

Peter
LAUSTER

Lassen Sie sich nichts gefallen

Die Kunst, sich durchzusetzen



Vorwort zur Neuauflage

Die Erstausgabe dieses Buches ist im Herbst 1976 als ECON Sachbuch erschienen. Für diese 10. Auflage habe ich es nochmals durchgesehen und kann sagen, es hat bis heute nichts von seiner Aktualität eingebüßt; es ist das »Basisbuch«, auf dem meine im ECON Verlag später erschienenen Bücher wie »Lassen Sie der Seele Flügel wachsen« und »Lebenskunst« aufbauen.

Weil der Titel vieldeutig ist, möchte ich gleich zu Anfang klären, dass keinem autoritären »Ellenbogenegoismus« das Wort geredet wird. Die Absicht des Buches besteht in der Aufdeckung der Schädlichkeit von als selbstverständlich angenommenen »Lebensregeln«. Der Anfang des Buches ist deshalb den von Anna Freud erstmals beschriebenen sogenannten »Abwehrmechanismen« der Seele gewidmet, die einer oberflächlichen Angstbewältigung dienen und die Lebenslügen fördern. Dieses falsche »Durchsetzungsverhalten« führt nur immer tiefer in die Selbstunterdrückung und in seelische Konflikte.

Das Buch berücksichtigt besonders die sozial-psychologische Seite, die den einzelnen an seiner Entfaltung behindert. Es geht um die Spannung in dem Kräftespiel zwischen Sehnsucht nach Selbstentfaltung und der Anpassung an gesellschaftliche Einflüsse. Jeder ist einerseits ein »Kind seiner Zeit«, geprägt von den gesellschaftlichen Zwängen, und andererseits ein Individuum mit der Hoffnung auf Selbstbestimmung und Verwirklichung von Freiheit.

Der Titel »*Lassen Sie sich nichts gefallen*« ist ein Motto dafür, beruflich und privat, die von außen kommenden Unterdrückungseinflüsse zu durchschauen und das eigene Selbst dabei nicht zu verlieren. Der Mut zum Selbst, die Kraft, sich gegen falsche »Einflüsterungen« zu wehren, sich als Individuum zu sich selbst und den eigenen Gefühlen zu bekennen, das ist mit dem Titel gemeint.

Wer dagegen glaubt, er bekommt mit dem Buch Tipps und Vorschläge, wie er andere besser unterdrücken oder reinlegen kann, findet darüber nichts. Es geht mir nicht um Machtausübung, sondern um Abwehr von Machteinflüssen »anderer« auf die Entfaltung der eigenen seelischen Freiheit.

Teil 1: Status quo unserer psychischen Blindheit

Das vernachlässigte psychische Weltbild

»Denn die Gefährdung der heutigen Menschheit entspringt nicht so sehr ihrer Macht, physikalische Vorgänge zu beherrschen, als ihrer Ohnmacht, das soziale Geschehen vernünftig zu lenken.«

Konrad Lorenz

Die Wissensexplosion ist für den Normalbürger nicht mehr zu bewältigen. Selbst der Fachmann kann sämtliche Neuerscheinungen auf seinem Fachgebiet nicht mit normaler Lesegeschwindigkeit aufarbeiten.

