

## Unsere Gedanken zu den Ereignissen in Japan

Hunderttausende von Menschen im Nordosten Japans haben innerhalb der letzten beiden Wochen im wahren Sinne des Wortes den Boden unter den Füßen verloren. Ihre Häuser wurden zerstört, Tausende haben ihr Leben verloren, Zehntausende ihre Angehörigen. Sie werden auf absehbare Zeit von der radioaktiven Verseuchung beeinträchtigt sein. Jedes dieser Ereignisse für sich ist eine Katastrophe – alle zusammen übersteigen für viele das Maß des Vorstellbaren und Erträglichen.

Die physische und mentale Gesundheit Zehntausender Menschen in Japan wurde massiv beschädigt. Wer seine Angehörigen und sein Hab und Gut verloren hat, wer nicht weiß, was aus seinen Lieben geworden ist und es vielleicht auch nie erfahren wird, weil sie vermisst sind und nie gefunden werden, wer damit rechnen muss, dass seine Kinder genetische Schäden davon tragen werden – wer das alles erlitten hat, wird nie wieder so sein können wie vorher.

Wir hoffen, dass den Betroffenen schnellstmöglich jede erdenkliche Hilfe zuteil wird. Wir hoffen auch, dass sie Menschen finden, die ihnen helfen, ihre traumatischen Erlebnisse eines Tages etwas zurück treten zu lassen.

In der Berichterstattung über das Unglück und in alltäglichen Gesprächen fällt die Behauptung auf, dass die Menschen in Japan angeblich keine Emotionen zeigen. „Einsame Menschen sitzen vor ihren zerstörten Häusern und dennoch lächeln manche von ihnen in die Kameras der Weltmedien. Für Europäer ist dieses Verhalten befremdlich.“ (Hamburger Abendblatt, 18.3.2011) Nicht die Japaner verdrängen, sondern eher wir, indem wir uns wünschen, dass die mit den Geschehnissen verbundenen Emotionen nicht so gezeigt werden wie sie sich vermutlich bei uns äußern würden. Wir neigen dazu, Menschen, die emotional anders reagieren wie wir, zu unterstellen, dass sie von diesen Ereignissen nicht so berührt werden wie wir es für „normal“ halten. Ein wichtiges Element des MHF-Trainings ist es, Verständnis für die universellen Ausdrucksformen basaler Emotionen zu wecken und zugleich aufzuzeigen, dass das ‚Emotionsmanagement‘ und damit die ‚Modulation‘ des Gefühlsausdrucks Regeln unterworfen sind, die gelten, sobald sich diese Menschen beobachtet fühlen. Das ist ein Stück Diversity-Arbeit.

Wir bitten unsere Mental Health Facilitators und alle anderen Menschen, die diese Seite anschauen, die Geschehnisse in Japan und das Leid der Betroffenen nicht zu vergessen. Realistischer Weise kann kaum jemand von uns bei dieser Katastrophe vor Ort helfen. Suchen Sie dennoch nach Hilfemöglichkeiten: Beteiligen Sie sich an Solidaritätsaktivitäten, spenden Sie auf die in den Medien bekannt gegebenen Konten und tragen Sie dazu bei, dass das Geschehene nicht vergessen und verdrängt wird!