

Die Phasen der Corona-Krise aus psychologischer Sicht und ihre Auswirkungen auf Alltag und Politik

Auf Basis zahlreicher Studien des rheingold-Institutes, die auf Basis zweistündiger psychologischer Tiefeninterviews durchgeführt wurden, lassen sich verschiedene Phasen der Corona-Krise unterscheiden:

Phase 1: Kollektiver Brems-Aktivismus (bis zum 23. März)

Für die Menschen in Deutschland ist die derzeitige Krise vor allem durch eine tiefgreifende **kollektive Ohnmachts-Erfahrung** geprägt. Sie sehen sich durch das Corona-Virus mit einer fremdartigen Bedrohung konfrontiert, die – anders als beispielsweise in der Flüchtlingskrise - sinnlich nicht wahrnehmbar ist. Durch diese Unfassbarkeit funktionieren die bewährten Flucht- oder Abwehrreaktionen der Menschen nicht. Oft bleibt das Gefühl einer schwer aushaltbaren bleiernen Machtlosigkeit.

Demonstration der persönlichen Handlungsfähigkeit

Die erste Phase war vor allem durch die Bewältigung dieser Ohnmachtserfahrung geprägt. Den Menschen war es wichtig, sich in vielen Alltagsbereichen ihrer Handlungsfähigkeit zu vergewissern. Das gelingt ihnen durch häufiges und ausgiebiges Händewaschen und durch das Einhalten der Abstandsregeln. Auch der Frühjahrsputz fiel dieses Jahr gründlicher aus, weil die privaten Bodenoffensiven zumindest dem sichtbaren Schmutz effizient eliminieren und glänzende Erfolgserlebnisse bescherten. Vor allem durch die anfänglichen Hamsterkäufe konnten die Menschen demonstrieren, dass sie das Heft des Handelns in der Hand haben. Sie hatten das souveräne Gefühl, sich wenigstens aktiv versorgen zu können, wenn man sich schon nicht vollständig schützen kann. Zudem alimentieren sie durch den Hamsterkauf auch die Zeit jenseits des Hamsterrades. Wer genügend Kohlenhydrate im Schrank hat, hofft sich über potentielle Stimmungskrisen, Beziehungskonflikte oder einen drohenden Lagerkoller hinwegzuretten und sich notfalls in Trance zu futtern. Auch mit dem Horten von Klopapier demonstrierten die Käufer derzeit ihre - auch in Krisenzeiten – große und kontrollierte „Geschäftstüchtigkeit“.

Schulterschluss mit der Politik

Auf der politischen Ebene führte diese Ohnmachtserfahrung zu einem beispiellosen Schulterschluss zwischen Virologen, Politikern, Medien und Bürgern. Gemeinsam versuchten alle der Bedrohung durch einen Brems-Aktivismus zu begegnen. Über Wochen wurde durch immer weitere Verzichtsappelle und Kontaktbeschränkungen bis zum Lockdown ein Zustand errichtet, den man als soziale Fastenzeit beschreiben kann. Aber trotz aller Anstrengungen und Maßnahmen hatten die Akteure in dieser Phase das Gefühl „Ewige Zweite“ zu sein. Wie im Märchen vom Hasen und dem Igel war das Virus immer einen Schritt voraus und forderte neue Einigelungen. Auf der föderalen Ebene entstand dabei eine Art Brems-Konkurrenz –

zumindest im Wettrennen der Ministerpräsidenten wollten manche immer einen Schritt weiter sein.

Politiker als nahbare Krisenmanager

Die erste Phase hat die Wahrnehmung der Politik bzw. der Politiker stark verändert. Vor allem die Kanzlerin, die Ministerpräsidenten und der Gesundheitsminister wurden als Krisenmanager erlebt, die nicht mehr entrückt und abgehoben agieren, sondern die sich nahbar den drängenden und verständlichen Lebensfragen der Menschen zuwenden. Zuweilen klang in den Tiefeninterviews eine „Demut gegenüber der Politik“ an. Die Bürger hatten das Gefühl, dass sich die Politiker ihrer Verantwortung stellen und dass sie bereit sind, klare Entscheidungen zu treffen: „Ich bewundere die Politiker und bin heilfroh, dass ich als Bürger solche weitreichenden Maßnahmen nicht entscheiden und verantworten muss.“

