

Artikel Nr. 69 zur eigenständigen Urteilsbildung/Von Horst Stern

## **Selbstbestimmt urteilen und psychisch stabil bleiben**

**Fünf praktische Anregungen zum Thema Krieg in der Ukraine**

Der Ukraine-Krieg ist in den letzten Wochen zum allumfassenden Thema in Deutschland geworden und viele wühlt dieses Thema mit Emotionen, Ängsten und Sorgen auf.

In meinem heutigen Artikel stelle ich fünf praktische Anregungen vor, wie der Einzelne so mit dem Thema umgehen kann, dass er mehr selbstbestimmt urteilt und gleichzeitig seine Psyche stabilisiert. Einig allgemeine Gedanken möchte ich voranstellen:

### **Das Phänomen Kriegspropaganda**

Die belgische Historikerin Anne Morelli hat in ihrem Buch „Die Prinzipien der Kriegspropaganda“ zehn Grundsätze herausgearbeitet, die veranschaulichen, wie Propaganda in Kriegszeiten funktioniert. Die zehn Grundsätze stammen ursprünglich vom Arthur Ponsonby, einem britischen Schriftsteller und Pazifisten aus seinem Buch aus dem Jahr 1928 „Lüge in Kriegszeiten“. Morelli geht es darum, das Wesen der Propaganda in Kriegszeiten aufzuzeigen. Sie sagt:

*„Ich werde nicht die Reinheit der Absichten der einen oder anderen untersuchen. Ich versuche nicht herauszufinden, wer lügt und wer die Wahrheit sagt, wer das glaubt, was er sagt, und wer nicht. Meine einzige Absicht ist es, die Prinzipien der Propaganda zu veranschaulichen, die benutzt werden, und ihr Funktionieren zu beschreiben.“*

Hier ihre zehn Prinzipien:

1. *Wir wollen den Krieg nicht*
2. *Das gegnerische Lager trägt die Verantwortung*
3. *Der Führer des Gegners ist ein Teufel*
4. *Wir kämpfen für eine gute Sache*
5. *Der Gegner kämpft mit unerlaubten Waffen*
6. *Der Gegner begeht mit Absicht Grausamkeiten, wir nur versehentlich*
7. *Unsere Verluste sind gering, die des Gegners enorm*
8. *Künstler und Intellektuelle unterstützen unsere Sache*
9. *Unsere Mission ist heilig*
10. *Wer unsere Berichterstattung in Zweifel zieht, ist ein Verräter.*

Ich finde diese Grundsätze interessant weil sie aufzeigen, wie Menschen in ihrer Meinungsbildung in Kriegszeiten „beeinflusst“ werden.

## Aufklärung – auf selbstbestimmte Weise seine Urteile entwickeln

Auch aktuell gibt es eine starke Polarisierung im öffentlichen Meinungsspektrum. Gerade in solchen Phasen ist der Mut und die Entschlossenheit sich eigenständig sein Urteil zu bilden, eine erhöhte Anforderung. Ähnlich wie beim Thema Corona kommt es auch beim Thema Ukraine-Krieg zu einer spürbaren Einengung des Debattenraumes, d.h. in der Öffentlichkeit kommen überwiegend nur mehr bestimmte Meinungen vor. Immanuel Kant plädierte jedoch mit seiner Idee der Aufklärung uneingeschränkt dafür, von der menschlichen Vernunft Gebrauch zu machen. Der Mensch gewinnt den Ausweg aus seiner selbstverschuldeten Unmündigkeit wenn er es wagt, sich seiner Vernunft zu bedienen – ohne die Führung eines anderen!

*"Aufklärung ist der Ausgang des Menschen aus seiner selbst verschuldeten Unmündigkeit. Unmündigkeit ist das Unvermögen, sich seines Verstandes ohne Leitung eines andern zu bedienen. Selbst verschuldet ist diese Unmündigkeit, wenn die Ursache derselben nicht am Mangel des Verstandes, sondern der Entschließung und des Muthes liegt, sich seiner ohne Leitung eines andern zu bedienen. Sapere aude! Habe Muth, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen! ist also der Wahlspruch der Aufklärung."*<sup>1</sup>

Je mehr das Individuum heute eine unabhängige Urteilsbildung ausprägt, die auf klaren Vorstellungen beruht und anhand sachlicher Kriterien gebildet ist, umso freier bleibt der Einzelne von Ängsten oder einseitigen verzerrten Darstellungen der Zeit. Eine gute Urteilsbildung stärkt den Menschen und stabilisiert die Psyche. Auf die folgenden fünf Aspekte möchte ich hinweisen:

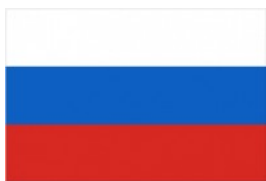
### 1. Über die die Einseitigkeit der westlichen Perspektive hinausblicken

In den großen meinungsbildenden Medien in Deutschland findet heute weitgehend eine naive Gut-Böse-Darstellung nach dem Motto „Der Westen/Ukraine gut – Russland/Putin böse“ statt. Wer sich mit diesem einseitigen Schema nicht zufrieden geben möchte, dem empfehle ich die zwei folgenden Beiträge: Sie eröffnen ein differenzierteres Bild anhand weiterführender Fakten.