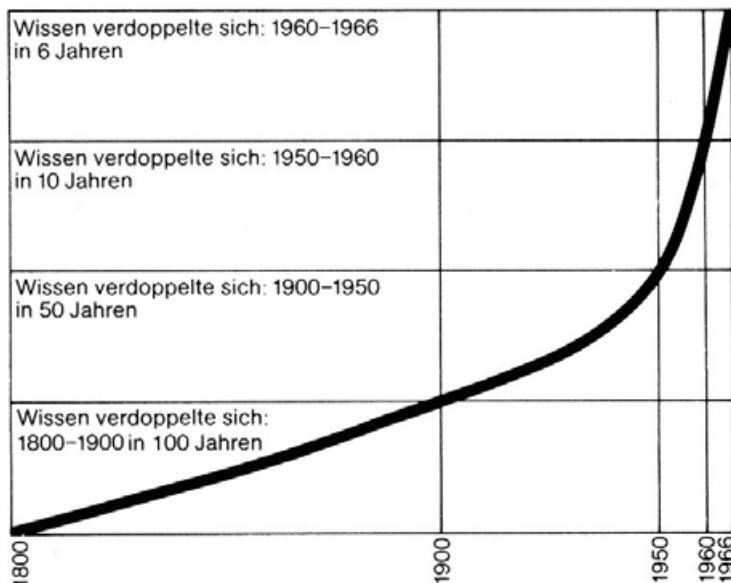
Das Wissen verdoppelte sich von 1800 bis 1900 in nur 100 Jahren, von 1900 bis 1950 in fünfzig Jahren und von 1950 bis 1960 in nur zehn Jahren, schließlich verdoppelte es sich erneut von 1960 bis 1966 in nur sechs Jahren. Ein Student, der 1960 sein Studium aufnahm, stand nach Abschluss seines Exams 1966 vor der doppelten Wissensmenge als bei Studienbeginn. Kein Wunder, dass die meisten Akademiker vor interdisziplinärer Betrachtungsweise zurückschrecken und sich resignierend in die Laufbahn des Fachidioten schicken.

Das Wissen ist natürlich nicht in allen Fachgebieten mit gleicher Geschwindigkeit explodiert. So gut wie stagniert hat zum Beispiel die Wissenschaft der experimentellen Ästhetik, die von Gustav Theodor Fechner 1871 in Leipzig begründet wurde. Die experimentelle Psychologie, die etwa zur gleichen Zeit ihre Forschungsarbeit aufnahm, hat sich dagegen wesentlich dynamischer entfaltet. Im Vergleich zur Psychologie entwickelten sich jedoch wiederum die Naturwissenschaften, Physik und Chemie in unvergleichlich rasanterem Tempo.

Der Grund für die verschiedenen Entwicklungsgeschwindigkeiten der Wissenschaften liegt nicht darin, dass die Forscher an Ästhetik weniger Interesse hätten als an physikalischen Problemen der Thermodynamik, sondern am subjektiven Karrierefeeling. Für Untersuchungen zur ästhetischen Wirkung des »goldenen Schnitts« gibt es keine Forschungsmittel, weder

der Staat noch die Industrie schenken anerkennende Aufmerksamkeit und Beachtung. Anders verhält es sich beispielsweise bei dem zufällig herausgegriffenen Gebiet der Strömungslehre; hier fließen eher Forschungsmittel für den Forscher, zeichnen sich Aufstiegschancen ab, letztendlich winkt ihm der Nobelpreis.

Aus meiner Tübinger Studentenzeit (1961 bis 1968) ist mir noch gut eine Bemerkung von Professor Wilhelm Witte in Erinnerung aus seiner Vorlesung über psychologische Optik: »Ein Psychologe soll alles können, nur eines kann er nicht, den Nobelpreis gewinnen.« In dieser Vorlesung saßen 1962 etwa 30 bis 40 Studenten. Ein Numerus clausus war nicht nötig. »Was studierst du? Psychologie? Was willst du denn damit später einmal machen?« frugen mich Studenten anderer Fakultäten mit mitleidigem Unterton. Die Frage wurde meist mit dem Rat ergänzt: »Wenn du noch Volkswirtschaft studierst oder Medizin, ist das eine gute Kombination, aber sonst ...«



1: Die Explosion des Wissens von 1800 bis 1966

Psychologie war noch 1962 im Bewusstsein der Studenten und der Bevölkerung eine brotlose Kunst. Mittlerweile hat sich die Wissenschaft von der Seele jedoch verstärkt durchgesetzt, mehr Forschungsmittel stehen zur Verfügung, die Stellenanzeigen nahmen zu, auf vier ausgeschriebene Positionen kommt heute etwa ein Bewerber. Mit diesen Veränderungen stieg natürlich die Zahl der Psychologiestudenten an, und heute bestehen Zulassungsbeschränkungen an jeder Universität.

Die Ästhetik stagniert noch immer. Für diese Wissenschaft gibt es auch 100 Jahre später kaum mehr Subventionen als 1870 zur Zeit von Gustav Theodor Fechner.