Der Schulterschluss mit der Politik wurde auch dadurch gestärkt, dass Corona als „Gleichschalter“ erlebt wurde, der eine individualistische Gesellschaft in eine **Schicksalsgemeinschaft** verwandelt. Immer wieder wurden Stimmen in den Tiefeninterviews laut wie „Der Virus eint uns alle!“ oder „Vor dem Virus sind alle gleich!“. Berufe wie Pflegekräfte oder Kassiererinnen, bislang kaum beachtet und wertgeschätzt, gerieten wieder in den achtungsvollen Blickpunkt der Menschen.

Mit dem Lockdown hat diese Phase ihren vorläufigen End- und Wendepunkt erreicht.

Phase 2: Polarisierungs-Phase (bis Anfang Mai)

Seit dem Lockdown beobachten wir in den Tiefeninterviews eine zweite Phase. Die Menschen wissen Ende März, dass es erst einmal keine weiteren Restriktionen geben wird. Sie waren aufgefordert, sich mit der Stilllegung des öffentlichen Lebens zu arrangieren. Abwarten- und ausharren-müssen verstärkt jedoch wieder die Ohnmachts-Gefühle der Menschen. Deshalb ist mit dem Lockdown auch die Stunde der Zweifler gekommen. Der gesellschaftliche Schulterschluss begann Ende März spürbar zu bröckeln.

Zweifel und polare Fronten

Für die Politik wurde es nun sehr viel schwieriger, den Prozess zu steuern, denn viele Menschen stellten sich die Frage: Muss das überhaupt alles sein? Sind die Maßnahmen angemessen? Wie lange soll der Zustand noch dauern? Die über alle politischen Parteien hinweg beschworene Einheit bekam zunehmend Risse und es bildeten sich polare Fronten: Virologen versus Wirtschaft, Freiheitsliebende versus Autoritätsgläubige, Junge versus Alte, Krisen-Gewinnler versus Krisen-Verlierer. Die Polarisierungen wurden zudem durch die im Netz kursierenden Verschwörungstheorien angefeuert.

Die Polarisierungsphase birgt die Gefahr, dass die alten **Spaltungen** in der Gesellschaft nach Wochen der Solidarität wieder vehement aufbrechen oder sich

verfestigen. Schon jetzt zeigen sich in den Familien oder Freundeskreisen Zerwürfnisse, Glaubenskriege und Gräben wie während der Flüchtlingskrise. Zudem verstärkte sich zum **Osterfest** in Teilen der Bevölkerung auch die Sehnsucht nach einem Ende der sozialen Fastenzeit. Die Symbolik der Wiederauferstehung verhiess den Menschen, die Gruft verlassen und wieder ins bunte, frühlingshafte Leben einsteigen zu können. Zumal auch der Begriff Quarantäne ein baldiges Ende der Einschränkungen versprach. Denn Quarantäne (ital. Quarantena) bedeutet 40 Tage. Dieses Zeitmaß hat sich bereits während der mittelalterlichen Pestepidemien etabliert. Es umschreibt einen Zeitraum von knapp sechs Wochen der seelisch ermessbar ist. An diesem Zeitmaß orientieren sich auch die Sommerferien. Das verstärkte den Druck auf die Politik, spätestens in der Woche nach den Osterferien den Menschen eine neue Perspektive zu vermitteln, wie sie das Leben in den nächsten Wochen gestalten können.

Die Spreizung der Lebenswirklichkeit in der Gesellschaft

Die Polarisierungs-Phase spiegelt sich in einer zunehmenden Spreizung der Lebenswirklichkeiten in der Gesellschaft, die zu diametral entgegengesetzten Forderungen im Hinblick auf das Tempo möglicher Öffnungen führt.

Die weiter unten ausführlich charakterisierten acht Typen der Krisenbewältigung zeigen, dass Corona das Leben der Menschen auf höchst unterschiedliche Weise verändert.

