

Wochenkommentar 15/2024 von Matthias Zehnder

Was heisst da schon normal?



Bild: KEYSTONE/Petra Orosz

Fussgänger und Fahrradfahrer überqueren in Zürich einen Zebrastreifen, während ein Tram in die Pfingsweidstrasse abbiegt; fotografiert am 7. April 2024 in Zürich.

Wir leben in seltsamen Zeiten: «Mainstream» ist zum Schimpfwort geworden, gleichzeitig sehnen sich die Menschen nach Normalität. Aber was ist Normalität anderes als das Gewohnte, das Gewöhnliche, das Akzeptierte – also der Mainstream? Niemand will der Norm entsprechen, aber alle wollen irgendwie normal sein. Aber ja nicht bloss Durchschnitt. Dazu passt, dass sich die meisten Autofahrer für überdurchschnittlich gut halten. Bis zu 90 Prozent antworten auf die Frage: «Gehören Sie zur besseren Hälfte der Autofahrer?» mit Ja. Die Realität, wir wissen es, sieht anders aus. Aber diese Wirklichkeit verändert sich schneller, als es manchem lieb ist. Normalität ist deshalb zum Sehnsuchtsbegriff geworden. Zur Chiffre für eine heile Welt, in der das Normale noch, nun ja: normal war. Doch das war es, bei Lichte besehen, nie. Es gibt nur einen Ort, wo wir das finden und auch noch beeinflussen können, was wir normal finden: in unseren Köpfen. Mein Wochenkommentar über die Normalität.

«Multikulti ist die neue Normalität», titelte die NZZ diese Woche. Gemeint war die Multikulturalität und Diversität im britischen Politbetrieb. In Wales ist seit kurzem Labour-Politiker Vaughan Gething neuer First Minister. Er ist damit der erste Regierungschef eines europäischen Landes mit schwarzer Hautfarbe. Das sorgte international für Schlagzeilen. In Grossbritannien reagierte die Öffentlichkeit eher gleichgültig darauf. Die NZZ folgert: «Multikulturalität und Diversität sind im britischen Polit-

betrieb zur Normalität geworden.» Aber wenn das so normal ist – warum schreibt die NZZ dann darüber?

«Bern ist Tattoo-positiv», schreibt der «Anzeiger Region Bern». «Tattoos gehören immer mehr zur Normalität.» Seit der Pandemie gebe es ein starkes Wachstum der Tattoo-Community in Bern. Wie kann etwas, das so normal ist, eine Community bilden? «Normalität wahren und KMU schützen» titelt die «Schweizerische Gewerbezeitung». Der Bund habe das Epidemien-gesetz zu stark auf die Gesundheit ausgerichtet. Die Bevölkerung habe aber legitime Interessen, die auch während einer Epidemie gewahrt werden müssen. Die Gewerbezeitung meint mit «Normalität» also den Zustand der Welt ohne Epidemie, den sie auch während einer Epidemie erhalten möchte.

In Italien ist Roberto Vannacci, ein hochrangiger General, vom Dienst suspendiert worden. Er hatte in einem Buch Homosexuelle als «nicht normal» bezeichnet. Das Buch heisst «Il mondo al contrario». Laut «watson» gibt es inzwischen davon auch eine deutsche Ausgabe: «Verdrehte Welt» heisst das Buch. Darin spricht der General von einer «Diktatur der Minderheiten». Also einer Diktatur durch Menschen, die, wie er findet, nicht normal sind. Aber wenn sie die Gesellschaft so stark prägen, sind sie dann nicht einfach – normal?

«Das ist nicht normal in einer normalen Welt», titelt SRF und zitiert damit den französischen Innenminister Gérald Darmanin. Er kommentierte die gewaltsame Attacke auf den Mannschaftsbus von Olympique Lyon durch Marseille-Ultras. Der Trainer der Mannschaft und fünf Polizisten wurden dabei verletzt. Darmanin betonte, dass es keinen anderen Sport gebe, bei dem es zu so viel Gewalt komme: In der letzten Saison sei es in Marseille zu 870 Festnahmen gekommen, 103 Polizisten» seien verletzt worden. Ist Gewalt unter Fussball-Hooligans also normal geworden?