Die Ausgaben des deutschen Forschungsministeriums 1973²:

Mio. DM

1014,980	Energieforschung und Technologie
588,698	Einrichtungen und Vorhaben der Weltraum-Luftfahrt forschung und -technik
542,600	Naturwissenschaftlich-technische Forschung und Ent- wicklung
445,546	Datenverarbeitung, Nachrichten, Technologie und Do- kumentation
311,965	Allgemeine Forschungsförderung
247,570	Trägerorganisationen der allgemeinen Forschungs- förderung MPG/FHG
136,990	Einrichtungen und Vorhaben im Bereich von Biologie, Ökologie und Medizin
84,570	Neue Technologien im Bereich des Verkehrs und der kommunalen Ver- und Entsorgung
64,745	Technologien in Schlüsselbereichen, Roh-, Grund- und Werkstoffe, chemische Forschung
40,250	Meeresforschung und Meerestechnik (ohne Meeres biologische Anstalt Helgoland)
9,875	Sozialwissenschaftliche Einrichtungen
6,900	ESO
0,846	IMT

Sozialwissenschaftliche Einrichtungen stehen an drittletzter Stelle. An den ersten Stellen liegen, wie nicht anders zu erwarten: Energieforschung und Technologie, Einrichtungen und Vorhaben der Weltraum-, Luftfahrtforschung und -technik, naturwissenschaftlich-technische Forschung und Entwicklung.

Diese Forschungsgewichtung muss sich in den nächsten Jahren ändern. Die sozialwissenschaftliche, sozialpsychologische und psychotherapeutische Forschung muss intensiviert werden. Was nützt uns eine weitere Explosion des naturwissenschaftlich-technischen Wissens, wenn die Städte unwirtlicher werden, die Umwelt weiter verschmutzt, die Ökologie durcheinander gerät, die Neurosen und psychosomatischen Symptome anwachsen und das Leben an Qualität verliert. Die Technologieförderung muss neu überdacht werden und in Richtung »soft technology« gehen. Wir brauchen zusätzlich eine »Technologie des Verhaltens«, wie auch der amerikanische Psychologe B. F. Skinner vorschlägt, allerdings nicht in seinem behavioristischen Sinne.

Die Länder dieser Erde geben pro Jahr etwa 200 Milliarden Dollar für die Rüstung aus. Nur zehn Prozent dieser Summe (20 Milliarden) würden ausreichen, um die Forschung für die Verbesserung der zwischenmenschlichen Beziehungen zu realisieren. Damit könnte die atomare Kriegsgefahr vermindert und schließlich sogar unmöglich gemacht werden. Was hindert uns daran?

Es wurde bisher nur an der Erweiterung des physikalischen Weltbildes gearbeitet. Das psychische und soziale Weltbild galt im Vergleich dazu als unwichtig. Diese antiquierte Vorstellung muss revidiert werden, denn nur über die Erweiterung des psychosozialen Weltbildes ist die Selbstvernichtung des Menschen aufzuhalten.

Wohin wird die Psychologie nach Meinung von fünfzig britischen Psychologen nach einer futurologischen Prognose gehen? Sie sind der Ansicht, dass die Sozial- und Personalpsychologie am stärksten wachsen wird, und sie erwarten gegen Ende dieses Jahrhunderts einen großen Erkenntnisdurchbruch in der Neurophysiologie und der damit verbundenen Herstellung von Psychodrogen.

Bis 1987 sagen die englischen Psychologen wichtige Erkenntnisse auf dem Gebiet der Verhaltenskontrolle und neue Techniken der Selbstmanipulation voraus. Die Psychologie wird nach ihrer Vorausschau insgesamt praxisorientierter und vor allem wird sie stärkeren Einfluss auf die Erziehung nehmen.

Besonders interessant ist der Hinweis der Futurologen auf das Wachstum der Sozialpsychologie und der Personalpsychologie. Das heutige Weltsystem ist ohne mehr Wissen über soziale Prozesse und Konfliktverhalten nicht mehr zukunftssicher zu steuern. Die Konkurrenz- und Leistungsgesellschaft muss in eine Kooperations- und Teamgesellschaft übergeführt werden. Die Sehnsucht der Menschen nach Solidarität, Statusangleichung und mehr Gleichwertigkeit lässt sich nicht mehr lange unterdrücken.

[Ende der Leseprobe.](#)

[Zum Download des kompletten Buches klicken Sie bitte hier.](#)