ETHIK UND MILITÄR

KONTROVERSEN IN MILITÄRETHIK UND SICHERHEITSPOLITIK

AUSGABE 02/2025

Moral Injury: Vom Umgang mit moralischen Verletzungen

SPECIAL

Leben mit psychischer Einsatzbelastung

zebis

MORAL INJURY: VOM UMGANG MIT MORALISCHEN VERLETZUNGEN

Editorial Seite 3

Werte und Moral im Einsatz: Eine Herausforderung für die psychische Gesundheit
Peter Zimmermann Seite 4

Die spirituelle Dimension moralischer Verwundungen
Andreas Trampota Seite 14

Die Preisgabe moralischer Werte im militärischen Kontext: Moral Injury als Proprium ethischer Reflexion in der Bundeswehr
Dirk Fischer Seite 22

Die Person unter der Uniform: Moralische Ambivalenz und moralische Belastung im Militär
Sanneke Brouwers Seite 30

Über Sinn und die Bedeutung von Empathie im Militär
Kevin Cutright Seite 38

Moralische Verletzungen und die Möglichkeit, sich selbst zu verzeihen
Philipp Gisbertz-Astolfi Seite 48

Auch stoische Krieger zeigen Gefühle
Nancy Sherman Seite 56

SPECIAL: LEBEN MIT PSYCHISCHER EINSATZBELASTUNG

„Mein Wertekonstrukt wurde völlig durcheinandergewirbelt“
Interview mit André Hassan Khan Seite 64

„Im Einsatz wird man ‚grau an der Seele‘“
Interview mit Jonathan Göllner Seite 68

„Die Soldaten müssen darauf vorbereitet werden, tiefe innere Konflikte zu ertragen“
Interview mit Alexander Schäbler Seite 72

„Es reicht oft nicht, Belasteten einfach eine Adresse zu geben“
Interview mit Mojca Dommes und Matthias Dommes Seite 77

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser, in einem Essay über Moral Injury schildert der preisgekrönte Journalist David Wood, wie er mit US-Marines zusammensitzt. Einer von ihnen namens Nik erzählt, dass er im Gefecht einen zwölfjährigen afghanischen Jungen erschossen hat, der auf ihn und seine Kameraden feuerte. Ethisch, rechtlich, taktisch ist Nik nichts vorzuwerfen; dennoch kommt er nicht darüber hinweg, dass er nach innerster Überzeugung etwas zutiefst Verwerfliches getan hat.

Dies ist „nur" ein Fall einer moralischen Verletzung. Die Wege zur Erschütterung tief verankerter persönlicher Wertvorstellungen und Überzeugungen sind vielfältig. Das Phänomen an der Schnittstelle von Ethik und Psychologie verdeutlicht, wie zerstörerisch der Militärdienst auch für die Soldatinnen und Soldaten selbst sein kann. Und zugleich wirft es Fragen der Fürsorge und Unterstützung für die psychisch zum Teil schwerstbelasteten Menschen auf. (Wie) können moralische Verletzungen verhindert werden, und (wie) können sie heilen?

Die Beiträge in dieser Ausgabe widmen sich diesen Aspekten. Eine Einführung in das Thema gibt Peter Zimmermann, Beauftragter des Deutschen Verteidigungsministeriums für PTBS und psychische Traumafolgen. Erfahrungen aus Einsätzen können bei Soldatinnen und Soldaten verschiedenste psychische Belastungsreaktionen und Folgeerscheinungen hervorrufen; er legt dar, welche Rolle indivduelle Wertorientierungen dabei spielen und welche Ansätze es gibt, diese Ebene der Persönlichkeit in die Therapie zu integrieren. Andreas Trampota vom Institut für Theologie und Frieden erläutert, dass Moral Injuries die Sinnhaftigkeit der moralischen Welt als solcher infrage stellen. Mit Bezug auf Hannah Arendt skizziert er eine „Versöhnung mit der Wirklichkeit" und deren Möglichkeitsbedingungen.

Moralische Verletzungen verdeutlichen, dass Ethik als Reflexion über Moral ein wesentlicher Baustein soldatischer Kompetenz ist, so Dirk Fischer, Leiter des Instituts für Wehrmedizinische Ethik an der Sanitätsakademie der Bundeswehr. Er stellt ein Modell vor, das die Reaktion auf „moralische Beschädigungen" und die verschiedenen Einflussfaktoren in einer Zusammenschau abbildet. Sanneke Brouwers, katholische Seelsorgerin in den niederländischen Streitkräften, lenkt den Blick auf die vermeintlich „kleinen" moralischen Belastungen, Zweifel und Konflikte, und nennt zwei Strategien zur besseren Bewältigung. Mit der Bedeutung von Empathie, der Suche nach Sinn und moralischer Verletzbarkeit im Militär setzt sich Oberstleutnant a. D. Kevin Cutright, ehemals Professor in West Point, auseinander.

Die christliche Glaubenslehre schließt die Möglichkeit der Selbstvergebung aus; aus therapeutischer Sicht wiederum scheint sie bei der Bewältigung von Moral Injuries eine zentrale Rolle zu spielen. Philipp Gisbertz-Astolfi beantwortet aus der Perspektive philosophischer Ethik die Frage, ob und unter welchen Voraussetzungen Selbstvergebung gerechtfertigt sein könnte. Abschließend wirft Nancy Sherman, eine Expertin für antike Philosophie und psychische Gesundheit im Militär, einen Blick auf die Bedeutung von Emotionen. Dabei hinterfragt sie ein verbreitetes Zerrbild von stoischer Unerschütterlichkeit, das sich für die Verarbeitung moralischer Verletzungen als höchst kontraproduktiv erweist.

In dem eingangs erzählten Essay erzählt David Wood, dass er nicht recht weiß, was er Nik entgegnen soll. Bis einer der Marines einfach antwortet: „Yeah, that was fucked up" – und alle zustimmend nicken. Es geht zuallererst ums Zuhören und Anerkennen. Wer mit seinen individuellen Einsatzerlebnissen ringt oder dadurch sogar psychisch erkrankt ist, dem ist mit Urteilen, schalen Kommentaren oder klugen Ratschlägen wenig geholfen – am wenigsten sicher mit der Äußerung, das habe der oder die Betroffene sich mit seiner Berufswahl schließlich selbst ausgesucht.

Daher lassen wir im Special dieser Ausgabe einige Betroffene zu Wort kommen. Wir hoffen, dass die Interviews einen Eindruck von der Vielfalt der Lebenssituationen und der Bewältigungsmöglichkeiten geben können. Es geht hier weder darum, die zivilen Opfer, das Leid und die Schäden durch Krieg und militärische Gewalt auszublenden, noch darum, Soldatinnen und Soldaten als Opfer zu bemitleiden. Ziel ist es, auf allen Ebenen, auch innerhalb der Streitkräfte, zur weiteren Aufklärung beizutragen. Bei allen, die daran mitgewirkt haben – genauso wie bei denen, deren Geschichten in dieser Ausgabe nicht erzählt werden konnten –, bedanken wir uns herzlich.

Rüdiger Frank
Redakteur

WERTE UND MORAL IM EINSATZ

EINE HERAUSFORDERUNG FÜR DIE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Autoren: ***Peter Zimmermann und Jörg Ahrens***

Abstract

Militärische und nichtmilitärische Einsatzkräfte sind einem erhöhten Risiko für psychische Erkrankungen ausgesetzt, die durch den Einsatzdienst hervorgerufen werden können. Neben den klassischen psychischen Traumafolgen, wie der posttraumatischen Belastungsstörung, ist in den letzten Jahren zunehmend die Bedeutung von persönlichen Wertorientierungen und moralischen Konflikten für die Erlebnisverarbeitung erkannt worden.

In der Folge wurden sowohl für die Prävention als auch für die Therapie eine Reihe von Konzeptionen entwickelt und wissenschaftlich evaluiert. Dieser Beitrag gibt einen Überblick über die pathogenetischen Grundlagen sowie über eine Auswahl etablierter Angebote.

Einsatzkräfte – ein besonderer Typ Mensch?

Einsatzkräfte, wie sie etwa im Militär, Technischen Hilfswerk, in Polizeikräften, Feuerwehren und vielen anderen Diensten repräsentiert sind, gehören zu den wertvollsten Ressourcen einer Gesellschaft. Sie stehen in vielfältigen Notfallsituationen im Inland wie im Ausland zur Verfügung und helfen bei deren Behebung, nicht selten auch unter Gefahr für die eigene Gesundheit.

Die Menschen, die sich hauptamtlich oder ehrenamtlich in diesen Diensten engagieren, sind in ihrer Persönlichkeit häufig an berufstypischen Werten orientiert. Sie haben beispielsweise ein besonderes Bedürfnis, andere Menschen zu unterstützen, womit unter anderem die Bereitschaft einhergeht, eigene Interessen konsequent zurückzustellen. In der Werteforschung ist diese Haltung als Benevolenz oder Universalismus bekannt, aber auch Begriffe wie *Rescue Personality, Compassion Satisfaction* oder *Operators' Syndrome* sind in diesem Kontext gebräuchlich.[1]

So unentbehrlich diese Werte für das Funktionieren von Einsatzdiensten, letztendlich aber auch einer Gesellschaft als Ganzes sind, so stellen sie doch zugleich Herausforderungen für die psychische Stabilität und die Lebensqualität jedes Einzelnen dar. Sie bilden zudem eine wesentliche Grundlage für die Entstehung moralischer Verletzungen. Benevolenz kommt im Alltag von Einsatzkräften in vielfältiger Weise zum Ausdruck, beispielsweise in einfühlsamen Gesprächen mit Kameraden nach schwierigen Einsätzen, die von echtem empathischem Interesse geprägt sind, oder auch in einem kameradschaftlichen Zusammengehörigkeitsgefühl, das dazu führen kann, sich freiwillig für einen Einsatz zu melden, um Kollegen bzw. Kameraden nicht im Stich zu lassen.

An derartigen Beispielen lässt sich aber auch die Janusköpfigkeit dieser Werthaltung aufzeigen: Wenn nahestehenden belasteten Kameraden mit empathischer Einfühlsamkeit begegnet wird, führt dies nahezu unweigerlich

zu einer eigenen emotionalen Betroffenheit, die wiederum als zusätzliche Belastung bei der Verarbeitung eines Einsatzgeschehens zu Buche schlagen kann. Und kommt in einem gemeinsamen Einsatz ein solcher Kamerad zu Schaden, machen sich die Betreffenden nicht selten Vorwürfe, diesen nicht ausreichend geschützt zu haben – Schuldgefühle sind die Folge, aber auch die Entstehung psychischer Erkrankungen kann gebahnt werden.

Nach einem Auslandseinsatz im Kosovo bzw. Afghanistan wurden rund 130 Bundeswehrangehörige im Hinblick auf ihre psychische Belastung psychometrisch untersucht. Dabei zeigte sich, passend zu den genannten Zusammenhängen, eine im Mittel hohe Ausprägung von Benevolenz und bei besonders benevolenten Soldatinnen und Soldaten eine signifikant höhere Symptombelastung im Hinblick auf posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) und Depression.[2]

Es wäre allerdings übereilt, aus diesen Befunden abzuleiten, dass derart strukturierte Einsatzkräfte geschützt werden müssten, indem sie von potenziell traumatisierenden Einsatzsituationen ausgeschlossen würden. Zum einen würde dies einer effektiven Einsatzgestaltung widersprechen, denn mit Benevolenz ist in der Regel ein besonderer altruistischer Leistungswille verbunden. Zum zweiten würden auch die Betroffenen selbst in vielen Fällen eine solche Maßnahme als stigmatisierend erleben und letztendlich ablehnen.

Angemessener erscheint es eher, geeignete präventive Angebote zu entwickeln, die sich sowohl auf klassische Traumaverarbeitung als auch sensibilisierend auf den Umgang mit Wertorientierungen und moralischen Konflikten beziehen. Darauf wird im Textverlauf noch einzugehen sein.

Wertewandel als Einsatzfolge

Aus der Perspektive eines klinischen Therapeuten, die durch qualitative Erhebungen der Bundeswehr gestützt wird, haben Einsatzbelastungen das Potenzial, einen Wandel persönlicher Wertorientierungen zu verursachen. Die Gründe dafür können vielfältig sein; sie reichen von zwischenmenschlichen Grenzerfahrungen und Enttäuschungen durch Vorgesetzte bis hin zu intensiven interkulturellen Kontakten.[3]

Über dieses Phänomen schreibt schon Thomas Edward Lawrence, auch bekannt als Lawrence von Arabien, der im Ersten Weltkrieg den Aufstand arabischer Stämme gegen die osmanischen Besatzer unterstützte und anführte. In seinem autobiografischen Roman von weltliterarischem Rang, den *Sieben Säulen der Weisheit,* schildert er einen Prozess, wie sich

Aus der Perspektive eines klinischen Therapeuten, die durch qualitative Erhebungen der Bundeswehr gestützt wird, haben Einsatzbelastungen das Potenzial, einen Wandel persönlicher Wertorientierungen zu verursachen

in einem fremden kulturellen Raum, in diesem Fall Arabien, mitgebrachte europäische Werte zur Abgrenzung von der vorgefundenen Kultur, und auch zur Sicherung der eigenen psychischen Identität und Stabilität, deutlich verstärken und zuspitzen können – ein Wandel im Sinne einer kompensatorischen Ausgleichsbewegung.

Er schreibt:

„Stokes, der Engländer, wurde unter den fremden Arabern noch mehr er selbst, noch mehr Engländer. Seine zurückhaltende Korrektheit erinnerte meine Leute [die Araber] bei jeder Bewegung daran, dass er anders als sie und ein Engländer war. Diese Einschätzung brachte ihm Respekt ein. [...] Die zweite Klasse [der Engländer im Nahen Osten] war der John Bull, wie er im Buche steht, der immer englischer wurde, je länger er von England entfernt war. Er machte sich ein eigenes Alt-England zurecht, die Heimat aller nur denkbaren Tugenden, das sich aus der Entfernung so glänzend ausnahm, dass er heimkehrend die Wirklichkeit als traurigen Verfall sah und sich sein wirrköpfiges Ich auf eine streitsüchtige Verteidigung der guten alten Zeiten zurückzog.“[4]

Derartige Prozesse sind zunächst nicht zwingend belastend oder gar krankheitswertig. Sie können einen gesunden Entwicklungsprozess der Persönlichkeit abbilden und von den Betroffenen positiv, als Reifung erlebt werden.

Möglich ist aber auch, dass der Wertewandel innerpsychisch zu einer erheblichen Verunsicherung und/oder zu zwischenmenschlichen Konflikten führt, insbesondere auch nach Rückkehr in das gewohnte soziale Umfeld.

So wird beispielsweise von Betroffenen im klinischen Kontext regelmäßig berichtet, wie sich nach einem Auslandseinsatz der Bundeswehr und den dort gesammelten Erfahrungen eine besonders hohe Anspruchshaltung an die eigene Leistungsbereitschaft entwickelt, zusätzlich verbunden mit Erwartungen an integres Verhalten von Kameraden und Vorgesetzten. Denn entsprechendes Fehlverhalten konnte im Einsatzgebiet zu schwerwiegenden, bis hin zu tödlichen Folgen führen. Es kann dann Schwierigkeiten bereiten zu erkennen, dass sich die gegenwärtige Situation substanziell davon unterscheidet, dass zum Beispiel Nachlässigkeiten im Führungsverhalten zwar nicht korrekt sind, jedoch deutlich weniger dramatische Auswirkungen haben als im Einsatz. Dementsprechend hoch ist der daraus entstehende emotionale Druck, der sich in einer aggressiven Konflikthaltung, Enttäuschungserleben, Entfremdung oder sozialem Rückzug äußern kann – die Menschen fühlen sich „wie Fremde im eigenen Land“ (Zitat eines Betroffenen). An dieser Stelle kann durchaus ein potenziell krankheitswertiges Niveau erreicht werden, insbesondere wenn sich parallel weitere Krankheitsfolgen entwickeln, wie beispielsweise eine posttraumatische Belastungsstörung. Beide Prozesse interagieren dann nicht selten miteinander und bilden zudem einen fließenden Übergang zu moralischen Verletzungen.

Der Schweregrad, die Häufigkeit und klinische Bedeutung wertebezogener und moralischer Konflikte folgen eher einem Kontinuum als einer kategorialen Zuordnung zu den Bereichen „krankhaft“ oder „gesund“

Moralische Verletzungen

Diese Darstellung des Stellenwerts persönlicher Wertorientierungen bei Einsatzkräften und Adaptationsprozessen im Kontext von Einsatzerlebnissen zeigen, dass der Schweregrad, die Häufigkeit und klinische Bedeutung wertebezogener und moralischer Konflikte eher einem Kontinuum als einer kategorialen Zuordnung zu den Bereichen „krankhaft“ oder „gesund“ folgen. Denn die psychischen Reaktionen auf moralisch relevante Ereignisse hängen nicht nur von den situativen Charakteristika und der persönlichen Perzeption dieser Ereignisse ab, sondern auch von vielfältigen anderen, vor allem individuellen Faktoren, wie beispielsweise der Persönlichkeitsstruktur oder der biografischen Vorgeschichte.[5] Diese Zusammenhänge sollen am Beispiel eines Auslandseinsatzes der Bundeswehr erläutert werden:

Nimmt ein junger Soldat der Kampftruppe an einem ersten Auslandsaufenthalt im Rahmen des internationalen Krisenmanagements teil, dann verlangt ihm das eine Anpassungsleistung auf einer moralischen Ebene ab; er erlebt eine moralische Herausforderung. Dazu gehören verschiedene Aspekte, unter anderem die Begegnung mit einem ihm in der Regel unbekannten Kulturkreis und dessen Sitten und Gebräuchen, die denen seines Heimatlandes nicht vergleichbar sind, wozu unter anderem auch der kulturspezifische Umgang mit Frauen und Kindern gehört. Die Herausforderung besteht darin, eine etwaige Widersprüchlichkeit mit eigenen Wertvorstellungen in Einklang zu bringen und als alternative Lebensform zu akzeptieren, gegebenenfalls sogar daran zu wachsen.

Stärkere Emotionen, moralische Gefühle, wie zum Beispiel Schuldgefühle, Entfremdung, Ärger, Trauer oder Ähnliches markieren dann die Grenze zum moralischen Stress, denn diese erfordern eine aktive Anpassungsleistung der Psyche, um die psychische Stabilität noch zu gewährleisten, zum Beispiel durch Gespräche mit Kameraden, Seelsorgenden oder psychosozialen Helferinnen. Sie entstehen in moralisch fragwürdigen Si-

tuationen – vor allem wenn diese über einen längeren Zeitraum andauern –, in denen sich die Betroffenen zwar einer moralisch korrekten Verhaltensvariante bewusst sind, diese jedoch nicht umgesetzt werden kann.

Beispielsweise kann ein geringer Lebensstandard in Einsatzländern als moralische Herausforderung eine Reflexion über Prioritäten im Leben wie Wohlstand und Sicherheit hervorrufen und im Ergebnis eine größere Zufriedenheit mit den Lebensbedingungen im Heimatland mit sich bringen. Demgegenüber könnte das konkrete Erleben stärkerer Kinderarmut bereits zu einem moralischen Stressor werden, insbesondere wenn beispielsweise die entsprechende Person nicht helfen kann und/oder eigene Kinder hat. Die Grenzen zwischen moralischen Herausforderungen und moralischem Stress sind allerdings fließend.

Ebenso ist auch der Übergang zu einer moralischen Verletzung nicht klar abgrenzbar und hängt zu wesentlichen Anteilen vom empfundenen Leidensdruck ab. Im Allgemeinen geht die moralische Verletzung, von Litz 2009 definiert als Erfahrungen, „in denen tiefverwurzelte moralische Überzeugungen und Erwartungen eines Menschen erschüttert werden“[6], nicht nur mit verstärkten moralischen Gefühlen, sondern auch mit zunehmender psychischer Symptomatik einher. Dazu können beispielsweise Angst, Depression oder Suchtverhalten gehören.

Diese Zusammenhänge verdeutlichen die enge Verbindung zwischen Wertorientierungen, moralischen Konflikten und psychischen Erkrankungen und damit die hohe Relevanz für Prävention und Therapie im Kontext von Militär und Einsatzkräften.

Dabei ist die Abgrenzung zwischen direkten psychischen Traumafolgen und den psychischen Reaktionen auf moralische Konflikte von klinischer Bedeutung. Als eine erste Annäherung kann gelten, dass die klassische Psychotraumatologie eher auf dem Grundsatz einer Überbeanspruchung der cerebralen Informationsverarbeitung durch stark bedrohliche, katastrophale Reize beruht, die dementsprechend unter anderem Nachhall-Erinnerungen wie bei der PTBS oder auch Ängste hinterlassen.

Demgegenüber liegt der Schwerpunkt in der Verarbeitung moralischer Konflikte auf einer kognitiven und emotionalen Einordnung moralisch fragwürdiger Verhaltensweisen oder Beobachtungen, die dementsprechend belastende bis krankheitswertige Emotionen wie zum Beispiel Traurigkeit, Entfremdung, gegebenenfalls auch Schuld und Ärger hinterlassen. Auch bei potenziell moralisch verletzenden Ereignissen („PMIE“, von *potentially morally injurious events)* wird, ähnlich wie bei der Traumaentstehung, der Anspruch einer gewissen Objektivität und Allgemeingültigkeit in der Bewertung erhoben.

Viele Situationen im Einsatzdienst beinhalten Aspekte sowohl aus dem traumatologischen als auch dem moralischen Bereich

Zwischen beiden Bereichen kann es aber Überschneidungen geben und sie können auch parallel auftreten. Dies liegt zum einen daran, dass viele Situationen im Einsatzdienst Aspekte sowohl aus dem traumatologischen als auch dem moralischen Bereich beinhalten. Nimmt beispielsweise eine Soldatin an militärischen Kampfhandlungen teil, dann befindet sie sich zunächst zweifelsfrei in einer lebensbedrohlichen Situation, da sie verletzt oder getötet werden könnte. Damit ist die Grundlage für eine PTBS gelegt. Ist sie aber selbst auch aktiv an Gefechtshandlungen beteiligt, verletzt oder tötet sie gegebenenfalls andere Menschen, dann muss sie sich im Nachhinein die Frage stellen, ob sie sich auf moralischer Ebene schuldig gemacht hat. In der Folge derartiger Überschneidungen gibt es Symptombereiche, die nur schwer voneinander abzugrenzen sind. So ähnelt eine Nachhall-Erinnerung, die sich nach einer solchen Kampfhandlung immer wieder in szenischen Bildern (Intrusionen) oder Albträumen aufdrängt, erheblich einem, meist ebenso aufdringlichen, Grübeln über moralische Aspekte des Kämpfens und Tötens sowie den Umgang mit einer möglichen persönlichen Schuld.

Die engen Zusammenhänge werden auch an den folgenden epidemiologischen bzw. empirischen Daten erkennbar:

- 40 bis 60 % aller in einem Auslandseinsatz tätigen amerikanischen Soldatinnen und Soldaten berichteten über das Erleben potenziell moralisch verletzender Ereignisse.[7]
- 25 bis 34 % der Indexereignisse für kampfbedingte PTBS waren in amerikanischen Studien auf eine Situation zurückzuführen, die auch einer moralischen Verletzung entsprach.[8]
- 21,4 % aller deutschen Teilnehmenden an einem Auslandseinsatz in Afghanistan 2009/2010 litten danach unter einer manifesten psychischen Erkrankung, davon 2,9 % an einer PTBS.[9]
- In verschiedenen Studien wurden signifikante Zusammenhänge zwischen moralischen Verletzungen (insbesondere durch eigene Täterschaft) und PTBS, Depression, Suizid, Angst, Substanzmissbrauch (vor allem Alkohol), Schmerzen und Schlafstörungen gefunden.[10]
- Mehrere persönliche Werte, unter anderem Tradition, wirkten sich signifikant auf die Entwicklung von Depressivität und Burnout im Verlauf eines Auslandseinsatzes aus.[11]

Präventive und therapeutische Ansätze

Zahlreiche nationale Streitkräfte, so auch die Bundeswehr, haben die Bedeutung moralischer Konflikte erst in den letzten Jahren erkannt und entsprechende Konzepte für die Prävention und Therapie entwickelt. In der Bundeswehr sind diese Konzepte das Ergebnis mehrerer interdisziplinärer Arbeitsgruppen, an denen jeweils psychiatrische, militärseelsorgliche, sozialwissenschaftliche und psychologische Fachexpertise beteiligt waren.[12]

Inhaltlich spannt sich der Bogen dabei von der Stärkung individueller Ressourcen, wie zum Beispiel sozialer Unterstützung, über eine Sensibilisierung für die Bedeutung persönlicher Werte, vor allem Benevolenz und Universalismus (s. o.), bis hin zu Hinweisen zum Umgang mit moralischen Verletzungen und ihren Folgen (Schuld, Scham, Ärger etc.). Deren Thematisierung ähnelt sich bei präventiven und therapeutischen Angeboten, jedoch bestehen Unterschiede in der Intensität der Vermittlung. Genauere Erläuterungen folgen untenstehend im Abschnitt zu den konzeptionellen Grundlagen.

Fallbeispiel

Anhand eines beispielhaften und idealtypischen Ablaufes der Vor- und Nachbereitung eines Einsatzes sollen wesentliche Elemente dieser Konzepte verdeutlicht werden (die Angaben sind, auch aus Gründen der Anonymität, aus mehreren Fallgeschichten zusammengestellt).

Der bereits erwähnte Kampftruppensoldat, Mannschaftssoldat im 5. Dienstjahr, befindet sich circa zwei Monate vor dem Beginn eines Auslandseinsatzes. Erste Kontakte mit dem psychosozialen Arbeitsfeld hatte er bereits während seiner Grundausbildung. In dieser Zeit gab es mehrere Ausbildungsmodule zur Sensibilisierung für innerpsychische Prozesse durch seinen Truppenpsychologen, daneben truppenärztliche Aufklärung zu Suchtgefahren, Lebenskundliche Unterrichte zum Thema Umgang mit Ethik durch seinen Militärpfarrer und sozialdienstliche Beratungen über die soziale Absicherung in der Bundeswehr.

Das Einsatzgebiet wird absehbar durch ein von deutschen Verhältnissen erheblich abweichendes kulturelles Umfeld geprägt sein, zudem ist mit diversen psychischen Grenzerfahrungen zu rechnen, wie etwa Kampfhandlungen, gewaltsamen Auseinandersetzungen in der Bevölkerung, Konfrontation mit Armut etc.

Aus diesem Grund organisiert das Bataillon mehrere jeweils eintägige Präventionsmaßnahmen, um sowohl Führungspersonal als auch absehbar besonders exponierte Soldatinnen und Soldaten für zu erwartende psychische und moralische Konfliktsituationen zu sensibilisieren und einfache Übungen zu vermitteln, die zu einer Reduktion aufkommender Belastungsgefühle beitragen können. Diese Seminare werden jeweils gemeinsam vom zuständigen Truppenpsychologen sowie der örtlichen Militärseelsorge geleitet und

folgen inhaltlich dem „Handbuch für die Primär- und Sekundärprävention einsatzbezogener psychischer Belastungen und moralischer Konflikte“[13].

Während des Einsatzes erlebt der Soldat verschiedene belastende Ereignisse, unter anderem mehrfach Beschuss mit Handfeuerwaffen, bei denen er auch das Feuer erwidern muss. Er wird zudem Zeuge von ethnischer Gewalt in der Zivilbevölkerung sowie von Gewalttaten gegenüber Frauen und Kindern. Dabei erlebt er seine zuständige Lagezentrale häufiger als überfordert und seiner Einheit gegenüber wenig fürsorglich.

Er reagiert auf diese Konstellationen mit Einschlaf- und Durchschlafstörungen sowie einem Gefühl von Entfremdung und Frustration. Er sucht aber keine psychosoziale Hilfe auf, da er zunächst seine Aufträge möglichst gut erfüllen möchte und Sorgen hat, bei einer Offenlegung repatriiert zu werden und dann seine Kameraden im Stich lassen zu müssen.

Nach seiner Rückkehr beschäftigt er sich zunächst in einem längeren Urlaub mit seinen Eltern, Geschwistern, deren Kindern sowie seinem Fußballverein und fühlt sich dabei psychisch stabil. Nach Rückkehr in seine Einheit verstärken sich jedoch seine Schlafstörungen. Im Kontakt zu seinen Vorgesetzten hinterfragt er häufiger deren Befehle und schreibt mehrere Beschwerden. Sich selbst fordert er viel ab, macht Überstunden, übernimmt Zusatzaufgaben.

In seiner Freizeit vermeidet er öffentliche Verkehrsmittel und Märkte, da er sich dort unsicher fühlt und ein unbestimmtes Gefühl hat, es könnte etwas unkontrolliert Bedrohliches geschehen. Nach lautem Knall, insbesondere wenn er unerwartet kommt, fühlt er sich in das Einsatzgebiet zurückversetzt und es kommen ihm Szenen aus Kampfhandlungen in Erinnerung, dabei empfindet er starke Angst.

Nach mehreren Monaten bekommt er sowohl vom Lotsen seines Bataillons (ein Kamerad mit psychosozialer Zusatzausbildung) als auch von seiner Freundin deutliche Hinweise, dass er sich in seiner Persönlichkeit und seinen Verhaltensweisen stark verändert habe; er sei nicht mehr der Gleiche wie vor dem Einsatz. Seine Freundin droht ihm mit Trennung, wenn er keine therapeutischen Maßnahmen ergreife.

Da er einen Wunsch nach Verlängerung seiner Dienstzeit hat, begibt er sich zunächst nicht zu seinem Truppenarzt, sondern zu einer Mitarbeiterin des örtlichen Sozialdienstes. Diese gibt ihm im Rahmen ihrer professionellen Ausrichtung Erläuterungen zu einer möglichen einsatzbedingten psychischen Erkrankung, füllt mit ihm gemeinsam einen Antrag auf Wehrdienstbeschädigung aus und verschickt diesen.

Sie kann ihn schließlich überzeugen, seinen Truppenarzt aufzusuchen. Dieser vertieft die Psychoedukation zum Umgang mit seinen Veränderungen und orientiert sich dabei ebenfalls an dem oben genannten „Handbuch für die Primär- und Sekundärprävention einsatzbezogener psychischer Belastungen und moralischer Konflikte“. Es gelingt ihm, gemeinsam mit dem Soldaten auf bereits Gelerntes aus der Zeit vor dem Einsatz zurückzugreifen und beispielsweise das Üben eines Entspannungstrainings von der Website ptbs-hilfe.de zu vereinbaren. Zusätzlich verabreicht er ein Antidepressivum zur Verbesserung des Schlafes (Trimipramin 15 mg) und stellt einen Kontakt zur örtlichen Militärseelsorge her, um über die moralischen Konflikte zu sprechen, die sich andeuten. Zudem vereinbart er einen Termin in der Traumaambulanz des nahe gelegenen Bundeswehrkrankenhauses zwei Wochen später zur weiteren Diagnostik und Therapieplanung.

Kurz gefasst werden in dem dort folgenden fachärztlichen Gespräch mehrere Aspekte eines psychiatrischen Krankheitsbildes herausgearbeitet: Es werden die Diagnosen einer PTBS, einer Agoraphobie sowie einer Anpassungsstörung im Sinne einer moralischen Verletzung gestellt. Kernsymptom der PTBS ist die sich aufdrängende Erinnerung, die Intrusion, die unverarbeitete traumatische Ereignisse immer wieder szenisch ablaufen lässt, zum Teil auch in Albträumen. Die Agoraphobie bezeichnet eine durch reale Bedrohung nicht erklärbare Angst vor als unsicher empfundenen öffentlichen Räumen und die Anpassungsstörung beschreibt eine Veränderung des innerpsychischen Erlebens aufgrund äußerer

Belastungen (in diesem Falle moralische Konflikte durch die Beobachtungen von Gewalt in der Zivilbevölkerung sowie das Fehlverhalten der vorgesetzten Lagezentrale).

Zur Sprache kommen auch Stigmatisierungsbefürchtungen des Patienten, bei denen eine Angst vor Karrierenachteilen durch die psychische Erkrankung im Vordergrund stehen und die zu einer längeren Verzögerung des Therapiebeginns geführt haben.

Aufgrund des intensiveren Therapiebedarfs und der Konflikte in der Einheit wird vereinbart, über den örtlichen Sozialdienst einen Antrag auf Versetzung auf einen Dienstposten außerhalb der regulären Strukturen zu stellen (sogenannte Aufnahme in die Schutzzeit nach Einsatz-Weiterverwendungsgesetz). Damit hat er die Möglichkeit, für eine längeren Zeitraum eine Tätigkeit außerhalb seines eigentlichen Aufgabenbereiches auszuüben und so den bestehenden Leistungsdruck zu senken.

Therapeutisch wird die Aufnahme einer ambulanten Psychotherapie bei einem zivilen Psychotherapeuten in der Nähe seines Heimatortes empfohlen. Im Mittelpunkt soll dabei die Bewältigung privater und dienstlicher Alltagsproblematiken stehen. Ergänzend kann, sofern die Therapeutin über eine Qualifikation verfügt, auch ambulant die gezielte traumatherapeutische Bearbeitung von traumatischen Situationen erfolgen. Alternativ kann diese stationär umgesetzt werden; dies ist sowohl in den psychiatrischen Abteilungen der Bundeswehrkrankenhäuser als auch in zivilen Einrichtungen möglich. (Viele Soldatinnen und Soldaten bevorzugen Bundeswehrkrankenhäuser wegen der dort vorhandenen militärischen und Einsatzexpertise.)

Es wird eine stationäre Intervalltherapie in dem örtlichen Bundeswehrkrankenhaus vereinbart, die zwei bis dreimal jährliche stationäre Therapiephasen von jeweils drei bis sechs Wochen, ergänzend zu der ambulanten Psychotherapie, umfasst. Im Intervall wird eine Diensttätigkeit in reduziertem Umfang im Rahmen einer strukturierten Wiedereingliederung mit vier Stunden täglich abgesprochen.

Während des ersten therapeutischen Aufenthaltes zwei Monate nach der Erstvorstellung werden Themen der psychischen Stabilisierung und Alltagsgestaltung vertieft. Dabei geht es unter anderem um das Einüben von Stabilisierungstechniken (zum Beispiel das Erlernen und Anwenden eines Entspannungstrainings von der Website ptbs-hilfe.de). Zusätzlich wird ein Übungsprogramm in Form einer angstbezogenen Exposition aufgenommen, das in der Klinik begonnen wird – mit dem Ziel, die Übungen im heimischen Umfeld selbstständig weiterzuführen.

Im darauffolgenden Behandlungsblock werden die bedrohlichen Beschusssituationen mit traumatherapeutischen Techniken durchgearbeitet, dabei reduziert sich die Häufigkeit der Intrusionen deutlich.

Zwischen dem ersten und dem zweiten Block meldet sich der Patient zudem mit seiner Freundin zu einem Wochenendseminar für traumatisierte Paare des ökumenischen Arbeitsfeldes Seelsorge für unter Einsatz- und Dienstfolgen leidende Menschen (ASEM) der Militärseelsorge an, zudem zu einer pferdegestützten Psychotherapie des Psychotraumazentrums Berlin.

Nach Absolvierung des traumatherapeutischen Behandlungsblocks und insgesamt etwa ein Jahr nach Beginn der psychotherapeutischen Behandlung nimmt der Patient an einer Gruppenbehandlung des Psychotraumazentrums Berlin teil, die auf den Umgang mit Wertorientierungen und moralischen Konflikten fokussiert ist. Ein interdisziplinäres Team mit psychiatrisch fachärztlicher, seelsorglicher und psychologischer Expertise bearbeitet in einem strukturierten, halbstandardisierten Programm zunächst die Bedeutung von persönlichen Werten für den dienstlichen und privaten Alltag und den Wandel von Wer-

Der Autor

Prof. Dr. med. Peter Zimmermann *ist Beauftragter des Deutschen Verteidigungsministeriums für PTBS und psychische Traumafolgen. Zuvor leitete er als Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie über 15 Jahre das Psychotraumazentrum der Bundeswehr in Berlin. Er bekleidet einen Lehrstuhl für Psychiatrie und Psychotherapie an der Charité Berlin.*

ten im Rahmen des Einsatzgeschehens. Im Anschluss stehen moralische Konflikte im Fokus, die durch das Verhalten anderer ausgelöst wurden, sowie moralische Konflikte durch eigenes Verhalten.

Im Rahmen der Behandlung des Soldaten kommt es zu einer deutlichen Besserung der psychischen Symptomatik und es gelingt, ihn auf einem regulären Dienstposten wiedereinzugliedern.

Konzeptionelle Grundlagen

Dieses Programm setzt sich aus verschiedenen etablierten traumafokussierten, werte- und moralzentrierten Bausteinen zusammen. Im Folgenden wird eine Auswahl daraus zur Veranschaulichung exemplarisch kurz beschrieben.

Die Trauma-fokussierte kognitive Verhaltenstherapie (TfKVT) beinhaltet im Rahmen eines multimodalen Vorgehens Ansätze, die sich mit negativen Kognitionen und Gefühlen im Zusammenhang mit Traumatisierungen, unter anderem Schuld und Scham, auseinandersetzen. Dabei werden auch Themen wie Vergebung *(Forgiveness)*[14] oder Mitgefühl *(Compassion)*[15] einbezogen.

Für die Arbeit mit persönlichen Wertorientierungen im psychotherapeutischen Kontext werden beispielsweise die Akzeptanz- und Commitment Therapie (ACT)[16], die strategisch behaviorale Therapie[17] oder auch die Weisheitstherapie[18] genutzt.

Pioniere auf dem Gebiet der Therapie moralischer Verletzungen waren Litz und seine Mitarbeiter mit Adaptive Disclosure (AD), bei der unter anderem imaginative Dialoge mit moralischen Autoritäten vermittelt werden.[19] Ein ähnliches methodisches Vorgehen kennzeichnet das „Impact-of-Killing"-Programm der US-amerikanischen Streitkräfte[20] sowie das auf acht Sitzungen angelegte Gruppenkonzept „Building spiritual strength". Letzteres greift speziell Themen wie religiösen und spirituellen Stress sowie Sinngebung bei Soldatinnen auf.[21] Auf der mehr spirituell orientierten Ebene werden in der spirituellen/geistlichen Begleitung Angebote auch für moralisch verletzte Menschen gemacht.[22]

In der Forschung konnten diesen unterschiedlichen Ansätzen gemeinsame Wirkfaktoren zugeordnet werden. Die innere Öffnung gegenüber moralischen Konflikten, verbunden mit der Bereitschaft, diese verbal ausdrücken, scheint einen Teil der positiven Veränderungen zu erklären. Wichtig ist offenbar zudem die Erarbeitung einer Haltung der Vergebung gegenüber sich selbst und anderen.[23]

Die Zusammenstellung und Umsetzung dieser Elemente für die Verwendung in der Bundeswehr wurde durch das Psychotraumazentrum manualisiert[24] und die Wirksamkeit mehrfach in kontrollierten Studien bestätigt[25].

Schlussbetrachtung und Fazit

Zusammengefasst kann das Erleben traumatischer Ereignisse als quasi unvermeidlicher Anteil des Berufsbildes militärischer und nichtmilitärischer Einsatzkräfte aufgefasst werden. Diese Ereignisse weisen in vielen Fällen auch Aspekte moralischer Verletzungen mit einer tiefgreifenden Erschütterung persönlicher Wertesysteme auf. Aus diesem Grund haben strukturierte Programme zum Umgang mit Traumafolgestörungen und moralischen Konflikten eine im Kontext von Einsatzkräften zunehmend erkannte Relevanz für Prävention, Therapie und Rehabilitation. Im Idealfall sollten derartige Programme die komplette Dienstzeit überspannen und die wesentlichen psychosozialen Fachgebiete integrativ mit einbeziehen, insbesondere die psychosoziale Medizin, die Seelsorge, den Sozialdienst und die Psychologie. In der US-amerikanischen Polizei werden beispielsweise vorbildliche Konzepte dieser Art bereits praktiziert.[26]

Im Hinblick auf eine Psychotherapie von psychisch erkrankten Einsatzkräften haben sich Gruppenprogramme bewährt, die Traumatisierungen und moralische Verletzungen durch interdisziplinäre therapeutische Teams fokussiert bearbeiten.

Für eine erfolgreiche Implementierung derartiger Strategien in den jeweiligen Systemen ist eine Akzeptanz über alle Führungsebenen hinweg von entscheidender Bedeutung.

