bei, Ängste zu reduzieren und die emotionale Balance zu fördern.
- **Umgang mit Medien:** Ein bewusster Umgang mit Informationen und Medien hilft uns dabei, eine Überflutung mit negativen Nachrichten zu vermeiden, die Ängste schüren (könnten).
- **Neugier & Offenheit:** Unsere Bereitschaft, Neues zu lernen und sich persönlich weiterzuentwickeln, stärkt die Anpassungsfähigkeit und das Vertrauen in unsere Handlungsfähigkeit.

Keine Angst vor „German Angst“!?

„Keine Angst vor German Angst“ – ein Statement, das sowohl eine Herausforderung als auch eine Einladung zum Umdenken ist. Wir sollten uns bewusstmachen, dass diese Zuschreibung auch Ausdruck einer Verantwortungsethik ist, die Hans Jonas bereits 1979 in seinem Buch „Das Prinzip Verantwortung“ zum Thema gemacht hat. Anstatt „German Angst“ als Hemmschuh zu sehen, können wir sie als Chance begreifen, um wach und mit Weitsicht aktuellen und zukünftigen Herausforderungen zu begegnen und innovativ langfristig tragfähige Konzepte zu entwickeln. Es geht nicht darum, Angst zu haben, sondern darum, bewusst und verantwortungsvoll mit den Risiken und besonderen Herausforderungen unserer Zeit umzugehen. Denn letztlich ist es die Balance, die zählt! Ein Zuviel an Angst kann lähmen, doch ein gesundes Maß an Vorsicht kann uns dazu befähigen, bessere und tragfähigere Entscheidungen zu treffen.

„Keine Angst vor German Angst“ bedeutet also nicht, sie gänzlich abzulehnen, sondern sie als Teil eines umsichtigen Entscheidungsprozesses zu akzeptieren und zu nutzen. Indem wir die positiven Aspekte hervorheben und konstruktiv einsetzen, können wir nicht nur individuell, sondern auch als Gesellschaft profitieren. Vielleicht wird es Zeit, das Thema in einem neuen Licht zu sehen – nicht als Makel, sondern als Möglichkeit, in einer VUKA-Welt verantwortungsbewusst und zukunftsorientiert zu handeln. Unsere Aufgabe dabei ist, im Sinne des klassischen Sender-Empfänger-Modells unser Verhalten, Handeln und vor allem die Entscheidungen offen, klar und belastbar zu kommunizieren. Denn eine Botschaft zwischen Sender und Empfänger ist nur dann erfolgreich, wenn Gesendetes und Empfangenes gleich sind und nicht der Interpretation überlassen bleibt. Hier hapert es noch deutlich!