Was nicht gefällt, ist nicht normal

Es sind Beispiele dafür, wie sehr uns die Normalität beschäftigt. In den meisten Fällen hat sich die Welt verändert. Sie ist diverser geworden, gewalttätiger oder Tattoo-freundlicher. In den Artikeln geht es um Menschen, die sich an dieser Veränderung stören wie der italienische General. Er kann sich nicht mit der neuen Normalität anfreunden und bezeichnet das, was ihm nicht gefällt, als «nicht normal». Was heisst das genau? Was ist eigentlich normal? Was meint «Normalität»?

Das Wort «normal» kommt aus dem Lateinischen: *normalis* bedeutet «nach dem Winkelmass gemacht». Das Winkelmass gab vor allem einen Winkel an: den 90-Grad-Winkel. Auf Lateinisch hiess der: *rectus angulus* – der rechte, aber eben auch der richtige Winkel. Wer bauen will, braucht meistens diesen einen, richtigen Winkel. Deshalb bedeutet unser Wort *normal* heute «der Norm entsprechend», aber auch: «so, wie sich die allgemeine Meinung das Übliche, das Richtige vorstellt». Normalität herrscht dann, wenn die meisten Menschen den Zustand der Gesellschaft und der Welt als normal empfinden, wenn sie also finden, es sei richtig so, wie es ist.

Die Sehnsucht nach der Normalität

Die Corona-Pandemie brachte einen grossen Einschnitt: Plötzlich war nichts mehr so, wie es bisher war. Nichts war mehr normal. Schon nach kurzer Zeit setzte deshalb eine starke Sehnsucht nach der Normalität ein.

Kurz nach Ende der Pandemie überfiel Russland die Ukraine. Seither herrscht Krieg in Europa und jetzt auch im Nahen Osten. Auch da, wo die Welt vom Krieg nicht betroffen ist, hat sie sich durch Verfügbarkeit von Künstlicher Intelligenz rasch und drastisch verändert. Das hat die Sehnsucht nach Normalität verstärkt, nach Stabilität, ja nach Langeweile. Was ist dieses Normale, nach dem wir uns sehnen?

Wer im rechten Winkel baut, der baut so, wie es die meisten Menschen erwarten. Das Normale ist deshalb immer auch das Erwartbare. Weil wir das Normale erwarten, registrieren wir es gar nicht. Die Gebäude von Friedensreich Hundertwasser sind uns ein Begriff, weil sie vom rechten Winkel abweichen. Gebäude, die der Norm entsprechen, registrieren wir dagegen kaum. Ganz besonders gilt das für die Medien: Sie melden, was vom Erwartbaren und damit der Norm abweicht. Die Norm ist, dass Flugzeuge glücklich landen. Flugzeugabstürze sind die grosse Ausnahme. Also melden die Medien keine glückliche Landung, aber jeden Flugzeugabsturz. Das führt dazu, dass wir immer nur von abgestürzten Flugzeugen hören und nur selten von Flugzeugen, die glücklich gelandet sind. Das verändert unsere Erwartung: Wir halten einen Flugzeugabsturz für viel wahrscheinlicher, als er in Wirklichkeit ist.