1 Schwartz, S. H. (1992): Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. In: Zanna, M. P. (Hg.): Advances in Experimental Social Psychology 25, S. 1–65.
2 Zimmermann, P. et al. (2014): Personal values in soldiers after military deployment: associations with mental health and resilience. In: European Journal of Psychotraumatology 5, S.1–7.
3 Ergebnisse verfügbar als Forschungsreader „Mentale Gesundheit in der Zeitenwende“ des Psychotraumazentrums unter https://www.bwkrankenhaus.de/de/bundeswehrkrankenhaus-berlin/kliniken-und-medizinische-abteilungen/psychiatrie-psychotherapie-und-psychotraumatologie (unter „Downloads“).
4 Lawrence, T. E. (2010): Die sieben Säulen der Weisheit. München, S. 417.
5 Herzog, P. (2025): Moralische Verletzung: Konzept, Klinische Modelle, Erfassung und Behandlung. In: Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie 53 (4), S. 167–186.
6 Litz, B. T. et al. (2009): Moral injury and moral repair in war veterans: a preliminary model and intervention strategy. In: Clinical Psychology Review 29 (8), S. 695–706.
7 Maguen, S. et al. (2025): Prevalence of Moral Injury in Nationally Representative Samples of Combat Veterans, Healthcare Workers, and First Responders. In: Journal of General Internal Medicine, 29. Januar. doi: 10.1007/s11606-024-09337-x.
8 Herzog, P. (2025), s. Endnote 5.
9 Wittchen, H. U. et al. (2012): Traumatic Experiences and Posttraumatic Stress Disorder in Soldiers Following Deployment Abroad. How Big Is the Hidden Problem? In: Deutsches Ärzteblatt International 109 (35–36), S. 559–568.
10 Herzog, P. (2025), s. Endnote 5.
11 Langner, F. et al. (2024): Burnout and moral injuries after foreign deployment among medical personnel of the German armed forces: a pre-post study. In: Frontiers in Psychiatry 15. DOI: 10.3389/fpsyt.2024.1408849.
12 Zimmermann, P. (2022): Trauma und moralische Konflikte. Stuttgart.
13 Verfügbar unter https://www.bwkrankenhaus.de/de/bundeswehrkrankenhaus-berlin/kliniken-und-medizinische-abteilungen/psychiatrie-psychotherapie-und-psychotraumatologie (unter „Downloads“).
14 Enright, R. D. und Fitzgibbons, R. P. (2014): Forgiveness Therapy: An Empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope. Washington.
15 Gilbert, P. (2013): Compassion Focused Therapy. Paderborn; Seidler, G. H. (2024): Psychotraumatologie. Das Lehrbuch. Stuttgart.
16 Eifert, G. H. (2022): Akzeptanz- und Commitment-Therapie. (Fortschritte der Psychotherapie, Bd. 45.) 2. Aufl. Göttingen, S. 1–55.
17 Hauke, G. (2012): Strategisch Behaviorale Therapie. Stuttgart/New York.
18 Linden, M. und Maercker, A. (2011): Embitterment. Societal, psychological, and clinical perspectives. Wien/New York.
19 Litz, B. T. et al. (2017): Adaptive Disclosure: A New Treatment for Military Trauma, Loss, and Moral Injury. New York.
20 Griffin, B. J. et al. (2019): Moral Injury: An Integrative Review. Journal of Traumatic Stress 32, S. 350–362. DOI: 10.1002/jts.22362.
21 Mitchell, P. (2018): Building spiritual strength. CreateSpace Independent Publishing Platform. Download unter http://freebiblebooklets.com/building-spiritual-strength/.
22 Jalics, F. (2017): Miteinander im Glauben wachsen – Anleitung zum geistlichen Begleitgespräch. Würzburg.
23 Griffin, B. J. et al. (2019), s. Endnote 20.
24 Zimmermann, P. (2022), s. Endnote 12.
25 Diekmann, C. et al (2023): Traumatized German soldiers with moral injury – value-based cognitive-behavioral group therapy to treat war-related shame. In: Frontiers in Psychiatry 14. DOI: 10.3389/fpsyt.2023.1173466.
26 Blumberg, D. M., Papazoglou, K. und Schlosser, M. D. (2020): Organizational Solutions to the Moral Risks of Policing. In: International Journal of Environmental Research and Public Health 17, 7461. DOI: 10.3390/ijerph17207461.

Werte und Moral im Einsatz: Eine Herausforderung für die psychische Gesundheit © 2025 by Peter Zimmermann is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-821

DIE SPIRITUELLE DIMENSION MORALISCHER VERWUNDUNGEN

Autor: ***Andreas Trampota***

Abstract

Moralische Verletzungen, die durch die Teilnahme an, das Nicht-verhindern-Können von oder das bloße Bezeugen von unmenschlichen oder gewaltsamen Handlungen ausgelöst werden, sind eine besondere Art der Traumatisierung. Als Manifestation einer Form von reaktiver Einstellung haben sie neben der emotionalen eine kognitive, implizit wertende Komponente. In ihrem speziellen Fall betrifft sie vor allem die grundsätzliche Frage nach der Sinnhaftigkeit einer moralischen Welt, mit der die spirituelle Dimension der Moralität angesprochen wird. Das kommt in den Beschreibungen Betroffener zum Ausdruck, die oft von verlorenem Vertrauen in die Fähigkeit und Motivation zu moralischem Handeln sowie von massiver Entfremdung sprechen. Mit dieser Erschütterung der moralischen Identität durch wahrgenommenes moralisches Versagen gehen (Selbst-)Verurteilung, Gefühle von Scham, Schuld oder Zorn und häufig ein Rückzug aus sozialen Beziehungen einher.

In Anlehnung an Hannah Arendts Überlegungen zum Umgang mit extremem Unrecht kann die Auseinandersetzung mit moralischen Verletzungen als ein Ringen darum beschrieben werden, sich wieder in der Welt zu Hause zu fühlen. Anknüpfungspunkt für eine mögliche Versöhnung mit der Wirklichkeit ist dabei nicht nur der wahrgenommene Verstoß gegen tief verwurzelte moralische Überzeugungen und Werte sowie die damit verbundenen Gefühle, sondern auch eine vernunftbasierte intersubjektive Betrachtung, die möglicherweise helfen kann, das Gewissensurteil der Betroffenen zu ergänzen und gegebenenfalls zu revidieren.

Für die Einbindung der spirituellen Dimension in die Therapie spricht, dass durch sie Erfahrungsdimensionen ins Spiel kommen, die wie die moralische Verletzung das Ganze der menschlichen Existenz betreffen, etwa die Erfahrung von Schuld und Sünde sowie Barmherzigkeit und Vergebung. Unabhängig von der spezifischen religiösen Prägung und inhaltlichen Bestimmung solcher Begriffe verweisen sie auf die zumindest als moralische Anlage gegebene gemeinsame Humanität aller Menschen und die daraus erwachsende Notwendigkeit einer sinnstiftenden moralischen Kultur.

Das Interesse an moralischen Verletzungen

In bestimmten Lebensbereichen, in denen Menschen mit extremen Erfahrungen konfrontiert werden,[1] tritt ein Phänomen auf, das „moralische Verletzung“ bzw. „moralische Verwundung“ (Englisch: *moral injury*) genannt wird.[2] Es handelt sich dabei um *seelische* Verletzungen, die durch Handlungen unmenschlicher, gewaltsamer oder grausamer Art ausgelöst werden, (a) an denen man selbst partizipiert hat oder (b) die man nicht verhindern konnte oder (c) die man bezeugt hat oder (d) von denen man erfahren hat.[3] Bei den Handlungen, die diese Verletzungen auslösen, handelt es sich um schwerwiegende moralische Übertretungen, die tief verwurzelte moralische Überzeugungen verletzen und dadurch *eine Form von Leid mit einer spezifisch moralischen Qualität* auslösen.[4]

Für das Interesse an diesen moralischen Verwundungen gibt es verschiedene Gründe. Der naheliegendste ist sicher der, dass man selbst davon betroffen ist und darunter leidet oder als Psychologe bzw. Psychiater berufsbedingt damit konfrontiert wird und ein wissenschaftliches Interesse an den entsprechenden Phänomenen entwickelt. In der Tat hat sich der Begriff in den Neunzigerjahren des letzten Jahrhunderts dadurch etabliert, dass Psychologen bzw. Psychiatern, die Vietnamkriegsveteranen in den USA behandelten, zunehmend bewusst wurde, dass eine bestimmte Art von seelischer Störung, die häufig pauschal als „Posttraumatische Belastungsstörung“ (PTBS) klassifiziert wurde, mit diesem Begriff nur äußerst unzureichend beschrieben wird. Der Kern des Leidens war in diesen Fällen keine Angststörung infolge einer lebensbedrohlichen Situation, wie das üblicherweise bei Posttraumatischen Belastungsstörungen der Fall ist, sondern eine *Traumatisierung moralischer Natur* (also eine *normative Traumatisierung)*, die mit Schuld- und Schamgefühlen bis hin zum Selbsthass einhergeht (in einigen Fällen auch mit Wut und Zorn)[5] und in einer erheblichen Zahl von

Fällen bis zum Selbstmord oder einem Selbstmordversuch führt.[6]

Darüber hinaus gibt es einen weiteren Grund dafür, dass der Phänomenkomplex der moralischen Verletzungen unsere Aufmerksamkeit verdient, nämlich der, dass bei ihnen in vielen Fällen[7] *das Ganze der Moralität* auf dem Spiel steht. Denn für ihre Auswirkungen auf die Moralität eines Menschen gilt: *„[…] rather than being limited to this or that moral principle, [the moral transgression] cuts to the heart or core of one's very identity as a moral being (one's sense of morality)"*[8].

Moralische Verletzungen: eine spezifische Form von *reaktiver Einstellung*

Um die gerade erwähnte „umfassende" Dimension moralischer Verletzungen zu verstehen, ist es wichtig vorauszuschicken, dass sie – wie die Namensgebung vermuten lässt – auf die *passiv-rezeptive* Seite der menschlichen Moralität gehören: Sie werden *erlitten!* Es handelt sich bei ihnen um *Widerfahrnisse psychischer Art*. Sie sind also nicht die Folge einer Entscheidung, jedenfalls nicht die unmittelbare Folge davon. Aber sie werden *in einer ganz spezifischen Weise* erlitten. Das, was erlitten wird, hat nämlich *einen kognitiven Gehalt*, der in einem *impliziten moralischen Urteil* zum Ausdruck kommt. Deshalb werden moralische Verletzungen zu den sogenannten reaktiven Einstellungen *(reactive attitudes)* gerechnet.[9] Deutlich wird ihre *implizite wertende Dimension* im Kontext von menschlichen Beziehungen, sowohl in der Beziehung eines Menschen zu sich selbst (intrapersonale Beziehung) als auch in seiner Beziehung zu anderen Menschen (interpersonale Beziehung). Diese Beziehungen gehen mit bestimmten Erwartungen und Forderungen einher. Wenn Menschen diesen Erwartungen und Forderungen nicht gerecht werden, reagieren wir unwillkürlich darauf. Und die Reaktion sagt uns etwas über die Einstellung dessen, der reagiert, zur Welt.[10] Im speziellen Fall der moralischen Verletzung sagt sie uns etwas über seine *moralische Einstellung*, die in der Regel als ein *ausgeprägtes Verantwortungsbewusstsein* beschrieben werden kann.[11] Im Unterschied zu anderen reaktiven Einstellungen (wie zum Beispiel Ressentiment, Groll, verletzte Gefühle, Dankbarkeit, Vergebung, Liebe, moralisches Lob, moralischer Tadel) kommt es bei moralischen Verletzungen – wie gesagt – zu einer Erschütterung der Moralität in ihrer Gänze. Die, die davon betroffen sind, sprechen häufig davon, dass ihre *moralische Identität* erschüttert wurde bzw. verloren gegangen ist.

Moralische Verletzungen betreffen *das Ganze der Moralität*

Wie ist es zu verstehen, dass es bei moralischen Verletzungen um das Ganze der Moralität geht? Ganz grundsätzlich geht es beim ethischen Handeln zunächst einmal immer darum, (1.) das, was man als gut und richtig erkannt hat, zu tun *(die normative Dimension)*. Dann kommt es aber auch darauf an, (2.) dafür im Einzelfall die nötige ethische Motivationskraft aufzubringen *(die motivationale Dimension)*. Diese zweite Dimension ist unlösbar mit der ersten verbunden.[12] Last, but not least geht es beim moralischen Handeln aber auch – und dieser Dimension wird häufig zu wenig Beachtung geschenkt – um (3.) den Glauben an die Sinnhaftigkeit der moralischen Welt.[13] Um auch in schwierigen und extremen Situationen als moralische Wesen zu bestehen, dürfen wir den Glauben an die Sinnhaftigkeit der moralischen Welt nicht verlieren.[14]

Um auch in schwierigen und extremen Situationen als moralische Wesen zu bestehen, dürfen wir den Glauben an die Sinnhaftigkeit der moralischen Welt nicht verlieren

Ich möchte das mit ein paar Formulierungen im Anschluss an Hannah Arendt beleuchten,[15] die zwar aus einem anderen Kontext stammen (ihre Auseinandersetzung mit dem Holocaust), die aber deshalb zutreffend sind, weil sie der Reflexion über Moralität in Anbetracht extremer menschlicher Erfahrungen entstammen: nämlich der Erfahrungen von extremem Unrecht.

In der Konfrontation mit solchen Erfahrungen kommt es darauf an, den Glauben an eine moralische Welt bzw. die Sinnhaftigkeit einer moralischen Welt aufrechtzuerhalten, damit man sich zumindest in der Weise in der Welt zu Hause fühlt, die ein moralisches Handeln unterstützt. In extremen Situationen stellt sich nämlich die Frage, ob Menschen überhaupt in die Welt (so wie sie erlebt wird) passen.[16] Und auf diesem Hintergrund ist es erhellend, die Auseinandersetzung mit moralischen Verletzungen, die oft als eine Gefährdung der moralischen Identität erlebt werden, als ein Ringen darum zu beschreiben, sich *wieder* in der Welt zu Hause zu fühlen. Man könnte das *die spirituelle Dimension der Ethik* nennen.[17]

Wenn im Kontext unserer Überlegungen von der „spirituellen Dimension" die Rede ist, ist damit diejenige Dimension im menschlichen Leben gemeint, die der Vorstellung einer moralischen Welt Sinn verleiht. Das kann ein theistischer Glaube sein, aber auch eine Spiritualität ohne Bezug zu einer in diesem Sinn transzendenten Wirklichkeit. Entscheidend ist, dass sie für einen Menschen eine existenzielle Antwort auf die Frage nach dem Sinn seiner Moralität darstellt, die heute oft in der Frage zum Ausdruck kommt: Warum moralisch sein? Der Begriff des Spirituellen ist in der Weise, wie ihn viele Autoren gebrauchen, *weiter* und auch *vager* als der Begriff des Religiösen.[18] Wegen dieser *Offenheit für eine Vielzahl unterschiedlicher inhaltlicher Bestimmungen* wird hier von „der spirituellen Dimension der Ethik" gesprochen. Es handelt sich dabei jedenfalls um eine *über die je unmittelbare Wirklichkeit eines Menschen (zum Beispiel seine unmittelbaren Bedürfnisse)* hinausweisende personale Wirklichkeit, die als *sinnstiftend* erlebt wird.[19]

Für die, die unter moralischen Verletzungen leiden, stellt sich die Frage, wie wir – gerade als moralische Wesen – in der Welt zu Hause sein können, mit existenzieller Wucht

Bei Arendt taucht die Frage, wie wir – gerade auch als moralische Wesen – in der Welt zu Hause sein können, in ihren Schriften immer wieder an prominenter Stelle auf. Für die, die unter moralischen Verletzungen leiden, stellt sie sich mit existenzieller Wucht.

Vertrauensverlust und Entfremdung von dem, was dem Leben Sinn gibt

Wenn Betroffene das Phänomen der moralischen Verletzungen beschreiben, spielen verschiedene Begriffe eine zentrale Rolle. So ist zum Beispiel von der Erfahrung eines Verrats an dem, was richtig ist,[20] die Rede, oder von Erfahrungen schwerwiegender moralischer Überschreitungen und den daraus resultierenden inneren Konflikten und der moralischen Not.[21] Aber sie sprechen auch von Vertrauensverlust und nachlassender Zuversicht hinsichtlich der Fähigkeit und Motivation, moralisch zu handeln – sowohl der eigenen als auch der von anderen.[22] Dadurch wird deutlich, dass es um eine *tiefer liegende* „spirituelle Wunde" mit den entsprechenden emotionalen Auswirkungen geht.[23] Die Betroffenen ringen mit einer Erschütterung der moralischen Grundlagen ihrer personalen Identität, die bis zu deren Zusammenbruch führen kann und als moralischer Untergang erlebt wird. Jonathan Shay gibt in seinem Buch *Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character*[24] wieder, was ein Soldat, der drei Einsatzphasen in Vietnam bei der Panzertruppe verbracht hatte, im Rückblick über sich sagt. Da heißt es:

„[…] I look back today and I'm horrified at what I turned into. What I was. What I did. I just look at it like it was somebody else. […] War changes you […] strips you of all your beliefs, your religion, takes your dignity away. […] You know, it's unbelievable what humans can do to each other. I never in a million years thought I would be capable of doing that. Never, never, never."[25]

Die inneren Prozesse, von denen derartige Aussagen einen kleinen Eindruck vermitteln, haben massive Auswirkungen auf die Beziehung, die ein Mensch mit einer moralischen Verletzung zu sich selbst, zu anderen Menschen und bei religiösen Menschen auch zu

Gott[26] hat – weswegen er sich von dem entfremdet fühlt, was seinem Leben Sinn gibt.

Diese Entfremdung wird dadurch verstärkt, dass Menschen mit moralischen Verwundungen dazu tendieren, sich infolge des in ihrer Wahrnehmung von moralischem Versagen verankerten negativen Selbstbildes (das mitunter in die Überzeugung mündet, der Vergebung unwürdig zu sein) zurückzuziehen. Dadurch, dass sie sich von anderen distanzieren, entziehen sie ihnen auch die Möglichkeit, dem, was sie erleben, korrigierend etwas entgegenzusetzen – etwa in Form ganz anderer zwischenmenschlicher Erfahrungen wie der Erfahrung bedingungsloser Liebe oder bedingungslosen Vertrauens. Isolation, Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit sind häufige Begleiterscheinungen von moralischen Verletzungen.[27]

Versöhnung mit der Wirklichkeit

Wenn man sich auf dem Hintergrund des Gesagten fragt, was die Quelle für das implizite moralische Urteil ist, das für die Reaktion im Falle der moralischen Verletzungen charakteristisch ist, muss die Antwort meines Erachtens lauten:[28] der *innere (= subjektive)* Gerichtshof des Gewissens.[29] Und der Anknüpfungspunkt für eine mögliche Versöhnung mit der Wirklichkeit, von der Arendt unter anderem im Kontext von extremen Erfahrungen von Ungerechtigkeit spricht, wäre der *öffentliche* Gerichtshof der praktischen Vernunft. Die Moralphilosophin Nancy Sherman, die als Psychologin auch mit Menschen arbeitet, die an moralischen Verwundungen leiden, hat im Blick auf das für viele Fälle von moralischer Verwundung charakteristische Phänomen der harschen Selbstanklage geschrieben:

„The right therapy in these cases involves redrawing the lines around agency and accountability. It's a case where letting go is understanding the limits of control. *It's also a case* where compassion and mercy may have to come from others *so you can learn to show it toward yourself.“*[30]

Damit skizziert sie die Umrisse eines psychologischen Ansatzes, der den Betroffenen helfen kann. Dabei spielen an zentraler Stelle moralische und religiöse Kategorien eine Rolle, weil es ganz wesentlich auch um die Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Handlungsfähigkeit und um die Zurechenbarkeit der eigenen Handlungen geht. Es kommt auf die für den *Standpunkt der Vernunft* charakteristische *intersubjektive* Betrachtung an, bei der gegebenenfalls Mitgefühl und Barmherzigkeit ins Spiel kommen.

Isolation, Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit sind häufige Begleiterscheinungen von moralischen Verletzungen

Des Weiteren setzt der Versuch der Versöhnung mit der Wirklichkeit im Falle der moralischen Verwundungen bei der Wahrnehmung eines Verstoßes gegen tief verwurzelte moralische Überzeugungen und Werte und den daraus resultierenden Gefühlen von Selbstverurteilung, Scham, Schuld und Wut an. Davon ausgehend soll durch ein tieferes *Verstehen* das verloren gegangene Vertrauen in die Wirklichkeit mit ihrer moralischen Dimension wiedergefunden werden.

Hannah Arendts Charakterisierung des Verstehens in ihrem Aufsatz *Understanding and Politics* (der ursprünglich *The Difficulties of Understanding* hieß) passt sehr gut zu dem Versuch des Verstehens im Falle von moralischen Verletzungen. Demnach ist das Verstehen „eine nicht endende Tätigkeit, durch die wir Wirklichkeit, in ständigem Abwandeln und Verändern, begreifen und uns mit ihr versöhnen, das heißt durch die wir versuchen, in der Welt zu Hause zu sein“[31]. Der Versuch eines tieferen Verstehens kann bis zu einem gewissen Grad heilsam sein. Aber wie bei allen Versöhnungsversuchen hängt dieser Prozess von Faktoren ab, über die man nicht verfügen kann.

Die spirituelle Dimension in der Therapie

Da die spirituelle Dimension bei moralischen Verletzungen eine zentrale Rolle spielt, ist die Frage naheliegend, ob sie auch Ansatzpunkte für deren Therapierung bietet. Wenn man

eine Antwort darauf versucht, sollte man sich zunächst in Erinnerung rufen, was erfahrene klinische Psychologen grundsätzlich zu den Therapiemöglichkeiten sagen, um sich keine Illusionen zu machen. Der US-amerikanische Traumaexperte Brett T. Litz ist eine international anerkannte Autorität auf diesem Gebiet. In einem Gespräch mit Kollegen hat er gesagt, *„[…] that there is no cure, that suffering cannot be eradicated, that on an individual, communal, cultural, and societal level we did this, and this is the aftermath*[32] *[…] We can't make this person what he or she was before this happened. It is just not possible."*[33]

Wenn es also etwas Heilsames im Umgang mit moralischen Verletzungen gibt, dann ist das nicht die Rückkehr zum *Status quo ante*, dem Zustand vor der Verwundung. Aber die spirituelle Dimension kann möglicherweise einen wichtigen Beitrag leisten, wenn es darum geht, einen Weg zu finden, der im Umgang mit der Verwundung *weiterführt*.[34]

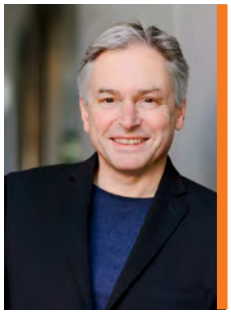
Wenn es etwas Heilsames im Umgang mit moralischen Verletzungen gibt, dann ist das nicht die Rückkehr zum Status quo ante, dem Zustand vor der Verwundung

Grundsätzlich ist die spirituelle Dimension – wie fast alles im menschlichen Leben – äußerst ambivalent: Sie kann einen Menschen noch verletzlicher machen, als er es ohnehin schon ist, aber sie kann auch eine entscheidende Rolle beim Umgang mit Verletzungen spielen, weil durch sie Erfahrungsdimensionen ins Spiel kommen, die wie die moralischen Verletzungen *das Ganze der menschlichen Existenz* betreffen, wie zum Beispiel die Erfahrung von Schuld bzw. Sünde als eine menschliche Urerfahrung und der Umgang damit, etwa in Form von Barmherzigkeit und Vergebung. Das kann ein fruchtbarer Ansatz dafür sein, mit der beängstigenden, schmerzhaften und traurigen Realität moralischer Verwundungen[35] in einer Weise umzugehen, die einen Weg in die Zukunft eröffnet.

Dass die spirituelle Dimension beim Umgang mit moralischen Verletzungen einbezogen wird, ist schon allein deshalb sinnvoll, weil bei vielen Menschen verschiedene Formen von Wertorientierung (außermoralische, moralische und religiöse Formen von Wertorientierung) eng miteinander verflochten sind. Wenn dies gelingt, wird damit ein Zugang zu „tieferen Lebensquellen" geschaffen, der in vielen Fällen eine heilsame Wirkung entfalten kann, weil Religion oft als sinnstiftend erlebt wird und religiöse Gefühle eine starke Motivationskraft darstellen.[36]

Ganz unabhängig davon, welche besondere religiöse Prägung Begriffe wie Schuld und Vergebung im Einzelfall haben, spielt beim therapeutischen Umgang mit moralischen Verletzungen unter anderem *die Wahrnehmung und das Urteil eines wohlwollenden und barmherzigen Freundes* eine entscheidende Rolle. Sie ist Teil der *adaptive disclosure* genannten Therapie, die von Brett Litz zusammen mit anderen für die Behandlung von aktiven Soldaten und Kriegsveteranen konzipiert wurde.[37] An einem kritischen Punkt der Therapie werden die Patienten gebeten, sich einen leeren Stuhl im Raum vorzustellen. Es soll ein Platz für einen vertrauenswürdigen und wohlwollenden Freund mit moralischer Autorität sein, der ihnen eventuell helfen kann, das verlorene Vertrauen in die eigene Güte zurückzugewinnen. Damit geht die Hoffnung einher, dass der moralisch verletzte Mensch durch die Augen dieser Person allmählich wieder liebenswerte Aspekte seiner Persönlichkeit zu sehen vermag. Alternativ werden die Betroffenen manchmal aufgefordert, sich selbst als einen mitfühlenden Freund zu imaginieren, an den sich ein Ka-

Der Autor



Andreas Trampota *ist seit 2022 wissenschaftlicher Projektleiter am Institut für Theologie und Frieden (ithf) in Hamburg und unterrichtet Friedens- und Konfliktethik im Masterstudiengang „Peace and Security Studies" am Institut für Friedensforschung und Sicherheitspolitik (IFSH) der Universität Hamburg. Er studierte Philosophie und Theologie in Freiburg im Breisgau, München, London und Tübingen. Von 2002 bis 2022 unterrichtete er an der Hochschule für Philosophie in München, ab 2015 als Professor für Philosophische Ethik. Forschungsaufenthalte führten ihn an die Fordham University in New York und an die UCLA in Los Angeles. Seine Arbeitsschwerpunkte sind antike Ethik, moderne Moralphilosophie, zeitgenössische analytische Philosophie, Medizinethik und Friedensethik.*

merad wendet, der wie sie selbst von Schuldgefühlen geplagt und in ihnen gefangen ist und sich, wie es oft der Fall ist, selbst verletzt. Würde man ihm unbarmherzig mit Schuldvorwürfen begegnen?[38] Durch den vorgestellten Perspektivenwechsel kommt es zur Entstehung von Empathie auf der Grundlage der gemeinsamen Humanität.

Das gemeinsame Menschsein als Auftrag für eine sinnstiftende moralische Kultur

Beim Umgang mit den Erfahrungen von extremem Unrecht und dem psychischen Leid, das – wie im Falle der moralischen Verletzungen – dadurch hervorgerufen wird, werden wir an einen wichtigen Aspekt des gemeinsamen Menschseins aller Menschen erinnert, den wir ohne die Konfrontation mit solchen Erfahrungen oft vergessen: Mit der gemeinsamen *Humanität* aller Menschen, zu der ganz wesentlich ihre *moralische Anlage* gehört, ist auch der Auftrag verbunden, die gemeinsame, politische Welt so zu gestalten, dass Menschen sich als moralische Wesen darin zu Hause fühlen und Menschen mit moralischen Verletzungen sich darin *wieder* beheimatet fühlen können, weil sie *auf die Sinnhaftigkeit der moralischen Welt vertrauen können*. Dass wir Verantwortung für unser Handeln übernehmen, auch für unser moralisches Versagen, ist ein wesentlicher Beitrag dazu. Aber für eine *moralische Kultur*, die sinnstiftend ist, braucht es noch vieles andere wie zum Beispiel den Umgang mit der Erfahrung von Schuld, etwa in Form der Möglichkeit von Vergebung und Barmherzigkeit.

1 Im militärischen Bereich, bei der Polizei, in der Notfallmedizin, bei der Kriegsberichterstattung …
2 Vgl. Shay, Jonathan J. (1994): Achilles in Vietnam. Combat Trauma and the Undoing of Character. New York, S. 20. Die historischen Wurzeln des Konzepts finden sich im 18. Jahrhundert bei Joseph Butler (Fifteen Sermons Preached at the Rolls Chapel, 1723) und Adam Smith (The Theory of Moral Sentiments, 1759).
3 Litz, Brett T. et al. (2009): Moral Injury and Moral Repair in War Veterans. A Preliminary Model and Intervention Strategy. In: Clinical Psychology Review 29 (8), S. 695–706, S. 700.
4 Vgl. Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024): The Moral Challenges of Moral Injury. In: Cohen, Andrew I. und McClymond, Kathryn (Hg.): Moral Injury and the Humanities. Interdisciplinary Perspectives. New York, S. 17–34, S. 22 f.
5 Diese Gefühle kommen vor allem dann ins Spiel, wenn die Verletzung durch ein gravierendes Fehlverhalten einer *anderen* Person ausgelöst wird, zum Beispiel das eines militärischen Vorgesetzten.
6 Vgl. Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024), s. Endnote 4.
7 Es gibt auch moralische Verletzungen, deren Auswirkung auf die moralische Identität eines Menschen weniger umfassend ist. Aber die Rede von moralischen Verletzungen sollte auf Fälle beschränkt bleiben, in denen es zu einem *schweren* moralischen Konflikt infolge einer *schwerwiegenden* moralischen Übertretung kommt. Janine di Giovanni hat vorgeschlagen, dass von moralischer Verletzung gesprochen werden kann, *„only when symptoms get to a point of impeding a person's ability to function"* (di Giovanni, Janine (2020): On Moral Injury. Can a New Diagnosis Help Heal Our Souls. In: Harper's Magazine, August.)
8 La Fleur, Richard (2021): Disruption of Moral Reasoning and Moral Judgment. Moral Injury and Healing Through Forgiveness. In: Journal of Mental Health and Social Behaviour 3 (1), S. 2.
9 Der Begriff wurde von Peter Strawson eingeführt: Strawson, Peter F. (1974) [1962]: Freedom and Resentment. In: Ders. Freedom and Resentment and Other Essays. New York, S. 1–28. Moralische Verletzungen wurden aber erst später zu den reaktiven Einstellungen gerechnet.
10 Vgl. Mason, Michelle (2013): Reactive Attitudes. In: LaFollette, Hugh et al. (Hg.): The International Encyclopedia of Ethics. Oxford, S. 393–399.
11 Vgl. Derbyshire, Jonathan: Nancy Sherman on War and Homecoming. The Philosopher Asks What We Owe to Returning Soldiers. In: Prospect, May 27. https://www.prospectmagazine.co.uk/ideas/philosophy/47601/nancy-sherman-on-war-and-homecoming (Stand: 20.10.2025); Molendijk, Tine, Kramer, Eric-Hans und Verweij, Désirée (2018): Moral Aspects of "Moral Injury". Analyzing Conceptualizations on the Role of Morality
in Military Trauma. In: Journal of Military Ethics 17 (1), S. 36–53, S. 41.
12 Bei Fragen, die das menschliche Handeln betreffen, geht es immer auch um die Motivationsfrage. Vgl. Trampota, Andreas (2010): Kants Konzeption der Tugend als Habitus der Freiheit. Baden-Baden, S. 139 ff.
13 Meine Rede vom Glauben an die Sinnhaftigkeit der moralischen Welt ist von pragmatistischen Religionsphilosophen wie William James (u. a. seiner Schrift *The Will to Believe*), John Dewey und Charles Sanders Peirce

inspiriert sowie Reflexionen, die mein Lehrer Friedo Ricken in verschiedenen Kontexten anstellt, u. a. in folgendem Aufsatz: Ricken, Friedo (1984): Kann die Moralphilosophie auf die Frage nach dem ‚Ethischen' verzichten? In: Theologie und Philosophie 59, S. 161–177.
14 Die Rede von „verlorenem Vertrauen" *(lost trust)* spielt im Zusammenhang mit Erfahrungen von moralischen Verletzungen eine wichtige Rolle. Darauf komme ich im Folgenden zurück.
15 Die folgenden Überlegungen sind inspiriert von: Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024): s. Endnote 4, S. 27. Siehe auch: Biesta, Gert (2016): Reconciling Ourselves to Reality. Arendt, Education and the Challenge of Being at Home in the World. In: Journal of Educational Administration and History 48 (2), S. 183–192. Eine wichtige Primärquelle findet sich in Endnote 31.
16 Vgl. Arendt, Hannah (2006) [1963]: Eichmann in Jerusalem: A Report on the Banality of Evil. London, S. 233. Sie spricht von *„a place fit for human habitation"* (in der deutschen Übersetzung: „einem Ort, wo Menschen wohnen können"). Siehe auch: Neiman, Susan (2003): Theodicy in Jerusalem. In: Aschheim, Stephen E. (Hg.).: Hannah Arendt in Jerusalem. Berkeley, S. 65–90, S. 85 ff.
17 Vgl. La Fleur, Richard (2021), s. Endnote 8, S. 2.
18 Vgl. Grom, Bernhard (2007): Religionspsychologie. 3. Aufl. München, S. 16.
19 Spiritualität. In: Dorsch – Lexikon der Psychologie, hrsg. von Markus Antonius Wirtz. Bern. https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/spiritualitaet. Ich greife lediglich ein paar Formulierungen aus diesem Lexikoneintrag auf, die ich für gelungen halte!
20 Vgl. Shay, Jonathan (2002): Odysseus in America. Combat Trauma and the Trials of Homecoming. New York, S. 240.
21 Vgl. Litz, Brett T. et al. (2009), s. Endnote 3, S. 700 ff.
22 Vgl. Barrett, Edward (2023): Moral Injury. A Typology. In: Journal of Military Ethics 22 (3-4), S. 158–167, S. 159; Drescher, Kent D. et al. (2011): An Exploration of the Viability and Usefulness of the Construct of Moral Injury in War Veterans. In: Traumatology 17 (1), S. 8–13, S. 9.
23 Vgl. La Fleur, Richard (2021), s. Endnote 8, S. 2.
24 S. Endnote 2.
25 Shay, Jonathan (1994), s. Endnote 2, S. 59.
26 Vgl. La Fleur, Richard (2021), s. Endnote 8, S. 2.
27 Vgl. Litz, Brett T. et al. (2009), s. Endnote 3, S. 701.
28 Ich greife an dieser Stelle auf Kant'sche Terminologie zurück. Vgl. Vossenkuhl, Wilhelm (2022): Was vor dem Gerichtshof der Vernunft gelten kann. Immanuel Kant und der wahre Gerichtshof für alle Streitigkeiten. In: Zur Debatte 52 (2), S. 122–125.
29 Der subjektive Charakter wird auch vonseiten der Moralpsychologie bestätigt: *„Subjective meaning-making is at the core of moral injury, as Litz and his colleagues define it."* (Vgl. Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024), s. Endnote 4, S. 24)
30 Sherman, Nancy (2021): Stoic Wisdom. Moral Injury and Stoic Resilience. https://modernstoicism.com/stoic-wisdom-moral-injury-and-stoic-resilience-by-nancy-sherman/ (Stand: 22.10.2025), S. 2 (meine Hervorhebung). Siehe auch: Sherman, Nancy (2005): Stoic Warriors. The Ancient Philosophy Behind the Military Mind. Oxford; Sherman, Nancy (2015): Afterwar. Healing the Moral Wounds of Our Soldiers. Oxford.
31 Arendt, Hannah (2012) [1953]: Verstehen und Politik. In: Dies. Zwischen Vergangenheit und Zukunft. Hrsg. von Ursula Ludz. München/Zürich, S. 110–127, S. 110.
32 Mit diesem nicht leicht verständlichen Teilsatz wird zum Ausdruck gebracht, dass die moralischen Verwundungen, unter denen Einzelne leiden, ganz wesentlich auch die Folge von gesellschaftlichen, politischen und kulturellen Entwicklungen sind. Die sollten beim therapeutischen Blick auf Einzelne und deren Leid nicht vergessen werden!
33 Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024), s. Endnote 4, S. 22.
34 Vgl. Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024), s. Endnote 4, S. 22.
35 So beschreibt Litz ihre Realität: vgl. Lang, Johannes und Schott, Robin May (2024), s. Endnote 4, S. 22.
36 Vgl. Joas, Hans (2017): Die Macht des Heiligen – Eine Alternative zur Geschichte von der Entzauberung. Berlin. Mit „heilsam" ist in diesem Zusammenhang nicht die Heilung körperlicher Krankheiten gemeint. Spiritualität und Religion sind ein positiver Bewältigungsgrund und Schutzfaktor und in diesem Sinn „heilsam". Vgl. Grom, Bernhard (2011): Wie gesund macht der Glaube? In: Stimmen der Zeit 229, S. 111.
37 Vgl. Litz, Brett T. et al. (2017): Adaptive Disclosure. A New Treatment for Military Trauma, Loss, and Moral Injury. New York.
38 Vgl. Litz, Brett T. et al. (2009), s. Endnote 3, S. 703 f. Siehe auch: Sherman, Nancy (2021), s. Endnote 30.

Die spirituelle Dimension moralischer Verwundungen © 2025 by Andreas Trampota is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-823

DIE PREISGABE MORALISCHER WERTE IM MILITÄRISCHEN KONTEXT

MORAL INJURY ALS PROPRIUM ETHISCHER REFLEXION IN DER BUNDESWEHR

Autor: ***Dirk Fischer***

Abstract

Die jüngere Diskussion um Moral Injury – ein der Sache nach altes Phänomen – hat die Bedeutung von Ethik als militärischer Schlüsselkompetenz erneut in den Fokus gerückt. Dies zeigt sich insbesondere angesichts aktueller Infragestellungen von Normen des Humanitären Völkerrechts. Moral Injury bezeichnet eine tiefgreifende moralische Erschütterung im Rahmen psychisch traumatisierender Ereignisse, bei der eigenes oder fremdes Handeln bzw. Nichthandeln in unauflösbaren Widerspruch zu moralischen Überzeugungen gerät. Das Phänomen steht an der Schnittstelle von Psychiatrie und Ethik: Verletzte Moral zeitigt klinische Relevanz und verlangt aufseiten von Betroffenen wie therapeutischem Personal ethische Kompetenz, um moralische Konflikte zu erkennen, zu benennen und zu bearbeiten. Damit rückt ethische Bildung in der Bundeswehr in den Mittelpunkt. Sie muss Sprachlosigkeit im Umgang mit Werten, Prinzipien und Normen überwinden und Soldatinnen und Soldaten befähigen, moralische Herausforderungen des militärischen Alltags zu reflektieren. Das im Text vorgestellte Modell Moral Fitness on Coping with Moral Harm verdeutlicht exemplarisch die Zusammenhänge zwischen ethischem Training, moralischer Resilienz und möglichen Verläufen nach moralisch schädigenden Ereignissen – von moralischem Wachstum bis hin zur behandlungsbedürftigen Moral Injury. Die Prävention moralischer Verletzungen wird damit Teil militärischer Professionalität: Sie setzt an der Stärkung von Moral Fitness an und dient der Sicherung eines Mindestmaßes an Menschlichkeit selbst unter Bedingungen des bewaffneten Konflikts.

Einleitung

Die Diskussion um die moralische Verletzung in Psychiatrie und Psychologie hat als Nebeneffekt eine (neuerliche) Vergegenwärtigung der Ethik als eine militärische Schlüsselkompetenz zur Folge gehabt, die sich nicht zuletzt vor dem Hintergrund der Herausforderungen einer Landes- und Bündnisverteidigung als bedeutsam erweist. Dies gilt insbesondere mit Blick auf die erschreckenden Infragestellungen, denen sich aktuell das Humanitäre Völkerrecht und die Genfer Konventionen ausgesetzt sehen. In Zeiten, da die Befolgung der hiermit einhergehenden rechtlichen und moralischen Selbstverpflichtung offen mit Blick auf eigene Nützlichkeitserwägungen diskutiert wird, bedarf es dringend einer Rückbesinnung auf individuelle und gemeinschaftlich geteilte ethisch-moralische Wegmarken, die selbst in Zeiten des militärischen Konfliktes erlauben, einem Mindestmaß an Menschlichkeit zum Durchbruch zu verhelfen.

Dass die Preisgabe ethisch-moralischer Standards mit erheblichen Konsequenzen verbunden ist, lässt sich nicht zuletzt an jenen Beobachtungen ablesen, die seit den 1990er-Jahren mit dem Begriff der moralischen Verletzung (Moral Injury) umschrieben werden. Moral Injury stellt ein Phänomen an der Schnittstelle von Psychiatrie und Ethik dar, wobei moralischen Fragen hierbei eine direkte klinische Relevanz zukommt. Zu deren Erörterung bedarf es sowohl auf Patienten- als auch auf Therapeutenseite eines Mindestmaßes ethischer Bildung, die es ermöglicht, moralische Konflikte überhaupt als solche zu erkennen und ins Wort fassen zu können respektive in einem klinischen Setting zu thematisieren. Was für Diagnostik, Therapie und Rehabilitation gilt, erweist sich nicht zuletzt auch für eine mögliche Prävention moralischer Verletzungen als bedeutsam.

