



Online-Prozess vom  
28. April bis 1. Mai 2022

# Demokratieforschung: Polarisierung in Krisen überwinden

Einladung zur gemeinsamen Erforschung - eine Kooperation  
von Mehr Demokratie und Pocket Project

Der Umgang mit der Pandemie ist zur sozialen Herausforderung geworden. Eine polarisierte Gesellschaft belastet den Zusammenhalt und der zunehmende Vertrauensverlust in die Demokratie bedroht die Grundlage gemeinwohlorientierten Handelns. Meinungsverschiedenheiten ziehen sich wie Risse durch Familien, Freundeskreise, Arbeitsteams und durch das politische Feld. Vielfältige Ängste und Konflikte werden erlebt: Unfreiheit, soziale Isolation, Überforderung und Gewalt in der Familie, Angst vor Krankheit und Tod, ökonomischer Existenzverlust, sowie extreme psychische Belastungen. Wir wollen mit dem Forschungsprojekt einen Raum anbieten, in dem alle Stimmen gehört werden können und eine Wiederherstellung von gegenseitiger Wahrnehmung und Verständigung stattfinden kann. Der Prozess wird wissenschaftlich vom Institut für transformative Nachhaltigkeitsforschung (IASS) und dem Institut für integrale Studien (IFIS) begleitet. Die Forschung soll dazu dienen, den Zusammenhang zwischen gesellschaftlicher Polarisierung und kollektivem Trauma besser zu verstehen und Ansatzpunkte für ihre Überwindung zu finden. Wir wollen damit einen Beitrag zur Vertiefung und Handlungsfähigkeit der Demokratie leisten.

An dem Online-Prozess vom 28.4.-1.5.2022 können bis zu 500 Menschen teilnehmen. Menschen aus der ganzen Gesellschaft und aus einem breiten Meinungsspektrum werden hierfür angesprochen. Es geht dabei nicht um eine der üblichen Diskussionen, sondern um eine Selbsterforschung in der

Gruppe. Ein zentrales Element ist die Untersuchung unbewusster, kollektiver Dynamiken anhand eines Trauma-Integrationsprozesses (Collective Trauma Integration Process - CTIP), der unter anderem in der Arbeit des Pocket Project's seine Anwendung findet. Das Pocket Project ist eine gemeinnützige Nichtregierungsorganisation, die sich zur Aufgabe gemacht hat „sowohl Fachleute als auch Bürgerinnen und Bürger weltweit zu den Auswirkungen

trennt, und erforschen die dabei wirksamen kollektiven Dynamiken.

### **Was haben Traumata mit Demokratie zu tun?**

Eine Hypothese, die wir überprüfen wollen, ist, dass in Krisen oft schon bestehende individuelle und kollektive Traumata aktiviert werden und die Fähigkeit zu verantwortlicher Lösungssuche und damit den demokratischen Handlungsspielraum einschränkt.

## **Wir wollen mit dem Forschungsprojekt einen Raum anbieten, in dem alle Stimmen gehört werden können und eine Wiederherstellung von gegenseitiger Wahrnehmung und Verständigung stattfinden kann.**

und Prozessen der Integration kollektiver Traumata zu schulen ... und traumainformierte Hilfe und Aktionen in Krisengebieten auf der ganzen Welt zu unterstützen.“

### **Die Einladung: Demokratie ist Kommunikation**

Offenheit füreinander und die Bereitschaft zur Selbsterforschung sind die Voraussetzungen für eine Teilnahme. Willkommen sind alle, die bereit sind, das, was sie selbst denken, zu hinterfragen - und das nicht nur analytisch, sondern auch emotional. Es wird keine Propaganda der eigenen Meinung zu Corona und keinen Kampf der Argumente geben. Wir schauen gemeinsam hinter unsere Meinungen und hinter das, was uns

