



STIFTERVERBAND



metaebene

PHOTO: UNSPLASH / CHRISTOPHER SARDEGNA



FG 078 ANGST UND ZUKUNFT



GAST
Jan Kalbitzer
Psychiater

Längst nicht erst seit dem Ausbruch der Corona-Krise gilt: Wir leben in einer Zeit, die von Unsicherheiten geprägt ist. Eine Zeit, in der gewaltige Herausforderungen auf eine Antwort warten – während sich unsere Gesellschaft grundlegend wandelt. Und Ungewissheit befeuert Ängste, die keineswegs nur verborgen im Privaten gedeihen. Wenn die Furcht zu mächtig wird, kann auf einmal ein System zu kippen drohen.

Dr. Jan Kalbitzer (Jahrgang 1978), Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, hat sich während seiner Forschungslaufbahn in Kopenhagen, Oxford und an der Berliner Charité mit Fragen der psychischen Gesundheit auch in gesellschaftlichen Zusammenhängen auseinandergesetzt. Da ging es etwa um die Frage, ob es so etwas wie Internetsucht überhaupt gibt. Immer wieder nutzen Wissenschaftler ihre Reputation, um das, was sie für moralisch richtig halten, durchzusetzen.

Ein anderes Beispiel ist die Diskussionskultur auf Online-Plattformen: Viele Menschen haben sich aus dem öffentlichen Diskurs ausgeklinkt, aus Sorge vor Überwachung oder Hassattacken. Der Rückzug aus einer unangenehmen oder bedrohlichen Situation hat durchaus eine Schutzfunktion, um wieder Energie zu tanken. Doch wenn man sich zu lange der Möglichkeit entzieht, auch positive Rückmeldungen zu erhalten, kann man leicht in eine Depression abrutschen.

Wir brauchen also Nischen, in denen sich Menschen geschützt fühlen, damit sie sich engagieren und ihre Kompetenzen einbringen können. Wenn gerade in der eigenen Umgebung Spielräume offen stehen, um etwas zu verändern, lässt sich die Lähmung überwinden. Angst bietet immer auch die Chance, die Zukunft anzupacken.

Das Gespräch wurde Ende Februar 2020 in Berlin aufgezeichnet.



FORSCHERGEIST PODCAST

Horizonte für Bildung und Forschung

Forschergeist ist ein Podcast über Bildung und Forschung. Wir bieten Einblicke in die Arbeit von Wissenschaftlern und versuchen auszuloten, was Forschergeist ausmacht: Neugier, Ausdauer und Mut.

forschergeist.de
[@_forschergeist_](https://twitter.com/_forschergeist_)
info@forschergeist.de

EPISODE ANHÖREN UND DOWNLOADEN

<https://forschergeist.de/podcast/fg078-angst-und-zukunft/>