Die Tatsache, dass Moral Injury ein interdisziplinärer Charakter eignet, hat zur Konsequenz, dass nicht nur Psychiatrie und Psychologie, sondern insbesondere auch die Ethik auskunftsfähig sein muss, wenn es um das

Phänomen der moralischen Verletzung geht. Moral als Bezeichnung für individuelle oder gemeinsam geteilte Werte, Prinzipien und Normen stellt zunächst einen Gegenstand ethischer Reflexion dar. Die Ethik wird sich deshalb insbesondere durch eine neuerliche Vergegenwärtigung ihres Gegenstandes in die Diskussion um Moral Injury einzubringen haben. Es gilt, im Rahmen ethischer Bildung eine Kompetenz zu vermitteln, die es erlaubt, die moralische Verletzung als das zu erkennen, was sie ist: eine potenzielle Gefährdung des einzelnen Individuums, die bereits im Vorfeld eine eingehende Beschäftigung erfordert, um einen angemessenen Umgang mit ihr zu ermöglichen.

Die immer wieder im Rahmen ethischer Ausbildung zu beobachtende Sprachlosigkeit der Soldatinnen und Soldaten im Hinblick auf Begriffe wie Ethik und Moral geht nicht selten einher mit einer Unkenntnis der eigenen Werte und der hieraus resultierenden moralischen Überzeugungen und Erwartungen. Eine ethische Bildungsarbeit, die eine präventive, diagnostische und therapeutische Unterstützung im Umgang mit moralischen Verletzungen zum Ziel hat, wird hier anzusetzen haben: Was bedeutet Ethik? Was bedeutet Moral? Welche Rolle spielen Ethik und Moral für den Menschen als moralisches Subjekt? Warum erweisen sich moralische Überzeugungen und Erwartungen im militärischen Kontext als besonders gefährdet? Wie lässt sich Moral Injury aus ethischer Perspektive erhellen?

Moral Injury als Phänomen an der Schnittstelle von Psychiatrie und Ethik

Das Phänomen der moralischen Verletzung erscheint unter ethikgeschichtlichen Gesichtspunkten nicht neu, wurde jedoch als solches in seiner psychiatrisch-psychologischen Bedeutung erstmals durch Jonathan Shay in seinem 1995 publizierten Werk *Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character*[1] im Kontext kriegsbedingter Traumafolgestörungen beschrieben und von Bret Litz et al. im Jahr 2009 in seinem wegweisenden Aufsatz „Moral Injury and moral repair in war veterans“[2] aufgegriffen. Beide Publikationen beleuchten die moralische Verletzung nicht als ethisches, sondern als psychiatrisches Phänomen, das in der Folgezeit von einer Vielzahl unterschiedlicher Autorinnen und Autoren eingehende Beachtung fand.[3]

Die Besonderheit, die der moralischen Verletzung zukommt, besteht aus medizinischer und ethischer Sicht vor allem darin, dass es sich hierbei nicht um eine die klinische Medizin in Forschung, Diagnostik und Therapie flankierende (medizin-)ethische Fragestellung handelt, sondern vielmehr um ein Phänomen mit direkter klinischer Relevanz: Verletzte Moral bedingt eine moralische Verletzung, das heißt, ein ethisches Phänomen zeitigt eine psychopathologische Konsequenz. Dies stellt für Ethik und Medizin eine besondere Herausforderung dar. Die Moral Injury erweist sich als klinisch relevant, das heißt die Frage nach der Befolgung respektive Nichtbefolgung ethischer Grundsätze steht im Zentrum einer behandlungsbedürftigen psychiatrischen Erkrankung. Ethik und Moral kommen in diesem Zusammenhang also nicht nur die Bedeutung einer metaklinischen Reflexion zu, vielmehr stehen sie im Zentrum einer klinischen Interaktion, die sowohl Patientinnen und Patienten als auch ihren Therapeutinnen und Therapeuten ein erhebliches Maß ethischer Kompetenz abverlangt.

Verletzte Moral bedingt eine moralische Verletzung, das heißt, ein ethisches Phänomen zeitigt eine psychopathologische Konsequenz. Dies stellt für Ethik und Medizin eine besondere Herausforderung dar

Ethik, Moral und Beruf

Ethik und Moral sind als Begriffe in den Medien allgegenwärtig und finden auch in der Bundeswehr in unterschiedlichen Kontexten breite Verwendung. Dennoch bedarf es immer wieder einer Klarstellung, was mit den Begrif-

fen eigentlich gemeint ist. Den nicht selten zu beobachtenden synonymen Gebrauch gilt es nicht zuletzt mit Hinblick auf eine differenzierende Sichtweise auf das Phänomen der moralischen Verletzung immer wieder kritisch zu hinterfragen.

Ethik meint die wissenschaftlich-kritische Reflexion moralischer Handlungen und der diesen Handlungen zugrunde liegenden moralischen Werte, Prinzipien und Normen. Sie lässt sich als akademische Disziplin weiter untergliedern. Neben der Fundamentalethik, die sich grundlegenden Fragen widmet, lassen sich eine Vielzahl von Bereichsethiken ausmachen. Für den Bereich der Bundeswehr wären hier paradigmatisch angewandte Ethiken wie die Militärethik, die Wehrmedizinethik, die Cyberethik oder die Friedensethik zu nennen.[4]

Die Ethik ist Teil der Humanwissenschaften, das heißt derjenigen Wissenschaften, die den Menschen und seine Besonderheiten erforschen. Hierzu gehört seine Befähigung, zwischen Gut und Böse zu unterscheiden und entsprechend zu handeln; etwas, das sich mit den Begriffen Moralität und Sittlichkeit beschreiben lässt. Ethische Kompetenzvermittlung lädt dazu ein, darüber nachzudenken, was Moralität und Sittlichkeit bedeuten. Sie ist eng gekoppelt an die Einsicht, dass wir Menschen moralisch und sittlich begabte Wesen sind und uns als solche wahrnehmen können und müssen.

Um eine Handlungssituation moralisch zu beurteilen und entsprechend handeln zu können, braucht es eine moralische Kompetenz

Unser Leben ist gekennzeichnet durch unzählige Handlungen, die wir tagtäglich vollziehen. Nicht immer machen wir uns darüber Gedanken, ob eine Handlung richtig oder falsch ist. Wird diese Frage bei der Handlungsentscheidung zum Thema, lässt sich von einer moralischen Handlung im engeren Sinne sprechen, das heißt, einer Handlung, die bewusster Ausdruck unserer moralischen Werte, Prinzipien und Normen ist.

Die Rede von moralischen Werten, Prinzipien und Normen ist Ausdruck unserer moralischen Orientierung. Sie spielen als Orientierungshilfe bei der Handlungsentscheidung eine wichtige Rolle. Als ein bedeutsamer Wert lässt sich zum Beispiel das Leben benennen und hiervon ausgehend das Prinzip des Lebensschutzes ableiten. Das Prinzip wiederum spiegelt sich in einer Reihe von Normen wider, wie beispielsweise „Rette Ertrinkende!“ oder „Gib Verhungernden zu essen!“. Wir Menschen verfügen über eine Vielzahl gemeinsam geteilter, aber auch individueller Werte, Prinzipien und Normen. Ihre Vermittlung und Aneignung erfolgt in unterschiedlichen Kontexten, beispielsweise in der Familie, der Schule oder auch der Bundeswehr. Die Summe der Werte, Prinzipien und Normen eines Individuums oder einer Gemeinschaft lässt sich mit dem Begriff Moral zusammenfassen.

Um eine Handlungssituation moralisch zu beurteilen und entsprechend handeln zu können, braucht es eine moralische Kompetenz. Alternativ könnte man auch von moralischer Fitness (Moral Fitness) sprechen. Dabei ist die Analogie zum Fitnessbegriff im Sport durchaus gewollt. Der Entschluss, einmal im Leben einen Marathon zu laufen, macht den Menschen noch lange nicht zur Marathonläuferin oder zum Marathonläufer. Es bedarf vieler, oft mühseliger Vorbereitungen, bis es so weit ist. Vielleicht wird man ein Buch zum Thema lesen oder sich mit anderen austauschen, die das schon einmal gemacht haben. Es lohnt sich sicherlich, sich Gedanken über die Ernährung zu machen. Vor allem aber wird es darum gehen, mit dem Lauftraining zu beginnen. Ganz ähnlich verhält es sich mit dem Entschluss, ein moralischer Mensch zu sein. Nur die Einsicht, dass es erstrebenswert ist, beispielsweise ein gerechter Mensch zu sein, macht einen noch lange nicht zu einem gerechten Menschen. Es gilt auch hier, mit dem theoretischen und praktischen Training zu beginnen.

Dies ist umso wichtiger, als es eine Vielzahl von Handlungssituationen gibt, in denen es eine einfache Lösung im Sinne von moralisch richtig oder falsch nicht gibt. Diese moralischen Dilemmata kennzeichnen sich dadurch, dass zwei oder mehr gleichrangige moralische

Werte, Prinzipien oder Normen aufeinandertreffen. In diesen Fällen hat eine Handlungsentscheidung stets sowohl positive als auch negative Folgen, was sehr belastend, manchmal traumatisierend sein kann. Im militärischen Kontext kann ein moralisches Dilemma nicht selten den Charakter eines doppelten Loyalitätskonfliktes *(Dual Loyalty Conflict)* annehmen. Hierbei handelt es sich um eine Konfliktsituation, die sich beispielsweise aus ärztlichen und militärischen Doppelverwendung ergibt. Hier kollidieren Werte, Prinzipien und Normen der Angehörigen eines Heilberufes mit soldatischen Werten, Prinzipien und Normen. Dies kann zum Beispiel im Einsatz der Fall sein, wenn aus einsatztechnischen Gründen eine Versorgung der Zivilbevölkerung nicht möglich ist und militärischen Zielen untergeordnet werden muss *(military necessity vs. medical urgency)*.

Ethische Herausforderungen im militärischen Alltag

Dieses Beispiel zeigt, wie sehr Handlungsentscheidungen an konkrete Rollenfragen gekoppelt sind. Die Frage „Was für Soldatinnen und Soldaten möchten wir sein?“ ist untrennbar verbunden mit einer Reihe weiterer Fragen, die sich aus den Rollen ergeben, die Menschen im Leben einnehmen. So lässt sich darüber hinaus fragen: „Was für Eltern möchten wir sein?“ oder „Was für Ärztinnen und Ärzte?“ oder „Was für Staatsbürgerinnen und Staatsbürger?“. Diese Fragen münden in der übergeordneten Frage „Was für Menschen möchten wir sein?“. Und die Beantwortung dieser Frage steht und fällt mit der Annahme der ethischen und moralischen Herausforderungen im militärischen oder privaten Alltag. Beide Bereiche sind untrennbar miteinander verbunden. Ethische Entscheidungen im Dienst wirken zurück auf das Privatleben und umgekehrt. Die verschiedenen Rollen, die Menschen kennzeichnen, lassen sich nur integrativ, niemals losgelöst voneinander, geschweige denn gegeneinander verwirklichen. Dies stellt eine nicht zu unterschätzende Aufgabe dar.

Wenn es um die unterschiedlichen Sphären soldatischer Kompetenz geht, kommt also der Ethik eine wichtige Funktion zu. In Modifikation des *Comprehensive Soldier Fitness Model* der US-Army lässt sich ein dreigliedriges Modell formulieren, das mit drei soldatischen Kompetenzbereichen arbeitet.[5] Neben der körperlichen Fitness und der mentalen Fitness weist dieses Modell auch die moralische Fitness aus.

Von körperlichen, seelischen und moralischen Verletzungen

Dies scheint nicht zuletzt mit Blick auf die Bedeutung möglicher moralischer Traumata geboten. Neben physischen und psychischen Verletzungen spielen moralische Verletzungen eine zunehmend wichtige Rolle und werden heute infolge der interdisziplinären Moral-Injury-Forschung auch in der Öffentlichkeit vermehrt wahrgenommen. Dabei treten moralische Verletzungen im Rahmen psychischer Traumafolgestörungen auf. Über Letztere hält die *Internationale Definition von Krankheiten* (ICD-11) der Weltgesundheitsorganisation fest: „Die Betroffenen waren einem kurzen oder langanhaltenden Ereignis oder Geschehen von außergewöhnlicher Bedrohung oder mit katastrophalem Ausmaß ausgesetzt.“ Ein eingehender Blick auf die Ursachen erlaubt hier eine Differenzierung zwischen akzidentiellen und interpersonellen Traumata. Während akzidentielle Traumata vor allem den Charakter von Natur- oder Technikkatastrophen haben, charakterisiert interpersonelle Traumata eine zwischenmenschliche Handlung *(man-made trauma)*.[6] Beispielhaft wären hier zu nennen: kriminelle Gewalt, sexueller Missbrauch, bewaffneter Raub, häusliche Gewalt, Krieg, Kampf, Folter, Geiselnahme oder Gefangenschaft im Konzentrationslager. Diese interpersonellen Traumata lassen allesamt erkennen, dass es hierbei im Unterschied zu den

Die verschiedenen Rollen, die Menschen kennzeichnen, lassen sich nur integrativ, niemals losgelöst voneinander, geschweige denn gegeneinander verwirklichen

akzidentiellen Traumata um schwerwiegende moralische Fragen geht. Diesem Unterschied trägt auch die traditionelle philosophische Unterscheidung möglicher Übel Rechnung, die Menschen widerfahren können: Neben den als *malum physicum* bezeichneten Naturkatastrophen wird menschenverursachtes Übel als *malum morale* ausgewiesen. Es ist interessant zu sehen, dass sowohl die Rede vom interpersonellen Trauma als auch vom *malum morale* indirekt schon immer auf das heute als Moral Injury bezeichnete Phänomen verwiesen haben.

Auch wenn Moral Injury ein junges Krankheitsbild darstellt, das im Rahmen von Traumafolgestörungen auftreten kann, hat es moralische Verletzungen der Sache nach immer schon gegeben. Interpersonelle Traumata (oder die Erfahrung eines moralischen Übels) und die von ihnen bedingte tiefgreifende Wert-, Prinzipien- und Normenkonflikte stellten seit jeher eine besondere Herausforderung dar und fanden vielfältigen Niederschlag nicht zuletzt in Kunst und Literatur.

Vor dem Hintergrund des derzeitigen Wissens- und Forschungsstandes lässt sich Moral Injury wie folgt definieren: Moral injury bezeichnet eine tiefgreifende moralische Erschütterung im Rahmen psychisch traumatisierender Ereignisse, bei der eigenes oder fremdes Handeln/Nichthandeln im Widerspruch zum Werte-, Prinzipien- und Normenbewusstsein der Betroffenen steht und mit demselben nicht mehr zur Deckung gebracht werden kann. Hierbei lassen sich drei Aspekte besonders hervorheben: Es handelt sich um eine tiefgreifende moralische Erschütterung im Rahmen psychisch traumatisierender Ereignisse; es geht um eigenes oder fremdes Handeln/Nichthandeln; dieses Handeln/Nichthandeln steht im Widerspruch zum Werte-, Prinzipien- und Normenbewusstsein der Betroffenen. Die Betroffenen können also durch eigenes Handeln/Nichthandeln eine moralische Verletzung erleiden, indem sie beispielsweise zu einer Handlung/Nichthandlung gezwungen wurden. Oder sie können durch fremdes Handeln/Nichthandeln eine moralische Verletzung erleiden; als Opfer, weil sich die Handlung/Nichthandlung direkt gegen die Betroffenen richtet, oder als Zeuge oder Zeugin, weil man die entsprechende Handlung/Nichthandlung beobachtet und nicht intervenieren kann.

Das Moral-Fitness-Modell

Für die Ethik hat das Thema der Moral Injury in mehrfacher Hinsicht eine erhebliche Bedeutung. Es zeigt sich, dass ethische und moralische Fragen eine direkte klinische Relevanz haben im Hinblick auf Diagnostik, Therapie, Rehabilitation und Prävention moralischer Verletzungen. Im Hinblick auf den therapeutischen Dialog gilt zu bedenken, dass das Erkennen, Benennen und Besprechen moralischer Konflikte als solcher sowohl auf therapeutischer Seite als auch auf Seite des Patienten oder der Patientin ein nicht unerhebliches Maß an ethischer Kompetenz voraussetzt.

Entsprechend lässt sich das Phänomen der Moral Injury in den größeren Zusammenhang ethischen Lernens und ethischer Kompetenz stellen. Die Literatur zur Moral-Injury-Thematik beleuchtet in der Regel unterschiedliche Aspekte, ohne diese jedoch so miteinander in Verbindung zu bringen, dass sich eine Art Zusammenschau ergibt. Das *Moral-Fitness-Model on Coping with Moral Harm* stellt das Phänomen der Moral Injury in den größeren Zusammenhang ethischen Lernens und Kompetenzerwerbs (vgl. Abbildung 1).

Das Modell stellt einen sich selbst verstärkenden Regelkreis dar, der sich in zehn Einzelschritte untergliedern lässt. Das Ethical Training, an dem die Soldatinnen und Soldaten teilnehmen, dient der Erarbeitung einer individuellen Moral Fitness. In der Bundeswehr wären hierzu unterschiedliche Ausbildungsformate zu zählen, die vom niederschwelligen

Der Autor

Dr. Dr. Dirk Fischer *studierte Humanmedizin, Philosophie und katholische Theologie und promovierte in Humanmedizin und katholischer Theologie. Er ist medizinethischer Berater des Sanitätsdienstes der Bundeswehr sowie Leiter des Instituts für Wehrmedizinische Ethik an der Sanitätsakademie der Bundeswehr in München.*

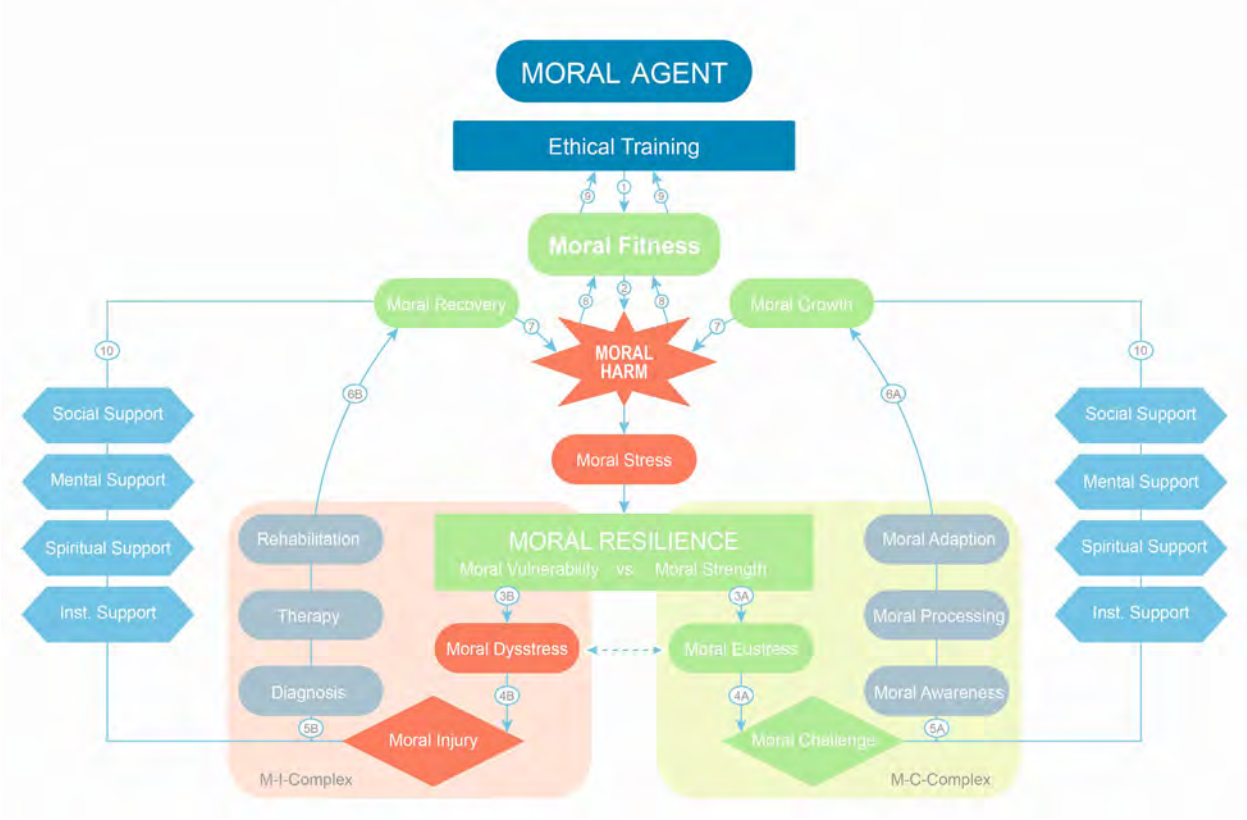


Abb. 1: Moral-Fitness-Model on Coping with Moral Harm

Angebot des Lebenskundlichen Unterrichts über entsprechende Lehrgangsformate an den Schulen und Akademien bis hin zu ethischen Lehrveranstaltungen an den Universitäten der Bundeswehr reichen. Moral Fitness meint zunächst einmal die Erkenntnis, dass wir Menschen moralische Wesen sind. Hiermit einher geht ein Verständnis für die Bedeutung ethischer Fragen und die Bereitschaft, sich damit zu beschäftigen. Eine wichtige Rolle spielt für den ethischen Kompetenzerwerb sicherlich auch das Arbeiten an und Eintreten für moralische Werte, Prinzipien und Normen.

Die Moral Fitness spielt eine wichtige Rolle in der Auseinandersetzung mit einem moralisch schädigenden Ereignis (Moral Harm) im Einsatz. Moral Harm gilt es terminologisch vom Begriff der Moral Injury zu unterscheiden. Moral Harm meint die Ursache, also das traumatisierende interpersonelle Ereignis, während Moral Injury die mögliche pathopsychologische Folge bezeichnet. Beispielhaft kann hier auf folgende Ereignisse verwiesen werden: Erleben von Gewalt und Zerstörung, Waffengebrauch, Verletzung und Verwundung, Tod und Verstöße gegen die Genfer Konventionen. Im Zusammenhang mit Gewalt und Zerstörung spielen folgende Aspekte eine wichtige Rolle: der Anblick zerstörter Häuser und Ortschaften, die Zeugenschaft von Brutalität, Gewalt und Misshandlungen, aber auch das Erleben eines Angriffs oder Überfalls. Hinsichtlich des Waffengebrauchs erweisen sich der Befehl zum Beschuss gegnerischer Kräfte und die Verantwortung für den Tod gegnerischer Kräfte als bedeutsam. Bei Verletzungen und Verwundungen sind vor allen der hilflose Anblick kranker und verletzter Frauen und Kinder, der Anblick schwer verwundeter Kameradinnen und Kameraden oder das eigene Verwundet- oder Verletztwerden von großer Bedeutung. Der Umgang mit dem Tod stellt immer eine besondere Herausforderung dar, verschärft sich jedoch in der Einsatzsituation durch den Anblick oder die Identifikation von Leichen und Leichenteilen. Ferner wäre hier

zu nennen: Zeuge des Todes eines Kameraden oder einer Kameradin zu sein und die Verantwortung für den Tod eines Kameraden oder einer Kameradin. Bei Verstößen gegen das Humanitäre Völkerrecht handelt es sich um ein weites Feld. Im Hinblick auf moralische Verletzungen sind jedoch insbesondere folgende Punkte zu nennen: Folter, Missachtung des Schutzzeichens und Waffengebrauch durch Sanitätspersonal.

Dass diese Erlebnisse zum Teil mit erheblichem moralischem Stress (Moral Stress) einhergehen, versteht sich von selbst. Dieser moralische Stress kann – analog zum klassischen Stressmodell und je nach Resilienzlage – entweder als moralischer Dystress (Moral Distress) oder als moralischer Eustress (Moral Eustress) erfahren werden. Moralische Resilienz (Moral Resilience) meint in diesem Zusammenhang das individuell ausgeprägte Verhältnis von moralischer Verletzbarkeit (Moral Vulnerability) und moralischer Stärke (Moral Strength).

Eine mangelhafte Unterstützung kann dazu führen, dass ein moralisch eustressiges Erleben in moralischen Dysstress umschlägt und umgekehrt

Je nachdem prägt im Weiteren eine Moral Challenge oder eine Moral Injury die individuelle Entwicklung der Betroffenen. Entsprechend kann zwischen einem Moral-Challenge-Complex (M-C-Complex) und einem Moral-Injury-Complex (M-I-Complex) unterschieden werden. Im Rahmen des Moral-Challenge-Complex kann es über verschiedene Zwischenstufen (Moral Awareness, Moral Processing und Moral Adaption) zu einem moralischen Wachstum (Moral Growth) kommen. Auf der anderen Seite (Moral-Injury-Complex) steht die klinische Auseinandersetzung mit Moral Injury im Fokus (Diagnostik, Therapie und Rehabilitation), die im Idealfall in eine Moral Recovery münden.

Ein wichtiger Aspekt des Modells sind die unterstützenden Faktoren (Institutional Support, Spiritual Support, Mental Support und Social Support). Unter Institutional Support lässt sich die Unterstützung seitens der Institution Bundeswehr festhalten. Das reicht von den Kameradinnen und Kameraden über militärische Vorgesetze, die ein offenes Ohr für die Probleme der Soldatinnen und Soldaten haben, bis hin zu den Mitgliedern des Deutschen Bundestages. Spiritual Support bezeichnet in diesem Zusammenhang die Militärseelsorge. Hier findet sich zumeist eine erste Anlaufstelle, wenn es zu entsprechenden Konflikten kommt. Auch die Psychologinnen und Psychologen wirken als wichtiger unterstützender Faktor im Sinne eines Mental Support. Von großer Wichtigkeit ist der Social Support. Hierunter lässt sich die Unterstützung der Familie und Freunde zusammenfassen. Die unterstützenden Faktoren spielen eine wichtige Rolle bei der Be- und Verarbeitung potenziell traumatisierender Ereignisse. Eine mangelhafte Unterstützung kann dazu führen, dass ein moralisch eustressiges Erleben in moralischen Dysstress umschlägt und umgekehrt.

Abschließend gilt es festzuhalten, dass es in der Folge zu einer Reevaluierung des Ereignisses und einer Stärkung der Moral Fitness kommen kann. Die gemachten Erfahrungen und ihre Verarbeitung werden im Idealfall durch die Betroffenen in den weiteren ethischen Lernprozess (Ethical Training) eingebracht.

Zusammenfassung und Ausblick

Moral Injury findet zunehmend Beachtung als neues Krankheitsbild, dessen Erforschung durch einen interdisziplinären Ansatz in Psychiatrie, Psychologie, Soziologie und Ethik erfolgt. Hierbei zeigt sich die Bedeutung ethischer Kompetenz im Hinblick auf Prävention, Diagnostik, Therapie und Rehabilitation der Moral Injury.

Die Bedeutung ethischen Lernens für den militärischen Alltag verdeutlicht das Moral-Fitness-Modell für den Umgang mit potenziell moralisch schädigenden Ereignissen. Die klinische Relevanz moralischer Verletzungen unterstreicht die Bedeutung der Weiterentwicklung ethischer Lehrformate in Theorie und Praxis im Rahmen einer kompetenzorientierten Ausbildung der Soldatinnen und Sol-

daten. Deshalb ist davon auszugehen, dass die Vermittlung ethischer Bildung und Kompetenz in der Bundeswehr in den nächsten Jahren nicht zuletzt mit Blick auf die Moral-Injury-Problematik wichtige Impulse erhalten wird. Dabei wird die Moral Fitness als soldatische Kernkompetenz zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Die Sorge um eine Moral Fitness der Soldatinnen und Soldaten erweist sich im Hinblick auf die Landes- und Bündnisverteidigung vor allem dann als relevant, wenn die Einhaltung der rechtlichen und ethischen Standards, wie sie durch international verbindliche Referenztexte formuliert sind, durch den militärischen Gegner keine Befolgung mehr finden. Diese Entwicklung darf keinesfalls dazu führen, die eigene Bindung an rechtliche und ethische Standards infrage zu stellen. Vielmehr bedarf es vor dem Hintergrund dieser Entwicklung einer neuerlichen Vergewisserung des eigenen und gemeinsam zu teilenden moralischen Selbstverständnisses. Eine Moral-Injury-Prävention wird genau hier anzusetzen haben und im Rahmen der Persönlichkeitsbildung eine Stärkung der Soldatinnen und Soldaten als verantwortungsvolle moralische Subjekte voranzutreiben haben.

1 Vgl. Shay, Jonathan (1994): Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character. New York. (Dt.: Achill in Vietnam: Kampftrauma und Persönlichkeitsverlust. Hamburg 1998.)
2 Vgl. Litz, Brett T. et al. (2009): Moral Injury and Moral Repair in War Veterans: A Preliminary Model and Intervention Strategy. In: Clinical Psychology Review 29, S. 695-706.
3 Vgl. Wiinikka-Lydon, Joseph (2019): Mapping Moral Injury: Comparing Discourses of Moral Harm. In: Journal of Medicine and Philosophy 44, S. 175-191.
4 Vgl. Fischer, Dirk (2023): Sanitätsdienstliches Handeln im militärischen Konflikt. Eine Einführung in die Wehrmedizinethik. In: Zeitschrift für Medizinische Ethik 69, S. 59–73.
5 Vgl. Fischer, Dirk (2019): Medizinische Ethik im militärischen Kontext. Eine Herausforderung für Forschung und Lehre. In: Ethik und Militär (2), S. 50–56.
6 Vgl. Schellong, Julia et al. (Hg.) (2018): Praxisbuch Psychotraumatologie. Stuttgart, S. 29.

Die Preisgabe moralischer Werte im militärischen Kontext: Moral Injury als Proprium ethischer Reflexion in der Bundeswehr © 2025 by Dirk Fischer is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-825

DIE PERSON UNTER DER UNIFORM

MORALISCHE AMBIVALENZ UND MORALISCHE BELASTUNG IM MILITÄR

Autorin: ***Sanneke Brouwers***

Abstract

Dieser Artikel untersucht die oft übersehenen moralischen Belastungen des Militärdienstes und stützt sich dabei auf die Dissertation der Autorin über moralische Belastungen bei niederländischen Veteranen. Vor dem Hintergrund der wiedergewonnenen öffentlichen Relevanz der Streitkräfte wird argumentiert, dass moralische Ambivalenz ein integraler Bestandteil des Soldatendaseins ist. Basierend auf einer narrativen Studie mit 25 aktiven oder ehemaligen Soldatinnen und Soldaten mit unterschiedlichem Hintergrund identifiziert sie moralisch belastende Ereignisse während des Einsatzes und analysiert deren kognitive und emotionale Komponenten. Häufig traten Gefühle der Ohnmacht, Wut und Enttäuschung auf, die auf Erfahrungen von Gewalt und belasteten Beziehungen zurückzuführen waren. Die Rollentheorie erwies sich als hilfreich für das Verständnis der Spannungen zwischen persönlichen und beruflichen Werten und Erwartungen, die zu Dissonanz zwischen Identität und Handeln bis hin zu gescheiterter Selbstkonstitution führen können. Die Untersuchung zeigt, wie eingeschränkte Autonomie, Zwang zur Konformität und institutionelle Zwänge zu moralischer Belastung beitragen können, während Handlungsspielraum und soziale Anerkennung helfen, diese zu mildern. Die Ergebnisse unterstreichen, dass moralische Belastung nicht auf den klinischen Bereich beschränkt sein sollte. Vielmehr handelt es sich um ein moralisches Phänomen, das eine angemessene moralische Reaktion der Gesellschaft erfordert. Die Erfahrungen von Veteranen laden somit zu einer breiteren Reflexion über Verantwortung, Anerkennung und die ethischen Grundlagen militärischer Einsätze ein.

Einleitung

Die niederländischen Streitkräfte stehen erneut im öffentlichen Blickfeld. Dies geschieht nach etlichen Jahren, die von Budgetkürzungen, reduzierter Personalstärke und der Marginalisierung des Militärs als Organisation nach dem Fall der Berliner Mauer geprägt waren.[1] Viele glaubten, die Welt sei sicherer geworden, und in Abwesenheit substanzieller Bedrohungen rückten die Streitkräfte an den Rand der Gesellschaft. Heute jedoch ist der Krieg auf den europäischen Kontinent zurückgekehrt, Militärs treten in Primetime-Talkshows auf, und militärische Ausbildung wird zum Thema von Fernsehunterhaltung. Militärische Erfahrung wird nun als Quelle persönlicher Entwicklung und geistiger Resilienz dargestellt – insbesondere in Krisenzeiten. Die Zusammenarbeit zwischen Wissenschaft und Streitkräften in den Bereichen Forschung und Ausbildung hat sich intensiviert. Selbst Kronprinzessin Amalia hat eine militärische Ausbildung begonnen – als erstes weibliches Mitglied des niederländischen Königshauses. Die Zeiten ändern sich.

Dies wirft zahlreiche Fragen auf – nicht nur zu steigenden Verteidigungsausgaben und militärischer Einsatzbereitschaft, sondern auch über die moralischen Dimensionen soldatischen Handelns und die Konsequenzen militärischen Vorgehens. Erleben wir eine Militarisierung der Gesellschaft, oder stärken wir lediglich die zivile Resilienz und Eigenverantwortung? Verstehen wir als Gesellschaft tatsächlich, was ein bewaffneter Konflikt bedeutet? Welche Alternativen gibt es, um Frieden und Sicherheit zu erreichen? Hier bietet der niederländische Humanist Desiderius Erasmus (1469–1536) eine zeitgemäße Warnung: *„Dulce Bellum Inexpertis“* – „Krieg ist süß für jene, die ihn nicht erfahren haben.“ Seine Worte mahnen uns, denen zuzuhören, die ihn erlebt haben: niederländische Veteranen, die ihrem Land in verschiedenen Kriegen gedient haben – nahe und ferne, gerechte und ungerechte, gewonnene oder verlorene. Ihre Geschichten helfen uns zu verstehen, was Soldatentum bedeutet, und bewahren uns vor der Täuschung, Krieg sei nicht nur bitter.

Wir alle wissen, dass militärischer Dienst körperlich und mental anspruchsvoll ist, doch die moralischen Belastungen werden oft übersehen. Soldaten sind regelmäßig mit Konflikten, Gefahr, Ungerechtigkeit und Verletzungen der Menschenwürde konfrontiert. Solche Erfahrungen können tiefe emotionale Spuren hinterlassen – Machtlosigkeit, Wut und moralische Belastung. Um diese Dynamiken zu beleuchten, stütze ich mich auf meine Doktorarbeit „Moralische Erfahrungen in den Streitkräften: Eine konzeptionelle und empirische Analyse moralischer Belastung bei Veteranen". Die zentralen Forschungsfragen lauten: Welche Arten von Ereignissen während eines Einsatzes empfinden Veteranen als moralisch belastend? Können diese Erfahrungen als Rollenkonflikte verstanden werden? Was sind ihre kognitiven und emotionalen Komponenten? Meine Forschung kartiert die Situationen, die Veteranen als moralisch belastend betrachten, und hebt die moralischen Dimensionen von Einsätzen hervor.

Die Rollentheorie erwies sich als hilfreich, um zu verstehen, wie Soldaten in ihren persönlichen oder beruflichen Rollen mit unterschiedlichen Wertesystemen arbeiten. Soldaten fühlen sich oft hin- und hergerissen zwischen ihren Rollen als Beschützende und Schädigende – sie wollen schützen und unterstützen, verursachen jedoch manchmal am Ende Schaden. Diese Doppelrolle ist emotional komplex und schwer zu verarbeiten.

Neben der Identifikation moralischer Vorfälle befasst sich ein Teil dieses Artikels auch mit der Frage, was aus diesen Erkenntnissen folgt.

Die folgenden Themen werden behandelt und anhand von Beispielen aus meiner Forschungsarbeit illustriert:

- Moralische Belastung als integraler Bestandteil militärischer Professionalität
- Methode und Ergebnisse
- Gescheiterte Selbstkonstitution aufgrund moralischer Belastung
- Handlungsspielräume als Rollenstrategie zur Prävention moralischer Belastung
- Anerkennung als Rollenstrategie zum Umgang mit moralischer Belastung und moralischer Verantwortung
- Abschließende Gedanken

Moralische Belastung als integraler Bestandteil militärischer Professionalität

Die moralische Spannung, die Soldaten erleben können, hat zwei Hauptquellen. Sie operieren

1. innerhalb eines Feldes der Gewalt (an den Rändern der Zivilisation),
2. innerhalb einer hierarchischen Struktur (die die persönliche moralische Integrität unter Druck setzt).

Das bedeutet, dass moralische Ambivalenz und daraus resultierende moralische Belastung als integraler Bestandteil des Militärdienstes betrachtet werden können. Soldaten sollten während ihrer Ausbildung darauf vorbereitet, vor dem Einsatz unterstützt und nach Missionen betreut werden.[2] Die Veteranenversorgung und insbesondere die Militärseelsorge[3] sollten der moralischen Last, die die mentale und körperliche Gesundheit und das Wohlbefinden von Veteranen beeinträchtigt, große Aufmerksamkeit schenken. Glücklicherweise hat das Konzept der Moral Injury („moralische Verletzung") zunehmende Aufmerksamkeit erlangt und ist unter Veteranen weithin anerkannt.[4]

Das Gefühl des Verrats entsteht aus der Tatsache, dass Soldaten innerhalb einer Befehlsstruktur handeln und ihre Handlungen daher nicht selbst bestimmen können

Jonathan Shay gilt als einer der ersten Wissenschaftler, die den Begriff Moral Injury verwendeten. Er definiert ihn wie folgt:

„Moral injury is a betrayal of what's right by a person in a position of authority in a high-stakes situation."[5]

Das Gefühl des Verrats entsteht aus der Tatsache, dass Soldaten innerhalb einer Befehlsstruktur handeln und ihre Handlungen daher nicht selbst bestimmen können. Shay betont die institutionelle Ursache moralischer Verletzung. Litz et al. bieten eine breitere Definition, die widerspiegelt, wie Veteranen sie typischerweise erleben:

„The lasting psychological, biological, spiritual, behavioral and social impact of perpetrating,

failing to prevent, bearing witness to, or learning about acts that transgress deeply held moral beliefs and expectations of the self."[6]

Symptome moralischer Verletzung ähneln manchmal denen der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Sie können schwer zu unterscheiden sein, da Moral Injury häufig in Kombination mit PTBS auftritt.[7] Kurz gefasst basiert PTBS auf Angst infolge lebensbedrohlicher Situationen, während Moral Injury aus Verletzungen tief verankerter moralischer und ethischer Überzeugungen und Erwartungen entsteht.

Zweifel, Fragen und Enttäuschung treten jedoch nicht nur in Situationen mit hohem Risiko auf; sie können auch durch scheinbar „unbedeutende" Dinge ausgelöst werden. Dies übersehen wir, wenn wir uns ausschließlich auf Moral Injury in einem engen, klinischen Sinn konzentrieren (obwohl Moral Injury dennoch aus fortgesetzter moralischer Belastung entstehen kann). Moralische Belastung ist der geeignetere Begriff für diese Art von Erfahrungen. Er wurde 1984 von Andrew Jameton geprägt:

„Moral distress arises when one knows the right thing to do, but institutional constraints make it nearly impossible to pursue the right course of action."[8]

Die schmerzhaften Gefühle, von denen die Veteranen berichten, zeigen, dass ihr Gewissen gut funktioniert

Moral Injury und moralische Belastung sind verwandt, unterscheiden sich allerdings in ihrer Schwere.[9] In meiner Forschung bevorzuge ich jedoch aus zwei Gründen den Begriff moralische Belastung. Erstens ist er weiter gefasst, was ihn für alle Militärangehörigen in ihrer beruflichen Rolle anschlussfähig macht. Moralische Belastung umfasst kleinere Wertkonflikte, die zunächst gering erscheinen mögen, jemanden aber dennoch tief betreffen. Dies ermöglicht ein breiteres und nuancierteres Verständnis der Erfahrungen von Veteranen. Zweitens ist moralische Belastung meiner Ansicht nach keine Verletzung, die behandelt oder geheilt werden kann. Stattdessen stimme ich Wissenschaftlern zu, die argumentieren, dass Moral Injury und moralische Belastung nicht ausschließlich in den klinischen Bereich gehören, da sie eine gesunde Reaktion darstellen, die das Bewusstsein einer Person für ihre moralischen Verpflichtungen signalisiert[10] und somit Ausdruck eines guten Charakters ist[11]. Die schmerzhaften Gefühle, von denen die Veteranen berichten, zeigen, dass ihr Gewissen gut funktioniert. Zudem sind moralische Erfahrungen nicht notwendigerweise mit psychischen Problemen oder moralischer Last verbunden. Moralische Belastung kann als Zeichen mentaler Gesundheit, nicht von Krankheit, verstanden werden.

Methode und Ergebnisse

Ziel meiner Forschung war es zu verstehen, welche Arten von Ereignissen Veteranen als moralisch belastend empfinden. Ich habe mit der Self-Confrontation Method (SCM) gearbeitet, einem narrativen Ansatz, der die Identifikation und Analyse sowohl kognitiver als auch emotionaler Aspekte persönlicher Erfahrungen ermöglicht.[12] Die Einbeziehung der affektiven Ebene zeigt, dass es für Außenstehende manchmal schwierig ist zu verstehen, wie ein Veteran ein (moralisches) Ereignis empfindet.