Wahrscheinlichkeit und Wahrnehmung

Damit haben wir drei wichtige Wörter eingefügt: Wahrscheinlichkeit, Wahrnehmung und Wirklichkeit. Als normal erleben wir das Wahrscheinliche. Oder umgekehrt: Das Wahrscheinliche wird mit der Zeit normal. Deshalb kam es in der Pandemie erstaunlich schnell zu einer «neuen Normalität», in der wir Masken getragen haben und uns die Hände nicht mehr schüttelten. Wobei: So richtig normal wurde das alles nicht. Das hat mit der Wahrnehmung zu tun. Als richtig normal empfinden wir etwas dann, wenn es nicht mehr in Frage gestellt wird. Dass Ärzte und die Pflegefachpersonen im Operationssaal eine Maske tragen, stellt niemand in Frage. Das ist normal. Anders sah es in Buchhandlungen, im Theater oder beim Besuch der Grossmutter aus: Viele Menschen haben die Pflicht, in diesen Situationen eine Maske tragen zu müssen, in Frage gestellt und deshalb nicht als normal empfunden.

In der Pandemie kam es darum zu einem verbreiteten Gefühl von «das ist doch nicht normal» und einer Sehnsucht nach Normalität. Diese Sehnsucht ist nicht neu. Wir kennen sie als Sehnsucht nach der «guten alten Zeit», als alles noch «normal» war. Für die einen meint das vielleicht, dass die Menschen noch keine Tattoos trugen. Für die anderen, dass sich Männer in der Öffentlichkeit nicht küsten. Der Computer dem Menschen noch nicht überlegen war. Man am Wochenende nicht eben schnell nach Barcelona oder New York flog. Ausgeblendet wird dabei, dass es auch eine Zeit war, in der Frauen nicht wählen und abstimmen durften, Abwässer ungeklärt in die Flüsse geleitet wurden und der gesellschaftliche Aufstieg viel schwieriger war als heute. Normalität wird in den Köpfen zur Wunschvorstellung einer heilen Vergangenheit. Einer heilen Normalität, die es so nie gab. Normalität ist in unseren Köpfen in diesem Sinn eine Welt ohne Störfaktoren. Normalität ist ein Konstrukt.

Die konstruierte Wirklichkeit

Das führt uns zum dritten Begriff, der Wirklichkeit. Paul Watzlawick hat sich als Psychotherapeut und als Kommunikationswissenschaftler ein Leben lang mit der Frage beschäftigt, wie wirklich diese Wirklichkeit ist.

Die kurze Antwort: Es gibt keine objektive Wirklichkeit, es gibt nur eine wahrgenommene Wirklichkeit. Das grosse Problem dabei ist, dass unser Gehirn nicht unterscheiden kann zwischen Wirklichkeit und gedachter Wirklichkeit. Das hat faszinierende Konsequenzen. Eine davon ist der Placebo-Effekt.

Ein Placebo ist ein Scheinmedikament, das zwar aussieht wie ein echtes Medikament, aber keine Wirkstoffe enthält. Der Placebo-Effekt tritt ein, wenn Patienten eine Verbesserung ihrer Symptome erfahren, nachdem sie ein Placebo erhalten haben. Obwohl also die Pille oder die Spritze keine Wirkstoffe enthält, stellt sich aufgrund der Erwartungshaltung des Patienten eine Wirkung ein. Weil der Patient glaubt, dass die Behandlung helfen wird, verbessern sich die Symptome allein durch diese Überzeugung. Spannend ist, dass Placebo auch dann wirken können, wenn dem Patienten explizit gesagt wird, dass es sich beim Medikament um ein Placebo handelt. Und selbst wenn die Patientin oder der Patient sich die Pille nur vorstellt, lässt sich eine Wirkung erzielen. Das Gehirn kann nicht unterscheiden, ob man wirklich eine Pille schluckt oder nur eine «imaginary Pill», eine eingebildete Pille.

Der Kopf ist entscheidend

Entscheidend dabei ist, was sich in unserem Oberstübchen abspielt. Wirklichkeit entsteht im Kopf. Ganz besonders gilt das für die Normalität. Wahrscheinlichkeit, Wahrnehmung und Wirklichkeit beeinflussen sich gegenseitig. Dabei entsteht das, was wir uns unter Normalität vorstellen. Was bedeutet das, dass es Normalität nur in unseren Köpfen gibt?

