

## Piazza II



### Gekränkte ältere Männer

**BLV.** Martin Schaffner, Präsident des Bezirkslehrerinnen- und Bezirkslehrervereins, macht sich in seiner «Piazza» Gedanken über das Gefühl des Gekränktheits. Dieses sei, so Schaffner, bei älteren Männern häufiger anzutreffen als bei Frauen.

Wer das Glück hatte, in der Lehrerweiterbildung noch Richi Haberthür, Psychologe und in vielen Kollegien bekannt als Spezialist für Kriseninterventionen, zu erleben, kann sich an zahlreiche gute Gespräche und Inputs erinnern. Unvergessen bleibt mir etwa diese Bemerkung: «Mit fortschreitendem Alter reagieren Männer zunehmend empfindlich gegenüber Kritik, vermeintlichen Ungerechtigkeiten, vielleicht auch Ironie.» Gemeint sind Männer in der zweiten Lebenshälfte, eine Gruppe übrigens, der spätestens seit den US-Wahlen nicht mehr viel Sympathie zuteil wird. Kränkungen scheinen ältere Männer mehr zu verschleissen als andere Menschen, vielleicht weil sie ihnen keine wirksamen Strategien mehr entgegenzusetzen vermögen oder wegen reduziertem Selbstwertgefühl. Zählen wir doch zum Gekränktheits auch noch die Beleidigung, die offensichtliche Benachteiligung, die enttäuschte Erwartung, die Abweisung, der Liebesentzug, die Demütigung, die Erniedrigung, Mobbing – die Unterschiede sind bloss graduell. Auslöser von Kränkungen sind allseits bekannt: ein nicht erwideter Gruss, eine Unpünktlichkeit anderer, eine vielleicht nur halbwegs erfüllte Abmachung, eine vermeintlich lustige Bemerkung. Der Verlust der

jugendlichen Frische lässt uns Männer überdies mehr und mehr alt aussehen. Kränkungen sind erlittene Ungerechtigkeiten, die negative Emotionen, Missmut und Verdrossenheit evozieren. Kränkungen verletzen einen Menschen in seinem Ego, seinem Stolz, seiner Ehre, seinen Gefühlen, insbesondere in seiner Selbstachtung. Unmittelbare negative Folgen von Kränkungen können Wut und andere Aggressionen sein. Einer Racheabsicht geht immer eine Kränkung voraus. Da eine direkte Flucht aufgrund einer Kränkung nicht möglich ist, können Alkohol und andere Drogen zum Zuge kommen. Wiederholte ohnmächtige Erstarrung lässt auf Dauer ein Burn-out oder eine Depression entstehen.

Wer sein eigenes Tun und Lassen sowie das seiner Mitwelt nach dem Kriterium der «erlittenen Kränkungen» untersucht, wird erstaunt feststellen, dass sie unerwartet oft vorkommen. Selbst in der Politik werden täglich Entscheide gefällt, die von Kränkungen beeinflusst oder sogar initiiert worden sind. Oder wieso müssen Putin, Erdogan, Trump und viele andere so handeln, wie sie es heute tun? Niemand bestreitet, dass Pädagogen im Schulalltag, in der Politik und im gesellschaftlichen Leben nicht selten Kränkungen ausgesetzt sind. Diese gilt es, in-

nerter nützlicher Frist zu verarbeiten. Um schlaflose Nächte mit stetem Grübeln zu vermeiden, geben Schulleitende den Tipp, problembehaftete E-Mails doch nur am Vormittag zu lesen. Und sie wissen, dass ihre Mitarbeitenden keine Mimosen sind.

Der Gegenpart der Kränkung kann nur eine äusserst positive Energie sein. Etwa eine grundsätzlich wohlwollende Haltung, eine gelassene Grosszügigkeit, eine gesunde Kulanz, Humor und Zuversicht. Oder die Bereitschaft, dem Kränkenden sogleich zu verzeihen und sich so unangreifbar, ja erhaben zu machen.

Wie Frauen auf Kränkungen reagieren, darüber hat Richi Haberthür nichts gesagt. Ich kann mir jedoch nicht vorstellen, dass beispielsweise Angela Merkel jemals aus einer Kränkung heraus reagieren würde.

Martin Schaffner

PS: Dieser Beitrag entstand nach der Lektüre eines Artikels aus der «ZEIT»: [www.zeit.de/zeit-wissen/2017/01/psychologie-psychiater-gericht-gutachten-verbrecher-interview?wt\\_zmc=sm.ext.zonaudev.mail.ref.zeitde.share\\_small.link.x](http://www.zeit.de/zeit-wissen/2017/01/psychologie-psychiater-gericht-gutachten-verbrecher-interview?wt_zmc=sm.ext.zonaudev.mail.ref.zeitde.share_small.link.x)



Niemand ist vor Kränkungen gefeit – sind ältere Männer stärker betroffen? Foto: Fotolia.