Wir alle, nicht nur Menschen mit Kriegs-, Gewalt- oder Katastrophenerfahrungen, sind von überfordernden Erfahrungen und Traumata betroffen. Sie entstehen in Extremsituationen (Schocktrauma) sowie durch Brüche in der Interaktion zwischen Kindern und ihren Bezugspersonen (Entwicklungstrauma) oder sonstigen zwischenmenschlichen Verhältnissen. Hinzu kommt, dass jeder Mensch und die gesamtgesellschaftlichen Strukturen und Institutionen von den Erlebnissen der vorhergehenden Generationen beeinflusst werden. Dass Traumata auch Spuren im Erbgut hinterlassen, konnte inzwischen in der Epigenetik Forschung nachgewiesen werden. So können Krisenmomente unbewusst traumatische ►



Erfahrungen aktivieren und Reaktionsweisen hervorrufen, die den gegenwärtigen Situationen nicht mehr entsprechen. Da solche Reaktionen demokratische Verständigung verhindern können, ist es wichtig, individuelle und kollektive Trauma-Dynamiken zu untersuchen, sie einzubeziehen und für eine besser funktionierende Demokratie erlebbar zu machen.

### Das Beispiel Corona

Wir gehen davon aus, dass sich globale Krisen zuspitzen werden. Umso dringender müssen wir uns mit ihrer demo-

Widerstand und Hyperaktivierung oder Flucht und Rückzug sein. Die kollektive Erinnerung oder die reale Erfahrung einer Diktatur, wie sie in Deutschland im Dritten Reich oder in der DDR erlebt wurden, können unterschiedliche Reaktionen aktivieren. Auf eine Situation der Freiheitsbeschränkung, wie sie in der Pandemie erlebt wurde, reagieren viele Menschen mit einer starken Anpassung und andere mit starkem Widerstand.

Da werden kollektive Traumata gleichzeitig unbewusst zum Ausdruck gebracht und wieder aktiviert. Diese meist unbewussten Dynamiken führen

ziehungs- und Reaktionsfähigkeit auf die Krise ist also Teil der Krise. Wir gehen davon aus, dass demokratische Gesellschaften gemeinsame Resonanzräume brauchen, damit auch die tieferen Dynamiken der Krisen angemessen verstanden und unsere Handlungsmöglichkeiten verbessert werden können.

### Was passiert beim Forschungsprojekt?

In der dreitägigen Online-Veranstaltung soll untersucht werden, inwieweit sich die Beschäftigung mit Traumata auf die demokratischen Kompetenzen und die Empathiefähigkeit der Teilnehmenden auswirkt.

Der Leiter des Gruppenprozesses, Thomas Hübl, hat diesen über zwei Jahrzehnte entwickelt. Es wird dabei nicht in die individuelle Meinungsbildung eingegriffen werden. Die Kompetenz der Prozessleitung besteht darin, alle am Gespräch Beteiligten respektvoll zu den Ursprüngen eigener Erfahrungen zu bringen. Im Zentrum wird die Einzelarbeit im öffentlichen Gespräch mit der Prozessleitung stehen. Wie können wir trotz verschiedener Meinungen

**Die Covid-19-Krise war und ist emotional hoch aufgeladen, sie ist unmittelbar in unserem Alltag und in unseren Beziehungen spürbar. Sie führt zu einer sozialen Spaltung, die oft mitten durch persönliche und politische Beziehungen geht. Sie ist eine demokratische Herausforderung.**

kratischen Bewältigung beschäftigen. Dafür werden wir beispielhaft die aktuelle Krise, ausgelöst durch Covid-19, untersuchen. Die Covid-19-Krise war und ist emotional hoch aufgeladen, sie ist unmittelbar in unserem Alltag und in unseren Beziehungen spürbar. Sie führt zu einer sozialen Spaltung, die oft mitten durch persönliche und politische Beziehungen geht. Sie ist eine demokratische Herausforderung.

dazu, dass wir individuell wie auch gesellschaftlich nicht angemessen reagieren können. Unser Mangel an Be-

Der Leiter des Prozesses, Thomas Hübl, im Gespräch.