Die Auswahl umfasste 25 Veteranen, sowohl aktive als auch ehemalige Soldatinnen und Soldaten, mit verschiedenen militärischen und persönlichen Hintergründen. Sie wurden in drei Gruppen eingeteilt: solche ohne psychische Gesundheitsprobleme, solche mit leichten Problemen und solche mit schweren Problemen.

Es traten große Unterschiede in der Anzahl der negativen Affekte zutage, die die Veteranen äußerten. Viele nannten ambivalente Gefühle, und die Mehrheit beschrieb moralisch belastende Erfahrungen. Die häufigsten Emotionen waren Machtlosigkeit, Wut und Enttäuschung. Es gibt zwei Hauptquellen moralischer Belastung: Gewalt und Beziehungen.

Erfahrungen mit Gewalt können auf drei Ebenen auftreten. Manchmal mussten die Veteranen selbst Gewalt anwenden, manchmal sahen sie andere in Gefahr, und manchmal wurden sie Zeugen von Schaden an Zivilisten. Die Veteranen rangen mit ihren eigenen Handlungen,

den Handlungen anderer und Entscheidungen des Militärs als Institution.

Beziehungen zu Kameraden können eine Quelle der Stärke, aber auch des Schmerzes sein. Veteranen berichteten von Mobbing, Sexismus und Machtmissbrauch. Diese Erfahrungen waren besonders schmerzhaft, weil sie von Kameraden ausgingen. Gleichzeitig wurden starke Bindungen und gegenseitige Unterstützung als äußerst wertvoll beschrieben. Wenn ein Kamerad verletzt oder getötet wird, fragen sich Überlebende oft, ob sie mehr hätten tun können.[13] Diese sogenannte *„survivor's guilt"* kann intensiv und lang anhaltend sein.

Moralische Erfahrung und wahrgenommene Problemintensität unterscheiden sich stark zwischen Individuen. Die folgenden Beispiele sind Vorfälle, die Veteranen als ihre emotional negativsten Erfahrungen während des Einsatzes beschrieben:

- *„Bosnien-/Kroatien-Einsatz, 19 Jahre alt, einzige Frau im Verband: Es gab eine Beschwerde wegen eines farbigen Haargummis. Ich durfte keine Frau sein."*
- *„Auf meinem Bildschirm (UAV) sehe ich, wie sie in einen Graben geworfen wird – nur mit einer Bluse bekleidet, blutbeschmiert – und dort vor meinen Augen stirbt. Ich fühle mich so machtlos. Das ist das Schlimmste, was ich je erlebt habe."*
- *„Als ich Wettervorhersagen machen musste, sah ich oft zuvor Luftaufnahmen des Ziels. Manchmal sah ich dort spielende Kinder oder einen Hund, der dalag. Dann wusste man, dass es in ein paar Stunden bombardiert werden könnte."*
- *„Ich sitze vor der Tür zu Role 2 [Feldlazarett]. Mulder ist dort mit einigen anderen. Ich will hineingehen, aber ich kann nicht."*

Gescheiterte Selbstkonstitution als Ergebnis moralischer Belastung

Die Rollentheorie hilft zu verstehen, warum moralische Spannung im militärischen Kontext entsteht. Soldaten haben in ihrer beruflichen Rolle eingeschränkte Autonomie und können nicht unbedingt ihrem eigenen moralischen Kompass folgen, sondern müssen innerhalb der Befehlskette gehorchen. Diese institutionell eingeschränkte Autonomie erfordert Regelbefolgung[14] und kann zu Rollenspannungen auf persönlicher Ebene führen.

Soldaten können Konflikte zwischen Rollen und den damit verbundenen Erwartungen und Werten erleben, was zu einer Dissonanz zwischen Identität und Handlungen führen kann. Biddle definiert Rollenspannung als "current appearance of two or more incompatible expectations for the behavior of a person".[15]

Rollenspannung kann zwischen persönlicher und beruflicher Rolle bestehen (Rollendiskontinuität) oder innerhalb der beruflichen Rolle (Rollenüberlastung), z. B. wenn Soldaten verschiedene professionelle Rollen wie Krieger, Diplomaten und Entwicklungshelfer innehaben[16], die oft unterschiedliche Wertesysteme haben.

Moralische Belastung infolge von Rollenspannung kann die persönliche Identität beeinträchtigen. Diese Behauptung lässt sich mit Christine Korsgaards Theorie der Selbstkonstitution begründen, die Identitätsbildung mit Ethik verbindet. Diese Theorie besagt, dass die Quelle der Normativität im menschlichen Projekt der Selbstkonstitution liegt.[17] In unseren Handlungen drücken wir aus, was uns wichtig ist. Handeln ist somit der Weg, Identität zu bilden. Dies setzt voraus, dass wir wählen können, welche Handlungen wir ausführen oder unterlassen. Dies trifft jedoch auf die militärische Rolle nicht zu, da diese die individuelle Freiheit, das eigene Handeln zu bestimmen, einschränkt. In der militärischen Einsatzpraxis bedeutet dies, dass Soldaten möglicherweise Handlungen ausführen müssen, die ihren Werten widersprechen, oder auf Handlungen verzichten müssen, die ihren Werten entsprechen. Aber diese Handlungen, ausgeführt in der beruflichen Rolle und auf Befehl, werden dennoch Teil der Identität. Dies kann zu gescheiterter Selbstkonstitution führen – einer Dissonanz zwischen „wer man ist" und „was man getan hat".

Die folgenden Aussagen zeigen, wie die militärische Rolle die Identität beeinflussen kann:

- *„Ich kann mich selbst nicht im Spiegel ansehen. Ich schaue mir nie in die Augen. Wenn ich es tue, sehe ich jemanden, der versagt hat."*
- *„Das Militär hat mir das Gefühl ausgetrieben.*

Woran es lag? Kultur, Hierarchie, Dienstalter, Gehorsam, Zuhören und mangelndem Raum für Initiative."

- *„Eine Hälfte von mir ist nie zurückgekehrt, sondern ist immer noch dort draußen und verbrennt Müll oder fertigt Flugzeuge ab."*

Nicht alle Veteranen erlebten tiefe Rollenkonflikte. Einige empfanden sich als „verschiedene Personen" bei der Arbeit und zu Hause. Interessanterweise bewerteten die meisten Veteranen, insbesondere jene mit psychischen Gesundheitsproblemen, ihre Soldatenidentität positiver als ihre zivile Identität.

Die Veteranen beschrieben auch ihre positivsten Einsatzerfahrungen, verbunden mit Gefühlen wie Glück, Kameradschaft und Selbstvertrauen. Die Analyse zeigte zwei Rollenstrategien, die helfen, moralische Belastung zu verringern. Die erste ist Handlungsspielraum. Veteranen, die zumindest in gewissem Maße selbst entscheiden konnten, hatten mehr positive Erfahrungen. Die zweite ist das Erleben sozialer Anerkennung. Beide werden in den nächsten Abschnitten vertieft.

Das Ausdrücken von Unbehagen oder Einwänden kann sehr wichtig sein, denn die Anerkennung von Rollenkonflikten würdigt die Person hinter der Uniform

Handlungsspielraum als Rollenstrategie zur Prävention moralischer Belastung

Regelbefolgung ist ein wesentlicher Faktor in den Streitkräften – einer Organisation, die auf Zwang basiert. Soldaten können mit Akzeptanz oder (stillem) Widerstand reagieren.[18] Doch das Ausdrücken von Unbehagen oder Einwänden kann sehr wichtig sein, denn die Anerkennung von Rollenkonflikten würdigt die Person hinter der Uniform. Ambivalente Gefühle über Missionsziele gehören zum Beruf und sollten nicht vernachlässigt werden.

Im folgenden Beispiel äußerte der Veteran klar seine Einwände. Dies war mit Selbstvertrauen und positiven Emotionen verbunden:

- *„Im Managementteam habe ich meine Unzufriedenheit über die Sicherung von Fabrikschiffen geäußert, die die ausschließliche Wirtschaftszone Somalias leerfischten."*

Auf der anderen Seite führten Situationen, in denen Regelbefolgung und Gehorsam erzwungen wurden, zu negativen Gefühlen oder sogar dem Gefühl des Verrats. Veteranen, die einen Befehl ausführten, obwohl sie bereits Zweifel hatten, behalten sehr negative Emotionen zurück. Obwohl Soldaten in einer Befehlskette handeln, scheinen sie in kritischen Situationen keinen Unterschied zwischen funktionaler und persönlicher Verantwortung zu machen; vielmehr fühlen sie sich persönlich beteiligt.[19] Wenn sich eine Handlung von Anfang an falsch anfühlt, ist sie schwer zu verarbeiten. Auch wenn sie das eigene Urteil bestätigt, führt sie zu negativer Selbsteinschätzung.

Das folgende Beispiel illustriert dies:

- *„Ich frage mich, ob ich doch hätte schießen sollen. Dass ich nicht gehandelt habe, belastet mich. Ich frage mich, was mit dieser Frau geschehen ist."*

Manchmal fühlten sich die Veteranen im Stich gelassen oder mussten komplexe Situationen ohne Regeln oder offizielle Dienstwege bewältigen. Interessanterweise kann jedoch das Fehlen organisatorischer Vorgaben oder strenger Aufsicht während des Einsatzes positive Effekte haben: Es verschafft Handlungsspielraum zur Problemlösung. Gerade im Einsatz erleben Soldaten oft die Freiheit, eigene

Die Autorin

***Sanneke Brouwers**, Jahrgang 1979, hat einen Master-Abschluss in Theologie von der Radboud-Universität in Nimwegen, Niederlande. Seit 2008 ist sie Militärseelsorgerin bei den niederländischen Streitkräften und war mehrfach mit der niederländischen Task Force für ballistische Raketenabwehr im Einsatz. Von 2019 bis 2025 arbeitete sie am Niederländischen Veteraneninstitut. Im Dezember 2025 promovierte sie an der Tilburg School of Catholic Theology.*

Entscheidungen zu treffen, und werden sich ihrer durch diese Entscheidungen entstehenden militärischen Identität bewusst.[20] Obwohl Regelbefolgung ein zentrales Element der militärischen Organisation ist, blicken Veteranen oft sehr positiv auf Situationen zurück, in denen sie die Initiative ergreifen konnten. Das gilt auch für Fälle von Ungehorsam oder schwierigen moralischen Dilemmata:

- *„Mir wurde befohlen, einen 14-jährigen Jungen mit einem Walkie-Talkie auszuschalten. Einer unserer Wagen steckte in einem Wadi fest. Aber … ich habe es nicht getan."*

Ein gewisser Handlungsspielraum kann Rollenspannung reduzieren und zu weniger konflikthaften Erfahrungen von Handlungsmacht führen. In solchen Momenten wird der Konflikt zwischen militärischer und persönlicher Rolle minimiert. Diese Erfahrungen bewerten Veteranen als ihre positivsten – Erlebnisse, in denen sie die Rolle des Helfers einnahmen und ihre Werte in Handlungen ausdrücken konnten. Ein Beispiel aus meiner Studie unterstreicht dies:

- *„Während meiner Einsatzes machten wir eine Fußpatrouille. Als wir an einer kleinen Gruppe von Kindern vorbeikamen, winkten sie uns zu und lächelten. Da fühlte ich: Das ist der Grund, warum ich diesen Job mache."*

Anerkennung als Rollenstrategie im Umgang mit moralischer Belastung und moralischer Verantwortung

Die zweite Rollenstrategie betrifft die gesellschaftliche Anerkennung. Wir bauen unsere Identität nicht nur dadurch auf, dass wir Werte in Handlungen ausdrücken; es gibt auch eine soziale Dimension. Das bedeutet, dass das Selbstbild eines Veteranen nicht nur durch Handlungen und Erlebnisse im Einsatz geprägt wird, sondern auch durch die Art, wie andere diese bewerten. Nach Honneth hat Identität nicht nur eine individuelle Seite, sondern benötigt Bestätigung durch andere. Der Kampf um Anerkennung, basierend auf gegenseitiger Abhängigkeit, ist eine Grundmotivation menschlichen Handelns: „Die Beziehung zu sich selbst ist keine Angelegenheit eines isolierten Ego, das sich selbst beurteilt, sondern ein intersubjektiver Prozess, in dem die eigene Haltung zu sich selbst aus der Begegnung mit den Haltungen anderer entsteht."[21] Diese Beziehungen müssen entwickelt werden – dies umfasst soziale Auseinandersetzungen. Wenn Beziehungen scheitern, fühlen sich Menschen missverstanden oder nicht beachtet; eine negative Erfahrung, die motiviert, soziale Verbindungen aufzubauen und an einer gerechteren Gesellschaft mitzuwirken. Dies sind ethische Beziehungen, geprägt von Liebe, Gerechtigkeit und Solidarität. Nicht beachtet zu werden motiviert uns, Verbindungen aufzubauen. Menschen sind daher für die Bildung ihrer Identität wechselseitig voneinander abhängig.

Veteranen sehnen sich nach Anerkennung, weil sie oft weit entfernt von zu Hause, unter schwierigen Bedingungen und sogar unter Lebensgefahr eingesetzt werden. Sie sind moralisch ihrem Auftrag verpflichtet und handeln im Namen des Landes, dem sie dienen. Gleichzeitig ist ihre Arbeit für Zivilisten unsichtbar – aus Sicherheitsgründen oder weil Einsätze im Ausland stattfinden. Wichtig ist, dass Anerkennung nicht notwendigerweise Wertschätzung bedeutet, sondern schlicht die Anerkennung ihrer Bemühungen. Ein wahrheitsgemäßer Rechenschaftsbericht über militärische Unternehmungen muss Erfolge, Versuche, Ideale beinhalten – aber auch Fehler, Versagen und traumatische Erfahrungen.

Das Selbstbild von Veteranen wird nicht nur durch Handlungen und Erlebnisse im Einsatz geprägt, sondern auch durch die Art, wie andere diese bewerten

Sherman ergänzt einen weiteren Aspekt: Ein einfaches „Danke für Ihren Dienst" genüge nicht.[22] Die Gesellschaft als „moralische Gemeinschaft" teilt die moralische Verantwortung der Veteranen und könne diese nicht einfach an sie delegieren. Veteranen zu unterstützen und ihnen bei der Reintegration zu helfen, besonders wenn sie mit psychischen oder moralischen Belastungen kämpfen, sei auch eine zivile Aufgabe. Doch hier sollten wir nicht stehen bleiben: Ihr Leiden verweist auf eine weitere

Realität – die gesichtslosen, namenlosen Opfer des Krieges, deren Menschenwürde verletzt wurde.

Die Ergebnisse meiner Forschung verdeutlichen die Bedeutung von (Miss-)Anerkennung auf verschiedenen Ebenen:

1. Selbstanerkennung:

Einige Veteranen sahen sich aus unterschiedlichen Gründen nicht als „echte" Veteranen – etwa aus Angst vor Stigmatisierung („Veteranen haben PTBS"). Paradoxerweise klagen Veteranen über gesellschaftliche fehlende Anerkennung, tragen aber gleichzeitig selbst zum negativen Framing bei.[23] Die zweite Ebene betrifft die Anerkennung durch enge Verwandte und Freunde. Drittens erwarten sie Anerkennung auf der gesellschaftlichen und institutionellen Ebene. Ich zitiere Beispiele für fehlende Anerkennung auf jeder dieser Ebenen:

- *„Alte Veteranen haben für die Niederlande gekämpft. Das war sinnvoll. Sie können zufrieden darauf zurückblicken."*

2. Anerkennung durch das nähere Umfeld:

- *„Ich hatte einen Streit mit einem Freund, weil er meinte, Sterben sei ‚Teil des Militärberufs'. Ich stimme nicht zu. Vielleicht gilt das für das Risiko, aber nicht für das Ergebnis."*

3. Anerkennung durch Gesellschaft/Institution:

- *„Ich bin Teil einer Gesellschaft, die sich nicht dafür interessiert, was im Libanon passiert ist."*
- *„Ich habe für die Crew ein Gefechtsabzeichen beantragt, aber es wurde abgelehnt, weil es nicht der Definition entsprach."*

Andere berichteten von sehr positiven Anerkennungserfahrungen, verbunden mit starkem Selbstwertgefühl und Verbundenheit:

- *„Ich lief in der Parade mit; das Publikum klatschte und jubelte, und das bedeutete mir viel. Ich dachte: ‚Ja, ich war in all diesen Einsätzen, und ich kann stolz darauf sein.'"*

Abschließende Gedanken

Das moralische Leiden, das Soldatinnen und Soldaten während und nach Einsätzen erfahren, sollte in der Gesellschaft breit geteilt werden, um ein gemeinsames Engagement für Frieden und Sicherheit zu wecken und „einander zum Nächsten zu werden"[24]. Das bedeutet, dass angemessene Betreuung und Unterstützung essenziell sind, doch die zugrunde liegenden moralischen Fragen können nicht allein durch individuelle klinische Behandlung beantwortet werden. Die moralische Belastung unserer Veteranen verlangt mehr – nämlich eine moralische Antwort. Fragen militärischer Einsätze, nationaler und globaler Sicherheit in den Niederlanden und der Welt, Gerechtigkeit und Menschenwürde gehen uns alle an. Ich plädiere dafür, diese moralischen Fragen gesellschaftlich zu thematisieren, um herauszufinden, wie wir zu einer gerechteren und friedlicheren Welt beitragen können.

1 Moskos, C. C., Williams, J. A., & Segal, D. R. (2000): The Postmodern Military: Armed Forces After the Cold War. Oxford/New York.
2 Wildering, G. und Iersel, F. v. (2014): Morele vorming in de krijgsmacht: een katholiek perspectief. Budel.
3 Schuhmann, C. et al. (2023): How military chaplains strengthen the moral resilience of soldiers and veterans: Results from a case studies project in the Netherlands. In: Pastoral Psychology 72(5), S. 605–624. https://doi.org/10.1007/s11089-023-01097-5.
4 Vermetten, E. et al. (2018): Moral Decisions and Military Mental Health. https://www.sto.nato.int/document/moral-decisions-and-military-mental-health-2/. DOI: 10.14339/STO-TR-HFM-179.
5 Shay, J. (1994). Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character. New York.
6 Litz, B. T. et al.: (2009). Moral Injury and Moral Repair in War Veterans: A Preliminary Model and Intervention Strategy. In: Clinical Psychology Review 29 (8), S. 695–706, S. 697. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.07.003.
7 Barnes, H. A., Hurley, R. A. und Taber, K. H. (2019): Moral Injury and PTSD: Often Co-Occurring Yet Mechanistically Different. In: The Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences 31 (2), A4-103. https://doi.org/10.1176/appi.neuropsych.19020036; Gray, M. J.et al. (2012): Adaptive disclosure: An open trial of a novel exposure-based intervention for service members with combat-related psychological stress injuries. In: Behavior Therapy 43 (2), S. 407–415. https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.09.001.
8 Jameton, A. (1984): Nursing Practice: The Ethical Issues. Englewood Cliffs, N.J. https://books.google.nl/books?id=whFtAAAAMAAJ.
9 Litz, B. T. und Kerig, P. K. (2019): Introduction to the special issue on moral injury: Conceptual challenges, methodological issues, and clinical applications. In: Journal of Traumatic Stress 32 (3), S. 341–349. https://doi.org/10.1002/jts.22405.
10 Brodie, B. und Lifton, R. J. (1975): Home from the War: Vietnam Veterans, Neither Victims nor Executioners. In: Journal of Interdisciplinary History 5 (4), S. 772. https://doi.org/10.2307/202878; Farnsworth, J. K. et al. (2017): A functional approach to understanding and treating military-related moral injury. In: Journal of Contextual Behavioral Science 6 (4), S. 391–397. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2017.07.003.
11 Wiinikka-Lydon, J. (2018): Dirty Hands and Moral Injury. In: Philosophy 93 (3), S. 355–374. https://doi.org/10.1017/S0031819118000050.
12 Hermans, H. J. M. und Hermans-Jansen, E. (1995): Self-Narratives: The Construction of Meaning in Psychotherapy. New York/London.
13 Kubany, E. S. (1994): A cognitive model of guilt typology in combat-related PTSD. In: Journal of Traumatic Stress 7 (1), S. 3–19.
14 Etzioni, A. (1975): A Comparative Analysis of Complex Organizations: On Power, Involvement, and Their Correlates. Revised and enlarged ed. New York.
15 Biddle, B. J. (1986): Recent Developments in Role Theory. In: Annual Review of Sociology 12, S. 67–92, S. 82. https://doi.org/10.1146/annurev.so.12.080186.000435.
16 Broesder, W. A. (2008): 'Peacekeeping Warrior': Krijger en vredessoldaat: paradox? In: Militaire Spectator 10, S. 535–548. https://militairespectator.nl/artikelen/peacekeeping-warrior.
17 Korsgaard, C. M. (2009): Self-Constitution: Agency, Identity, and Integrity. Oxford/New York, S. 4.
18 NATO (2019): A psychological guide for leaders across the deployment circle. In: Allied Medical Publication AMedP-8.10. Brüssel, S. 80.
19 van Bruggen, J. P. (2025): Morele grenzen in oorlogsgebied: Persoonlijke verantwoordelijkheid van Nederlandse militairen. Utrecht, S. 240. https://research.tilburguniversity.edu/en/publications/349b2b45-c04a-420a-bb58-fd8a9845b1c0.
20 van Bruggen, J. P. (2025), s. Endnote 18.
21 Honneth, A. (1995): The Struggle for Recognition: The Moral Grammar of Social Conflicts. Trans. J. Anderson. Cambridge, Mass., p. xii. (Übersetzung aus dem Englischen.)
22 Sherman, Nancy (2015): Afterwar. Healing the Moral Injuries of our Soldiers. New York.
23 De Reuver, Y. (2022): Veteran under construction: Identification processes among Dutch veterans who served in military missions in Lebanon, Srebrenica, and Uruzgan. Radboud Universiteit, Nijmegen. https://www.nlveteraneninstituut.nl/content/uploads/2022/05/PDF-Veteran-Under-Construction-Yvon-de-Reuver.pdf.
24 Halík, T. (2018): Raak de wonden aan: Over niet zien en toch geloven. Trans. K. d. Wildt and H. d. Wildt. Utrecht. https://books.google.nl/books?id=B6ZyD-wAAQBAJ. (Übersetzung aus dem Englischen.)

Der Mensch unter der Uniform © 2025 by Sanneke Brouwers is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-826

ÜBER SINN UND DIE BEDEUTUNG VON EMPATHIE IM MILITÄR

Autor: ***Kevin Cutright***

Abstract

Dieser Beitrag legt dar, dass Empathie eine für den Militärberuf wesentliche Eigenschaft ist, geht aber auch auf Bedenken hinsichtlich möglicher Risiken ein, darunter das einer moralischen Verletzung. Der in jüngster Zeit geäußerten Auffassung, Empathie sei toxisch, wird hier entgegengehalten, dass solche Kritik die Begriffe Empathie und emotionale Ansteckung miteinander verschmelzen lässt. Richtig verstanden bedeutet Empathie, die Gedanken und Gefühle eines anderen Menschen in ihrem gesamten Kontext nachzuvollziehen. Diese Fähigkeit unterstützt sowohl die kognitiven als auch die moralischen Dimensionen des soldatischen Handelns. Empathie verbessert das Denken von Soldatinnen und Soldaten, indem sie stereotype Annahmen vermindert, Bestätigungsfehlern (confirmation bias) entgegenwirkt und ihre Perspektive um die Sichtweise anderer Menschen auf sie selbst erweitert. Auf der moralischen Ebene fördert Empathie Menschlichkeit gegenüber Untergebenen, der örtlichen Bevölkerung und Gegnern. Empathie wirkt der Entmenschlichung entgegen und erdet Soldatinnen und Soldaten in zwei wesentlichen Realitäten: der Tragik des Kriegs und der Notwendigkeit, einen gerechten und dauerhaften Frieden anzustreben. Empathie im Übermaß beinhaltet zwar das Risiko von Überidentifizierung, Zögern und selektiver Anwendung. Sie jedoch völlig außer Acht zu lassen, macht ihre Urteile ebenso fehleranfällig und moralisch fragwürdig.

Auf Grundlage von Susan Wolfs Philosophie, die den Sinn des Lebens als „aktives Engagement in wertvollen Projekten" definiert, analysiert der Autor das Fallbeispiel eines US-Offiziers. Dieses verdeutlicht, dass es die Empfänglichkeit für moralische Verletzungen erhöht, wenn Erfolg ausschließlich anhand der Ergebnisse und nicht auch anhand werthafter Zielsetzungen und ethischer Mittel beurteilt wird. Dies gilt umso mehr, wenn die Ergebnisse von Faktoren abhängen, die man nicht in der Hand hat, wie es bei kollektivem Handeln im Krieg der Fall ist. Um Sinn in ihrem Dienst zu finden und ihre Anfälligkeit für moralische Verletzungen zu verringern, brauchen Soldaten eine sorgfältige philosophische Vorbereitung, die Empathie mit weiteren Tugenden verbindet.

Ist es kontraintuitiv, vom „empathischen Soldaten" zu sprechen?

Empathie als eine mit dem Militärberuf kompatible oder sogar für ihn unabdingbare Eigenschaft zu betrachten, löst instinktiv Widerstand aus. Dahinter verbergen sich viele vernünftige Bedenken, die üblicherweise mithilfe klarer Definitionen von „Empathie" und „Soldatentum" zum Ausdruck kommen. In letzter Zeit wird der Widerstand durch einen bedenklich verächtlichen Ton in der öffentlichen Debatte verstärkt. Ich habe mir eine Podcast-Folge mit dem Titel „Is Empathy Toxic?" („Ist Empathie toxisch?") angehört.[1] Am Ende erschienen mir die in jüngerer Zeit geäußerten Bedenken gegenüber der Empathie zu schlicht und nicht überzeugend. Die Tugend der Ehrlichkeit beispielsweise kann ebenfalls toxisch sein, genau wie jede andere Tugend, die auf die Spitze getrieben oder unvernünftig angewendet wird. So wird im Podcast unter anderem die Kritik geäußert, Empathie bedeute, zu jemandem in den Treibsand zu springen, der bereits darin feststeckt. In dieser Sicht versetzt man sich durch Empathie quasi wortwörtlich die Lage einer anderen Person. Doch viele wissenschaftlichen Untersuchungen (sowie vermutlich auch zahlreiche persönliche Erfahrungen des Kritikers) unterscheiden Empathie von „emotionaler Ansteckung", also der reflexartigen und wenig hilfreichen Spiegelung des Erlebens einer anderen Person.

Ähnlich wie beim Begriff der emotionalen Ansteckung ist auch die Unterscheidung zwischen „emotionaler Empathie" (die Gefühle des Gegenübers selbst fühlen) und „kognitiver Empathie" (die Gedanken und Gefühle des Gegenübers gedanklich nachvollziehen) gebräuchlich.[2] Eine gängige und weitaus vernünftigere Empathie-Kritik als die eingangs erwähnten konzentriert sich auf die emotionale Empathie.[3] Ich stimme den dort geäußerten Bedenken zwar grundsätzlich zu – allerdings betreffen sie nur die emotionale Empathie, die ähnlich wie emotionale Ansteckung definiert wird. Das Ideal des Autors vom „rationa-

len Mitgefühl“, das den Einsatz von Empathie mit weiteren Tugenden und Fähigkeiten ausbalanciert, ähnelt einer in der Empathieforschung weitverbreiteten Auffassung, die ich in der Vergangenheit ebenfalls verwendet habe. Ich zögere jedoch, diesen Begriff zu verwenden, weil „rationales Mitgefühl“ genauso offen für ganz unterschiedliche Interpretationen erscheint wie „Empathie“ – allerdings fehlen die aus der Fachliteratur entnehmbaren Begriffsklärungen.

Im vorliegenden Text meine ich mit Empathie die kognitive Empathie, mit der einzigen Klarstellung, dass dies nach wie vor Emotionen berücksichtigt, allerdings ohne sie zu spiegeln. Empathie bedeutet, die Gedanken und Gefühle eines anderen Menschen in seinem persönlichen, sachlichen und kulturellen Kontext zu verstehen. Wichtig ist dabei, dass dieses Verstehen ein Gespür umfasst, wie ein anderer Mensch etwas erlebt, und nicht nur rein theoretische Behauptungen darüber aufstellt. Dieses charakteristische Gespür sollte jedoch nicht die Abgrenzung zwischen dem eigenen Ich und dem anderen Menschen unmöglich machen.

Sollte „Empathie“ letztlich nur noch emotionale Ansteckung bedeuten, bin ich bereit, den Begriff fallen zu lassen und stattdessen „Perspektivwechsel“, „erfahrungsgemäßes Verstehen“ einer Person oder sogar „rationales Mitgefühl“ zu verwenden. Meine Verwendung des Begriffs Empathie – der in der Tat semantischen Verschiebungen unterworfen sein kann – hängt an seiner anwendungsbezogenen Definition. Unumstößlich bleibt dabei die Verpflichtung (und der Vorteil) für Soldaten, das Erleben eines anderen Menschen bis zu einem gewissen Grad zu begreifen. Dieses Verständnis hilft ihnen, realistischer und präziser zu denken sowie aufgrund oberflächlicher Stereotypen getroffene Annahmen über andere Menschen zu vermeiden. Empathie ermöglicht es ihnen auch, sich selbst aus der Perspektive anderer zu sehen. So führt Empathie zu objektiverem Denken, indem sie hilft, Bestätigungsfehler *(confirmation bias)* zu vermeiden, ihre eigene Sichtweise für die einzige und vollständig zutreffende zu halten bzw. das Schweigen anderer Menschen automatisch als Zustimmung zu deuten.

Empathie verbessert auch die moralische Qualität der Entscheidungen, die Soldaten treffen – dieser Effekt ist wahrscheinlich noch offensichtlicher als das bereits erwähnte verbesserte Denken. Empathie betont die menschliche Seite von Kameraden, insbesondere von Untergebenen, und wirkt somit der Arroganz entgegen, die mit Rang und Privilegien einhergehen kann. Empathie hilft auch, die Sichtweisen, Prioritäten und Beweggründe der örtlichen Bevölkerung im Einsatzgebiet zu erkennen und dadurch die Menschen besser zu verstehen. Drittens zeigt Empathie die menschliche Seite des Feindes auf und wirkt dadurch Tendenzen der Entmenschlichung entgegen, aus denen so oft unmoralisches Handeln und unnötige Gewalt im Krieg erwachsen. Insgesamt betrachtet motiviert diese humanisierende Wirkung der Empathie den Einzelnen, weniger selbstbezogen zu handeln und andere Menschen mehr zu respektieren, sodass echte Gerechtigkeit entstehen kann. Empathie motiviert die Soldaten, mit Blick auf zwei grundlegende moralische Realitäten zu handeln: Der Krieg ist eine moralische Tragödie, und einzig das aufrichtige Streben nach einem gerechten und dauerhaften Frieden kann ihn rechtfertigen.

Wird Empathie nicht durch andere Tugenden ausbalanciert, kann sie Soldaten in ihrem Denken und ihrer moralischen Entscheidungsfindung in die Irre führen

Wird sie nicht durch andere wichtige Tugenden ausbalanciert, kann Empathie die Soldaten in ihrem Denken und ihrer moralischen Entscheidungsfindung in die Irre führen. Ein Übermaß an Empathie kann Distanzverlust bewirken, bei dem das eigene unabhängige Urteilsvermögen durch die übermäßige Identifikation mit dem Erleben der anderen Person erodiert. Auf ähnliche Weise kann ein Übermaß an Empathie dazu führen, dass Menschen ihre Entscheidungen und Handlungen ständig grundlos hinterfragen. So kann es in Situationen von großer Tragweite, in denen schnelles Handeln gefragt ist, zu einem gefährlichen

Zögern kommen. Ein solches Zögern könnte auch dadurch entstehen, dass Soldaten durch Empathie in der Tragik des Krieges versinken (tatsächlich, wie im Treibsand). Schließlich können Soldaten Empathie auch allzu selektiv einsetzen; die soziale Bindung an die eigene Gruppe kann dann so stark werden, dass eine Fremdgruppe entmenschlicht wird.

Diese positiven und negativen Aspekte der Empathie verdeutlichen, dass der Militärberuf eine reife Einstellung zur Moral erfordert. Wie bei jeder anderen Tugend ist ein ausschließlicher Gebrauch auch bei der Empathie fehleranfällig und moralisch bedenklich. Sie muss durch andere Tugenden im Gleichgewicht gehalten werden. Grundsätzlich geht es mir jedoch darum, dass ein völliger Verzicht auf Empathie das Urteilsvermögen der Soldaten ebenfalls fehleranfällig und moralisch fragwürdig werden lässt. Empathie ist wichtig, um den Soldatenberuf gut auszuüben.

Empathie sollte nicht länger nur als weibliche Tugend beschworen werden, genau wie stoische Härte nicht nur eine männliche Tugend ist

Ein zweiter Punkt sei an dieser Stelle kurz erwähnt: Der Militärberuf erfordert neben einem reifen Verständnis von Moral auch ein erwachsenes Verständnis von Männlichkeit. Empathie sollte nicht länger nur als weibliche Tugend beschworen werden, genau wie stoische Härte nicht nur eine männliche Tugend ist. Alle Soldatinnen und Soldaten müssen empathisch sein, um ihre Dienstpflichten ordnungsgemäß zu erfüllen. Traditionelle kriegerische Tugenden bleiben dennoch wichtig; sie müssen lediglich durch weitere Tugenden wie Empathie ergänzt werden. Gerade wenn dies nicht der Fall ist, steigt das Risiko einer moralischen Verletzung.

Führt Empathie zu moralischer Verletzung?

Ich behaupte, dass Empathie wichtig ist, um ein guter Soldat zu sein. Am Thema moralische Verletzung lässt sich dies belegen. In vielen Fällen von moralischen Verletzungen zeigt sich ein Mangel an Empathie, entweder bei der betroffenen Person oder bei ihren Vorgesetzten. Oft geht es um die beiden weiter oben beschriebenen moralischen Realitäten: In manchen Fällen wurde die Tragik des Krieges nicht bedacht – statt des erwarteten Ruhms trifft seine tragische Natur die Soldaten wie ein Schock –, während in anderen die rechte Absicht eines gerechten und dauerhaften Friedens aus dem Blick geriet. Dann fühlen sich die Soldaten schuldig, weil sie schlechtere Absichten hegen, auch wenn sich diese zu keinem Zeitpunkt in unmoralischen Handlungen geäußert haben.[4] Wenn Empathie gefördert wird, können solche Fälle moralischer Verletzungen verhindert werden, weil sich Soldaten dabei mit den moralischen Realitäten des Krieges auseinandersetzen, bevor sie auf dem Schlachtfeld auf sie stoßen.

Obwohl moralische Verletzungen den Nutzen von Empathie für Militärangehörige untermauern, muss ich zugleich einräumen, dass sie moralische Verletzungen auch begünstigen kann. Empathie steigert die moralische Sensibilität und damit potenziell auch das Risiko für moralische Verletzungen. Jeder Versuch, das moralische Bewusstsein der Soldaten im Rahmen ihrer Ausbildung zu schwächen und sie gegenüber der moralischen Komplexität des Krieges abzustumpfen, bestätigt das. Die gleiche Ausbildung kann kritisches Denken bei den Soldaten unterdrücken und versuchen, sie zu Maschinen umzufunktionieren. Kulturelle und nationalistische Propaganda kann durch Verunglimpfung des Gegners und Verehrung des eigenen Landes das moralische Bewusstsein beeinträchtigen. Diese Art von Ausbildung und Propaganda wird gelegentlich mit dem Argument verteidigt, sie diene dem Wohl der Soldaten und bewahre sie vor moralischer Verwirrung und Zweifeln. Es sei besser, empathische Impulse zu unterdrücken und die Soldaten von solchen quälenden Fragen zu erlösen.

Doch dieser Versuch der Fürsorge schlägt fehl, was sich ebenfalls anhand von moralischen Verletzungen belegen lässt. In der Fachliteratur finden sich zahlreiche Beispiele

von Soldaten, die stoisch den Kampf ertragen und später im Prozess des „reflektierten Leidens“ zusammenbrechen.[5] Die Lösung kann nicht darin bestehen, eine solche Reflexion dauerhaft zu vermeiden (entweder durch den eigenen Willen der Soldaten, durch Ausbildung oder durch medizinische Eingriffe), denn ein solches Vorgehen würde unbewusste, verstörende Erschütterungszustände auslösen bzw. im schlimmsten Fall zu einer völligen Abstumpfung der sozialen und emotionalen Impulse und Fähigkeiten führen. Die einzig sinnvolle Lösung besteht darin sicherzustellen, dass Soldatinnen und Soldaten erstens in Kriegen und Gefechten eingesetzt werden, die einer moralischen Prüfung standhalten, und dass sie zweitens in die Lage versetzt werden, mit ihrem empathischen Verständnis für andere richtig umzugehen.[6]

Die Tatsache, dass Empathie zu moralischen Verletzungen beitragen kann, kann daher nicht den Verzicht auf sie begründen. Empathie sollte nicht als Ursache für moralische Verletzungen angesehen werden, sondern lediglich als deren Übertragungsweg. Schließlich blenden wir Soldaten auch nicht, um sie vor dem grellen Sonnenlicht zu schützen; genauso wenig sollten wir Empathie auslöschen, um moralische Verletzungen zu verhindern. Wie das Augenlicht ist auch Empathie von unschätzbarem Wert und für das Wohlergehen der Soldaten unerlässlich.

Sinn und moralische Verletzung: Philosophisches Rüstzeug für Soldaten

Ich bin inzwischen überzeugt, dass Soldaten moralische Verletzungen besser vermeiden oder überwinden können, wenn sie ihre philosophische Reflexion über den Sinn des Lebens vertiefen. Dieses umfangreiche Thema kann hier nicht erschöpfend behandelt werden; ich möchte es lediglich mit Bezug auf Susan Wolfs Untersuchung des Sinns an einem Beispiel illustrieren und einige ihrer Erkenntnisse auf einen Fall von moralischer Verletzung anwenden.

Wolf definiert Sinn als „aktives Engagement in wertvollen Projekten oder Aktivitäten“[7]. Hier gibt es sowohl eine subjektive als auch eine objektive Komponente. Fehlt eine von beiden, so Wolf, schränkt dies den Sinn des eigenen Lebens ein. Fälle moralischer Verletzungen stützen Wolfs Argumentation, dass Sinn eine Komponente des menschlichen Wohlbefindens darstellt. Außerdem stützen sie Wolfs These, dass der erfolgreiche Abschluss von Projekten, die man für wertvoll befindet, zum Sinn beiträgt. Allerdings ist dies aus meiner Sicht nicht ganz so einfach: Je mehr der erfolgreiche Abschluss einer Aufgabe von Faktoren außerhalb der eigenen Kontrolle abhängt, desto mehr liegt die Sinnhaftigkeit in den eigenen Absichten und Möglichkeiten, nicht nur in den Ergebnissen.

Empathie sollte nicht als Ursache für moralische Verletzungen angesehen werden, sondern lediglich als deren Übertragungsweg

Ein Fall von Sinnlosigkeit, mit dem sich Wolf auseinandersetzt, ist der sogenannte „Ruin“ *(im Original: Bankrupt, d. Übers.)*. Eine Person engagiert sich aktiv für ein lohnendes Vorhaben, scheitert aber.[8] Stellen wir uns einen Wissenschaftler vor, dessen Lebenswerk durch den technologischen Durchbruch eines anderen Forschers überflüssig wird, oder eine Ehefrau, die ihre ganze Energie in eine Beziehung steckt, welche doch an der Untreue ihres Mannes zerbricht.

Oder betrachten wir den Fall des US-amerikanischen Offiziers Jeff Hall, ein weiteres ernüchterndes Beispiel für besagten „Ruin“. Hall trug sich mit Suizidgedanken, da ihn nach einem Einsatz im Irak Schuldgefühle plagten – und zwar „nicht wegen des Tötens, des Anblicks zerstückelter oder von Bomben zerfetzter Körper. Es lag am Verrat, am moralischen Verrat“[9]. Jeff Hall beschreibt, wie er bei einem Angriff Augenzeuge der versehentlichen Tötung einer einheimischen Familie wurde, die in ihrem Auto unterwegs war. Ihr grausamer Tod verstörte ihn, doch noch viel mehr verstörte ihn das beschämend stümperhafte Verhalten seiner Vorgesetzten sowie der Ver-

waltung, die das Regime von Saddam Hussein ersetzte. Hall konnte dadurch nicht der Bitte der Hinterbliebenen nachkommen, die Toten schnell zu beerdigen; es dauerte über einen Monat, bis den Angehörigen die „nicht einbalsamierten und bis zur Unkenntlichkeit verwesten" sterblichen Überreste endlich übergeben wurden. Er erhielt den Befehl, der Familie das vorgesehene Kondolenzgeld zu übergeben, musste aber schockiert feststellen, dass die Summe nur 750 Dollar betrug. Der Onkel, dem er den armseligen Betrag in die Hand drückte, warf die Scheine auf den Boden. Schließlich beantragte die Familie Sterbeurkunden, um die Beerdigung in die Wege zu leiten. Hall holte die Urkunden beim Gesundheitsministerium ab, konnte den Beamten aber nicht davon überzeugen, das in „fetten roten Lettern" aufgestempelte Wort „Feind" zu entfernen. Es ist eine Sache, die unbeabsichtigten Todesfälle zu ertragen, die ein Krieg zwangsläufig mit sich bringt – doch die Demütigung und Ohnmacht aufgrund von Gleichgültigkeit, Inkompetenz und Nachlässigkeit der eigenen Behörden zu ertragen, steht auf einem ganz anderen Blatt.