Der belastete Alltag

Eltern im Homeoffice beispielsweise erleben den Alltag ohne die Entlastung durch Kitas und Schule als dauernde Überforderung, ja als eine Art „Vorhölle“. Ganz schlimm ist die Situation für Menschen mit behinderten Angehörigen, bei denen der Wegfall jeder stützenden Tagesstruktur zu ungeheuren Seelenschäden führt. Eine dritte Gruppe leidet unter einer ungekannten digitalen Verdichtung. Es fehlen die sonst gewohnten analogen Dehnungsfugen im Alltag: stundenlange Dienstreisen oder das Mittagessen mit Kollegen fallen weg. Jetzt reiht sich eine Videokonferenz an die nächste, sie spüren keinerlei Entschleunigung. Alle diese gesellschaftlichen Gruppen haben eine immer größere Sehnsucht nach dem Ende des Lockdowns.

Der entschleunigte Alltag

In anderen Teilen der Bevölkerung sieht es jedoch komplett anders aus. Eine junge Mutter beschreibt zum Beispiel im Tiefeninterview den Lockdown als die schönste Zeit ihres Lebens – in großer Innigkeit mit ihrem Säugling, ungestört von Verwandtenbesuchen und anderen Verpflichtungen. Verliebte Pärchen erzählen, wie sehr sie die gemeinsame Zeit genießen, wie oft sie Sex haben, was sie alles entspannt miteinander tun können. Studenten berichten von einer wohltuenden Rückkehr in die Kernfamilie mit Rundumversorgung und Spieleabenden wie früher nur an Weihnachten. Und selbst mancher, der schon vor Corona einsam war, erlebt die Krise als entlastend, weil jetzt eben alle einsam sind. Für diese Gruppen, die zusammen die knappe Hälfte der Bevölkerung ausmachen, dürfte der Lockdown mit seinen kleinen Schlupflöchern ruhig „noch Monate weitergehen“. Sie haben auch

kein schlechtes Gewissen, weil der Rückzug in den eigenen kleinen Lebenskreis geschützt wird durch eine Todesdrohung. Draußen im großen Lebenskreis lauert das Virus – und die Gefahr einer zweiten Infektionswelle.

Söder und Laschet als Symbolfiguren

Die Spreizung der Lebenswirklichkeit hat auch Einfluss auf die Wahrnehmung der Politik, die jetzt nicht mehr so demütig und einmütig erlebt wird wie in der ersten Phase. Für beide Seiten gibt es eine zentrale Symbolfigur: Der bayrische Ministerpräsident Markus Söder mit seiner Warnung vor einem verfrühten Ende des Lockdown ist für die Menschen, die sich mit der Krise gut eingerichtet hat, der fürsorgliche Hüter des kleinen Kreises. Söders NRW-Kollege Armin Laschet gilt dagegen als derjenige, der die Bürger aus dem Paradies vertreibt. Er fordert in ihren Augen: Geht wieder zu Schule, macht euer Abitur, nehmt eure Arbeit wieder auf. Das führt dazu, dass seine Sympathiewerte massiv sinken. Auch bei vielen Menschen, die auf ein schnelles Ende des Lockdowns hoffen, punktet Armin Laschets weniger. Seine demokratische Tugend des umsichtigen Moderierens und vorsichtigen Abwägens überzeugt angesichts der Bedrohungslage weniger als die kompromisslose Durchsetzungsstärke Söders, mit der er „wie ein Drachenkämpfer“ dem Virus begegnet.

Die **Gefahr** droht, dass in der Öffentlichkeit das Gefühl der gesellschaftlichen Schicksalsgemeinschaft immer stärker schwindet, die Debatten zunehmend entgleisen und in wechselseitigen Vorwürfen münden. Wer Armin Laschets Kurs der verantwortungsvollen Öffnung folgt, kommt in den Ruch, mit dem Tod unzähliger Menschen zu spielen. Wer mit Markus Söder ein langsames Tempo einschlagen will, wird für den Tod von Betrieben und die Vernichtung von Existenzen verantwortlich gemacht.

Ausblick auf Phase 3. Differenzierte Wege in eine verantwortungsvolle Normalität?