Es hat drei Konsequenzen.

1) Freiheit

Wenn Normalität in meinem Kopf entsteht, dann macht das in erster Linie frei: Ich kann meine Normalität jederzeit verändern. Ich denke mir die Welt, wie sie mir gefällt – respektive: wie ich in ihr leben kann.

2) Verantwortung

Wenn ich Wirklichkeit und Normalität in meinem Kopf schaffen kann, bin ich auch dafür verantwortlich. Ich kann nicht mehr anderen die Schuld geben und mich in Sachzwänge flüchten. Ich bin für meine Normalität selbst verantwortlich.

3) Möglichkeit

Das Bewusstsein, dass das auch bei allen anderen Menschen so ist, macht Wirklichkeit und Normalität zu einer Möglichkeit, über die wir verhandeln können: Wir können die Wirklichkeit verändern, indem wir miteinander reden.

Normalität ist kein Naturgesetz. Wir haben die Freiheit, sie zu beeinflussen – und die Verantwortung dafür, es zu tun. Was für eine wunderbare Möglichkeit. Hören Sie also auf, sich über eine neue Normalität zu ärgern oder einer vergangenen Normalität nachzutruern. Normalität ist das, was wir in unserem Kopf dazu erklären. Packen wir es an.

Basel, 12. April 2024, Matthias Zehnder mz@matthiaszehnder.ch

PS: Nicht vergessen – [Wochenkommentar abonnieren](#). Dann erhalten Sie jeden Freitag meinen Newsletter mit dem Hinweis auf den neuen Kommentar, einen Sachbuchtip, einen Tipp für einen guten Roman und das aktuelle Fragebogeninterview. Einfach [hier klicken](#). Und wenn Sie den Wochenkommentar unterstützen möchten, finden Sie [hier](#) die entsprechenden Möglichkeiten – digital und analog.

Quellen

Nuspliger, Niklaus (2024): *Multikulti ist die neue Normalität*. In: Neue Zürcher Zeitung. [<https://www.nzz.ch/international/grossbritannien-immer-mehr-ethnisch-diverse-politiker-spitzenaemtern-ld.1824762>; 12.4.2024].

Pfanner, Linda (2024): *Die Haut als Leinwand: Bern ist Tattoo-positiv*. In: Anzeiger Region Bern, 10. 4. 2024. S. 15. [; 12.4.2024].

Schneider, Henrike (2024): *Normalität wahren und KMU schützen*. In: Schweizerische Gewerbezeitung, 22. 3. 2024. S. 8. [; 12.4.2024].

sda (2024): *«Homosexuelle nicht normal» – Italienischer General nach Bestseller suspendiert*. In: Watson.ch. [<https://www.watson.ch/international/italien/811182157-homosexuelle-nicht-normal-italienischer-general-nach-bestseller-suspendiert>; 12.4.2024].

SRF (2023): *Nach Skandalabend in Marseille - «Das ist nicht normal in einer normalen Welt»*. In: Schweizer Radio Und Fernsehen (SRF). [<https://www.srf.ch/sport/fussball/internationale-ligen/nach-skandalabend-in-marseille-das-ist-nicht-normal-in-einer-normalen-welt>; 12.4.2024].

Watzlawick, Paul (2005): *Wie wirklich ist die Wirklichkeit?* München: Piper Verlag.

Zehnder, Matthias (2017): *Die Aufmerksamkeitsfalle. Wie die Medien zu Populismus führen*. Basel: Zytglogge-Verlag

Werden Sie jetzt **Unterstützerin, Unterstützer**
des Wochenkommentars!

Hier können Sie mit allen digitalen Zahlungsmitteln spenden oder sich bequem zu Hause einen Einzahlungsschein ausdrucken:

<https://www.matthiaszehnder.ch/unterstuetzen/>