So wie Hall seine Erfahrungen schildert, scheint er den Krieg, an dem er beteiligt war, nicht grundsätzlich anzuzweifeln. Was ihn quälte, war vielmehr die Unmöglichkeit, die sich daraus ergebenden nachgeordneten Projekte zu einem guten Abschluss zu bringen. Um es mit Susan Wolfs Worten auszudrücken, setzte sich Hall aktiv dafür ein, der unschuldigen irakischen Familie „gerecht zu werden". Dieses Projekt blieb für ihn während seiner gesamten Einsatzzeit unverändert wertvoll. Zu keinem Zeitpunkt kam er zu dem Schluss, sein spezifisches Projekt sei nicht lohnend (der Wert der Hilfe für die irakische Familie steht auch nicht infrage). Genau dieser Wert war es, der ihn nach seiner Versetzung weiterhin leiden ließ. Halls extremes Reuegefühl zeigt, wie wichtig Erfolg für die Sinnhaftigkeit der eigenen Bemühungen sein kann (vielleicht sogar noch mehr, wenn man den größeren Kontext dieser Bemühungen hinterfragt). Wie Wolf hervorhebt, „scheint es zur Vermeidung von Situationen des Ruins notwendig zu sein, dass die eigenen Aktivitäten zumindest bis zu einem gewissen Grad erfolgreich sind (auch wenn es nicht leicht zu bestimmen ist, was als die richtige Art oder der richtige Grad von Erfolg zählt)". Mit einer ähnlichen Einschränkung fasst Wolf ihre Gesamtthese zur Sinnhaftigkeit zusammen: „Ein sinnerfülltes Leben bedeutet eine aktive und zumindest einigermaßen erfolgreiche Beteiligung an einem Projekt (oder Projekten) von positivem Wert."[10]

Wolf weist selbst darauf hin, dass der Fall des „Ruins" ihre umstrittenste Kategorie von Sinnlosigkeit darstellt. Sie hängt davon ab, wie wichtig der Erfolg bei der Durchführung des Projekts wirklich ist. Was verbirgt sich hinter den Formulierungen „zumindest bis zu einem gewissen Grad", „die richtige Art" und „zumindest einigermaßen" in Bezug auf den Erfolg? Wolf bezieht sich auf Erfolg im Sinne von Leistung, was am naheliegendsten ist. Doch Erfolg kann auch anders diskutiert werden: mit Bezug die Absicht bzw. die Zielsetzung sowie auf die Mittel. Beide Bedeutungen bieten ein gewisses Maß an Sinn, unabhängig vom tatsächlichen Gelingen. Erfolg in Bezug auf die Absicht bedeutet ganz einfach, über gute Ziele nachzudenken und etwas anzustreben, das die eigenen Mühen wert ist. Wenn sich Handlungsmacht aus drei Schritten zusammensetzt, so wäre dies Erfolg im ersten Schritt, nämlich der „Handlungsfähigkeit".[11]

In ähnlicher Weise kann man auch beim Handeln selbst, dem zweiten Schritt von Handlungsmacht, erfolgreich sein – selbst wenn das angestrebte Ergebnis nicht erreicht wird. Dies lässt sich am besten erklären, wenn wir uns beispielsweise einen Landwirt vorstellen, der mit hinreichender Expertise sein Feld bestellt und die Saat korrekt ausbringt, aber wegen einer Dürre trotzdem keine gute Ernte erzielt. Würden wir ihn als „erfolgreich" bezeichnen? Vielleicht zögern wir, da die Ernte ausbleibt; aber wir zögern genauso zu sagen, er sei „gescheitert". Anhand der Spannungsverhältnisses zwischen dem, was der Landwirt beeinflussen kann, und dem, was nicht in seiner Macht steht, lässt sich Wolfs Einschätzung nachvollziehen, Erfolg sei nur „bis zu einem gewissen Grad" für die Sinnhaftigkeit des Handelns von Bedeutung. Je weniger man beeinflussen kann, ob man ein bestimmtes Resultat erzielt, umso unwesentlicher ist es für den

Sinn. Betrachten wir das Spannungsverhältnis aus einem anderen Blickwinkel: Möglicherweise würde man den Landwirt nicht mehr als erfolgreich bezeichnen, wenn er wegen der Dürre bei der Dorfgemeinschaft Wasser stiehlt – und zwar selbst wenn die Ernte üppig ausfällt. Denn die Mittel, mit denen das Ergebnis erreicht wurde, beeinflussen das Urteil über den Erfolg. Es scheint also drei unterschiedliche Wege zum Erfolg zu geben: die Wahl eines lohnenden Ziels, die Verfolgung des lohnenden Ziels auf eine bestimmte Art und Weise und das tatsächliche Erreichen des angestrebten Ziels.

Mit Blick auf den Sinn, der sich durch die Absicht, die Mittel und die tatsächlichen Ergebnisse des Handelns ergeben kann, sollte Wolfs archetypischer Fall des „Ruins" ausdifferenziert werden. Die Person mag ihre Ziele nicht erreicht haben – aber wer sich lohnende Ziele setzt, bewahrt sich in jedem Fall ein Minimum an Sinn. Zweitens kann die Art und Weise, wie ein Ziel verfolgt wird, die Sinnhaftigkeit unterstreichen (oder auch mindern, wie im Fall des Landwirtes, der Wasser stiehlt). Dies gilt umso mehr, wenn die Auswahl der Ziele nicht dem eigenen Einfluss unterliegt – etwa beim Militär.[12] Empfohlene Therapien für moralisch verletzte Menschen setzen nicht zuletzt darauf, Sinn in dem zu suchen, was sie kontrollieren können. Im Mittelpunkt der psychologischen Arbeit mit den Soldatinnen und Soldaten steht der Versuch, ihre persönliche Geschichte neu zu erzählen, indem sie ihre traumatischen Erfahrungen sortieren und das, was in ihrer eigenen Hand lag, von dem trennen, worauf sie keinen Einfluss hatten.[13] Gleichsam kann jemand trotz des „Ruins" Sinn aus den gewählten Absichten oder Mitteln ableiten, selbst wenn das Projekt an sich nicht erfolgreich verlaufen ist.

Halls Fall ist vielleicht deshalb so eindrücklich, weil es zunächst so scheinen mag, als hätte er über sein spezifisches Projekt – die Unterstützung der irakischen Familie – vergleichsweise mehr Kontrolle gehabt. Doch seine Nähe zu denjenigen, die tatsächlich darüber befanden und seinen Hilfsversuchen so gleichgültig begegneten, erhöhte die Wahrscheinlichkeit einer lähmenden moralischen Verletzung. Umso näher lag es nämlich, seine eigene Unfähigkeit, ihr Verhalten zu beeinflussen, für sein Scheitern verantwortlich zu machen. Unerwarteterweise konnte er kaum etwas ausrichten (er durfte wohl davon ausgehen, dass er mehr Einfluss haben würde). Nicht einmal das Teilprojekt, auf das er sich konzentriert hatte, lag in seiner Hand. Hall kann nun zwar darauf verweisen, der Verrat liege bei denjenigen, die de facto die Kontrolle hatten; ihm selbst bleibt jedoch nur der (zugegebenermaßen schwache) Trost der eigenen guten Absichten und Handlungen, die sich aus der Empathie für die irakische Familie speisten.

Empfohlene Therapien für moralisch verletzte Menschen setzen nicht zuletzt darauf, Sinn in dem zu suchen, was sie kontrollieren können

Der Fall verdeutlicht, welcher Schaden entstehen kann, wenn Erfolg nur an Ergebnissen gemessen wird. Wer nicht alle Faktoren einer Situation beherrscht, Sinnhaftigkeit aber ausschließlich am Erreichen des angestrebten Ergebnisses festmacht, ist in hohem Maße anfällig für moralische Verletzungen.

Sinn finden – in übertragenen und selbst gewählten Projekten

Hall's Probleme zeigen, dass „Menschen gleichzeitig Handelnde und Erduldende sind"[14]. Sie stecken sich aktiv bestimmte Ziele und entwickeln Pläne, um diese Ziele zu erreichen. Gleichzeitig begegnen ihnen Ereignisse und Konsequenzen in ihrem Leben, die sie sich nicht ausgesucht haben. Weder haben sie jemals alles ausschließlich selbst in der Hand, noch sind sie lediglich Erduldende, die gar nichts mehr bestimmen können. Der Mensch ist immer gleichzeitig Handelnder und Erduldender, auch wenn die jeweiligen Umstände der Situation die Gewichtung stets aufs Neue verschieben.

Oft suchen sich Menschen ihre Projekte aus, auf die sie sich im Leben konzentrieren;

diese Fähigkeit scheint ihnen als Teil ihrer persönlichen Freiheit besonders am Herzen zu liegen. Doch nicht immer ist sie gegeben. In der Regel werden Menschen „von oben" mit Projekten beauftragt. In Unternehmen, in politischen Organisationen, im Rahmen gesetzlicher Pflichten – und natürlich im Militärdienst – sind Menschen zur Umsetzung bestimmter Projekte verpflichtet. Erscheint ein

In den meisten Fällen erschöpft sich die Handlungsmacht einer Person nicht in der Ausführung des Projekts, sondern kann immerhin in nachgeordneten Projekten zum Ausdruck kommen

Projekt nicht sinnvoll oder sogar hinreichend fragwürdig, bleibt die Möglichkeit, davon abgeleitete Projekte auszumachen, die wertvoll erscheinen (oder die ursprünglich ablehnende Haltung gegenüber dem übergeordneten Projekt zu revidieren). In den meisten Fällen erschöpft sich die Handlungsmacht einer Person nicht in der Ausführung des Projekts, sondern kann immerhin in diesen nachgeordneten Projekten zum Ausdruck kommen.

Zugegebenermaßen kann die Suche nach einem lohnenden nachgeordneten Projekt problematisch sein. In dem Maße, in dem es zu einem übergeordneten Projekt beiträgt, das sinnlos ist, wird dieser „Bewältigungsmechanismus" zur Herstellung von Sinn (also ein als wertvoll erachtetes Ziel zu finden) scheitern. Man muss zugleich anerkennen, dass ein Teilprojekt auch den Sinn des übergeordneten Projekts verstärken kann, indem es ihm aufgrund der in seinen Einzelheiten enthaltenen Wertigkeit eine größere Legitimität verleiht.[15] In jedem Fall weisen umfangreiche Projekte in der Regel „Leerstellen" oder Freiräume auf, innerhalb derer die Akteure ein erhebliches Maß an Autonomie ausüben können. Dies ist im militärischen Kontext häufig der Fall.

Dabei zeichnen sich Militärangehörige nicht dadurch aus, dass sie ihre jeweiligen Projekte von anderen empfangen. Wie bereits erwähnt, werden auch viele Zivilisten in allen Lebensbereichen mit Projekten betraut und arbeiten an deren Umsetzung, obwohl sie außerhalb ihrer Entscheidungsgewalt stehen. Was Militärangehörige unterscheidet, ist die Tatsache, dass die Projekte auch außerhalb normaler moralischer Grenzen liegen können und in einem Umfeld, in dem es oft keine funktionierende Rechtsstaatlichkeit gibt, die Zerstörung oder Beschlagnahmung von Eigentum bzw. die Gefangennnahme von Menschen beinhalten. Im militärischen Kontext gelten übergeordnete Projekte im Allgemeinen als sinnhaft, wenn sie den moralischen Grundsätzen der Theorie des gerechten Krieges entsprechen, insbesondere dem *ius ad bellum*. Soldaten übertragen einen großen Teil ihrer Autonomie in Bezug auf diese Grundsätze an hochrangige politische und militärische Führungskräfte. Sie behalten allerdings immer eine moralische Mitverantwortung für den Sinn des übergeordneten Projekts. Würde ein geplanter Militäreinsatz die Grundsätze des *ius ad bellum* in eklatanter Weise verletzen, läge es in der Verantwortlichkeit von Soldaten, die Einsatzbefehle zu verweigern. Solange ein solcher Fall nicht mit absoluter Klarheit vorliegt, sind sie jedoch in der Regel von dieser Verantwortung entbunden und dürfen dem Urteil ihrer Führung vertrauen.

Unabhängig von einer moralischen Beurteilung der Invasion im Irak als übergeordnetem Projekt fand Hall ein Teilprojekt, das für ihn Sinn hatte. Er unterstützte tatkräftig die Familie der getöteten irakischen Nichtkombattanten. Unglücklicherweise erwies sich sogar das Teilprojekt, dem er sich ver-

Der Autor

Oberstleutnant a. D. Kevin Cutright *war außerordentlicher Dekan und außerordentlicher Professor für Philosophie an der Militärakademie der Vereinigten Staaten. Im Irak und in Südkorea war er jeweils zweimal im Auslandseinsatz. Seine Erfahrungen in der Operationsführung bedingten sein Interesse an der Ethik militärischer Planung und soldatischen Verhaltens, an der Bedeutung der Empathie für den Militärberuf sowie an moralischer Verletzung. Er behandelt diese Themen in seinem Buch The Empathetic Soldier.*

Dr. Cutright promovierte an der Saint Louis University im Fach Philosophie, erlangte einen M.A. in Philosophie an der Vanderbilt University und einen Mastertitel in Militärkunst und -wissenschaft von der U.S. School of Advanced Military Studies.

schrieben hatte, als sinnlos. Auch wenn Hall vernünftigerweise von einem Urteil über die Sinnhaftigkeit des übergeordneten Projekts abgesehen haben mag, konnte er den offensichtlichen „Ruin“ seines selbst gewählten Projekts, nämlich der irakischen Familie zu helfen, nicht vermeiden. Sein Fall veranschaulicht das Risiko, das trotz des oben beschriebenen „Bewältigungsmechanismus“ (also der Konzentration auf als sinnhaft empfundene Teilprojekte) verbleibt.

Solange ein Projekt wertvoll erscheint, sollte der Versuch, es umzusetzen, nicht deshalb als sinnlos betrachtet werden, weil es nicht erfolgreich abgeschlossen werden konnte. Wenn Erfolg oder Misserfolg zumindest teilweise außerhalb der eigenen Kontrolle liegen, lässt sich immer noch ein gewisser Sinn aus dem ableiten, was man noch in der Hand hat – also aus der Absicht, die dem Wert des Projekts entspricht, und den zu seiner Umsetzung eingesetzten Mitteln. Diese beiden Aspekte der Handlungsmacht des Individuums habe ich oben beschrieben. Der dritte Aspekt bezieht sich auf die tatsächlichen Ergebnisse, die durch Ausübung der eigenen Handlungsmacht erzielt werden. Erfolg ausschließlich über das Ergebnis eines Projekts zu definieren ist ein Weg zur moralischen Verletzung.

Halten wir an diesem Punkt die zentrale Rolle von Empathie in Bezug auf jeden dieser drei Aspekte fest. Wie bereits ausgeführt, bestärkt Empathie darin, nach einem gerechten und dauerhaften Frieden zwischen den Menschen zu streben – dem einzigen Grund, der einen Krieg rechtfertigen kann. (Hall setzte sich mit seinem Anteil am Krieg aktiv für diesen neuen Frieden ein.) Zweitens trägt Empathie durch Vermeiden entmenschlichenden Verhaltens dazu bei, dass Menschen sich für moralisch angemessene Methoden entscheiden. Außerdem verhilft Empathie zu einem Verständnis für Gegner und weitere Akteure und damit auch zu geeigneten Mitteln und Vorgehensweisen. (Hall verstand, wie wichtig es war, die Leichname der Verstorbenen mit korrekt ausgestellten Sterbeurkunden der Familie schnell zu übergeben.) Drittens erleichtert Empathie die richtige Beurteilung der Ergebnisse. Wer sich empathisch in alle Akteure eindenkt, wird weniger anfällig dafür sein, sich von zweifelhaften Berechnungen täuschen zu lassen. (Hall sah korrekt voraus, dass die Kondolenzzahlung in Höhe von 750 Dollar für die Hinterbliebenen ein Schlag ins Gesicht war.)

Empathie, Sinn und moralische Verletzung

Da die Pflichten von Soldatinnen und Soldaten so weitreichende Konsequenzen haben können und sich dadurch ihre Anfälligkeit für moralische Verletzungen erhöht, ist eine hinreichende Vorbereitung mit einem ausgereiften konzeptionellen Rahmen geboten. Neben den zahlreichen weiteren Risiken des Militärberufs sollten sie direkt mit der Möglichkeit einer moralischen Verletzung vertraut gemacht werden. Auch wenn Empathie unter Umständen moralische Wunden begünstigen kann, sollte sie dennoch als wesentlicher Bezugspunkt für kompetentes und ethisches Handeln im Militärberuf verteidigt werden. Der Sinn, den Soldaten zu bewahren hoffen, und der moralische Schaden, den sie zu vermeiden trachten, hängen davon ab, ob sie Empathie mit anderen relevanten Tugenden verbinden können. Hall verdiente Vorgesetzte, die diese Wahrheit begreifen – und die innerhalb ihrer Einheit eine Kultur schaffen, die sowohl die Umsetzung seiner wertvollen Projekte als auch die Bewältigung seiner gescheiterten Bemühungen unterstützt.

Erfolg ausschließlich am Ergebnis eines Projekts festzumachen ist ein Weg zur moralischen Verletzung

1 Vox Media Today, Explained (2025): Is Empathy Toxic?https://megaphone.link/VMP2143823863 (Stand: 11.10.2025).
2 Mein Dank geht an Rüdiger Frank für den Vorschlag dieser Kurzdefinitionen.
3 Bloom, Paul (2016): Against Empathy: The Case for Rational Compassion. New York.
4 Letzteres war möglicherweise ein häufiger Anlass für die Erforschung moralischer Verletzungen, da Soldaten Anzeichen von Trauma zeigten, obwohl kein Kriegsverbrechen stattgefunden hatte. Ich führe an anderer Stelle aus (The Empathetic Soldier. New York, 2022, S. 56–61 und 70–74), dass das Prinzip der rechten Absicht in der Theorie des gerechten Krieges nicht nur unter die Kategorie des *ius ad bellum* fallen, sondern auch explizit unter dem *ius in bello* aufgeführt werden sollte.
5 Wilson, Mark (2014): Moral grief and reflective virtue. In: Werpehowski, William und Soltis, Kathryn Getek (Hg.): Virtue and the Moral Life. New York, S. 61. (Übersetzung aus dem Englischen.)
6 Sollten Soldaten vielleicht nicht nur für andere, sondern auch für sich selbst ein empathisches Verständnis entwickeln? Mein Dank geht an Angela Reinders für diese Frage. Selbstempathie erscheint mir erst einmal seltsam, da der Begriff suggeriert, man müsse die eigenen Gedanken und Gefühle erst aktiv begreifen, anstatt dass sie sofort offensichtlich wären. Und doch fällt es mir oft schwer, meiner Frau meine Gefühle und die Gründe dafür mitzuteilen. Am Begriff der Selbstempathie mag etwas dran sein; vielleicht sind die eigenen Gedanken und Gefühle doch nicht so offensichtlich. Einige namhafte Wissenschaftler, wie z. B. Nancy Sherman, verwenden diesen Begriff tatsächlich. Dennoch unterscheidet sich meiner Meinung nach die Einfühlung in das eigene Selbst in wichtigen Punkten von der Empathie mit anderen Menschen. Ich möchte diese auch von dem Selbstverständnis unterscheiden, das aus der Einfühlung in eine andere Person und derene Wahrnehmung von uns erwachsen kann. Denn hier bleibt die andere Person im Fokus unserer Empathie. Diese Selbsterkenntnis aus der Wahrnehmung einer anderen Person heraus stellt eine ganz eigene Art von Belohnung dar (diese Idee verdanke ich Edith Stein, wie dargestellt bei Zahavi, Dan (2014): Self and Other: Exploring Subjectivity, Empathy, and Shame. Oxford, S. 140).
7 Wolf, Susan (2014): The Variety of Values: Essays on Morality, Meaning, and Love. New York, S. 113. (Übersetzung aus dem Englischen.)
8 Ebd., S. 92–93.
9 Dieser Bericht stammt aus Sherman, Nancy (2015): Afterwar. Kapitel 4 (Kindle-Datei). (Übersetzung aus dem Englischen.)
10 Wolf, Susan (2014), siehe Endnote 7, S. 94. (Übersetzung aus dem Englischen.)
11 Stanford Encyclopedia of Philosophy (2015/2019): On agency. http://plato.stanford.edu/entries/agency/ (Stand: 11.10.2025). (Übersetzung aus dem Englischen.)
12 Dieser Gedanke verdient weitere Aufmerksamkeit. Weitere Arbeiten finden sich in der Forschung zu kollektiver Intentionalität, kollektiver Verantwortung und kollektiver Handlungsmacht *(group agency)* (zu Letzterem siehe Endnote 11).
13 Wood, David (2014): Moral Injury: Healing. In: The Huffington Post, 20. März (Stand: 12.10.2025).
14 Russell, Daniel C. (2015): Happiness for Humans. New York, S. 66. (Übersetzung aus dem Englischen. Im Original: „agents and patients".) Ich schließe mich Russells Verwendung des Begriffs „patient" *(hier: „Erduldender", d. Übers.)* zur Bezeichnung einer Person an, die unkontrollierbare Umstände und deren Folgen passiv hinnehmen muss.
15 Ich danke Rüdiger Frank für diesen ausgezeichneten Hinweis auf die Verstärkung der Sinnhaftigkeit des Projekts in einem größeren Zusammenhang.

Über Sinn und die Bedeutung von Empathie im Militär © 2025 by Kevin Cutright is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-828

MORALISCHE VERLETZUNGEN UND DIE MÖGLICHKEIT, SICH SELBST ZU VERZEIHEN

Autor: ***Philipp Gisbertz-Astolfi***

„I don't have very long to live. No, Doc, no, no, I'm not suicidal, it's just that sometimes I don't give a fuck. I don't care if I live or die. I've been waiting to die ever since I got back from Vietnam. When I get that way, my wife, my kids – and I really love them – it's "Get the fuck away from me!" Once when my daughter was younger and I was that way, she came up behind me and before I knew it I had her by her throat up against the wall. I can still see her eyes. I put her down and just walked out of the house without saying anything to anybody and didn't come back for a week. I felt lower than dogshit. I hate it that my kids behave so careful around me. I made them that way, and I hate it. Every time I see them being so careful I think of that look in her eyes and I get this feeling here [puts his palm on his belly] like a big stone sitting there."

„I never tried to kill myself, but a lot of the time I just don't care. For years I used to go to the Combat Zone [the Boston redlight district] after midnight and just walk the alleys. If I saw someone down an alley in the dark, I wouldn't go the other way, I'd go down there thinking, 'Maybe I'll get lucky.'"[1]

Abstract

Wenn man selbst schwere moralische Verbrechen begangen oder jedenfalls nicht verhindert hat oder wenn man solche Verbrechen, insbesondere von Vorgesetzten oder struktureller Natur, miterlebt hat, kann das Vertrauen in die eigene Moral oder die menschliche Moral als solche erschüttert werden. Solche moralischen Verletzungen sind dadurch gekennzeichnet, dass das moralische Selbstbild und die moralische Akteurschaft der Betroffenen verletzt werden. Diese halten sich selbst in krankhaftem Ausmaß für moralisch minderwertig und werden von Schuldgefühlen geplagt oder ihre moralischen Werte erodieren und sie sind moralisch desorientiert. Sie nehmen sich nicht mehr als vollwertige moralische Akteure wahr. Der Weg aus dieser Krankheit kann darin liegen, sich selbst zu verzeihen. Doch können Betroffene sich fragen, ob sich selbst zu verzeihen nicht der ethisch angebrachten Übernahme von Verantwortung und Schuld für eigene Taten widerspricht. Sind nicht gnadenlose Selbstvorwürfe die ethisch adäquate Reaktion auf schwerstes Unrecht, das man begangen hat? Wir müssen also die Bedingungen eines ethisch gerechtfertigten Sich-selbst-Verzeihens analysieren. Ich argumentiere, dass eine ethische Rechtfertigung einerseits voraussetzt, dass man die Grundachtung vor dem eigenen Menschsein als zur Moralität (aber auch zum moralischen Fehlgehen) befähigtes Wesen zurückerlangt. Diese Achtung gebührt jedem Menschen, unabhängig von dessen Handlungen. Daher ist die Wiederherstellung stets ethisch gerechtfertigt und geboten. Daran anknüpfend müssen Täterinnen aber auch aktiv und integer Verantwortung übernehmen, Reue zeigen, sich gegebenenfalls um Wiedergutmachung und vor allem um charakterliche Besserung bemühen. Dann sind sie auch ethisch darin gerechtfertigt, sich die früheren moralischen Fehler selbst zu verzeihen.

I. Einleitung

Personen, die Kriege miterlebt haben, ob Kombattantinnen oder Zivilisten[2], haben ein deutlich erhöhtes Risiko, an posttraumatischer Belastungsstörung und moralischen Verletzungen zu erkranken. Die zitierten, von Jonathan Shay gesammelten Erzählungen Betroffener geben nur einen winzigen Einblick in die für Nichtbetroffene nahezu unergründlichen Lebensumstände der Erkrankten. Aber sie lassen bereits erahnen, mit welchem Leidensdruck diese Krankheiten verbunden sind.

Krieg hat nicht nur physische Auswirkungen (auf Leben, Leib und Gegenstände), sondern auch psychische. Kriegserlebnisse traumatisieren Soldatinnen und Zivilisten in vielfacher Weise. Wenn diese Traumata psychische Krankheiten zur Folge haben, spricht man allgemein von einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). Symptome dieser traumabedingten Krankheit sind etwa Albträume und Flashbacks, Hypervigilanz (also ein

anhaltendes Sich-bedroht-Fühlen), Schreckhaftigkeit, Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Wutausbrüche, Gefühle von Versagen und Schuld (inklusive des sogenannten Überlebensschuld-Syndroms) sowie Probleme in der Interaktion und Beziehungspflege zu anderen Menschen. Nicht selten führt dies zu Alkoholmissbrauch, Drogensucht, häuslicher Gewalt, Arbeitslosigkeit und -unfähigkeit, sozialer Isolation und anderen katastrophalen Auswirkungen auf das eigene Leben und das Leben des sozialen Umfelds.[3]

Während man früher alle Formen der psychischen Krankheiten infolge traumatischer Erfahrungen als PTBS kategorisierte, hat sich mittlerweile das Bewusstsein für eine ähnliche, aber doch in Teilen anders gelagerte Erkrankung ausgebildet, nämlich sogenannte moralische Verletzungen. Wenn man selbst schwere moralische Verbrechen begangen oder jedenfalls nicht verhindert hat oder wenn man solche Verbrechen, insbesondere von Vorgesetzten oder struktureller Natur, miterlebt hat, kann das Vertrauen in die eigene Moral oder die menschliche Moral als solche erschüttert werden. Der Name rührt also daher, dass hier das moralische Selbstbild und die moralische Akteurschaft verletzt werden. Betroffene halten sich selbst in krankhaftem Ausmaß für moralisch minderwertig und werden von Schuldgefühlen geplagt oder ihre moralischen Werte erodieren und sie sind moralisch desorientiert. Sie nehmen sich nicht mehr als vollwertige moralische Akteure wahr.

Der Unterschied zwischen PTBS und moralischen Verletzungen besteht also darin, dass PTBS durch traumatische, überwältigende und furchterregende Erlebnisse hervorgerufen wird, während moralische Verletzungen aus der Wahrnehmung eigener moralischer Verwerflichkeit resultieren. Nun bin ich kein Psychologe und kann und will zu den Spezifika dieser Krankheiten dementsprechend wenig sagen. Wenn allerdings moralische Verletzungen mit moralischen Verbrechen, dem moralischen Selbstbild und dem Verlust der eigenen moralischen Akteurschaft zusammenhängen, also mit Konzepten der praktischen Philosophie, so liegt es nahe, dass die Philosophie hierzu wichtige Beiträge leisten kann und muss.

Einen solchen philosophischen Beitrag will ich im Folgenden versuchen: Wenn die moralische Verletzung durch die Verbindung eines gravierenden moralischen Fehlverhaltens mit der anschließenden Erosion des moralischen Selbstbilds und der moralischen Akteurschaft gekennzeichnet ist, dann fragt sich, ob und wie eine ethische Aufarbeitung des moralischen Fehlverhaltens zu einer Wiederherstellung des moralischen Selbstbilds und einem Rückgewinn der eigenen moralischen Akteurschaft führen kann. Insbesondere fragt sich, ob Betroffene sich das moralische Fehlverhalten selbst verzeihen und so das Vertrauen in die eigene moralische Persönlichkeit wiederherstellen können.

Die Philosophie stellt diese Frage allerdings nicht aus empirisch-psychologischer Perspektive. Es geht ihr nicht darum, ob und wie dies in der (oft therapeutischen) Realität gelingen kann. Es geht vielmehr um die begrifflichen und ethischen Bedingungen eines ethisch gerechtfertigten Selbstverzeihens, also um die Frage, wann man sich nicht nur zum Zweck der eigenen Heilung (in gewissem Sinne selbstbetrügerisch) von der moralischen Rehabilitation überzeugen kann, sondern wann eine solche Überzeugung der Wiederherstellung der moralischen Integrität tatsächlich ethisch gerechtfertigt wäre.

Grundsätzlich sind sich die meisten Autorinnen in der Philosophie des Verzeihens einig, dass dieses schon begrifflich auf Opfer beschränkt ist

II. Kann man sich überhaupt selbst verzeihen?

Wenn wir uns fragen, ob sich Menschen mit moralischen Verletzungen selbst verzeihen können, müssen wir zunächst viel grundlegender fragen, was das überhaupt bedeuten soll, „sich selbst zu verzeihen“. Grundsätzlich sind sich die meisten Autorinnen in der Philosophie des Verzeihens einig, dass dieses schon begrifflich auf Opfer beschränkt ist. Es scheint näm-

lich absurd, wenn eine unbeteiligte Person davon spricht, dass sie verziehen habe. Stellen wir uns nur einmal vor, ich als völlig unbeteiligte Person würde zu Ihnen sagen: „Ich verzeihe Ratko Mladić das Massaker von Srebrenica." Ich vermute, Sie wüssten mit dieser Aussage recht wenig anzufangen und wären nicht nur irritiert darüber, dass ich mich ethisch in der Position sehe, dies tun zu dürfen, sondern es wäre schon gar nicht klar, was der Inhalt dieser Aussage sein sollte. Was könnte ich verzeihen, wo ich doch gar nicht Opfer war?

Im Grunde kann also nur das Opfer einer moralischen Verletzung dem Täter verzeihen.

Gelegentlich wird vertreten, dass es genuine Third-Party Forgiveness gebe, dass also Verzeihen nicht nur den (mindestens mittelbaren) Opfern vorbehalten sei

Nun gibt es selbstverständlich Fälle, in denen verzeihende Personen zwar nicht gänzlich unbeteiligt, aber doch auch nicht unmittelbar Opfer sind. So können wir sehr wohl begrifflich verstehen, dass etwa eine Tochter sagt, dass sie einer Mörderin die Tötung ihres Vaters verzeiht. Nicht das unmittelbare Opfer, der Vater, verzeiht hier – und in diesem Fall wäre es ihm auch gar nicht möglich –, sondern eine emotional eng verbundene Person. Diese ist aber jedenfalls mittelbar auch Opfer, denn auch ihr wird ein Schaden, der Verlust des eigenen Vaters, zugefügt – und mindestens in diesem Sinne kann sie die Tat bzw. der Täterin auch verzeihen.

Wenn wir nun darüber sprechen, dass man sich selbst verzeiht, so kann dies zweierlei Dinge bedeuten:[4] Erstens kann man sich die mittelbare Schädigung der eigenen Person verzeihen, zum Beispiel die eigene emotionale Belastung. Das kann sich auf moralische Fehler beziehen, etwa die eigene Angst und Feigheit, die einen davon abgehalten hat, jemandem zu helfen, dem man helfen wollte. Es kann sich aber ebenso sehr auf völlig amoralische Fehler beziehen, etwa einen verschossenen Elfmeter, der einem emotional nachhängt.[5] In einem solchen Fall sieht man sich vielleicht selbst als (jedenfalls mittelbares) Opfer der eigenen Tat. Aber der interessantere und hier einschlägige Fall liegt anders. Zweitens sprechen wir nämlich auch dann davon, dass man sich selbst verzeiht, wenn man sich nicht (auch nicht mittelbar) als Opfer sieht, sondern als Täterin. Man verzeiht sich in diesem Fall die eigenen moralischen Verbrechen gegenüber anderen. Doch wie ist das möglich, wenn Verzeihen schon begrifflich den (mindestens mittelbaren) Opfern vorbehalten ist?

Gelegentlich wird vertreten, dass diese begriffliche Einschränkung gar nicht stimme, sondern dass es genuine *Third-Party Forgiveness* gebe.[6] Die Tochter in unserem Fall könne demnach nicht nur die Tat ihr als mittelbarem Opfer gegenüber verzeihen, sondern auch den Mord selbst, selbst wenn sie kein mittelbares Opfer wäre. Allerdings wird auch diese Möglichkeit des Verzeihens durch Dritte üblicherweise auf Fälle mittelbarer Involviertheit beschränkt, vor allem durch eine persönliche Verbindung zur Tat oder zum Opfer – und vielleicht auch zur Täterin. Immerhin können wir uns vorstellen, dass Freunde einer Täterin dieser eine Tat auf eine besondere, involvierte Art übelnehmen, die sich von der allgemeinen moralischen Verurteilung durch Unbeteiligte unterscheidet. Die bloße Beziehung zur Tat oder einer beteiligten Person, nicht aber der Opferstatus bildete dann die Grundlage des Verzeihens. Ebenso könnte die Selbstvergebung auf einer solchen persönlichen Verbindung zu sich selbst als Täter beruhen.

Wenn man eine solche *Third-Party Forgiveness* nicht als begriffliche Möglichkeit akzeptiert, liegt es eher fern, die Möglichkeit einer genuinen Selbstvergebung anzunehmen. Dennoch kann man auch in diesem Fall fragen, ob nicht strukturelle Ähnlichkeiten zwischen genuinem Verzeihen und einer solchen Art des Sich-selbst-„Verzeihens" vorliegen, aufgrund derer man Rückschlüsse aus der Philosophie des Verzeihens für die Selbstvergebung gewinnen kann. Die begriffliche Frage wäre dann für viele Folgefragen normativ nicht länger von zentraler Bedeutung. Wie wir sehen werden, liegen jedenfalls solche strukturellen Ähnlichkeiten vor. Ob darüber hinaus eine genuine *Third-Party Forgiveness* begrifflich möglich ist, müssen wir daher nicht entscheiden.

III. Sich selbst verzeihen und moralische Verletzungen

Wenn wir also einmal annehmen, dass wir sinnvoll von der Möglichkeit sprechen können, sich selbst zu verzeihen, fragt sich im Kontext unserer Thematik, inwiefern diese Selbstvergebung mit moralischen Verletzungen zusammenhängt. Hierzu ist es erhellend, sich die Funktion und Wirkung der Selbstvergebung zu vergegenwärtigen. So schreibt etwa Margaret Holmgren:

„The first task for the wrongdoer is to recover enough self-respect to recognize that she is a valuable human being in spite of what she has done. Without self-respect, it is unlikely that she will be able to accomplish any of the other tasks involved in responding to her own wrong."

Hier wird bereits der Zusammenhang von Selbstvergebung und der Wiederherstellung des moralischen Selbstbildes deutlich. Noch klarer wird die Verbindung mit der Erschütterung unseres moralischen Selbstbildes und der moralischen Akteurschaft bei Nancy Snow:

„Self-forgiveness for moral wrongs is essential for maintaining the capability for moral agency. After a serious moral failure, we must, to regain our bearings as functioning moral agents, be able to recognize and accept our imperfections and forgive ourselves for having them and for sometimes acting wrongly."

Dieser Prozess ist nun keinesfalls auf schwerste moralische Verbrechen wie Vergewaltigung, Mord oder Verbrechen gegen die Menschlichkeit und entsprechende moralische Verletzungen bei den Tätern beschränkt. Für Holmgren und Snow ist klar, dass wir alle uns regelmäßig moralische Fehltritte verzeihen und nachsehen müssen – allerdings, wie wir sehen werden, nicht ohne für diese zuvor die Verantwortung zu übernehmen und sich um Besserung zu bemühen. Doch im Falle schwerster moralischer Verbrechen erodieren die moralische Akteurschaft und das moralische Selbstbild bzw. die moralische Selbstachtung derart, dass uns das regelmäßig nicht gelingt. Gerade dann werden die ethischen Fragen besonders relevant: Wann darf und sollte man sich selbst die Verletzung anderer verzeihen? Wann ist man also darin gerechtfertigt, das eigene moralische Selbstbild wiederherzustellen? Insbesondere im Falle schwerster moralischer Verbrechen scheint es schließlich durchaus nicht von vornherein ausgeschlossen, dass ein erschüttertes Selbstbild und schwere Selbstvorwürfe die ethisch angebrachte Reaktion wären, wenn man sich solcher Verbrechen schuldig gemacht hat.

Gerade im Fall moralischer Verletzungen treffen also die Erschütterung unseres moralischen Selbstbildes und der moralischen Akteurschaft sowie der daraus resultierende außerordentliche Bedarf einer Wiederherstellung dieses Selbstbildes und dieser Akteurschaft auf ethisch schwierige Fragen der Rechtfertigbarkeit einer solchen Wiederherstellung im Wege der Selbstvergebung. Wie Robin Dillon es formuliert: Sich selbst zu verzeihen *„seems a self-indulgent cheat, an attempt to feel good about yourself that betrays a failure of responsibility"*[7]. Wenn wir diesen Schein widerlegen und einen ethisch akzeptablen und nicht bloß egoistisch-prudentiellen, therapeutischen Weg zur Überwindung moralischer Verletzungen verstehen wollen, müssen wir uns dieser ethischen Frage der Rechtfertigbarkeit und der Rechtfertigungsbedingungen der Selbstvergebung stellen.

Insbesondere wenn man sich schwerster moralischer Verbrechen schuldig gemacht hat, scheint es durchaus nicht von vornherein ausgeschlossen, dass ein erschüttertes Selbstbild und schwere Selbstvorwürfe die ethisch angebrachte Reaktion wären

IV. (Wann) darf man sich selbst verzeihen?

Um diese Frage beantworten zu können, kann es hilfreich sein, sich zunächst zu vergegenwärtigen, wann wir anderen verzeihen dürfen bzw. wann wir dazu sogar in gewissem Sinne verpflichtet sein können. Hierbei gibt es grundsätzlich zwei verschiedene Gruppen ethischer Positionen, nämlich solche, die annehmen, dass man als Opfer immer verzeihen dürfe[8] (und das auch immer ethisch wertvoll sei), und solche, die gewisse Vorbedingungen eines ethisch gerechtfertigten Verzeihens an-

nehmen.[9] Ein vorschnelles Verzeihen, so die Grundidee dieser zweiten Gruppe, zeugt von einem Mangel an Selbstachtung. Man macht sich selbst und die eigenen moralischen Rechte zu klein, nimmt die eigenen Ansprüche als Opfer nicht ernst genug, wenn man Tätern beispielsweise verzeiht, obwohl diese keinerlei Reue zeigen. Wenn Verzeihen nämlich das Aufgeben von Vorwürfen und negativen Gefühlen gegenüber der Täterin bezeichnet, dann muss dieses darin begründet sein, dass wir die Tat nicht vollständig auf den Charakter der Täterin zurückführen müssen. Wir haben also Grund zu der Annahme, dass diese Tat nicht adäquat den Charakter der Täterin spiegelt, und deswegen machen wir die Tat dieser Person nicht länger zum Vorwurf. Verzeihen ist deshalb nur dort gerechtfertigt, aber dann regelmäßig auch angezeigt, wo es hinreichend Gründe dafür gibt, dass die Täterin eine bessere Person ist, als die isolierte Tat allein vermuten ließe. Klassische Hinweise darauf sind Reue und Entschuldigung, vielleicht sogar Buße oder Schadensersatz, aber auch anderweitige und tiefere Kenntnisse der Person der Täterin, weil sie etwa eine Freundin ist, deren Charakter wir gut genug kennen, um zu wissen, dass die Tat nicht spiegelt, wer sie ist.