Das Ende der Polarisierungs-Phase setzt voraus, dass ein breiter gesellschaftlicher Konsens entsteht, dass jetzt intensiv nach neuen und kreativen Lösungen gesucht wird. Der Paradigmenwechsel von einer kollektiven zu einer risikoadaptierten Strategie, die eine Lockerung der derzeitigen Beschränkungen mit einem weiterhin wirksamen Gesundheitsschutz verbindet, ist bereits seit Ende April im Gange. Das Tempo der Öffnungs-Maßnahmen wird in den nächsten Wochen Fahrt aufnehmen. Denn die im Zuge der Fokussierung auf die Corona-Bedrohung weitgehend ausgeblendeten sozialen und wirtschaftlichen Gefahren rücken jetzt täglich stärker in das Bewusstsein der Bevölkerung. In den nächsten Wochen wird es daher spezifische Regelungen und Maßnahmen für die Bundesländer, für Branchen, für Krisen-Regionen oder bestimmte Zielgruppen geben. Solch differenzierende Maßnahmen bergen jedoch ein großes **Streitpotenzial** in der Bevölkerung. Sie schüren die schon vor der Krise vorhandenen Neid-Strukturen, Geschwister-Rivalität und Wertschätzungs-Defizite. Die Gefahr wächst, dass sich gesellschaftliche **Spaltungen** verstärken, weil sich viele Bürger benachteiligt oder ungerecht behandelt fühlen.

Wie Politik eine gemeinsame Basis schaffen kann

Phase 3 muss daher von der Politik klug moderiert und transparent argumentiert werden. Gesellschaftlich ist eine fundierte gemeinsame Basis in dreifacher Hinsicht notwendig:

Erstens ist eine klare politische Zieldefinition wichtig, wie das Primat der Gesundheit umgesetzt wird. Geht es primär darum, das Virus weitestgehend einzudämmen oder darum, die Funktion des Gesundheitswesens sicherzustellen? Wegweisend wird dabei sein, dass sich die Fachleute und die Politiker auf einen leitenden Parameter verständigen. Bisher ging da in den Augen der Bürger vieles durcheinander. Mal war es die Zeit, in der sich die Infektionen verdoppeln, mal die Ansteckungsrate, mal die verfügbare Zahl an Intensivbetten. Eine persönliche Anmerkung von mir als Mitglied des Corona-Expertenrates in NRW: Eine übergreifende Zieldefinition auf Bundesebene könnte durch ein gerade vom NRW-Expertenrat konzipiertes „Dashboard zur Steuerung der Corona Krise – und zur Vermeidung gesundheitlicher und sozialer Härten“ gemonitort werden.

Zweitens braucht gerade die regionale Differenzierung der weiteren Maßnahmen den gemeinsamen grundsätzlichen Schulterschluss der Bundesländer, statt der verwirrenden Brems- oder Öffnungs-Konkurrenz. Diese Linie kann und muss natürlich ausdrücklich Spielräume für die regionalen Besonderheiten ermöglichen.

Und drittens brauchen wir verantwortungsvolle Bürger, die bereit sind sich lange Zeit an die neuen Spielregeln zu halten, denn eine schnelle Rückkehr zur alten Normalität wird es nicht geben.

Auf Bürgerebene ist daher ein Zusammenspiel von Öffnung und individueller Verantwortungs-Delegation notwendig. Jede Öffnungs-Maßnahme sollte mit individuellen Verhaltens-Geboten verbunden sein, damit nicht der Eindruck entsteht, dass die Öffnung die Wiederkehr der alten Normalität bedeutet, sondern eine verantwortungsvolle Normalität einleitet. Die Kopplung von Laden-Wiederöffnungen und **Maskenpflicht** war aus psychologischer Sicht ein anschauliches Beispiel für dieses Zusammenspiel. Der individuelle Preis ist jedoch hoch. Die Maske wird zwar diszipliniert getragen, aber auch als persönliche ‚Bevormundung‘ im wahrsten Sinne des Wortes erlebt. Sie soll zwar die Mitmenschen schützen, sie signalisiert aber Befremden und Aggressivität. Denn Masken oder „Maulkörbe“ trugen früher Bankräuber oder bissige Hunde. Die Maske funktioniert zwar als Corona-Mahnmal, sie wird aber nach der Entmündigung durch das Virus und durch den Lockdown als dritte Entmündigung erlebt, die derzeit viel Unbehagen hervorruft.