

Krisen als Chance. Menschen und Gesellschaften im Wandel

Crises as an Opportunity for Social Change and Personal Growth

Helga Elisabeth Schachinger

Themenschwerpunkt Long COVID/weitere Kollateralschäden

Zusammenfassung

Nach einer Beschreibung aktueller weltweiter Krisen und Problemlagen werde ich eine zuversichtliche Sichtweise im Sinne von „Krise als Chance“ aufgreifen. Krisen bedeuten nicht nur (massiv) angehäufte Probleme, sondern sind auch ein optimaler Zeitpunkt für gesellschaftliche und individuelle Veränderungen, die mitunter schon längst fällig sind. Freilich lieben Menschen und Gesellschaften ihre Gewohnheiten und Traditionen und sind daher manchmal (relativ) veränderungsresistent. Veränderungen sind aber der Normalzustand, weil Leben nicht Stillstand, sondern stetige und lebenslange Entwicklung bedeutet. Was krisenfeste Gesellschaften und resiliente Menschen auszeichnet, werde ich aus dem reichhaltigen wissenschaftlichen Fundus der Gesundheitspsychologie darlegen. Abschließend skizziere ich eine erstrebenswerte Zukunftsvision.

Abstract

After a description of current worldwide crises and problems, I will take a confident view in the sense of “crisis as an opportunity”. Crises not only mean (massively) accumulated problems but are also an optimal time for social and individual changes that are sometimes long overdue. Of course, people and societies love their habits and traditions and are therefore sometimes (relatively) resistant to change. However, changes are the norm, because life does not mean standing still but steady and lifelong development. What characterizes crisis-proof societies and resilient people, I will explain from the rich scientific pool of health psychology. Finally, I outline a desirable vision for the future.

1. Multiple sich wechselseitig verstärkende Krisen

Die COVID-19-Krise kann mit effektiven Impfstoffen, wirksamen Medikamenten und erprobten Behandlungsmethoden als bewältigt bzw. bewältigbar betrachtet werden, aber andere Krisen, die sich im Schatten der Pandemie zugespitzt haben, sind zu einer weltweiten Herausforderung geworden. Der Ukraine-Krieg führt uns vor Augen, wie fragil auch in Europa der Frieden ist, und Folgen des Klimawandels wie extreme Hitze und Trockenheit in vielen Ländern der Welt verursachen vermehrte Waldbrände, zerstören landwirtschaftliche Erträge und stellen für vulnerable Personengruppen (insbesondere in Städten, die weit davon entfernt sind, „klimafit“ zu sein) ein ernstzunehmendes Risiko für die Gesundheit dar. Krieg und Klimakrise sowie diverse wirtschaftliche „Nachwehen“ der COVID-19-Pandemie (Produktions- und Lieferengpässe, extrem gestiegene Energie- und Transportkosten, Arbeitskräftemangel usw.) haben zu starken Preissteigerungen und einer Teuerungskrise geführt, die in vielen Haushalten schmerzhaft zu spüren ist. Enorm gestiegene Lebenskosten überfordern nicht nur arme und armutsgefährdete Menschen und Familien, sondern stellen auch für den Mittelstand Stressoren dar, die beträchtliche Ängste und Sorgen auslösen können (z. B. Zukunfts- und soziale Abstiegängste). Multiple Krisen setzen nicht nur Menschen weltweit unter Druck, sondern auch die Politik. Krisen können Polarisierungen und Spaltungen innerhalb von Gesellschaften hervorrufen bzw. verschärfen und werden von manchen politischen Parteien geschickt genutzt, um WählerInnenstimmen und Wahlen zu gewinnen.

1.1. Rechtspopulismus und -extremismus

Die Krisen unserer Zeit scheinen rechtspopulistischen und rechtsextremen Parteien in die Hände zu spielen,