Eine Möglichkeit der bedingungslosen Selbstabsolution stünde in radikalem Widerspruch zur Idee ethischer und moralischer Pflichten und Verantwortung

Es soll hier nicht darum gehen, welche dieser Positionen zum Verzeihen durch das Opfer vorzugswürdig ist. Für den Fall des Sich-selbst-Verzeihens – also dem Aufgeben von Vorwürfen der Täterin gegenüber sich selbst – scheint es jedenfalls klar, dass dieses nicht immer zu rechtfertigen ist: Selbst, wenn Opfer den Tätern immer verzeihen dürfen, gilt das keinesfalls auch für die Täter selbst. Eine solche Möglichkeit der bedingungslosen Selbstabsolution stünde in radikalem Widerspruch zur Idee ethischer und moralischer Pflichten und Verantwortung. Jedenfalls hier ist also die erste Theoriegruppe nicht einschlägig. Vielmehr kann man auf die Kriterien der zweiten Theoriegruppe zurückgreifen, um zu verstehen, welche Grundbedingungen eine ethisch legitime Selbstvergebung aufweisen sollte. Täterinnen dürfen sich demnach jedenfalls dann nicht verzeihen, wenn sie keinen Grund haben zu glauben, dass die Tat nicht ihren Charakter spiegelt. Sie müssen die Tat folglich bereuen und sich aktiv um charakterliche Besserung bemühen. Wenn möglich, sollte man die Opfer um Entschuldigung bitten und sich, so gut es geht, um Wiedergutmachung bemühen. Das setzt wiederum voraus, dass man sich des eigenen moralischen Fehlverhaltens bewusst ist und dass man hierfür die Verantwortung übernimmt. Nur, wer die Verantwortung für eine Handlung bei sich sieht, kann überhaupt Selbstvorwürfe empfinden. Wer diese Vorwürfe und die Verantwortung und Schuld von sich weist oder wegvernünftelt, verzeiht sich nicht selbst, sondern versucht im Gegenteil das Objekt des Verzeihens, die Vorwürfe und die Vorwerfbarkeit, zu unterminieren.[10] Das nennen wir in der Ethik „rechtfertigen“, „billigen“ oder „entschuldigen“ (im Sinne des englischen *„excuse“*, nicht im Sinne eines „um Entschuldigung Bittens“ (engl.: *„apologize“*)), aber gerade nicht – in Anerkennung der Falschheit der Handlung und der eigenen Schuld – „verzeihen“.

Die ethische Grundvoraussetzung eines ethisch legitimen Sich-selbst-Verzeihens liegt vielmehr genau in der Anerkennung der Verantwortung und dementsprechender Handlungskonsequenzen wie Buße und Bemühen um Besserung. Es können selbstredend weitere Voraussetzungen hinzutreten, etwa eine adäquate Auseinandersetzung mit den Opfern in Form einer Bitte um Entschuldigung oder Wiedergutmachung, sofern eine solche Auseinandersetzung möglich ist.

Erwähnen sollte man aber auch das umgekehrte und häufige Problem, dass Täterinnen sich gar keiner moralisch falschen Handlung schuldig gemacht haben, ihr Tun aber dennoch für ethisch zutiefst verachtenswert halten, etwa wenn Soldaten im Kampfgeschehen legitimerweise Kindersoldaten getötet haben. Hier ist nicht Selbstverzeihen die korrekte ethische Antwort, sondern eine Einsicht in die Rechtmäßigkeit des eigenen Handelns. In je-

dem Fall aber stellen sich hier natürlich keine Probleme der ethischen Legitimität, die Selbstvorwürfe aufzugeben – denn diese Vorwürfe sind selbst gar nicht gerechtfertigt.

V. Der Verlust moralischer Akteurschaft und die Anforderungen der Ethik

Wie wir gesehen haben, darf man sich nur dann selbst verzeihen, wenn man die Verantwortung für das getane Unrecht anerkennt und ehrliche Konsequenzen hieran knüpft, wie etwa Reue und ein Bemühen um Besserung. Im Falle schwerer moralischer Verletzungen stößt unsere Analyse allerdings auf grundlegende Probleme: Wer aufgrund eines fundamentalen Verlusts von Selbstachtung die eigene moralische Akteurschaft verliert, wer also nicht mehr in der Lage ist, aus ethischen Gründen ethischen und moralischen Anforderungen zu folgen, scheint auch nicht in der Lage zu sein, diesen Prozess der Reue und Besserung anzustoßen und erfolgreich zu beschreiten. Gerade diese Fähigkeit ist es schließlich, die verloren gegangen ist.

Margaret Holmgren setzt deshalb als ersten Schritt des Prozesses des Sich-selbst-Verzeihens den Rückgewinn eines Mindestmaßes an Selbstachtung. Erst wenn diese zurückgewonnen sei, könne man adäquat Verantwortung übernehmen und Besserung erstreben, um sich schließlich selbst zu verzeihen.[11] Doch hier stellen sich gleich zwei Probleme: Erstens müsste sich auch dieser erste Schritt rechtfertigen lassen, und zwar bevor er aufgrund der späteren charakterlichen Besserung gerechtfertigt wäre. Und zweitens liegt das zu behebende Problem ja gerade im radikalen Verlust der Selbstachtung. Wie Robin Dillon schreibt:

„It is odd that respect for one's intrinsically valuable self is both the starting point of the process that positions one to forgive oneself appropriately and what self-forgiveness is supposed to yield."[12]

Doch Dillon bietet auch eine Lösung für beide miteinander verwobenen Probleme: Wir können nämlich verschiedene Arten von Selbstachtung unterscheiden. So unterscheidet etwa Avishai Margalit zwischen *„respect"* und *„esteem"*[13] und Stephen Darwall zwischen *„recognition respect"* und *„appraisal respect"*.[14] Der Unterschied, den beide markieren, liegt darin, dass wir einander und uns selbst als Menschen und als grundsätzlich zur Moralität befähigte Wesen anerkennen sollten *(respect/recognition respect)*, und zwar unabhängig von allen Handlungen, Leistungen und Charaktereigenschaften. Das kann man Menschenwürde nennen: einen Anspruch aller Menschen auf Achtung als Mensch bzw. als moralische Akteurin.[15] Demgegenüber ist die konkrete Bewertung der Handlungen, Leistungen und des Charakters *(esteem/appraisal respect)* nicht für alle Menschen gleich. Was wir aneinander anerkennen, ist – jenseits des Menschseins – natürlich gänzlich verschieden in den unterschiedlichen Menschen. Manche sind besser, manche schlechter im Fußballspielen oder Rechnen oder Geschichtenerfinden.

Das Gleiche gilt auch für moralisches Handeln: Manchen gelingt dies besser, manchen weniger gut. Doch das ändert nichts daran, dass wir diejenigen Wesen sind, die der Frage moralischer Pflicht überhaupt begegnen können, weil wir moralische Akteure sind, das heißt auf ethische Gründe reagieren können. Ansonsten gäbe es schließlich gar keinen Grund, sich selbst die eigenen Taten vorzuwerfen. Wir haben einen legitimen Anspruch auf Achtung als Mensch und als moralische Akteure.

Jeder Mensch, auch der schlimmste Verbrecher, hat einen Anspruch (gegenüber sich selbst und anderen) darauf, dass man ihn als Mensch achtet

Wenn dies stimmt, dann bezieht sich der erste Schritt im Prozess, den Holmgren beschreibt, nämlich die Wiederherstellung der Selbstachtung, auf diese Achtung als Mensch *(respect/recognition respect)*. Diese braucht keine besondere ethische Rechtfertigung, denn jeder Mensch, auch der schlimmste Verbrecher, hat einen Anspruch (gegenüber sich selbst und anderen) darauf, dass man ihn als Mensch achtet. Wenn aber diese grundlegen-

de Anerkennung der eigenen Fähigkeit zu moralischem Handeln wieder hergestellt ist, kann man den weiteren Prozess der Reue und Besserung einleiten und am Ende auch die Bewertung des eigenen Charakters *(esteem/appraisal respect)* ethisch legitimerweise in einem Akt des Sich-selbst-Verzeihens modifizieren.

Wenn wir also grob drei Schritte unterscheiden, nämlich (1) Wiederherstellung der Selbstachtung, (2) Reue und Besserung und (3) Sich-selbst-Verzeihen, dann rechtfertigt sich Schritt 1 aus dem universellen Recht aller Menschen auf Achtung und Selbstachtung, während sich Schritt 3 aus Schritt 2 rechtfertigt.

Es sei nicht verschwiegen, dass gerade der erste Schritt allerdings noch einmal besonders schwierig wird, wenn in Anbetracht von systematischem Unrecht, dessen Zeuge und Mittäterin man geworden ist, nicht nur das Vertrauen in die eigene moralische Akteurschaft, sondern in die Fähigkeit der Menschheit zur Moralität als solcher verloren gegangen ist. Dann muss nicht nur die eigene Selbstachtung wiederhergestellt werden, sondern die Achtung vor der gesamten Menschheit einschließlich der eigenen Person. Ethisch generiert dies keine weiteren Probleme, doch man kann sich vorstellen, dass die Rückerlangung der Selbstachtung unter Bedingungen tiefster Zweifel an der Moralität der Menschheit als solcher für die Betroffenen einen schwer zu durchbrechenden Kreis des Verlusts an Vertrauen in die eigene und allgemeine moralische Akteurschaft darstellt, insbesondere nach den systematischen und traumatischen Erfahrungen eines Krieges. In *Im Westen nichts Neues* hat Erich Maria Remarque diese Erosion des Vertrauens in die Humanität literarisch treffend zum Ausdruck gebracht:

„Albert spricht es aus. ‚Der Krieg hat uns für alles verdorben.' Er hat recht. Wir sind keine Jugend mehr. Wir wollen die Welt nicht mehr stürmen. Wir sind Flüchtende. Wir flüchten vor uns. Vor unserem Leben. Wir waren achtzehn Jahre und begannen die Welt und das Dasein zu lieben; wir mussten darauf schießen. Die erste Granate, die einschlug, traf in unser Herz. Wir sind abgeschlossen vom Tätigen, vom Streben, vom Fortschritt. Wir glauben nicht mehr daran; wir glauben an den Krieg."[16]

VI. Resümee

Ein ethisch gerechtfertigtes Sich-selbst-Verzeihen setzt, wie wir gesehen haben, einerseits voraus, dass man eine Grundachtung vor dem eigenen Menschsein als zur Moralität (aber auch zum moralischen Fehlgehen) befähigtes Wesen zurückerlangt. Da dies ohnehin nicht in Abrede stehen sollte, selbst dort, wo ein moralisch schlechter Charakter offenbart wurde, ist dieser Schritt stets ethisch gerechtfertigt – und geboten. Daran anknüpfend müssen Täterinnen aber auch aktiv und integer Verantwortung übernehmen, Reue zeigen, sich gegebenenfalls um Wiedergutmachung und vor allem um charakterliche Besserung bemühen. Dann sind sie auch ethisch darin gerechtfertigt, sich die früheren moralischen Fehler selbst zu verzeihen.

Kann diese ethische Analyse nun, auch wenn dies nicht ihr vorrangiges Ziel ist, Menschen weiterhelfen, die an moralischen Verletzungen leiden? Sie gibt vielleicht zumindest eine Anleitung dafür, wie man sich ethisch aufrichtig darum bemühen kann, nämlich zunächst den Glauben in einen allgemeinen Wert und Achtungsanspruch aller Menschen, also auch von sich selbst, zurückzugewinnen und dann den eigenen Charakter so zu bessern, dass man seinem aktuellen Ich die vergangenen Taten nicht mehr vorzuwerfen braucht. Beide Schritte sind in der Praxis für Menschen, die an moralischen Verletzungen leiden, natürlich viel schwerer, als sie hier klingen mögen. Aber das Wissen darum, dass man sich selbst ethisch legitimerweise verzeihen kann, scheint mir außerordentlich wichtig, damit man nicht den Eindruck erhält, dass Selbstvergebung – statt gnadenloser Selbstvorwürfe – den moralischen Unwert der eigenen Handlungen noch steigert und so den Charakter noch weiter kompromittiert.

Der Autor

Philipp Gisbertz-Astolfi *ist seit 2012 in Göttingen am Lehrstuhl für Rechts- und Sozialphilosophie tätig. Dort wurde er 2017 mit einer Arbeit zur Rechtsphilosophie der Menschenwürde zum Dr. iur. promoviert. Im gleichen Jahr wurde ihm der Young Scholar Prize der Internationalen Vereinigung für Rechts- und Sozialphilosophie verliehen. Nach einem Forschungsaufenthalt in Oxford wurde er 2024 mit einer Arbeit zur Philosophie des Krieges und Friedens zum Dr. phil. promoviert. Aktuell forscht er an einem Habilitationsvorhaben zur Philosophie des Verzeihens.*

1 Shay, Jonathan (2003): Achilles in Vietnam. Combat Trauma and the Undoing of Character. New York, S. xvi-xvii.
2 Ich nutze in diesem Text sowohl generische Feminina wie generische Maskulina. In beiden Fällen ist regelmäßig eine Lesart gefordert, die geschlechtsunabhängig alle Menschen inkludiert.
3 Vgl. Wood, Nathan Gabriel (2024): Proportionality and Combat Trauma. In: Philosophical Studies 181, S. 513–533, S. 522 f.
4 Vgl. hierzu Horsbrugh, H. J. N. (1974): Forgiveness. In: Canadian Journal of Philosophy 4 (2), S. 269–282, S. 276.
5 Das Beispiel wurde entnommen aus: Snow, Nancy E. (1993): Self-Forgiveness. In: Journal of Value Inquiry 27, S. 75–80, S. 76.
6 MacLachlan, Alice (2017): In Defense of Third-Party Forgiveness. In: Norlock, Kathryn J. (Hg.): The Moral Psychology of Forgiveness. London/New York, S. 135–160.
7 Dillon, Robin S. (2001): Self-Forgiveness and Self-Respect. In: Ethics 112 (1), S. 53–83, S. 53.
8 Etwa: Garrard, Eve und McNaughton, David (2022): In Defence of Unconditional Forgiveness. In: Proceedings of the Aristotelian Society 103 (1), S. 39–60.
9 Etwa; Murphy, Jeffrie G. (1982): Forgiveness and Resentment. In: Midwest Studies in Philosophy 7 (1), S. 503–516.
10 Vgl. etwa Milam, Per-Erik (2017): How Is Self-Forgiveness Possible? In: Pacific Philosophical Quarterly 98, S. 49–69, S. 58; Holmgren, Margaret R. (1998): Self-Forgiveness and Responsible Moral Agency. In: The Journal of Value Inquiry 32 (1), S. 75–91, S. 77.
11 Holmgren, Margaret R. (1998): s. Endnote 10.
12 Dillon, Robin S. (2001), s. Endnote 7, S. 56.
13 Margalit, Avishai (1996): The Decent Society. Cambridge, MA/London, S. 44–48.
14 Darwall, Stephen (2006): The Second-Person Standpoint. Cambridge, MA/London, S. 122-126.
15 Vgl. etwa Kant, Immanuel (1973): Grundlegung zur Metaphysik der Sitten. In: Königliche Preußische Akademie der Wissenschaften (Hg.): Kant's gesammelte Schriften, Bd. IV, Berlin 1900 ff., S. 385–464, S. 434–436; Darwall, Stephen (2006): s. Endnote 14, passim, v. a. S. 243–276; von der Pfordten, Dietmar (2023): Menschenwürde. 3. Aufl. München; Gisbertz, Philipp (2018): Overcoming Doctrinal School Thought. A Unifying Approach to Human Dignity. In: Ratio Juris 31 (2), S. 196–207.
16 Remarque, Erich Maria (2000): Im Westen nichts Neues. 9. Aufl. Köln, S. 67.

Moralische Verletzungen und die Möglichkeit, sich selbst zu verzeihen © 2025 by Philipp Gisbertz-Astolfi is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-830

AUCH STOISCHE KRIEGER ZEIGEN GEFÜHLE

Autorin: ***Nancy Sherman***

Abstract

Emotionen sind Arten der Wahrnehmung, sie helfen uns, die Welt zu verstehen und uns mit anderen und den anstehenden Aufgaben auseinanderzusetzen. Sie sind Teil eines guten Charakters, und ihre Schulung ist kein optionaler Bestandteil der militärischen Ausbildung. Dennoch haben Emotionen im Militär oft einen schlechten Ruf, oder nur einige von ihnen werden geschätzt. Eine vermeintlich „stoische" Haltung, die sich auf Härte konzentriert und den Ausdruck von Leid als Zeichen von Schwäche verunglimpft, basiert auf einem fehlerhaften und schädlichen Verständnis des Stoizismus. Die antike Philosophie und Literatur offenbart ein viel breiteres und aufgeklärteres Verständnis von Emotionen und der Notwendigkeit, sie zu erziehen. Mit Bezug auf die Lehren und Überlegungen von Seneca, Epiktet und Mark Aurel wird gezeigt, dass der Stoizismus schwerlich als Leitfaden zur Unterdrückung von Gefühlen und zum Kappen emotionaler Bindungen interpretiert werden kann.

Krieg und Militärdienst konfrontieren Soldatinnen und Soldaten mit zahlreichen Stressfaktoren und schmerzhaften Emotionen. Eine differenzierte Wahrnehmung von Emotionen und angemessene Ausdrucksmöglichkeiten spielen eine entscheidende Rolle bei der Verarbeitung der gesamten Bandbreite moralischer Verletzungen, denen Soldaten ausgesetzt sein können. Damit diese Verletzungen jedoch heilen und Soldaten wieder in die Gemeinschaft zurückkehren können, muss auch die Gesellschaft bereit sein, ihren Geschichten zuzuhören und ihre Erfahrungen anzuerkennen.

Ohne Emotionen wäre das menschliche Leben nicht wiederzuerkennen, es wäre eine zombiehafte, im besten Falle pathologische Existenz. In jedem Alter und in fast allen Lebensbereichen sehen wir die Welt zum Teil durch die Brille unserer Emotionen. Das Warnsystem der Angst macht uns sensibel für Bedrohungen. Trauer und Leid machen uns den Verlust von Angehörigen bewusst. Wir verbinden uns mit anderen durch Liebe und Freundschaft. Wir kümmern uns um andere durch das Band von Kameradschaft, Empathie und Vertrauen. Unsere Ziele erreichen wir durch unsere Wünsche und, wenn wir mit anderen zusammenarbeiten, durch das Engagement für gemeinsame Ziele sowie den Teamgeist bei deren Verwirklichung. Wir arbeiten auf dauerhaften Frieden hin und setzen dabei unsere Hoffnungen und unser Vertrauen in unsere Partner.

Bei alldem verbinden uns Emotionen mit anderen Menschen und den anstehenden Aufgaben. Emotionen sind keine blinden Impulse, sondern oft sehr fein nuancierte Arten der Wahrnehmung. Sie sind Empfindsamkeiten; in Verbindung mit dem, was wir durch andere Arten der Wahrnehmung sehen und wissen, befähigen sie uns, die Besonderheiten komplexer Situationen zu erkennen und im Lichte dieser Beurteilungen Entscheidungen zu treffen. Um gut zu funktionieren, müssen Emotionen durch ein Gefühl für moralischen Anstand und Recht kultiviert und gebändigt werden. Wut, die sich weitgehend in wildem Rachedurst erschöpft, oder blauäugige Hoffnung führen uns nicht zu klugen oder vernünftigen Entscheidungen. Emotionen, die uns guttun, sind der Vernunft zugänglich und reagieren auf unsere eigenen Bedürfnisse und die anderer. Sie sind Bestandteil eines guten Charakters.

Die Schulung von Emotionen ist bei der Ausbildung verantwortungsvoller und kompetenter militärischer Kräfte entscheidend. Sie ist kein optionaler Teil der militärischen Erziehung und Ausbildung. Dennoch haben Emotionen beim Militär oft keinen guten Ruf oder man zählt, selbst wenn sie nicht grundsätzlich abgewertet werden, nur einige zum militärischen Habitus. Vorgesetzte können die Wut ihrer Untergebenen anstacheln, und seit den Zeiten Homers

wird Wut oft als Möglichkeit gesehen, Soldaten Krieg schmackhaft zu machen. Aber wenn Krieger leiden, gilt das oft als Zeichen von Schwäche und fehlender Härte oder Entschlossenheit. Einige Vorgesetzte sind der Ansicht, Leid müsse unterdrückt werden oder dürfe allenfalls privat Ausdruck finden. „Runterschlucken, weitermachen“: An den Militärakademien, an denen ich unterrichtet habe, habe ich dieses Mantra oft gehört. Etwas vornehmer ausgedrückt lautet es: „Sei stoisch.“ Aber das ist eine nicht nur eine extreme, sondern eine zutiefst falsche und potenziell schädliche Auslegung von Stoizismus, die bleibende psychische und moralische Verletzungen hinterlassen kann.

Noch dazu handelt es sich um eine fehlerhafte Lesart der Hauptlehren des antiken Stoizismus und ein falsches Verständnis der stoischen Auffassung von Emotionen. So populär diese Deutung sein mag, verfälscht und verengt sie doch die Aussagen des antiken Stoizismus. Sie gibt auch andere bekannte Sichtweisen der antiken griechisch-römischen Tradition verzerrt wieder, insbesondere Aristoteles’ differenzierte Auffassung von Emotionen und den Möglichkeiten, diese bei der Charakterbildung auszubilden und einzuüben. Wir erweisen Soldatinnen und Soldaten einen Bärendienst, wenn wir diese antiken Traditionen hochhalten, aber nicht die richtigen Schlüsse daraus ziehen. Noch mehr als das: Wir gefährden ihre geistige Gesundheit und ihr psychisches Wohlbefinden. Wenn wir sie routinemäßig dazu nötigen, ihre Emotionen zu unterdrücken oder schmerzliche Erfahrungen von Trauer oder Verlust auf unabsehbare Zeit zurückzuhalten, lassen wir sie emotional abstumpfen. Und die Wut, die in manch einem kocht, wird sich zwangsläufig andere Auswege suchen, manchmal auch in Form von Gewalt nach der Rückkehr in die Heimat. Einige bekämpfen ihre innere Unruhe mit Alkohol oder Drogen. Allzu oft wird das Thema psychische Gesundheit stigmatisiert, in den Streitkräften genauso wie in der Öffentlichkeit im Allgemeinen. Dass jemand beim Militär psychologische Hilfe sucht, ob bei der Militärseelsorge oder beim Sanitätsdienst, gilt häufig als Karrierekiller. Dabei ist Vermeidung der wahre Killer. Tiefe seelische Verletzungen können sich dadurch weiter verschlimmern.

Um zu verstehen, wie Emotionen das Wohlbefinden beeinflussen, ist es wichtig zu verstehen, was Emotionen sind. In der griechisch-römischen Tradition findet sich bereits ein umfassendes – und laut vielen klinischen Psychologinnen und Psychologen geradezu visionäres – Verständnis von Emotionen. Beginnen wir mit der Sichtweise von Aristoteles (384–322 v. Chr.), von der sich die später formulierten Standpunkte der Stoiker abheben.

„Runterschlucken, weitermachen“: Dieses Mantra ist eine nicht nur eine extreme, sondern eine zutiefst falsche und potenziell schädliche Auslegung von Stoizismus

Wie Aristoteles Emotionen verstand

Aristoteles ist der Auffassung, dass Emotionen eine kognitive Komponente haben. Sie sind nicht nur Begierden oder annehmliche bzw. schmerzhafte Gefühle. Sie beinhalten diese Elemente, aber in ihrem Kern findet sich eine Überzeugung, eine Wahrnehmung oder ein Urteil über ein Ereignis in jemandes Umfeld. Bei Wut etwa ist dies die Wahrnehmung oder das Urteil, dass jemand ungerechtfertigt angegriffen oder benachteiligt wurde. Das Urteil ist mit Gefühlen von Schmerz oder Verzweiflung, die auf dieser Überzeugung beruhen, aufgeladen und davon durchdrungen. Der offensichtliche ungerechtfertigte Angriff kann das Verlangen wecken, darauf zu reagieren. In Übereinstimmung mit der archaischen homerischen Tradition sagt Aristoteles, dass der Wunsch nach Rache eine häufige Reaktion ist. Aber wir können auf Verfehlungen anders als mit Rache antworten. Wir können auf einen Angreifer zugehen und mit ihm darüber zu diskutieren beginnen oder das Gesetz bzw. höhere Autoritäten anrufen. Auge um Auge ist nicht der einzige Weg, auf Angriffe zu reagieren.

Die Schlüsselaussage ist, dass Zorn situationsgerecht, angemessen, adäquat sein kann, was Aristoteles bekanntlich mit „die Mitte treffen“ umschreibt. „Wer nun zürnt, worüber er

soll und wem er soll und ferner wie, wann und wie lange er soll, wird gelobt." Zorn, der die Mitte trifft, ist ein Gefühl berechtigten Schmerzes, wenn man benachteiligt wird, und eine angemessene Reaktion darauf. Laut Aristoteles sind jene, die angesichts der schlimmsten Verfehlungen ruhig bleiben, möglicherweise einfach nur gefühllos oder abgestumpft. Diese Art von Gleichgültigkeit ist, ebenso wie kochende Wut, ein Charakterfehler. Sie kann auch ein Zeichen für Unterwürfigkeit sein, ein Aufgeben des eigenen Willens. Aber, und das ist hier von Bedeutung, berechtigter Zorn muss nicht Vergeltung nach sich ziehen. Ein Gefühl der moralischen Entrüstung kann beim Erkennen schädlicher Ungerechtigkeiten entscheidend sein, aber Entrüstung ist kein Freibrief für Vergeltung. Wenn die Ungerechtigkeiten von staatlichen Akteuren ausgehen, kann man sich möglicherweise auch anders zur Wehr setzen als mit Waffengewalt.[1]

Emotionen: Die Auffassung der Stoiker

Epiktet, Seneca und Mark Aurel, die römischen Stoiker des ersten und zweiten Jahrhunderts nach Christus, nehmen den Standpunkt von Aristoteles aufs Korn. Zorn ist ein Laster, so ihre Behauptung. Er unterstützt nicht die Tugend und er ist auch niemals notwendig, um zu entsprechenden Handlungen zu motivieren. Seneca (um 4 v. Chr.–65 n. Chr.) ist in diesem Punkt unmissverständlich: „Ferner hat der Zorn ins sich nichts Nützliches und schärft nicht den Mut zu Kriegstaten." Er ist in allen seinen Formen ein Laster, und Tugend sollte sich seiner nie bedienen. Seneca untermauert diesen Punkt, indem er eine Analogie zum geschickten Umgang mit Waffen herstellt. Wenn man etwas bekämpfen müsse, bestehe wahre Tugend nicht in aufwallendem Zorn, sondern in Ruhe, „nicht anders als Geschosse, die von Wurfmaschinen geschleudert werden, in der Gewalt des Schießenden sich befinden, wie weit sie geschleudert werden".[2]

Senecas Metapher bezieht sich auf die Funktionsweise eines Katapults: Man braucht die richtige Spannung eines Bandes oder das richtige Drehmoment eines Seils. Sobald diese gelöst werden, wird die gespeicherte Energie freigesetzt und bewegt den Katapultarm, der das Projektil abfeuert, nach vorn. Auch Tugend hat ihre eigene Spannung und gespeicherte Energie, die angemessen moduliert werden und Handlungen auslösen kann. Sie ist eine eigenständige Triebfeder und braucht, wie Seneca hier sagt, keinen Zorn-Impuls als „Gehilfen". Tugend kann ihre Wirkung allein entfalten, und das sogar noch viel besser, als wenn erhitzte Gemüter oder unkontrollierte Wut gebändigt werden müssen.

Kurz gesagt, Zorn widersetzt sich der Modulation. Der griechische Stoiker Chrysipp vergleicht Zorn mit einem schnellen Läufer – einmal in Bewegung, kann er nur schwer anhalten. Sein Argument ähnelt dem von Seneca: Zorn ist wie ein Geschoss, das von einem Artilleristen abgefeuert wird, der die Kontrolle verloren hat oder von Anfang an nicht hatte.

Zorn kann ein außer Kontrolle geratener Impuls sein, aber wie bei allen normalen Emotionen ist sein grundlegenderer Mangel aus stoischer Sicht, dass er fehlgeleitet ist. Er beruht auf einer Fehleinschätzung. Wie Aristoteles verstehen die Stoiker gewöhnliche Emotionen im Kern als Arten von Überzeugungen oder Einschätzungen. Aber aus ihrer Sicht sind sie falsche Auffassungen von dem, was wirklich gut oder schlecht ist. Sie führen uns vollkommen in die Irre. Im Fall von Zorn werden Beschimpfungen und Beleidigungen, Missbrauch und Übergriffe, Verletzungen und Verfehlungen irrtümlich für echtes Unheil gehalten. Daher versuchen die Stoiker etwas anderes zu lehren, nämlich dass es tatsächlich Dinge gibt, die uns nichts ausmachen sollten. Sie sind „gleichgültig". Wir können das Unheil, das uns von außen trifft, nur schwer kontrollieren, ebenso wie die Schicksalsschläge oder Wechselfälle des Lebens nicht in unserer Hand liegen. Was wir jedoch kontrollieren können, ist unsere eigene Güte, unsere Tugend. Und darauf müssen wir uns konzentrieren. „Manches steht in unserer Macht, manches nicht." So eröffnet Epiktet das *Enchiridion* oder *Handbüchlein der Moral*. Wenn wir unseren Weg in der Welt ruhig und gelassen gehen wollen, müssen wir Werte neu vermessen, und wir müssen lernen, Dingen, die außerhalb unserer Kontrolle liegen, auf Gefühls- und Verhaltensebene neu zu begegnen.[3]

Ist das eine Anleitung zur Unterdrückung von Emotionen? Fordern Stoiker allgemein Gelassenheit auch angesichts gröbster Verletzungen der persönlichen Würde oder, im Fall von Staaten, bei Verletzungen der Souveränität oder der Menschenrechte? Ich würde sagen, nein. Zugegeben, die Stoiker greifen diese Probleme nicht auf. Aber sie hatten ein komplexes Verständnis des kognitiven Gehalts von Emotionen und betonten, dass wir es uns zur Gewohnheit machen müssen, die Einschätzungen und Überzeugungen im Kern unserer emotionalen Reaktionen zu überprüfen; wir dürfen daher annehmen, dass sie umfangreiche Kenntnisse haben, um uns in diesen Dingen anzuleiten. Ihr Auftrag ist aktuell, umfassender und aufgeklärter und beinhaltet die Erziehung, nicht die Unterdrückung der Emotionen. Wenn wir die antiken Stoiker lesen, müssen wir berücksichtigen, dass ein Autor wie Epiktet ein Sklave zur Zeit Neros war. Er fand Freiheit durch innere Kontrolle und Gleichmut. Es war die einzige Befreiung, die er angesichts schwerer Entbehrungen finden konnte. Unsere heutigen Lebensumstände sind nicht unbedingt die seinigen. Was aber gleich bleibt, ist die Notwendigkeit, Emotionen mit Weisheit und uneingeschränktem Respekt für die Menschlichkeit zu erziehen. Das ist etwas, was uns eine allgemeine stoische Erziehung der Emotionen lehren kann.

Admiral James B. Stockdale und Epiktet

Ich kannte einen Marineoffizier, der in den Lehren von Epiktet Zuspruch fand. Epiktets Situation war für ihn wie seine eigene. Als der erfahrene US-Marineflieger James B. Stockdale am 9. September 1965 über Vietnam abgeschossen wurde und mit dem Fallschirm in die Hände des Feindes sprang, sagte er zu sich mit bemerkenswerter Weitsicht: „Mindestens fünf Jahre werde ich da unten bleiben. Ich verlasse die Welt der Technologie und betrete die Welt von Epiktet.“ Dessen *Enchiridion* war Stockdales Bettlektüre in den vielen Offiziersmessen, in denen er sich aufhielt, als er Mitte der 1960er-Jahre in den Gewässern vor Vietnam kreuzte. Er prägte sich vieles aus Epiktets schmalem Buch ein. In den siebeneinhalb Jahren als Kriegsgefangener in Nordvietnam wurden die Lehren der Stoiker zu seinem Überlebenselixier. Ihre Philosophie passte zu den Herausforderungen des Kriegsgefangenendaseins, in dem ihm fast alle körperliche und seelische Nahrung vorenthalten wurde. Das Überleben im Kriegsgefangenenlager war der Versuch, unter Extrembedingungen und angesichts unaussprechlicher Entbehrungen die Kontrolle zu behalten.

Aber selbst für Stockdale bedeutete als Stoiker zu leben nicht, Emotionen oder das Verlangen nach Anschluss und Verbindung zu ersticken. Mithilfe von Geheimcodes und unsichtbarer Tinte schrieb er voller Sehnsucht an seine Frau Sybil. Mit den ihm unterstellten Truppen blieb er auch in der Gefängniszelle in Verbindung. Er sehnte sich nach ihrer Gesellschaft, auch wenn er dies nur durch das Tippen von Morsecodes auf eine Gefängniswand oder durch andere Verschlüsselungstechniken – etwa durch Bürstenstriche in einem Eimer, in den die Gefangenen ihre Notdurft verrichteten – mitteilen konnte. Nie verlor er die die Hoffnung, auch weil er wusste, dass seine Frau Sybil in Washington, D.C., hart für die Freilassung der amerikanischen Kriegsgefangenen kämpfte – obwohl es sieben Jahre dauern sollte. Der Stoizismus lehrte ihn nicht, emotional abzustumpfen oder seine Wünsche und Gefühle zu unterdrücken, sondern mit Schläue sein Überleben zu sichern und nach Kontrolle zu streben, wo er sie finden konnte. Er stand fast unmöglichen Herausforderungen gegenüber: zweieinhalb Jahre Einzelhaft, oft in Fußeisen. Folter, um ihm Staatsgeheimnisse abzupressen. Ein gebrochenes Bein, das er sich zugezogen hatte, als er nach seiner Landung mit dem Fallschirm vom Straßenmob verprügelt wurde. Der Bruch verheilte nie und verursachte ihm während seiner Gefangenschaft und lange danach endlose Schmerzen. Stoizismus bedeutete auch, „die Zähne zusammenzubeißen“.

Geben uns die Stoiker eine Anleitung zur Unterdrückung von Emotionen? Ich würde sagen, nein

Aber er löschte seine Hoffnung, seine Liebe, seine Bindung zur Familie, zu seinen Soldaten und zum Land nicht aus. Er blieb in Verbindung und emotional lebendig. Dieser emotionale Geist war entscheidend dafür, wie er seine Truppen führte, selbst in Gefangenschaft. Und dafür, wie er diese überstand.[4]

Mark Aurel: Leben in Verbundenheit

Ein anderer, noch berühmterer militärischer Führer wandte sich bei seiner Suche nach innerer Stärke ebenfalls den stoischen Lehren zu. Aber auch diese Form des Stoizismus war stark von Emotionen und sozialen Bindungen durchdrungen. Die Rede ist von Mark Aurel, der im zweiten Jahrhundert (121–180 n. Chr.) römischer Oberbefehlshaber und Kaiser war. Er schrieb bei Einbruch der Nacht, während der Feldzüge gegen die Germanen an der Donau; bedrückende Bilder von Schlachtfeldern erinnerten ihn daran, wie wichtig der Erhalt menschlicher Verbindungen ist. Man stelle sich eine abgetrennte Hand und einen Kopf neben dem restlichen Torso vor, so sein Gedanke: „[…] so etwas tut sich derjenige selbst an, der […] sich absondert“ von der Gemeinschaft, deren Teil er ist. Nicht auszuschließen, dass ihn tief sitzende Bilder vom Töten im Nahkampf und von zerstückelten Körpern verfolgten. Aber er nutzte die Vorstellung, um sich nicht nur die Unversehrtheit des intakten Körpers, sondern auch die Integrität einer menschlichen Gemeinschaft, die durch einen gemeinsamen Zweck verbunden ist, vor Augen zu halten.

Mark Aurels Beobachtungen waren ursprünglich rein private Aufzeichnungen. Doch mit der Zeit wurden sie öffentlich, fanden ein großes Publikum und sind unter dem Titel *Selbstbetrachtungen* bekannt. Es sind die Betrachtungen eines Befehlshabers auf der Suche nach innerer Stärke im Angesicht des anstürmenden Feindes und der Antoninischen Pest, einer Seuche, die ihn und seine Truppen heimsuchte. Es sind aber auch die Betrachtungen eines Heerführers, der auf der Verbindung und Zusammenarbeit von Menschen als Teil eines größeren Gemeinwesens bestand. Als vernünftige Wesen sind wir „zu einer einheitlichen, gemeinsamen Tätigkeit bestimmt.“ Man solle wiederholt zu sich sagen: „Ich bin ein ‚Melos‘ (Glied) im System aller vernünftigen Wesen.“[5] Die Idee beeinflusste die europäische Aufklärung und besonders die Arbeit von Immanuel Kant. Auch Kant drang auf eine Gemeinschaft vernunftbegabter Menschen, die durch das moralische Gesetz miteinander verbunden sind, aber auch durch das Gefühl der Achtung für die Vernunft, die in jedem Menschen als moralischem Akteur verkörpert ist. Er mahnte gemeinschaftliche Anstrengungen an, die Marc Aurel als entscheidend für eine Kampftruppe und ihren Korpsgeist ansah. Entscheidender ist jedoch, dass beide den Kooperationsgeist und das Gefühl der Verbundenheit betonten, die für das Leben in einer gemeinsamen, von Ordnung und Vernunft bestimmten Welt notwendig sind.

Moralische Verletzung

Emotionen verbinden uns mit anderen. Aber sie verbinden uns auch mit uns selbst. Unsere Emotionen anzuerkennen, sie zu erkennen, zu benennen, sie zu beherrschen, wenn sie unberechenbar sind, und sie zu erziehen, wenn sie Führung brauchen – all dies gehört zur Selbsterkenntnis. Das Zeugnis unserer Emotionen trägt einen Teil dazu bei.

Aber der Krieg löst schmerzvolle Gefühle aus, die oft kaum zu ertragen sind und den Soldaten seelische Qualen bereiten. Manchmal sind es Scham- oder Schuldgefühle aufgrund von Unfällen, die sich unter ihrer Aufsicht ereignen, für die sie aber nichts können. Manchmal wegen der Ausführung von Operationen, von denen man weiß, dass sie ungerechtfertigt sind oder die Einsatzregeln verletzen, obwohl sie von einem Vorgesetzten befohlen wurden. Manchmal wegen der Teilnahme an einem Krieg, dessen Grund man einst für legitim hielt, den man nun aber als ungerechtfertigt oder sinnlos ansieht. Manchmal, weil man für Kollateralopfer verantwortlich ist und diese hätte minimieren sollen. Manchmal, weil man hilflos mitansehen musste, wie ein Kamerad von Aufständischen getötet wurde, die als Nichtkombattanten getarnt waren.

Im Krieg mangelt es nicht an Stressfaktoren, die das Gefühl erschüttern können, eine gute Seele zu haben oder über einen zuverlässigen Kompass zu verfügen, der einen das Richtige tun und das Falsche vermeiden lässt. Wenn posttraumatischer Stress im Kern eine Angstreaktion auf eine Bedrohung des Lebens ist, dann ist eine moralische Verletzung die Reaktion auf moralische Bedrohungen. Sie ist eine Reaktion auf eine wahrgenommene moralische Verfehlung, die den Sinn für Güte und Menschlichkeit überwältigen kann. Sie kann die Überzeugung untergraben, dass man noch eine gute Seele hat. Eine Soldatin oder ein Soldat kann das Gefühl haben, etwas zutiefst Falsches getan zu haben, etwa weil er beim Sichern eines wichtigen Checkpoints auf ein durchrasendes Auto geschossen und dabei ein Kind getötet hat. Oder, wie im Fall eines mir bekannten Soldaten, weil durch ihn versehentlich ein Kamerad zu Tode kam. Der Mann litt unter den Folgen eines schrecklichen Unglücks: Während er das Kommando hatte, wurde einer seiner Soldaten durch unbeabsichtigtes Feuer aus einem Turmgeschütz getötet. In einem anderen Fall hatte ein Soldat den Befehl, Schmerzensgeld an die Hinterbliebenen von versehentlich getöteten Zivilisten auszuzahlen, wobei der Betrag angesichts dessen, was die Familie erlitten hatte, erbärmlich niedrig war. Hinzu kam noch die Demütigung, dass der Soldat der Familie die Leichen nicht rechtzeitig für das Begräbnis übergeben konnte, sodass sie monatelang in der irakischen Hitze verwesten. Als man sie schließlich geborgen hatte, wurden sie von den irakischen Behörden entgegen den Tatsachen als „feindliche Kombattanten“ etikettiert.[6]

Solche Vorfälle können das Gefühl von Soldatinnen und Soldaten für das Gute zerstören. Sie zersetzen den Glauben daran, dass sie auch im Krieg noch gute Menschen sein können. Welche Menschen werden sie sein, wenn aus dem Krieg zurückkehren? Werden sie diese Verletzungen für immer mit sich herumtragen? Andererseits würden wir einen Soldaten für rücksichtslos und hartherzig halten und ihm das moralische Gewissen absprechen, wenn er vom extremen menschlichen Leid und der Zerstörung im Krieg unberührt bliebe. Wir wollen, dass sich Soldatinnen und Soldaten auf angemessene Art psychisch wappnen. Aber wir wollen nicht, dass sie unempfindlich für die moralischen und emotionalen Reaktionen werden, die durch das Töten und den Gebrauch von Waffen hervorgerufen werden.

