
Prof. Dr. Maren Urner

Radikal Emotional

Wie Gefühle Politik machen

Gelesen von Lisa Rauen

Egal ob bei Debatten über die Klimakrise, über Identitätspolitik oder das Weltgeschehen: Politik ist nichts anderes als ein Aushandlungsprozess über unterschiedliche Gefühle. In ihrem Debattenbuch fordert die Neurowissenschaftlerin und Bestsellerautorin Maren Urner, unser rationales Politikverständnis zu überdenken: Angesichts fortschreitender Krisen müssen wir endlich aufhören, Verstand und Emotionen voneinander zu trennen. Nur, wenn wir beides zusammendenken und danach handeln, können wir konstruktiv Politik gestalten.

Wenn es um gesellschaftspolitische Debatten geht, dann erzählen wir uns seit jeher die gleiche Geschichte: Auf unsere Emotionen könnten und dürften wir uns nicht verlassen. Gefühle seien etwas Privates, das von der professionellen und politischen Ebene streng getrennt werden müsse. Psychologische, anthropologische und neurowissenschaftliche Studien allerdings widersprechen dieser Ansicht radikal: Alles, was im politischen Raum passiert, ist von Emotionen geprägt. Auch wenn wir uns sachliche Diskussionen wünschen, zeigt die Realität: Je lauter die Forderung nach Rationalität ist, desto irrationaler und emotional aufgeladener wird die Debatte. Wir werden immer und überall von unseren Emotionen mitbestimmt – Gefühle machen Politik.

Wie kommen wir aus diesem Dilemma heraus? Alles fängt mit einer grundlegenden Einsicht an: Auch private Entscheidungen sind immer politisch – und weil wir direkt betroffen sind, reagieren wir emotional. Was wir essen, wie wir uns fortbewegen, wie wir wohnen und wie wir Erfolg definieren – all das hat immer eine politische Dimension. Nur, wenn wir anerkennen, dass wir alle immer und überall emotional und rational zugleich sind, können wir produktiv damit umgehen. Dieser Umgang muss radikal sein – das heißt, er muss die Dinge bei der Wurzel packen. Denn sinnvolle gesellschaftliche Auseinandersetzungen – ob am Frühstückstisch, im politischen Raum oder im Plenarsaal – sollten lösungsorientiert sein. Das politische Sachbuch bietet nicht nur eine kluge Analyse – Maren Urner gibt uns auch einfache Werkzeuge und Methoden an die Hand:

- 1) Nur wenn wir radikal aufmerksam sind, können wir unsere eigenen Gefühle wahrnehmen und unsere Entscheidungen besser verstehen.
- 2) Nur wenn wir radikal ehrlich miteinander kommunizieren, können wir die gesellschaftlich notwendigen Veränderungen für eine lebenswerte Welt bestreiten.
- 3) Nur wenn wir die falschen Trennungen zwischen Gefühl und Verstand, zwischen Privat und Professionell, zwischen Umwelt und Mensch überwinden, können wir uns radikal verbunden fühlen. Das ist grundlegend für ein zukunftsorientiertes Denken und Handeln.

Die Autorin

Prof. Dr. Maren Urner (geboren 1984) ist Neurowissenschaftlerin und Professorin für Medienpsychologie an der HMKW Hochschule für Medien, Kommunikation und Wirtschaft in Köln. Nach dem Studium der Kognitions- und Neurowissenschaften in Deutschland, Kanada und den Niederlanden wurde sie am University College London promoviert. 2016 gründete sie das Online-Magazin für Konstruktiven Journalismus »Perspective Daily« mit und war bis 2019 Chefredakteurin und Geschäftsführerin. Seit ihren Bestsellern im Droemer Verlag »Schluss mit dem täglichen Weltuntergang« (2019) und »Raus aus der ewigen Dauerkrise« (2021) ist sie eine viel gefragte Keynote-Speakerin und Interviewpartnerin. Seit September 2020 ist sie Kolumnistin bei der Frankfurter Rundschau. Sie ist B.A.U.M.-Preisträgerin 2023 in der Kategorie Wissenschaft.

<https://maren-urner.com>

Inhalt:

Intro	001_9783863526719
Einleitung	002_9783863526719
I Radikale Aufmerksamkeit	003_9783863526719
Frage 1: Was fühle ich?	004_9783863526719
Wir wollen alle nur das Eine	005_9783863526719
Emotionale Analphabet:innen	006_9783863526719
Es gibt keine negativen Emotionen!	007_9783863526719
Frage 2: Worauf achte ich?	008_9783863526719
Henne oder Ei: Der Mix aus Umwelt und Genen	009_9783863526719
Weniger ist tatsächlich mehr	010_9783863526719
Die Basis für alles: Unser Bewusst-sein	011_9783863526719
Frage 3: Wie bin ich?	012_9783863526719
Wer bin ich wann und wo?	013_9783863526719
Die Sache mit der Motivation, oder: Pandemie der Hilflosigkeit	014_9783863526719
Neugier als Gewohnheit	015_9783863526719
II Radikale Ehrlichkeit	016_9783863526719
Das ist (nicht) normal!	017_9783863526719
Alles eine Frage der Zeit	018_9783863526719
Das Angebot bestimmt die Nachfrage?	019_9783863526719
Recht und Ordnung!	020_9783863526719
(Nicht) Geschafft!	021_9783863526719
Falsche Belohnungsstrukturen, oder: Die Suche nach (der) Wahrheit	022_9783863526719
Freiheit!	023_9783863526719
III Radikale Verbundenheit	024_9783863526719
Dichotomie 1: Gefühl vs. Verstand	025_9783863526719
Dichotomie 2: Privat vs. politisch	026_9783863526719
Dichotomie 3, oder: Die ultimative Dichotomie	027_9783863526719
Wir sind alle abhängig!	028_9783863526719
Gesundheit!	029_9783863526719
Kein Ende, sondern ein Anfang	030_9783863526719
Danke!	031_9783863526719
Outro	032_9783863526719

Copyrightangaben

Prof. Dr. Maren Urner

Radikal Emotional

Wie Gefühle Politik machen

Gelesen von Lisa Rauen

Copyright und Phonographische Rechte dieser Hörbuchausgabe: Medienverlag Kohfeldt 2024

Covergestaltung: Thierry Wijnberg, total italic, Motiv copyright Shutterstock

Die Nutzung des Werkes für Text- und Data-Mining im Sinne von § 44b UrhG behalten wir uns explizit vor. TDM rights are reserved.

Buchvorlage:

Prof. Dr. Maren Urner

Radikal Emotional

Wie Gefühle Politik machen

Copyright 2024 Droemer Verlag. Ein Imprint der Verlagsgruppe Droemer Knaur GmbH & Co. KG, München.

Das Buch sowie das ebook sind 2024 im Droemer Verlag erschienen und im Handel erhältlich.