### Die unbewusste Dynamik von Krisen

Als Gesellschaft stehen wir vor der Herausforderung, uns über die jeweilige Dynamik einer Krise bewusst zu werden und uns darüber demokratisch zu verständigen. Denn diese Krisen treffen auf eine zunehmend fragmentierte Gesellschaft, in der es schwieriger wird, gemeinsame Lösungen zu finden. Wenn durch Krisen Traumata berührt werden, kommt es zu je unterschiedlichen Aktivierungen. Reaktionsmuster können zum Beispiel Anpassung und Apathie,





## ANMELDUNG



[www.pocketproject.org/collective-trauma-democracy](http://www.pocketproject.org/collective-trauma-democracy)

### Websites

[www.mehr-demokratie.de](http://www.mehr-demokratie.de)  
[www.pocketproject.org](http://www.pocketproject.org)

### Institute

[www.iass-potsdam.de](http://www.iass-potsdam.de)  
[www.ifis-freiburg.de](http://www.ifis-freiburg.de)

### sensemaker

[www.thecynefin.co/about-sensemaker](http://www.thecynefin.co/about-sensemaker)  
deutsch: [www.ezc.partners/2020/07/25/6670](http://www.ezc.partners/2020/07/25/6670)

### Projektkoordination

Roman Huber (Mehr Demokratie),  
Kosha Joubert (Pocket Project)

und Ängste offen füreinander bleiben? Thomas Hübl sagt dazu: „Wir können eine große Meinungsverschiedenheit mit jemandem haben und trotzdem in Beziehung bleiben. Gegensätzliche Standpunkte bedeuten nicht, dass ich mich von den Erfahrungen des anderen abkoppeln muss ... Nicht was wir besprechen, ist schmerzhaft, sondern wie wir miteinander sprechen ... Wenn ich mit jemandem von einem distanzierten Standpunkt aus spreche, wie kann ich dann erwarten, dass derjenige mir zuhört, wenn ich sie oder ihn nicht einmal spüre?“

Trauma ist eine abgespaltene Erfahrung aus überwältigenden früheren Situationen. Solange wir den Ursprung nicht berühren, überträgt sich diese Energie wie ein Filter auf heutige Situationen. Die Einzelarbeit kann helfen, diesen Filter bewusst zu machen. Durch individuelle Prozesse im Rahmen der Gruppe wird gleichzeitig ein kollektiver Prozess in Gang gebracht. Diese Impulse können dann im Einzelgespräch oder in Kleingruppen der Teilnehmenden unter-

einander weiter besprochen und verarbeitet werden. Es stehen therapeutisch geschulte Assistentinnen und Assistenten zur Verfügung.

### Forschungsansatz

Die Forschungsfrage „Kann die Beschäftigung mit kollektiven Traumaprozessen positive Auswirkungen auf die Demokratiefähigkeit haben?“ wird mit unterschiedlichen Methoden untersucht. Zu Anfang und zum Ende werden alle Teilnehmenden quantitativ und anonymisiert befragt werden. Teilnehmende werden auch qualitativ zu ihren Mikro-Narrativen, d.h. zu ihren individuellen Wahrnehmungen und biografisch geprägten Reaktionen auf die Themen befragt. Dafür wird die „SenseMaker“ Software eingesetzt, mit deren Hilfe wir für alle sichtbar abbilden können, wie sich Haltungen im Kollektiv darstellen und verändern. Die gesammelten Daten können wissenschaftlich anschließend unter unterschiedlichen Perspektiven ausgewertet werden, z.B. zu Fragen der Entwicklung von Empathie und Demo-

kratie. In Kleingruppen können auch nach dem Wochenende die Erfahrungen weiterverarbeitet werden.

Zur Einführung in die Thematik findet am 11. April um 20 Uhr ein Gespräch zwischen der Vorstandssprecherin von Mehr Demokratie, Claudine Nierth, und Thomas Hübl statt. /

Anmeldung unter [www.pocketproject.org/collective-trauma-democracy](http://www.pocketproject.org/collective-trauma-democracy)



**Roman Huber**  
Geschäftsführender Vorstand  
von Mehr Demokratie.



**Kosha Joubert**  
Leiterin des Pocket Project.