Es gibt nicht die eine moralische Verletzung, die alle Fälle abdeckt. Sich der moralischen Verletzung bewusst zu werden, erfordert für den einzelnen Soldaten oft, ein Gespür für die feinen Unterschiede der Emotionen zu entwickeln. Durch Emotionen und ein Verständnis dieser Emotionen, ihrer Wurzeln und der Wege, auf denen sie Wunden allmählich heilen, legt man moralisch Rechenschaft ab. Der einzelne Soldat muss Verantwortung für seine Handlungen übernehmen. Aber das gilt auch für politische Entscheidungsträger mit Bezug auf die Kriege, in die sie ihre uniformierten Staatsbürger schicken. Nicht Soldaten erklären anderen Ländern den Krieg, sondern das gewählte politische Personal. Und deren Wählerinnen und Wähler. Trotzdem sind es noch immer die Soldaten, die moralische Verletzungen sowohl erleiden als auch verursachen können. Dass zudem auch Zivilistinnen und Zivilisten in Kriegsgebieten grauenvolle, schwerwiegende Verletzungen und Todesfälle erleiden, kann man tagtäglich auf der ganzen Welt beobachten.

Wenn posttraumatischer Stress im Kern eine Angstreaktion auf eine Bedrohung des Lebens ist, dann ist eine moralische Verletzung die Reaktion auf moralische Bedrohungen

Was noch nicht genügend Beachtung findet, sind die Wunden, die Soldatinnen von den eigenen Kameraden zugefügt werden. Ich habe einmal eine Angehörige der Luftwaffe interviewt – nennen wir sie „Sally“ –, die im Alter von 22 Jahren im Irak eingesetzt wurde. Der tägliche Gang in die Kantine führte ihr schonungslos vor Augen, wie gefährdeten sie als Frau in einem überwiegend von Männern dominierten und sexistischen Militär war. „Wenn ich reinkam, wurde ich von allen angestarrt.“ – „Ich fühlte mich wie eine Jagdbeute.“ Nicht nur ihre Kameraden waren beteiligt, sondern auch Offiziere, also genau diejenigen, an die

sie sich um Unterstützung wenden sollte. Aber nicht nur das tägliche Begafftwerden beim Mittagessen belastete sie; besorgt fragte sie sich, ob sie ihren Kameraden im Gefecht vertrauen könnte. Wenn sie nach dem Wäschewaschen wiederkam, um ihre Sachen zusammenzulegen, bemerkte sie regelmäßig, dass ihre Unterwäsche fehlte. Hinter dem Diebstahl ihrer BHs und Slips vermutete sie einen Streich übelwollender Männer. Sie fühlte sich bloßgestellt und machte sich Gedanken darüber, wie sie ihrer Mutter erklären sollte, warum sie regelmäßig mehrere neue Care-Pakete mit Unterwäsche statt mit Süßigkeiten brauchte. Sie glaubte nicht, dass sie ihre Vorgesetzten, die sie so anstarrten, um Hilfe bitten und ihnen vertrauen könnte. Also stand sie es allein durch. In anderen Fällen wiesen Frauen ihre männlichen Kollegen vom Sanitätsdienst darauf hin, dass es bei den Außentoiletten auf Militärbasen keine Behälter zur Entsorgung gebrauchter Tampons gab und die hygienischen Bedürfnisse von Frauen keine Beachtung fanden. Man machte sich über sie lustig, weil sie als Frauen ihren Zyklus hatten.

Eine andere Frau, die ich kenne, ist heute Kampfpilotin in einem hohen Offiziersrang und Trägerin zahlreicher bedeutender militärischer und akademischer Auszeichnungen. Zu Beginn ihrer Laufbahn hörte sie den ihr überstellten Offizier sagen, ihre bloße Anwesenheit auf der Basis zerstöre den „Status quo“ und beschädige „Erbe und Tradition“. Um ins „Kumpel-Netzwerk“ aufgenommen zu werden, wollte sie diese anfangs übertrumpfen, indem sie noch vulgärere Lieder sang, sexistische Bemerkungen wiederholte und die Männer unter den Tisch trank. Später wurde ihr klar, dass sie damit ihre eigene Würde untergrub. Rettung fand sie, als ein ranghoher Offizier, der ihr Talent sah, ihre herausragenden akademischen Fähigkeiten kannte und ihre Karriere unterstützte, ihr ehrlicher Mentor wurde.[7]

Nicht alle Frauen im Militärdienst finden solche Mentoren. Und in den Vereinigten Staaten haben weibliche Führungskräfte beim Militär momentan immer geringere Chancen. Bald könnte es noch mehr und noch schlimmere moralische Verletzungen in den Streitkräften geben, die sich die Führungskräfte selbst zufügen. So werden die Investitionen in die Fähigkeiten und Talente einer Nation verschwendet. Es ist eine Selbstschädigung, eine schreckliche und tragische Schwächung einer Streitmacht.

Moralische Heilung

Wie heilt man die Wunden des Krieges? Wie kehrt man nach Hause zu Familie und Freunden zurück, die vielleicht nicht gedient haben oder die Belastungen des Krieges nicht aus erster Hand kennen? Auch hierfür ist es entscheidend, die Rolle von Emotionen zu würdigen. In diesem Fall sind Vertrauen und Hoffnung der Schlüssel.

Und auch dabei können wir wieder von der antiken griechischen Tradition lernen. Der große Tragödiendichter Sophokles war selbst General. Seine Generation hatte jahrzehntelangen, ununterbrochenen Krieg erlebt. Er schrieb eine Art „Heimkehrstücke“ für Soldaten und Nichtsoldaten gleichermaßen. Ein solches Stück war *Philoktetes*, die Geschichte eines verwundeten griechischen Kriegers, der von Odysseus auf dem Feldzug gegen Troja zurückgelassen wurde.

Philoktetes war für seine Kameraden zur Belastung geworden. Wegen eines Schlangenbisses wimmerte er vor Schmerzen. Der Gestank der offenen Wunde und seine Schmerzensschreie wurden für die anderen unerträglich, sodass er von seiner eigenen Mannschaft ausgesetzt und auf einer einsamen Insel am Peloponnes zehn Jahre sich selbst überlassen wurde. Das heißt so lange, bis Philoktetes’ heiliger Bogen – ein Geschenk des Halbgottes Herakles, mit dessen Hilfe er auf der verlassenen

Die Autorin

Nancy Sherman *ist Distinguished Professor und Professorin für Philosophie an der Georgetown University. Sie hat eine Gastprofessur für Nationale Sicherheit und Recht am Georgetown Law’s Center. Sherman setzt sich für die psychische Gesundheit von Militärangehörigen und Veteranen in den USA und im Ausland ein und berät zum Thema. Sie hält international Vorträge über antike Philosophie, Militärethik, moralische Verletzungen, die Moralpsychologie des Krieges und Emotionen. Zu diesen Themen hat sie mehr als 70 Artikel und mehrere Bücher verfasst. Der Titel ihres nächsten Buches lautet „How to Have a Soul: What Aristotle Teaches Us About Lasting Happiness“ (Yale). Weitere Informationen unter www.nancysherman.com.*

Insel jagen und überleben konnte – zur letzten Hoffnung der Griechen im Kampf gegen Troja wurde. Und so kehrte Odysseus zurück, um Philoktetes (und besonders dessen Bogen) zu retten. Der schlaue Odysseus wagte nicht, sein Gesicht zu zeigen, da er für das Zurücklassen seines eigenen Mannes mitverantwortlich war. Aber er lehrte einen jüngeren und fügsamen Kämpfer mit Namen Neoptolemus, wie er eine Freundschaft zu Philoktetes aufbauen sollte, um den Bogen zu sichern.

Die Wendung im Stück besteht darin, dass durch die Beziehung zwischen dem jungen Neoptolemus (dessen Name „junger Krieger" bedeutet) und dem verlassenen und älteren Philoktetes (in dessen Name „Freundschaft" oder „freundschaftliche Gefühle" anklingen) echtes Vertrauen erwächst. Durch diese neue Freundschaft beginnt Philoktetes' Heilung. Er gewinnt das Vertrauen in seine Kameraden sowie neue Hoffnung in sich und seinen Selbstwert zurück. Er kann nach Hause zurückkehren; die moralische Heilung hat bereits begonnen. Das Band von Vertrauen und Freundschaft zu anderen, die seine seelischen Qualen verstehen, hilft, seine Kriegswunden zu heilen.

Sophokles erzählte diese Geschichte vor einem Publikum von etwa 15.000 Menschen im großen Amphitheater in Athen, vor voll besetzten Rängen mit Veteranen und ihren Familien und vor politischen und militärischen Führungspersönlichkeiten in den ersten Reihen. Sie alle waren gespannt darauf, die Erzählung des großen Tragödiendichters zu hören und zu sehen. Sie verstanden, was das Stück über Resilienz lehrte. Sie verstanden auch, dass sie als aufnehmende Gemeinschaft entscheidend für die Heilung ihrer heimkehrenden Soldaten waren. Viele von ihnen waren selbst im Krieg gewesen. Aber auch wenn nicht, wussten sie um die Härte endloser Kriege und wollten für jene da sein, die endlich zurückkehrten. Sophokles als General wusste das auch. Er half seinem Land nach Jahrzehnten des Krieges bei der Heilung. Er half Soldaten, heimzukehren und wieder ein ziviles Leben aufzunehmen.

Wir alle können etwas daraus lernen. Wir schicken Soldaten in den Krieg, sind aber oft nicht da, um ihnen zu helfen, wieder heimisch zu werden oder nach ihrer Rückkehr Sicherheit, Unterkunft, angemessene medizinische Versorgung und Vertrauen zu finden. Wir scheuen uns oft davor, ihre Geschichten zu hören, aus Angst, sie nicht zu verstehen oder nicht zu wissen, was wir sagen sollen. Daher sagen wir manchmal nur „danke für Ihren Dienst". Viele Soldaten, die ich kenne, lässt diese banale Reaktion kalt. Sie fühlen sich entfremdet und isoliert. Ein Teil meiner Arbeit an der Universität und in größeren Kontexten besteht darin, Soldaten zuzuhören und das weiterzuerzählen, was sie sie mir erzählen. Das allein ist ein Weg, Vertrauen aufzubauen und Soldaten zurück nach Hause in die Gemeinschaft zu bringen.

Wir kämpfen noch immer in langwierigen Kriegen, in der Ukraine, in Gaza, in Nordafrika, im Jemen und anderswo. Soldatinnen und Soldaten egal welchen Ranges brauchen die Unterstützung ihrer Heimatländer und auch der internationalen Gemeinschaft. Zivilistinnen und Zivilisten in Kriegsgebieten verhungern und die Zahl der Todesopfer ist erschreckend hoch. Die psychischen und moralischen Wunden des Kriegs zu versorgen ist eine gemeinsame Aufgabe und nicht nur das Privatproblem einer Soldatin oder eines Soldaten.

1 Aristoteles (2007): Die Nikomachische Ethik. Übersetzt von Olof Gigon, neu hg. von Rainer Nickel. Düsseldorf, II. 11, 1125b30–33.
2 L. Annaeus Seneca (1969): De Ira/Über den Zorn, I.9.1–2. In: ders.: Philosophische Schriften. Lateinisch und deutsch. Erster Band: Dialoge I–VI. Übers., eingel. und m. Anm. vers. von Manfred Rosenbach. Stuttgart.
3 Epiktet (1996): Handbüchlein der Moral. Zürich, S. 15. Weitere Informationen über Stoizismus siehe Sherman, Nancy (2022): Stoische Weisheit. München.
4 Siehe Sherman, Nancy (2005): Stoic Warriors. New York, S. 1–9.
5 Mark Aurel (2010): Selbstbetrachtungen. Griechisch-deutsch. Hg. und übers. von Rainer Nickel. Mannheim, S. 195, S. 155.
6 Sherman, Nancy (2015): Afterwar. New York, S. 77–81.
7 Details zu diesen Berichten siehe Sherman, Nancy (2015), s. Endnote 6, S. 105–147.

Auch stoische Krieger zeigen Gefühle © 2025 by Nancy Sherman is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. To view a copy of this license, visit https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

DOI: 10.48701/opus4-833

„MEIN WERTEKONSTRUKT WURDE VÖLLIG DURCHEINANDERGEWIRBELT“

André Hassan Khan ist Oberstabsfeldwebel im 30. Dienstjahr. Als ausgebildeter Sensorbediener an der Heron 1 war er ein viel gefragter Spezialist und hat 27 Auslandseinsätze absolviert. Im Team mit dem Piloten, der das unbemannte Luftfahrzeug fernsteuerte, war er für die Steuerung der Kameras sowie die Erstbewertung der gelieferten Bilder verantwortlich. Seine Erlebnisse und seine posttraumatische Belastungsstörung hat er in einem Buch (s. unten) verarbeitet, aus dem wir im Interview kurze Passagen wiedergeben. Zum Zeitpunkt unseres Gesprächs hat er eine ambulante Therapie in Kiel abgeschlossen und befindet sich in einer Dienststelle der Bundeswehr in der Wiedereingliederung. André Hassan Khan engagiert sich auch politisch bei den Liberalen Soldaten und Veteranen e.V., die der FDP nahestehen.

Herr Hassan Khan, wie und wann sind Sie zur Bundeswehr gekommen?

1995 machte ich als Wehrpflichtiger die Grundausbildung im Heer. Nach meiner Verpflichtung wechselte ich zum Nachschub und später zum Flugberatungsdienst beim Lufttransportgeschwader 63 in Rendsburg. 2009 las ich eine E-Mail, dass man sich auf die Ausbildung an einem unbemannten Aufklärungssystem bewerben könne. Mit ihrer Größe und ihren Fähigkeiten war die Heron 1 damals etwas völlig Neues; das interessierte mich, ich bewarb mich und wurde genommen.

Und dann ging es in die Einsätze?

In Afghanistan war ich schon als Flugberater zweimal gewesen; ab 2010 begannen die Einsätze mit Heron 1. Anfangs dreimal im Jahr; in der Regel sechs Wochen, mal kürzer, mal länger, wie eine Art Hopping. Als Spezialisten wurden wir oft gebraucht.

Was sieht man denn durch die Kamera?

Tatsächlich sind mehrere Kameras eingebaut gewesen. Es gibt eine normale Zoomkamera und eine, mit der man extrem nah heranzoomen kann, wenn man zum Beispiel wissen will, was ist denn das da gerade rechts neben der Mauer? Zusätzlich gibt es eine Infrarotkamera, die Wärmesignaturen liefert. Damit kann man auch erkennen, ob eine Person noch lebt. Wenn man etwa schwarz für warm und weiß für kalt einstellt, dann ist umso weniger Leben in einem Objekt, je heller es erscheint.

Empfanden Sie Ihren Dienst und solche Bilder als belastend?

Anfangs überhaupt nicht. Ich habe ohne Probleme die Koordinaten feindlicher Schützen weitergegeben, damit diese Ziele, wie man es so unschön nennt, neutralisiert werden können. In Mali haben wir einmal nachträglich einen Anschlag auf ein Camp in Gao aufgeklärt, bei dem rund 100 Menschen getötet wurden. Auch das war nicht so belastend, weil es schon passiert war.

Aber dann gab es einen Einsatz, bei dem das anders war …

Ja, das war in Afghanistan im Frühjahr 2017. Taliban hatten sich als afghanische Soldaten getarnt und sich mit einem Krankenwagen und angeblich Verletzten darin Zutritt zu einem Stützpunkt der afghanischen Armee verschafft, um dann die wehrlosen Menschen während des Freitagsgebets einfach niederzumetzeln. Zu diesem Zeitpunkt hatte ich schon mindestens 15 Einsätze hinter mir, aber so etwas hatte ich noch nicht erlebt. Zum einen, weil es so konfus war; wer war überhaupt unschuldig, wer nicht? Überall im Feuer gab es kleinere Explosionen, wahrscheinlich wegen der brennbaren Stoffe, die an verschiedenen Stellen lagerten.

Und warum noch?

Afghanische Kräfte, die schließlich anrückten, versuchten, die Angreifer, die wir irgendwann nach zwei Stunden Gemetzel identifiziert hatten, zu töten. Wir konnten wieder nur hilflos zusehen, wie sie von ihren Humvees aus ohne Rücksicht auf Freund oder Feind in das umzäunte Gelände hineinfeuerten. Das hat mein Wertekonstrukt völlig durcheinandergewirbelt.

„Ich hätte erleichtert sein können, aber die Art, wie sie [die Taliban] gestoppt wurden, war für mich ein Schock. Der Gegenschlag der afghanischen Armee erinnerte mich an eine Exekution. […] Das traf mich auf eine Art und Weise, die ich selbst jetzt, Jahre später, kaum in Worte fassen kann. […] Für eine kurze Weile machte es den Eindruck, als sei dort unten, in der Kaserne, jede Idee von Menschenwürde, Empathie und Humanismus außer Kraft gesetzt worden.“

Haben Sie nach diesem Erlebnis sofort eine Veränderung bemerkt?
Natürlich war das extrem belastend, aber das habe ich zu dem Zeitpunkt noch nicht gewusst. Wir sitzen zwar in der Bodenkontrollstation, sind aber mental immer vor Ort. Für Außenstehende ist das schwer zu verstehen.

Wie üblich gingen wir relativ zügig zur Tagesordnung über; nach der Landung haben wir die Papiere gemacht und das Ganze abgetan, nach dem Motto „Das war jetzt aber ganz schön heftig". Aber schon das Nachhausekommen fühlte sich nicht mehr so an wie sonst; dann habe ich Asthma und andere körperliche Beschwerden entwickelt. Irgendwann war es nicht mehr aushaltbar, abgesehen davon, dass auch die Ehe darunter gelitten hat. Es war, als wollte mir der Körper sagen: Hey, mit dir stimmt was nicht, du solltest das langsam mal wahrnehmen.

Man spürt also tatsächlich zuerst die körperlichen Symptome?
Bei mir war es so, erst danach kamen zum Beispiel die Stimmungsschwankungen, bis es auch psychisch extrem wurde. Eine posttraumatische Belastungsstörung oder Moral Injury, um die es in meinem Fall ja auch geht, ist ein bisschen wie eine Demenz: Sie kommt schleichend, und wenn sie erst mal da ist, ist es zu spät.

Sie waren aber auch nach dem Erlebnis noch in Einsätzen?
Ja, ich bin auch gern im Einsatz gewesen. Es gab da dieses Wir-Gefühl, und wir konnten die Heron nur im Einsatz richtig fliegen – zu Hause gab es nur den Simulator. Ich hatte dort in der Regel auch keine Schlafprobleme. Aber plötzlich ging das alles nicht mehr. Ich habe nur noch gegrübelt. Man weiß gar nicht genau worüber, aber es lässt einen nicht mehr los. Nur vier Stunden Schlaf, das ist einfach selbstzerstörerisch.

Wann und wie kam der Punkt, an dem Sie etwas unternommen haben?
Meine Frau hatte mir schon lange gesagt: Irgendwas ist nicht okay mit dir, lass dich untersuchen. Anfangs habe ich das nicht geglaubt und sogar erwidert, dass sie sich vielleicht mal untersuchen lassen müsste … Wir hatten schön Stress zu Hause.

„Die Angst um meinen Job und vor allem mein Ansehen innerhalb der Bundeswehr war so groß, dass ich lieber meine Frau und unsere Beziehung belastete, als Schritte zur Lösung meiner Probleme zu gehen. Vor allem hätte ich mit keinem Wort zugegeben, dass ich vielleicht die Kontrolle über mein Leben verloren hatte. […] Es gibt den Witz von dem Geisterfahrer, der im Radio hört: „Achtung, auf der A1 kommt ihnen [sic!] ein Geisterfahrer entgegen", und daraufhin empört ruft: „Einer? Hunderte!" Genau das ist es, was die PTBS im Kopf des Erkrankten anrichtet. Sie vermittelt den Eindruck, dass die ganze Welt um einen herum immer seltsamer wird, man selbst aber nicht."

Irgendwann hatte ich im Homeoffice einen Ausraster, und als meine Frau etwas dazu sagte, hat sie auch noch verbal einen abbekommen. Das war der Moment, wo ich gesagt habe, jetzt nehme ich meine Sachen und fahre sofort zum Arzt.

Und wie ging es dann weiter?
Ich hatte meine Mappe mit den *Troops in Contact*-Formularen mitgenommen. Damit werden im Einsatzführungskommando, wie es damals noch hieß, belastende Ereignisse wie Raketenangriffe und Ähnliches dokumentiert. Der Truppenarzt schaute sich das an, klappte den Deckel wieder zu und sagte: Dann fangen wir jetzt mal an. Schon bald darauf hatte ich im Bundeswehrkrankenhaus in Hamburg meinen ersten Termin.

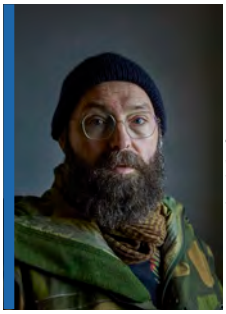


Foto: Jens Umbach/laif
André Hassan Khan

Eine posttraumatische Belastungsstörung oder Moral Injury ist ein bisschen wie eine Demenz: Sie kommt schleichend, und wenn sie erst mal da ist, ist es zu spät

Sie haben drei Pflegekinder. Haben die unter Ihrer Krankheit gelitten?
Meine Frau und ich haben tunlichst vermieden, dass sie etwas mitbekommen. Die beiden

Jüngeren waren ohnehin zu klein. Nein, die Kinder waren eher der der Lebensretter. Wenn die Familie nicht mehr da ist, was nicht selten passiert, dann fehlt oft die Struktur – morgens aufstehen, waschen, zur Arbeit gehen, einkaufen – und dann kann alles den Bach runtergehen. Gerade weil unsere Kinder besondere Bedarfe haben, mussten wir uns kümmern. Das war zwar umso fordernder, aber ich kann nur Danke dafür sagen, dass sie da waren und noch da sind.

Welche Art von Therapie haben Sie gemacht?
Ich habe mich für eine ambulante Therapie in Kiel entschieden, weil ich nicht wieder ständig wegwollte. Außerdem bekam ich von einem freien Träger in der Nähe von Rostock meine Assistenzhündin. Ein sehr guter Kamerad hat das durch eine Spendensammlung während seines Einsatzes in Gao möglich gemacht. Natürlich war die Psychotherapie wichtig, aber als Byrdie da war, schon nach der ersten Schulung, sah man sofort eine größere Veränderung.

Das Schreiben des Buchs zusammen mit meinem Koautor war dann wie eine zweite Therapie. Nicht nur weil ich mich mit meiner Biografie auseinandersetzen musste, sondern auch mit der PTBS, dem Tag, an dem alles passierte, der Zeit danach und so weiter.

Selbstfürsorge, Eigenverantwortung, ist das A und O, speziell für uns Soldatinnen und Soldaten

Wie war oder ist für Sie der Alltag mit der PTBS? Was war für Sie das Schwierigste?
Einkaufen zum Beispiel war so gut wie unmöglich, weil ich die ganzen Menschen nicht kontrollieren konnte. Das ständige Scannen der Umgebung war unwahrscheinlich einschränkend. Auch das Nachdenken und die Angst bei Dunkelheit waren sehr, sehr stark. Man verspannt und verhärtet dadurch völlig im Nacken und im Schultergürtel. Ich hatte begleitend auch Physiotherapie. Wenn ich über die Dinge rede, spannt es sich auch heute noch an … Interessant, gerade ist Byrdie hier aufgetaucht …

… die spürt das also?
Genau, sie ist auf mich trainiert.

Und wie hat Ihre Therapeutin mit Ihnen gearbeitet?
Wir gingen zum Beispiel ins Einkaufszentrum. Ich hörte Schritte hinter mir, vor mir, neben mir, habe den Bäcker vor meinem geistigen Auge explodieren sehen, das war ganz schrecklich … Aber sich dem zu stellen war hilfreich, um festzustellen, das Piepen der Kasse ist eben ein Piepen der Kasse, es werden keine Flammen aus dem Bäcker schlagen und der Mann am Postschalter, der sein Paket so umständlich verpackt, will nicht gleich etwas in die Luft sprengen. Es dauert ein bisschen, das zu verstehen.

Sind Sie dadurch die PTBS und ihre Symptome wieder vollständig losgeworden?
Nein, es bleibt alles da. Aber man kann lernen, damit umzugehen – der eine besser und der andere nicht. Meine Therapeutin sagt, mit der PTBS sei es ähnlich wie mit dem ungeliebten Nachbarn: Wenn er klingelt, geht man an die Tür und sagt: Ach, heute nicht, und macht wieder zu. Aber das Minarett, das bei dem Einsatz 2017 immer wieder im Bild war, das hat sich bei mir ganz tief eingebrannt. Unweit von mir steht auch eine Moschee, und bis heute vermeide ich, daran vorbeizufahren, weil das Minarett Erinnerungen hervorruft, die ich nicht unbedingt möchte.

Das Buch

*Die Auszüge stammen aus André Hassan Khans Buch „**Heute fühlt sich alles an wie Krieg: Ein Drohneneinsatz, ein Trauma und seine Folgen**“. Hamburg: Rowohlt, 2024.*

Und dass Ihre Werte durcheinandergeraten sind, Ihr Grübeln – haben Sie sich auch damit auseinandergesetzt?

Absolut, weil es ja auch Hauptbestandteil des Problems war. Anfangs war es ein bisschen schwierig, weil man keinen Hebel hat. Es klingt ein bisschen banal, aber meine Therapeutin sagte oft: Machen Sie sich nicht so einen Kopf, alles ist super. Am Anfang glaubt man das nicht, aber die Gespräche waren sehr klärend und hilfreich. Außerdem war die EMDR-Therapie *(Eye Movement Desensitization and Reprocessing, d. Red.)* ein Game-Changer. Man imitiert damit den REM-Schlaf, um an verschlossene Erinnerungen heranzukommen. Dadurch soll es zu einer emotionalen Überladung und einem Ausbruch kommen. Ich bekam einen Lachflash.

„Am Tiefpunkt meines Lebens angekommen, sitze ich bei meiner Psychologin und kann nicht mehr aufhören zu lachen. Ich kann nicht einmal sagen, worüber ich lache, denn es gibt keinen wirklichen Auslöser. […] Ein solches Gefühl hatte ich seit Monaten nicht mehr gespürt. Doch jetzt saß ich hier, berichtete von meinem Leidensweg und konnte nicht mehr anders. […] Dieses Lachen brach den Panzer auf, den meine Krankheit im Verlauf von drei Jahren um meine Gefühle und zunehmend auch um meinen Körper gelegt hatte.“

Für mich war das zuerst sehr verstörend, weil das Thema eigentlich nur zum Weinen ist. Aber wenn man sich nicht mehr spürt, dann ist es großartig, wenn man das zulassen kann.

Welche Lehren ziehen Sie im Rückblick aus Ihrer Geschichte? Haben Sie wichtige Botschaften an Ihre Kameraden oder an die Gesellschaft?

Einerseits hat es uns und unsere Beziehung sehr stark gemacht, trotzdem ist es grundsätzlich betrachtet eine Katastrophe. Ich will mich nicht beschweren, nur manchmal gibt es auch Rückfälle, da muss man durch. Ich komme jetzt damit klar, aber das kann eben nicht jeder.

Selbstfürsorge, Eigenverantwortung, ist das A und O, speziell für uns Soldatinnen und Soldaten, das ist unsere Resilienz. Was die Gesellschaft betrifft, wissen wir aus Umfragen, dass die Bundeswehr im Prinzip gut angesehen ist. Der Veteranentag hat schon Großes bewirkt, aber es wäre schön, wenn die Gesellschaft noch mehr den Kontakt sucht und die Menschen generell wieder mehr aufeinander achten und aufpassen – wie bei uns hier auf dem Dorf.

Und ich wünsche mir, dass man PTBS als Krankheit ernst nimmt. Es gibt immer noch sehr viele Menschen, die das einfach belächeln oder auch im Scherz benutzen: „Da kriege ich ja ein Trauma“ oder so ähnlich. Es wäre toll, wenn das anders wäre.

Herr Hassan Khan, vielen Dank für das Gespräch.

Die Fragen stellte Rüdiger Frank.

„IM EINSATZ WIRD MAN ‚GRAU AN DER SEELE'"

Jonathan Göllner ist katholischer Militärdekan im Dekanat West. Zurzeit befindet er sich in der beruflichen Wiedereingliederung. Zweimal hat er Soldatinnen und Soldaten der Bundeswehr in Afghanistan begleitet. Hier spricht er über verschiedene psychisch und moralisch belastende Ereignisse, die Spuren, die sie hinterlassen haben – und das, was er trotz seiner Erkrankung gewonnen hat.

Herr Göllner, bei Ihnen wurden eine Posttraumatische Belastungsstörung und eine Depression diagnostiziert. Wie geht es Ihnen gerade?
Es geht mit gut, ich habe in der ersten Jahreshälfte noch einmal eine Therapie gemacht und bin im Moment sehr stabil.

Wie kam es zu Ihrer Erkrankung?
Sie geht auf die Einsatzbegleitung in Afghanistan im Jahr 2009 zurück. Nach mehreren Therapien und stationären Aufenthalten in den Folgejahren ging es mir lange Zeit relativ gut, bis ich durch den Ukrainekrieg retraumatisiert wurde. Der Gazakrieg im Oktober 2023 war der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen brachte. Ich ging spontan ins Bundeswehrkrankenhaus in Koblenz. Allerdings hatte ich erst im März 2025 wieder einen stationären Therapieplatz in einer anderen Einrichtung.

Entscheidend für das Trauma war das Infragestellen unseres eigenen moralischen Status

Was haben Sie in Afghanistan erlebt?
Das erste Mal 2006/2007 in Masar-i-Sharif blieb ohne Folgen. Als ich von August bis November 2009 in Kundus war, gab nicht das eine auslösende Ereignis, sondern viele aufeinanderfolgende Stressoren; der sogenannte „Luftschlag von Kundus" spielt dabei, gerade im Zusammenhang mit Moral Injury, eine große Rolle.

Können Sie das genauer erklären?
Ich hatte mir angewöhnt, morgens auf dem Fernseher in meiner Stube sämtliche Nachrichtenkanäle durchzuschauen. Als ich davon erfuhr, habe ich mich direkt ins Kommandogebäude begeben, wo alles schon seinen Lauf nahm. Ich habe das als Kontrollverlust erlebt. Die Weltpresse tobt, spricht von Kriegsverbrechen deutscher Soldaten, im Bundestag wird debattiert, und man sitzt am Ende der Welt und kann sich nicht wehren. Es kamen viele Journalisten zu uns ins Camp, auch der amerikanische Kommandeur war ständig mit Pressetross vor Ort. Die afghanische Bevölkerung dagegen bejubelte unsere Patrouillen und bewarf sie mit Kleingeld. Auch der regelmäßige Raketenbeschuss hörte auf.

Ich hatte erst wenige Wochen vor meinem Einsatz ein Vorbereitungsseminar für Seelsorger in Berlin besucht. In dem Bewusstsein zu kommen, wir bringen etwas Gutes mit, und dann diese Verunsicherung zu erleben – das war einer der entscheidenden Faktoren.

Hatten Sie überhaupt eine Möglichkeit, sich selbst ein Urteil zu bilden?
Als Militärseelsorger begleiten wir auch ein Stück weit kritisch den Einsatz. Dafür ist es natürlich wichtig, Dinge einzusortieren, um sich nicht einfach vorbehaltlos hinter Entscheidungen zu stellen, aber auch nicht alles pauschal zu verurteilen. Wenn man nun eine widersprüchliche Botschaft bekommt, dann werden Werte, die man selbst oder die ich in dem Moment mitgebracht hatte, radikal infrage gestellt, und genau in dem Moment gibt es eben nicht die Zeit dafür. Das ist auch ein Faktor von Trauma: die Überwältigung. So wie es auf der psychologischen Ebene eher die Verarbeitung im Gehirn betrifft, gibt es auf der moralisch-ethischen Ebene nicht genügend Raum für die Verarbeitung.

Waren Sie dadurch als Seelsorger nicht überfordert?
Als Seelsorger war ich völlig in meiner Rolle. Ich habe selten so viele und intensive Gespräche geführt. Ich war angefragt, was sagen Sie dazu als Pfarrer? Plötzlich musste ich mit Deutschland Kontakt aufnehmen, im Camp präsent sein, mich mit der Führung austauschen, alles gleichzeitig, aber es funktionierte. Entscheidend für das Trauma war das Infragestellen unseres eigenen moralischen Status. Ich habe es einmal so formuliert: Man wird im Einsatz

„grau an der Seele“, man kommt nie mit sauberen Fingern raus.

Selbst wenn man sich „objektiv“ nichts vorzuwerfen hat, ist dieses Gefühl offenbar recht häufig?

Man wird von außen in Kollektivhaftung genommen; als Seelsorger bin ich noch dazu in einer besonderen Position. Ich nehme keine Waffe in die Hand, trotzdem schlägt die Verantwortung auch auf mich zurück, oder sogar erst recht, weil ich auch so etwas wie das „Gewissen“ der Mission bin.

Nach ein paar Wochen und dem regulären Kommandeurswechsel hatte sich alles wieder etwas beruhigt. Aber als ich nach Hause kam und mir die Geschichte von jedem Zeitungsständer entgegenschrie, da merkte ich: Der Einsatz ist nicht zu Ende, obwohl er zu Ende ist.

Neben dieser moralischen Überwältigung gab es aber noch andere Ereignisse, wie Sie sagten?

Ja, ich erinnere mich noch gut an den regelmäßigen Raketenbeschuss. Als mein Vorgänger und ich mit den neuen und alten Mitarbeitern der Seelsorgegruppe grillen wollten, ging die Sirene los und wir mussten erst mal 200 Meter bis zum Schutzraum sprinten. Da kommt es zu absurden Reaktionen: Der Angriff war schlimm, aber schlimmer war, dass währenddessen das Steak verkokelt ist. Einmal saß ich montagmorgens in meinem Büro, hatte gerade das „Wort zum Tag“ ins Netz gestellt und wollte frühstücken gehen. In dem Moment knallte es und die Tür kam mir durch eine Druckwelle von außen entgegen. Ein Selbstmordattentäter hatte sich in Nähe des Camps in die Luft gesprengt; außer ihm war aber niemand zu Schaden gekommen. Als es Entwarnung gab, dachte ich, ach, ich wollte doch frühstücken, und bin frühstücken gegangen.

Hatten Sie keine Angst um Ihr Leben?

Man kann nicht vier Monate lang Angst ums eigene Leben haben, das wird in den Hintergrund verdrängt. Aber es gibt eine permanente Grundanspannung. Am schlimmsten ist es für die, die passiv bleiben müssen und ständig das Gefühl haben, Zielscheibe zu sein. Einmal fuhr ich außerplanmäßig im Konvoi zu einem anderen Stützpunkt und es gab eine Warnmeldung. Als ich die Soldaten in dem stickigen Transportpanzer fragte, was mache ich denn, wenn wir angegriffen werden, wurde mir klar: Ich bin darauf angewiesen, dass andere mich verteidigen oder schützen. Das war erschreckend. Solche Momente des Ausgeliefertseins, der Hilflosigkeit haben mich am stärksten geprägt.

Jonathan Göllner

Wann und wie haben Sie die Einsatzfolgen bemerkt? Und wie sind Sie damit umgegangen?

Ich kann genau sagen, wann es anfing: am 25. Dezember 2009. Während des Mittagsschlafs träumte ich, dass ich einen Unterschenkeldurchschuss hätte. Als ich aufwachte, habe ich mich erst nach einiger Zeit getraut, die Decke wegzuziehen und mein Bein anzuschauen, so real war der Traum. Als weiter Albträume folgten, habe ich mich an einen Arzt in der Kaserne gewandt, mit dem ich gut zusammengearbeitet habe. Dadurch bekam ich sehr schnell einen Ersttermin bei Oberstarzt Zimmermann in Berlin.

Hatten oder haben Sie weitere Symptome?

Ja, vor allem die sogenannte Hypervigilanz, ein Grundgefühl von Unsicherheit. Zum Beispiel sitze ich nie mit dem Rücken zu einer Tür, wenn wir in ein Restaurant gehen. Natürlich ist das unheimlich anstrengend, wenn man sozusagen ständig die Lage checkt.

Auch körperlich?

Es ist sehr erschöpfend. Aber es hat nicht nur negative Seiten. Ich nehme viel mehr wahr, im Guten wie im Schlechten. Ich rieche in einem Garten die Rosen, gleichzeitig rieche ich Lkw-Abgase und habe die Panzer in Kundus im Kopf. Ich höre die Vögel singen, aber ich bin auch viel schreckhafter. Außerdem weiß ich mittlerweile, welche Dämonen in meinem Keller hausen und wie ich damit einigermaßen gut umgehe.

Lernt man sich durch die Therapie tatsächlich besser kennen?

Ja, man spricht auch von *post-traumatic growth*. Das Trauma ist eine Verletzung, aber

es bietet auch eine Chance zum Wachstum. Viele sagen, o Gott, du armer Kerl … Ja, es ist schlimm, was ich erlebt habe, ich habe es mir nicht gewünscht; aber es ist Teil meiner Biografie, und auf gewisse Art habe ich auch persönlich gewonnen, ich habe neue Ressourcen entwickelt.

Was hat Ihnen während oder nach der Therapie am meisten geholfen?

Ein wichtiger Faktor war, dass ich mich vor dem Einsatz auf das Thema „Traumatisierung" vorbereitet hatte. Als ich zum ersten Mal bei Professor Zimmermann war, sagte ich ihm direkt: Entschuldigung, aber normalerweise sitze ich da, wo Sie sitzen. Dadurch, dass ich gewissermaßen mein eigenes „Diagnoseobjekt" wurde, konnte ich das Erlebte schneller einsortieren.

Viele Einsatztraumatisierte haben nicht nur Qualitäten verloren, sondern auch neue gewonnen. Dafür die passende Verwendung zu finden, darum geht es

Ich würde Trauma mit diesem Bild beschreiben: Es brechen ganz viele Sachen über einen herein. Die stopfe ich völlig ungeordnet in den Schrank rein und drücke ihn zu, damit er zubleibt. Aber irgendwann lässt meine Kraft nach, und alles stürzt wieder über mich herein. Dann versuche wieder alles reinzustopfen und drücke gegen die Türen, aber diesmal hält es weniger lange. Bis ich an dem Punkt bin, wo ich mir den Raum und die Zeit nehme, alles anzuschauen und es geordnet einzuräumen. Und auf einmal bleiben die Türen von allein zu.

Im Übrigen gehören auch Medikamente zur Therapie dazu – mal mehr, mal weniger. Aber vor allem die Arbeit an den eigenen Ressourcen. Ich mir habe ganz neue Resilienzquellen erschlossen.

Können Sie ein Beispiel nennen?

Körpererfahrung erlebe ich als eine sehr starke Quelle. Während meines letzten Klinikaufenthalts habe ich zum Beispiel Qigong für mich entdeckt.

Inwiefern haben Glaube und Spiritualität eine Rolle gespielt?

Spiritualität spielt natürlich eine wichtige Rolle; weniger in Form der klassischen Frömmigkeit, sondern eher als stiller Rückzug, Meditation. Ich lebe aus einem gesunden Grundvertrauen: Es ist etwas da, da ist Gott, der mich trägt und hält. Der Einsatz hat mir geholfen, viele Glaubensthemen zu schärfen. Es ist etwas anderes, ob man im Sonntagsgottesdienst über Tod und Auferstehung predigt oder ob man die Chance von Tod und Auferstehung quasi jeden Tag vor der Haustür hat. Mittlerweile ist vieles für mich peripher. Im Einsatz gibt es eben nur ein Zelt oder einen Container, einen Kelch, eine Schale Brot … Dieser Grundbestand war Gott sei Dank sehr tragfähig..

Auch für die Soldatinnen und Soldaten?

Die messen einen nicht am Titel, sondern daran, wie man als Mensch glaubwürdig seine Botschaft vertritt. Es braucht vor allem eine gute Kaffeemaschine und einfach eine offene Tür, alles andere ergibt sich. Auch der Raum der Stille, der immer offen war, wurde viel genutzt, auch von denen, die nicht zum Gottesdienst kamen. Viele haben dort Station gemacht, haben Kerzen angezündet, manchmal auch ein Herz oder eine Sonne in die mit Sand gefüllte Schale gemalt und ein Teelicht hineingestellt. Es gibt ein Bedürfnis nach spiritueller Kameradschaft. Aber ich habe auch kritische Worte gefunden, wenn ich den Eindruck hatte, da kippt etwas.

Haben Sie auch die viel beschriebene Intensität des Einsatzes erlebt?

Für ganz viele Soldaten bedeutet der Einsatz Kameradschaft, Vertrautheit, füreinander einstehen. Das habe ich selbst nie so intensiv erlebt wie dort. Von vielen weiß ich auch, dass ihre Ehe oder Beziehung die Einsätze nicht überlebt hat – die Erfahrungen sind einfach zu anders. Bei mir war es einer der Gründe für die Entfremdung von der Gemeinschaft der Benediktiner, der ich damals noch angehörte.

Noch einmal zurück zu den Ereignissen in Kundus: Sind Zweifel, Schuldgefühle oder Ähnliches geblieben, oder haben Sie für sich eine abschließende moralische Einordnung gefunden – und auf welchem Weg?

Zweifel auf jeden Fall: Was hat der Einsatz in Afghanistan gebracht? Vor allem da er dann so überstürzt abgebrochen wurde. War es das wert, dass Soldaten dort ihr Leben verloren haben? War der Preis für das Wenige was erreicht wurde nicht zu hoch?

Schuldgefühle? Nein. Enttäuschung? Ja. Vor allem das Gefühl, von Politik und Gesellschaft im Stich gelassen worden zu sein. Die Verantwortung für den Einsatz in Afghanistan wurde an die Bundeswehr delegiert, ohne sich dessen bewusst zu sein, dass Menschen dafür einen hohen Preis zahlen müssen.

Es gehört aber auch immer ein Stück Distanzierung dazu. Als Seelsorger begleite ich die Menschen im Einsatz, nicht den Einsatz an sich. Ich persönlich bin mit meiner eigenen Zeit in Afghanistan versöhnt – meistens. Die Erfahrungen in Kundus habe ich als Teil meiner Biografie angenommen und hoffentlich bestmöglich integriert. Aber mein „Schaden" bleibt – vermutlich für immer.

Sind Sie nach Ihrer letzten Therapie wieder als Standortpfarrer tätig?

Ich bin noch in der beruflichen Wiedereingliederung, habe einen Dienstposten im Militärdekanat in Köln und arbeite projektorientiert. Das zeigt Verständnis für meine Situation und greift zum Teil auch auf meine Ressourcen zurück. Viele Einsatztraumatisierte haben nicht nur Qualitäten verloren, sondern auch neue gewonnen. Dafür die passende Verwendung zu finden, darum geht es. Und darum, Freiräume zu schaffen. Dass ich nicht so belastbar bin, ist ein Faktum.

Manche haben Schwierigkeiten, das zu akzeptieren. Kennen Sie das auch?

Ganz viele Einsatztraumatisierte wollen sofort wieder in den Einsatz zurück. Ich auch, trotz allem. Meine Berufszufriedenheit war noch nie so hoch wie dort, da ich konnte ich genau das machen, für das ich Seelsorger bin. Gott sei Dank darf ich nicht. Aber das Gefühl, ich muss mir noch mal beweisen, dass ich es kann, das ist da. Sich einzugestehen, es geht nicht mehr, das kratzt schon.

Gibt es noch andere Erkenntnisse, die Sie teilen möchten?

Jeder ist verletzlich, auch Pfarrer! Alles wegbeten funktioniert nicht; sucht euch Hilfe, und zwar schnell. Und: Versteckt euch nicht. Man muss nicht mit der Tür ins Haus fallen, aber wenn man gefragt wird, sollte man darüber sprechen, zumindest in einer entschärften Form. Selbst wenn man sich eigentlich in die hinterste Ecke zurückziehen will.

Herr Göllner, vielen Dank für das Gespräch.

Die Fragen stellte Rüdiger Frank.

„DIE SOLDATEN MÜSSEN DARAUF VORBEREITET WERDEN, TIEFE INNERE KONFLIKTE ZU ERTRAGEN“

Hauptmann Alexander Schäbler ist Bezirksjugendoffizier in Potsdam. Zuvor war er als Angehöriger des Zentralen Sanitätsdienstes in Einsätzen in Mali und Afghanistan. In Kundus hatte er unter anderem die militärmedizinische Organisationsverantwortung in einem kleinen, dislozierten multinationalen Team. Nach gesundheitlichen Problemen ließ er sich auf seinen jetzigen Dienstposten versetzen. Mit seinen Erlebnissen und den damit verbundenen moralischen Konflikten hat er sich auch im Rahmen eines Masterstudiums in Strategic Studies auseinandergesetzt.

Herr Schäbler, mit welchen Dilemmata oder Konflikten waren Sie als Angehöriger des Zentralen Sanitätsdienstes in Ihren Auslandseinsätzen konfrontiert?

Der Sanitätsdienst nimmt das sogenannte Prinzip der Maximalversorgung – was medizinisch notwendig ist, muss auch getan werden – mit in seine Auslandseinsätze. Im Ergebnis muss die Behandlung der eines deutschen Kreiskrankenhauses entsprechen. Das Dilemma beginnt in Situationen mit einem hohen Aufkommen an Verwundeten oder Erkrankten und vor allem, wenn dieser Anspruch nicht nur für deutsche Staatsangehörige oder Soldaten bzw. Verbündete, sondern auch noch für die Soldaten der jeweiligen Host Nation und für die örtliche Bevölkerung gilt. Dann übersteigt der Bedarf die Möglichkeiten und es kommt zu einer Versorgungsmangellage.

Sind die sanitätsdienstlichen Kapazitäten vor Ort überhaupt für eine so umfassende Gesundheitsversorgung ausgelegt?

Nein, im Rahmen einer militärischen Operation sind wir natürlich nicht auf Geburten, Kleinkinder oder das gesamte Spektrum von Gesundheitsproblemen ausgerichtet, mit denen die Menschen dort konfrontiert sind. Manchmal sind das auch Geburtsfehler, genetische oder andere Phänomene, die in Deutschland schon früh erkannt und behandelt werden, sich in diesen Ländern aber noch bei Erwachsenen zeigen. In den Einsatzländern erlebt man viele Problemen tagtäglich hundertmal intensiver als in Deutschland mit seiner hohen Erwartungshaltung an die Gesundheitsversorgung.

Ganz konkret: Sie mussten dann zum Beispiel entscheiden, ob eine Blinddarmoperation an jemandem aus der lokalen Bevölkerung durchgeführt wird oder nicht?

Genau. Von zu Hause ist man es gewohnt, dass Engpässe vom System aufgefangen werden. Dort war das eine andere Entscheidung, Menschen abzuweisen, allein aufgrund von Staatsangehörigkeit oder Statusunterschieden. Zudem braucht man oft einen Dolmetscher zur Vermittlung. Man befindet sich in einem Spannungsfeld, da man in diesen Ländern Gast und Helfer ist und nicht Besatzungsmacht. Dementsprechend spielt auch die Meinung der örtlichen Bevölkerung eine Rolle. Es geht fast ein bisschen ins Diplomatische und Politische hinein..

Das sind unterschiedliche Funktionalitäten, die schwer miteinander vereinbar sind?

Ja. Es gibt nicht genau zu definierende Trennlinien zwischen dem, was man kann, und dem, was man nicht kann. Und zwischen dem, was man muss, und dem, was man nicht darf.

Sie waren aber auch mit standardisierten Behandlungsrichtlinien konfrontiert, die genau dieses Problem beseitigen sollen.

Während meines Einsatzes in Afghanistan galten die sogenannten Medical Rules of Eligibility, kurz MROE – von der NATO erlassen, von Deutschland angewendet –, in denen klar nach nationalen, militärischen und politischen Kriterien selektiert wurde, wer überhaupt behandelt werden darf und wer nicht. Ganze Gruppen der afghanischen Armee zum Beispiel fielen nicht unter unsere Behandlungsgrundsätze. Angehörige dieser Gruppen mussten ungeachtet ihrer Verletzungen oder Beschwerden abgewiesen werden. .

Das mussten Sie auch selbst tun?

Ja. Stellen Sie sich vor, es gibt einen größeren Zwischenfall. Plötzlich liegen am Lagertor fünf Verletzte, alle mit unterschiedlichen Uniformen, Local Police Force, afghanische Spezialkräfte oder Geheimdienst. Mit dem Behandlungsleitfaden muss man dann entscheiden, wer versorgt wird und wer nicht. Das heißt auch, dass Sie jemanden, der drin-

gender eine Behandlung nötig hat, trotzdem abweisen und sagen, das muss lokal geregelt werden – dass Sie aber einen leichteren Fall, etwa einen Geheimdienstangehörigen, behandeln.

Widerspricht das nicht dem medizinischen Ethos?

Im Prinzip sind diese Regeln nach deutschem ethischen, vielleicht auch rechtlichen Verständnis überhaupt nicht anwendbar. Möglich ist immer ein Override, indem man sagt, das ist ein lebensbedrohlicher Fall; wenn wir den nicht behandeln, machen uns nach deutscher Rechtsvorstellung strafbar.

Wie wirken sich all diese Umstände nach Ihrer Erfahrung aus?

Das geschieht eher indirekt. In der Situation selbst herrscht immer Zeitdruck, die Informationslage ist oft nicht hundertprozentig klar. In der Regel handelt man einfach, auch als Team. Aber wenn man in so einem Moment dem afghanischen Kommandeur sagen muss: Aus Gründen, die hier nicht erklärt werden können, kann ich die beiden nehmen und die anderen drei nicht – dann gibt es natürlich Verständnislosigkeit, und man kommt in Erklärungsnot. Das wirkt nach, genauso wie die Frage, was aus den Menschen im Anschluss an die Behandlung wird. Was passiert mit jemandem, bei dem eine komplizierte Metallkonstruktion zur Stabilisierung eines Bruchs angebracht wurde? Was passiert mit einem afghanischen Soldaten, dem beide Beine und eine Hand amputiert wurden? Wird er vielleicht an den Spätfolgen versterben oder irgendwo mittellos zurückbleiben? Haben wir in so einem Fall wirklich ein Leben gerettet? Das sind Fragen, die belasten, wenn man sich auch für das Kontinuum der Pflege interessiert und nicht nur für die akute Notfallbehandlung.

Aber gerade in Afghanistan hat man ja gesehen, dass eine Stabilisierungsmission ganz andere Dimensionen annehmen kann. War der Auftrag, dort nach unseren Standards medizinische Hilfe zu leisten, nicht ohnehin viel zu groß?

Absolut. Natürlich kann eine Handvoll deutscher Sanitäter nicht das Leid Nordafghanistans lindern. Das ist rational völlig einsichtig, trotzdem fällt diese Erkenntnis nicht so leicht. Ich glaube schon, dass mich das alles sehr desillusioniert hat. Hinzu kommt die Frage, nach welchen Grundsätzen eine solche Mission durchgeführt wird. Bemüht man sich ernsthaft um die örtliche Bevölkerung, oder sind wir mit unserer Gesundheitsversorgung nur das Feigenblatt für knallharte politische Erwägungen? Wenn man als jüngerer und naiver Soldat – wie ich 2013 in Mali – irgendwann feststellt, dass der Unterstützungsgedanke nicht unbedingt im Vordergrund steht, ist das schon ein schwieriger Moment. Und man kann diesen Verdacht nie wirklich klären.

Alexander Schäbler

Natürlich kann eine Handvoll deutscher Sanitäter nicht das Leid Nordafghanistans lindern. Das ist rational völlig einsichtig, trotzdem fällt diese Erkenntnis nicht so leicht

Wie äußerte sich die Belastung nach Ihrer Rückkehr?

Da war erst mal ein Gefühl der Erschöpfung und auch der Taubheit. Das Stress- und Reizniveau im Einsatz war so hoch, dagegen wirkte die Welt hier eher unwirklich und ein bisschen langweilig, künstlich. Auch wenn es rational gesehen genau umgekehrt sein müsste, kam es mir eher vor, als sei ich in Deutschland auf einem anderen Planeten. Aber hinter diesem Anpassungsproblem steht eine tiefe Verunsicherung, was das Weltbild und das Selbstverständnis angeht und die Frage, wofür wir als Soldaten eigentlich in Einsätze gehen.

Das wurde für viele noch einmal besonders relevant, als Afghanistan 2021 zusammengebrochen ist. Ich war in der Zeit noch als Soldat im Gesundheitssystem der Bundeswehr multinational tätig. Ich denke, irgendwann zu dieser Zeit haben auch die Depressionen eingesetzt. Bei mir kamen aber noch andere, nicht einsatzbedingte Faktoren wie die Covid-19-Pandemie hinzu.

Waren Sie wegen Ihrer Depressionen in Therapie?

Ja, in ambulanter Psychotherapie. Ich war ungefähr ein Jahr dienstunfähig geschrieben. Im Ergebnis bin ich auf eigenen Wunsch versetzt worden, habe ein komplett neues dienstliches Kapitel angefangen und es geht mir seitdem viel besser. Übrig geblieben ist allerdings viel Groll und Misstrauen, gegenüber Vorgesetzten und Autoritäten und gewissermaßen dem übergeordneten System, nicht unbedingt gegenüber einzelnen Personen. Ich hatte das Gefühl, in Afghanistan wurde durch Politik, Vorgesetzte und Autoritäten nicht fair kommuniziert.

Sie stellen aber auf keinen Fall alles infrage? Als Jugendoffizier brauchen Sie doch ein hohes Maß an Identifikation mit dem „System Bundeswehr".

Nein, ich habe unter anderem mithilfe des Studiums tiefergehend verstanden, wie solche Dinge entstehen. Das ist nicht so einfach, aber man kann seinen Frieden damit finden; das kommuniziere ich jetzt auch in der Öffentlichkeit. Wenn mich Schüler fragen, wie es in Afghanistan war, dann versuche ich sozusagen in Lightversion zu erklären, was das mit einem machen kann.

Wir hatten immer das Gefühl, wir müssen uns selbst im Spiegel anschauen können und gleichzeitig auch unserem Gegenüber das Gefühl geben, dass man sich auf uns verlassen kann

Man kann sich seiner Mitverantwortung auch nicht einfach entziehen und alles auf die anderen oder die Vorgesetzten schieben. Ich habe in zentraler Funktion in der notfallmedizinischen Einheit mitgearbeitet und alles mitgetragen, was dort passiert ist. Und ich meine, ich kann mir zugutehalten, dass wir wirklich versucht haben, weit über die Grenzen dessen zu gehen, was wir eigentlich hätten tun sollen. Das hat viel Ärger gegeben mit den Vorgesetzten, die diese Behandlungsregeln und Richtlinien enger gefasst haben. Aber wir hatten immer das Gefühl, wir müssen uns selbst im Spiegel anschauen können und gleichzeitig auch unserem Gegenüber – den Amerikanern, den Afghanen oder auch der deutschen militärischen Seite –das Gefühl geben, dass sie sich auf uns verlassen und unseren Entscheidungen vertrauen können.

Haben Sie sich, wenn Sie jetzt darauf schauen, dadurch manchmal nicht auch überfordert?

Natürlich. Mit so einem schwachen Personal Set-up, wie wir es hatten, sind Sie noch nicht einmal schichtfähig. Man ist über Monate 24/7 der Einzige, der eine bestimmte Funktion übernehmen kann, etwa Chirurg oder Notfallsanitäter. Auch wenn es drei Tage dauert, weil es die Kampfhandlungen in der Region verlangen. Ich hatte für vier Monate Tag und Nacht zwei Funkgeräte und zwei Handys am Mann, die rund um die Uhr irgendetwas von sich gegeben haben; da war kaum an Schlaf oder Rückzug zu denken.

Inwieweit war die Multinationalität in Ihrem Team ein erschwerender Faktor?

Egal in welcher Situation, ob militärisch, medizinisch oder taktisch: Bei multinationalen Operationen prallen nationale Rechtslagen und Kulturen auf international standardisierte Vorschriften und Doktrinen. Die Komplexität und das Konfliktpotenzial werden massiv erhöht. Der Politik muss das klar sein, wenn sie Soldaten in eine multinationale Mission entsendet.

In meinem Fall hat es gut funktioniert. Aber ich vermute, dass die Multinationalität von solchen Missionen einiges zur psychischen Belastung beiträgt, vor allem wenn noch die Host Nation mit eingebunden wird, etwa die malische Armee mit ihren Menschenrechtsverletzungen oder die afghanische Armee, die sicherlich nach ganz anderen Regeln gekämpft hat, als wir uns das gerne vorstellen.

Was hat Ihnen neben Ihrer Therapie geholfen, Ihre Erlebnisse zu verarbeiten?

Das war definitiv die abstrakte, akademische Beschäftigung mit der Fragestellung im Studium oder auch in Workshops. Der Militärmedizinethiker Michael Gross von der Universität Haifa zum Beispiel hat die verschiedenen

Dilemmata klar benannt: das Dilemma von Ressourcen, das Dilemma von Dual Agency, also Soldat versus humanistisch geprägtem Sanitäter. Das hat mir geholfen, alles besser zu verstehen, der Wust aus Gefühlen und Eindrücken wurde dadurch klarer. Aber auch Gespräche im Nachhinein mit Kameraden und guten Vorgesetzten waren hilfreich.

Im Rahmen Ihrer Masterarbeit haben Sie sich kritisch mit den bereits erwähnten MROE auseinandergesetzt. Sind solche Richtlinien, auch wenn sie teilweise fragwürdig sind, nicht besser als gar keine? Oder könnten sie besser gestaltet werden?

Ich glaube, es muss definitiv Regelwerke geben, die Situationen voraussehen und gewisse Leitlinien geben. Sie müssen allerdings auch mit deutschem Recht und mit deutschem ethischen Verständnis abgeglichen sein und national angepasst werden. Gleichzeitig müssen diejenigen, die diesen Regeln unterworfen sind, also die Sanitätsdienstangehörigen, im Vorfeld gut und transparent darauf vorbereitet werden. Aber im Rahmen der Auftragstaktik, die die Bundeswehr gern wie eine Monstranz vor sich herträgt, aber selten wirklich anwendet, muss den Soldaten vor Ort die Gelegenheit gegeben werden, im Rahmen dieser Regeln Entscheidungen zu treffen – und diese müssen dann auch von Dritten und Vorgesetzten, die selbst nicht dabei sind, akzeptiert und mitgetragen werden. Das war bei uns zum Teil ein Problem, weil aus 150 Kilometer Entfernung mit Hinweis auf Disziplinarrecht oder Beurteilungsergebnisse Entscheidungen infrage gestellt wurden.

Gibt es noch andere konkrete Punkte, die man verbessern könnte – auch wenn man damit vielleicht nicht alle moralischen Konflikte vermeiden kann?

Soldaten sollten tatsächlich konkret darauf vorbereitet sein, dass moralische Dilemmata auf sie zukommen werden und dass sie möglicherweise tiefe innere Konflikte ertragen können müssen. Zweitens sollte man natürlich versuchen, die Strukturen und Abläufe so zu optimieren, dass das Dilemma möglichst klein bleibt und auch die Folgen begrenzt sind.

Und man muss den Menschen die Möglichkeit geben, vor Ort in den Einsätzen darüber zu sprechen, zum Beispiel mit kundigen Vorgesetzten, mit der Seelsorge, auch mit erfahrenen Vertretern der Ärzteschaft oder anderer Nationen. Auch um andere Perspektiven zu gewinnen und das Manifestieren von Bitterkeit und Traumata einzugrenzen ist offene Kommunikation entscheidend, denke ich. Vertrauen bricht Verbitterung, in meiner Erfahrung. Gerade jüngere Soldaten und vielleicht auch solche, die indirekt betroffen sind, darf man dabei nicht vergessen..

Auch um andere Perspektiven zu gewinnen und das Manifestieren von Bitterkeit und Traumata einzugrenzen ist offene Kommunikation entscheidend

Hatten Sie dazu im Einsatz Gelegenheit zu solchen Gesprächen?

Nicht mit Vorgesetzten im klassischen Sinne, weil die kaum vor Ort waren, aber definitiv mit den sehr erfahrenen Ärzten und Feldwebeln im Team. Mit einigen stehe ich bis heute in sehr gutem Kontakt.

Hat für Sie in diesem Verarbeitungsprozess auch die Seelsorge eine Rolle gespielt?

Es gab zwei Gespräche mit Militärdekan Adomat gegen Ende des Einsatzes, die waren sehr wichtig für mich. Er hat meinem damaligen Vorgesetzten in Deutschland einen Brief geschrieben. Dessen Nachfolgerin hat ihn mir eines Tages gezeigt. Das war tatsächlich sehr rührend und wertschätzend, ich habe mich darin sehr anerkannt gefühlt.

Gibt es noch etwas Wichtiges aus Ihrer Erfahrung, das wir noch nicht angesprochen haben?

Mit Blick auf die Zukunft könnte man einerseits sagen: In dem jetzt zu erwartenden LV/BV-Szenario wird die moralische Verletzung das geringste unserer Probleme sein. Andererseits werden die Folgen eines solchen Krieges sicherlich so etwas wie eine dauernde morali-

sche Verletzung für eine ganze Generation an Soldaten bedeuten. Diese seelischen Invaliden werden sich nicht mehr gut in eine Nachkriegsgesellschaft integrieren lassen.

Eine militärmedizinische Forschungsarbeit aus den USA von 2025 weist darauf hin, dass in Large Scale Combat Operations gerade die Frage von verlängerter Versorgung und Triage das Risiko von moralischen Verletzungen massiv erhöhen wird, nicht nur für medizinisches Personal.[1] Die NATO-Estimates liegen bei 1000 Verletzten und Toten am Tag in Europa. In einem ukrainischen Frontszenario zum Beispiel können Verwundete wegen der Dauerpräsenz von Kampf- und Aufklärungsdrohnen oft nur ab Einbruch der Dämmerung abtransportiert werden. Manchmal dauert dies aber auch Wochen. Einfache Soldaten vor Ort müssen daher viel länger versuchen, ihre Kameraden am Leben zu halten, und entscheiden, wer welche Behandlungen und Transportprivilegien erhält. Darauf müssen wir uns vorbereiten, um nicht in das reinzustolpern, was vielleicht auf uns zukommt. Die Ohnmacht, helfen zu müssen, aber nicht helfen zu können, hat mich verändert.

Herr Schäbler, vielen Dank für das Gespräch.

Die Fragen stellte Rüdiger Frank. Mitarbeit: Kristina Tonn.

1 Izaguirre, Mary Krueger et al. (2025): To Conserve Fighting Strength in Large-Scale Combat Operations. In: Military Review (July–August). https://www.armyupress.army.mil/Journals/Military-Review/English-Edition-Archives/July-August-2025/Conserve-Fighting-Strength-LSCO/ (Stand: 13.11.2025).

„ES REICHT OFT NICHT, BELASTETEN EINFACH EINE ADRESSE ZU GEBEN“

Oberstleutnant Matthias Dommes ist wegen einsatzbedingter Traumatisierung in psychotherapeutischer Behandlung. Gemeinsam mit ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern haben seine Frau Mojca und er auf ihrem Anwesen in Brandenburg den Verein EHRfurcht e.V. gegründet, um traumatisierten Menschen aus ihrer oft verfahrenen Lage herauszuhelfen. Mittlerweile hat der Verein 88 Mitglieder. Ein Interview über die Situation von Belasteten, die Rolle der Angehörigen, die Bedeutung sozialer Unterstützung sowie das Besondere an der Arbeit mit Tieren.

Herr Dommes, können Sie zunächst erzählen, wie es zu Ihrer Erkrankung kam?

Matthias Dommes: Als ich nach meinem letzten Afghanistan-Einsatz im Jahr 2008 nach Hause kam, ging das Martyrium los: Ich hatte keinen Antrieb mehr, habe keinen Sinn mehr gesehen im alltäglichen Tun. Ich habe mich selbst und auch die Beziehung vernachlässigt. Das Schlimme daran ist: Als Belasteter erkennt man es selbst nicht, weil es schleichend passiert.

Bei Ihnen haben auch moralische Belastungen eine Rolle gespielt. Würden Sie eventuell ein Beispiel nennen?

Matthias Dommes: *(an seine Frau gerichtet)* Wenn ich das jetzt nicht schaffe, dann machst du bitte weiter … Bei meinem letzten Einsatz habe ich gesehen, wie ein Hirte seinen Esel zu Tode schlug. Das Tier war unter seiner schweren Last zusammengebrochen … *(verlässt im Anschluss vorübergehend den Raum)*

Mojca Dommes: Wir leben hier mit Tieren, und ich kann sehr gut verstehen, was es bedeutet, so etwas mit eigenen Augen mitanzusehen. Und die Soldaten durften nicht eingreifen – das war nicht der Auftrag. Ich habe auch seine Berichte gelesen und kenne daher einige seiner Erlebnisse. Es ging dabei nicht nur um Tiere. Das sind Dinge, die man keinem wünscht.

Wie haben Sie als Ehefrau die Veränderungen erlebt?

Mojca Dommes: In den ersten Jahren lief alles noch normal. Erst 2011/12 habe ich deutlich bemerkt, dass etwas nicht mehr stimmt – die depressiven Zustände häuften sich, Albträume sind verstärkt aufgetreten und vor allem diese absolute Demotivation. Meinem Mann war nichts mehr wichtig, außer sich zurückzuziehen; er hat so eine passive Aggressivität entwickelt.

Und wie haben Sie darauf reagiert?

Mojca Dommes: Zuerst habe ich nicht darüber nachgedacht, dass die Ursache eventuell bei ihm liegen würde. Man stellt alles infrage: sich selbst, die Beziehung … Zu diesem Zeitpunkt hätte ich dringend eine Möglichkeit gebraucht, mit jemanden darüber zu sprechen, weil ich die Welt nicht verstanden habe. Schließlich habe ich ihn dann doch gedrängt, sich im Bundeswehrkrankenhaus vorzustellen und untersuchen zu lassen, ob nicht eine psychische Belastung dahintersteckt.

Matthias Dommes: *(wieder zurück)* Ich kann nur sagen, ich hätte mich niemals irgendwo gemeldet oder auch niemals um Hilfe gebeten, wenn meine Frau mich nicht dazu gezwungen hätte. Ich kann nachvollziehen, wie es jedem anderen damit geht.

Was macht es aus Ihrer Erfahrung so schwer, diesen ersten Schritt zu gehen?

Matthias Dommes: Die Bundeswehr bietet inzwischen viele Hilfsmöglichkeiten an, aber es sind auch Voraussetzungen daran geknüpft. Manche Menschen fallen möglicherweise durchs Raster oder sind psychisch schon in so einem schlechten Zustand, da fehlt einfach die Energie. Wenn dann keine Familie oder kein Partner mehr da ist, der sie pusht und unterstützt, dann passiert nichts. Es reicht nicht, ihnen einfach eine Adresse zu geben.

Mojca Dommes: Körperliche Wunden sind für jeden sichtbar, seelische nicht. Von den Belasteten, die zu uns kommen, hören wir immer wieder: Ich hätte lieber keine Beine mehr als das, was ich habe. Die größte Hürde für die, die im Einsatz waren und sich als „Krieger“ sehen, ist zuzugeben, dass sie eine Schwäche haben. Das würden sie aber tun, wenn sie Hilfe annehmen würden.

Oft ist auch Vertrauen missbraucht worden, weil sie ihr Herz ausgeschüttet haben, ihre

Ängste, ihre Nöte angedeutet haben. Und dann wird hintenrum geredet, oder man wird in eine Schublade gesteckt.

Sie sind beide in therapeutischer Behandlung. Abgesehen davon, was hat Ihnen am meisten geholfen, mit der Erkrankung und der Situation umzugehen?

Mojca Dommes: Das waren tatsächlich unser Haus und Hof und unsere Tiere. 2009 haben wir unser Anwesen in Brandenburg gekauft und sind aus Berlin hierhergezogen. Wir haben mittlerweile sechs Pferde, drei Hunde und eine Katze; die müssen versorgt werden, und zwar frühmorgens. Diese Verantwortung kann man auch als depressiver Mensch nicht so leicht ausblenden. Wenn man den Tag so startet und nicht im Bett bleibt, dann hat man schon den ersten ganz großen Schritt gemacht. Wir haben uns manchmal auch ein bisschen gegenseitig ausgespielt und gesagt, ich muss morgen um fünf dringend zur Arbeit fahren, du musst dich kümmern.

Das Wort Genesung passt bei einer psychischen Belastung nicht. Wir werden nicht genesen. Es geht darum, mit dem Umstand zu leben

Und aus dieser Erfahrung ist die Idee Ihres Vereins entstanden?

Matthias Dommes: Unser Tierarzt fragte einmal: „Ich hatte das Glück, nie die Freiheit Deutschlands am Hindukusch verteidigen zu müssen. Wie kann ich helfen?“ Daraus entstand nach und nach die Idee, genau das weiterzugeben, was meine Frau und ich als hilfreich erfahren haben.

Mojca Dommes: Das Entscheidende ist dabei: Wir sprechen auf Augenhöhe; wer zu uns kommt, muss uns keine Fachbegriffe oder Gefühle erläutern. Nicht nur Soldaten mit PTBS und moralischen Verletzungen, auch Veteranen, Reservisten, Angehörige – alle, die noch nicht beim Arzt waren, aber sich fragen, vielleicht stimmt wirklich was nicht mit mir? – sollen hier Netzwerke aufbauen und Unterstützung bekommen. Wir versuchen, die Einstiegshürde so niedrig wie möglich zu halten.

Wie genau sieht dann die Arbeit mit den Betroffenen aus? Wie läuft so etwas ab?

Mojca Dommes: Wir haben kein festes Programm, sondern passen es individuell an, weil Menschen mit unterschiedlicher psychischer oder körperlicher Belastung und Bedürfnissen zu uns kommen. Manche wollen Holz hacken, anderen wollen lieber Bogen schießen, malen oder basteln. Das wird immer individuell angepasst und von unseren Mitgliedern betreut. Die Tiere begleiten es aber auf jeden Fall; zwar nicht den ganzen Tag, aber mit unterschiedlichen Einheiten, je nachdem, wie tieraffin die jeweiligen Menschen sind.

Matthias Dommes: Mit Unterstützung durch unsere Mitglieder haben wir unser Angebot Stück für Stück ausgebaut. Wir haben ein Sägewerk, sodass wir mittlerweile auch altes Handwerk anbieten. Wir können mit den Pferden Bäume aus dem Wald holen, Bohlen daraus machen und mit den Belasteten Tische, Stühle oder Ähnliches bauen. Mittlerweile haben wir auch eine Esse, wo wir zum Beispiel Beschläge schmieden. Die Projekte sind so angelegt, dass man sie innerhalb des Aufenthalts hier fertigstellen kann. Das gibt den Menschen, die hier sind, wieder das Gefühl, doch etwas wert zu sein.

Mojca Dommes: Genau das fehlt ganz vielen, die hierherkommen. Für die funktioniert die Welt nicht mehr. Sie haben keine Arbeit mehr, oft auch kein Geld, alles, was zur gesellschaftlichen Norm gehört, ist nicht mehr vorhanden. Hier sagen wir: Es ist egal, was du bringst; und wenn dann am Ende des Tages noch etwas dasteht, auf das man stolz sein kann, umso schöner.

Das erfordert aber viel Abstimmung.

Mojca Dommes: Wir besprechen schon eine Tagesstruktur und die Aufteilung der Aufgaben.

Matthias Dommes: Struktur ist definitiv wichtig. Als Erstes werden morgens um sechs die Pferde versorgt und auf die Koppel gebracht, und man schaut, ob alles in Ordnung ist. Dann gibt es gemeinsames Frühstück, und da heißt

es dann, kochst du Kaffee oder heizt du im Winter den Ofen an, damit wir nachher warm sitzen können? Eigentlich ein ganz normaler Tagesablauf, aber manche müssen sich das schon aufschreiben, damit sie sich daran halten können.

Mojca Dommes: Wenn es mal zu viel wird, besteht immer die Möglichkeit, sich zurückzuziehen, aber das steht nicht im Vordergrund. Das kein Ponyhof hier; die Leute müssen wirklich etwas leisten, jeder in seinen Grenzen natürlich.

Und im besten Falle merken sie dann, dass es ihnen auch guttut?

Matthias Dommes: Genau das ist der Sinn und Zweck des Ganzen.

Genesung ist gewissermaßen auch Arbeit, kann man das so sagen?

Mojca Dommes: Viele bekommen tatsächlich Muskelkater. Wenn man belastet ist, versucht man das meiste zu verdrängen und bleibt nur in seinem stillen Kämmerlein. Hier ist man den ganzen Tag draußen und tut etwas.

Matthias Dommes: Frische Luft und Tiere und eine haptische Arbeit, allein das tut wirklich gut. Nur das Wort Genesung passt bei einer psychischen Belastung nicht. Wir werden nicht genesen; es geht darum, mit dem Umstand zu leben.

Mojca Dommes: Wir versuchen auch, mit gutem Beispiel voranzugehen. Wir verheimlichen nicht, dass auch uns eine Therapie hilft. Wenn uns jemand seine Probleme erzählt, dann hören wir aktiv zu und halten das aus. Aber es belastet uns natürlich auch, deswegen nehmen wir uns immer mal eine Ruhepause, dann kommt einer der Betreuer und übernimmt. Auf die eigene Seelenhygiene legen wir großen Wert. Und wir spielen keine perfekte Ehe vor. Zwischen uns kracht es immer wieder mal, das bekommen die Leute durchaus mit.

Was trägt Ihre Beziehung? Welche Wege haben Sie gefunden?

Matthias Dommes: Für mich ist es der unerschütterliche Glaube an die Beziehung. Dankbarkeit dafür, dass meine Frau das alles mitgemacht hat, als es immer schwerer wurde mit meiner Belastung. Dieses Vertrauen darf man nie missbrauchen. Es ist immer wieder schwierig, ein bisschen schwieriger als im normalen Leben, aber man wächst dadurch zusammen, und zwischendurch spricht man sich aus.

Mojca Dommes: Es ist schwierig, ja, es gibt gute und weniger gute Zeiten, aber solange wir darüber reden können – was wir am Anfang überhaupt nicht konnten –, ist es einfacher für mich. Dann beziehe ich es nicht auf mich persönlich, dass er sich manchmal zurückzieht, weil er gerade Probleme hat, überhaupt mit der Welt klarzukommen.

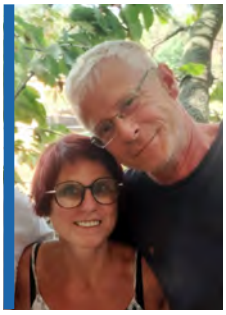
Wir ergänzen uns auch. Bei mir geht es eher um das Thema Burnout. Als ich versucht habe, die ganzen Aufgaben, die Arbeit zu Hause, den Beruf, den Verein, die Tiere und so weiter, auf meine Schultern zu nehmen, hat er gesagt, pass auf, du rennst zu schnell. Ohne ihn hätte ich das nicht so früh erkannt.

Und wenn es wirklich mal nicht geht, dann schnappt man sich ein Pferd oder einen Hund. Es ist unglaublich, was die Tiere einem Menschen zurückgeben können.

Ihre Tiere spielen eine wichtige Rolle in Ihren Angeboten. Was bewirken zum Beispiel Pferde, was andere Menschen oder Worte nicht bewirken?

Matthias Dommes: Ich gebe Ihnen ein Beispiel. Eines unserer Vereinsmitglieder ist ein ehemaliger Personenschützer bei der Bundeswehr, dem sieht man keine Art von Angst oder Belastung an. Wir stehen so bei einem unserer Pferde und reden, da fühlt er sich sicher und akzeptiert und es brechen Mauern ein – Mauern, die sich jeder psychisch Belastete baut, damit er nicht verletzbar ist. Aber sie brechen nicht ein, weil das Pferd irgendetwas geschafft hat, sondern weil es seinen Herzschlag übernommen hat, seine Atmung beeinflusst und er sich damit entspannt und entlastet fühlt; nichts zerrt mehr an ihm. In solchen Momenten fließen auch Tränen, und er kann auf einmal über Dinge reden.

Mojca Dommes: Jeder sagt, so etwas habe ich noch nie erlebt. Ich wusste gar nicht mehr, dass ich solche Gefühle habe. Das ist der



Mojca und Matthias Dommes

Punkt, an dem wir sagen, merk dir das – dann kannst du auch mit einem Psychologen darüber reden. Über das Medium Pferd ins Gespräch zu kommen, funktioniert bei jedem, der sich darauf einlässt. Es ist viel einfacher, als wenn man sich gegenübersitzt und zu erzählen versucht.

Matthias Dommes: Das liegt auch daran, dass die Tiere nicht nach Rang und Namen, nach Aussehen und Kleidung bewerten.

Mojca Dommes: Unsere Pferde sind keine Therapiepferde, die dastehen und warten. Sie sind sehr sensibel und spiegeln authentisch. Wenn jemand aufgeregt und gestresst auf die Koppel kommt, ziehen sie sich erst mal zurück. Bei der Arbeit schauen wir auch, was die Menschen jeweils zulassen. Um einfach mal die Verantwortung abzugeben oder Vertrauen zu fassen, kann man zum Beispiel mit geschlossenen Augen das Pferd führen oder sich vom Pferd führen lassen.

Eine letzte Frage: Oft heißt es, Betroffene suchten tendenziell zu spät Hilfe. Teilen Sie diese Einschätzung?

Mojca Dommes: Nein, dann denken die Menschen vielleicht nur, ich brauche mich nicht zu melden, es ist ja eh schon zu spät. Wir erleben es ja, dass Menschen, die zum ersten Mal kommen, oft nach unten blicken, scheu und wenig kommunikativ sind – und schon nach drei Tagen mit einem Lachen im Gesicht den Hof verlassen, sich ein Herz fassen und versprechen wiederzukommen.

Matthias Dommes: Sagen wir es mal so: Solange sie noch kommen, ist es nie zu spät.

Frau Dommes, Herr Dommes, vielen Dank für das Gespräch.

Die Fragen stellte Rüdiger Frank.

Informationen zum Verein EHRfurcht e.V.

- www.ehrfurcht.net

Weitere Hilfsangebote und Ansprechpartner

- https://www.bundeswehr.de/de/selbstverstaendnis/betreuung-fuersorge/ptbs-hilfe
- https://www.bundeswehr.de/de/selbstverstaendnis/betreuung-fuersorge/netzwerkhilfe
- https://www.bundeswehr.de/de/selbstverstaendnis/veteranen
- https://angriff-auf-die-seele.de/wissen/hilfsangebote/

ALLE AUSGABEN

www.ethikundmilitaer.de

Diese und alle anderen Ausgaben von *Ethik und Militär* finden Sie **in Deutsch und Englisch** auf der Homepage des E-Journals.

Bisher erschienene Ausgaben

2025/1 Versöhnung
2024/2 Kriegstüchtigkeit
2024/1 KI und Autonomie in Waffen
2023/2 Europäische Militärethik
2023/1 Resilienz
2022/2 Krieg in der Ukraine
2022/1 Women, Peace and Security
2021/2 Innere Führung und soldatisches Ethos
2021/1 Bedrohungsmultiplikator Klimawandel
2020/2 Corona-Pandemie
2020/1 Nukleare Abschreckung
2019/2 Ethische Bildung
2019/1 Konfliktzone Cyberspace
2018/2 Europäische Armee
2018/1 Strategic Foresight
2017 Terror
2016 Innere Führung
2015/2 Hybride Kriege
2015/1 Militärmedizinethik
2014/2 Cyberwar
2014/1 Dronen und LAWS

IMPRESSUM

Das E-Journal *Ethik und Militär* mit der ISSN-Nummer 2199-4129 ist ein unentgeltliches, nicht kommerzielles, journalistisch-redaktionell gestaltetes, digitales Angebot des Zentrums für ethische Bildung in den Streitkräften – zebis, Herrengraben 4, 20459 Hamburg.
Direktorin des zebis: Dr. Veronika Bock

Hinweis: Die veröffentlichten Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgeberkreises wieder.

Herausgeber
Dr. Veronika Bock, Dr. Christian Braun, Dr. Bart van Dijk, Dr. Andrea Ellner, Prof. Dr. Thomas Elßner, Prof. Dr. Johannes Frühbauer, Prof. Dr. Alexander Merkl, Norbert Stäblein

Advisory Board
Lothar Bendel, Heinrich Dierkes, Dr. Angela Reinders, Cornelius Sturm, Kristina Tonn

Redaktion
Rüdiger Frank

Verantwortlich gemäß § 55 Abs.2 Rundfunkstaatsvertrag (RStV):
Dr. Veronika Bock, Herrengraben 4, 20459 Hamburg

Kontakt zur Redaktion
Tel.: +49(0)40 - 67 08 59 - 51, Fax 67 08 59 - 3
E-Mail: redaktion@zebis.eu

Diensteanbieter als Rechtsträger des Zentrums für ethische Bildung in den Streitkräften – zebis
Katholische Soldatenseelsorge (KS)

Rechtsform
Anstalt des öffentlichen Rechts

Aufsicht
Katholischer Militärbischof für die Deutsche Bundeswehr
Am Weidendamm 2, 10117 Berlin

Vertretungsberechtigter Vorstand der KS
Direktor beim KMBA
Msgr. Wolfgang Schilk
Diplom-Kaufmann Wolfgang Wurmb
Am Weidendamm 2
10117 Berlin

Kontakt zur KS
Telefon: +49(0)30 - 20 617 - 500
Telefax: +49(0)30 - 20 617 - 599
Info@Katholische-Soldatenseelsorge.de

Erscheinungsdatum: 15.12.2025
DOI: 10.48701/opus4-819

ethikundmilitaer.de

Katholische Militärseelsorge

zebis

zebis
Zentrum für ethische Bildung in den Streitkräften
Herrengraben 4
20459 Hamburg

Tel. (040) 67 08 59 - 55

info@zebis.eu
www.zebis.eu