#### Erste Empfehlung

#### **Telepolis: Wenn zwei Weltmächte streiten (Björn Hendrig)**

*Plädoyer für einen nüchternen Blick auf den Krieg in der Ukraine*



*Da die Verhandlungen über die Wünsche Russlands nach "Sicherheitsgarantien" nie zustande kamen, weil sie der Westen von Beginn an kategorisch ablehnte, blieben Moskau nur zwei Möglichkeiten: Klein begeben und der Nato auch die Ukraine überlassen – oder mit Gewalt dem einen Riegel vorzuschieben. Wie bekannt, entschied man sich für Letzteres.*

Ein hochinteressanter Beitrag, der mit einer fundierten Analyse aufzeigt, warum es gerade in der Ukraine Krieg gibt. [Zum Artikel](#)

<sup>1</sup> [https://de.wikipedia.org/wiki/Sapere\\_aude#/media/Datei:KantWasIstAufkl%C3%A4rung.png](https://de.wikipedia.org/wiki/Sapere_aude#/media/Datei:KantWasIstAufkl%C3%A4rung.png)

## Zweite Empfehlung

### **Multipolar: Krieg in der Ukraine – Schwarze Tage Europas**

*Russland hat am 24. Februar die Ukraine angegriffen. Es ist der Versuch Wladimir Putins, die russischen Sicherheitsinteressen mit militärischer Gewalt und unter Bruch des Völkerrechts durchzusetzen. Der Westen trägt durch jahrzehntelange Expansionspolitik und Arroganz eine Mitverantwortung für die jetzige Eskalation. Gewinner sind nun die Scharfmacher auf allen Seiten. Der Krieg wird nicht nur zum Tod vieler Zivilisten, sondern auch in eine neue Rüstungsspirale führen.*



Foto: Multipolar

*Ein Kommentar der Multipolar – Herausgeber Paul Schreyer, Ulrich Teusch und Stefan Korinth*

Der Artikel beinhaltet eine sorgfältige Analyse und veranschaulicht auch eine gut begründete Kritik an den westlichen Vorgehensweisen gegenüber Russland in den letzten drei Jahrzehnten.

#### **Zum Artikel**

## **2. Die Tendenz zur Kriegstreiberei**

Erschreckend sind gegenwärtig verschiedene Vorgänge, die zu einer Eskalation des Konfliktes in die Richtung eines dritten Weltkrieges führen würden. Ein aktueller Artikel auf **„German-Foreign-Policy.com“** zeigt diese Gefahren auf.



**GERMAN-FOREIGN-POLICY.com**

Informationen zur deutschen Außenpolitik: Nachrichten + Interviews + Analysen + Hintergründe

### **Der Wille zum Weltkrieg (17. März 2022)**

Mehrere NATO-Staaten halten im Ukraine-Krieg an Forderungen fest, die auf einen Weltkrieg und ein nukleares Inferno hinauszulaufen drohen.

#### **Zum Artikel**

Die „Informationen zur deutschen Außenpolitik“ werden von einer Gruppe unabhängiger Wissenschaftler und Publizisten zusammengestellt, sie sind parteipolitisch unabhängig. Zum Selbstverständnis: *german-foreign-policy.com erscheint mehrsprachig, um die kritische Berichterstattung über hegemoniale Taktiken und Strategien des vereinigten Deutschland einem internationalen Leserkreis zu eröffnen.*

### 3. Von der unipolaren zur multipolaren Weltordnung

Matthias Bröckers ist Mitbegründer der Taz und beschäftigt sich seit über zwanzig Jahren intensiv mit Geopolitik. Als Journalist hat er mehrere Bestseller veröffentlicht. Ich verfolge seine Arbeit seit über 15 Jahren und schätze seine um Unabhängigkeit bemühten, fundiert recherchierten und mutigen Analysen, die über das Meinungsspektrum des Mainstream hinausgehen. Sein Motto lautet: *Question Authority – Think For Yourself – Hinterfrage Autoritäten, denke selbst.*

#### Notizen vom Ende der unipolaren Welt (Teil 3)

*Die unipolare Welt, die von militärischer “Full Spectrum Dominance” des US- Imperiums diktierte “regelbasierte” internationale Ordnung, ist mit dem 24.2.2022 zu Ende gegangen.*

In seinen Notizen erklärt Matthias Bröckers gut verständlich, warum wir aus seiner Sicht nun am Beginn einer ganz neuen internationalen Ordnung stehen. Er stellt heraus, dass das Einfrieren der russischen Dollarreserven durch die USA (eine Art Diebstahl) ein Fluchtsignal aus dem Dollar für viele Länder sein dürfte. China, Russland und die Länder der Eurasischen Wirtschaftsunion entwickeln nun ein unabhängiges Währungs- und Finanzsystem. Bröckers sieht für die Vorherrschaft des Dollars und die Hegemonie der USA an ein Ende kommen.

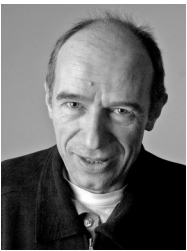


Foto: [www.westendverlag.de/autoren/mathias\\_broeckers/](http://www.westendverlag.de/autoren/mathias_broeckers/)

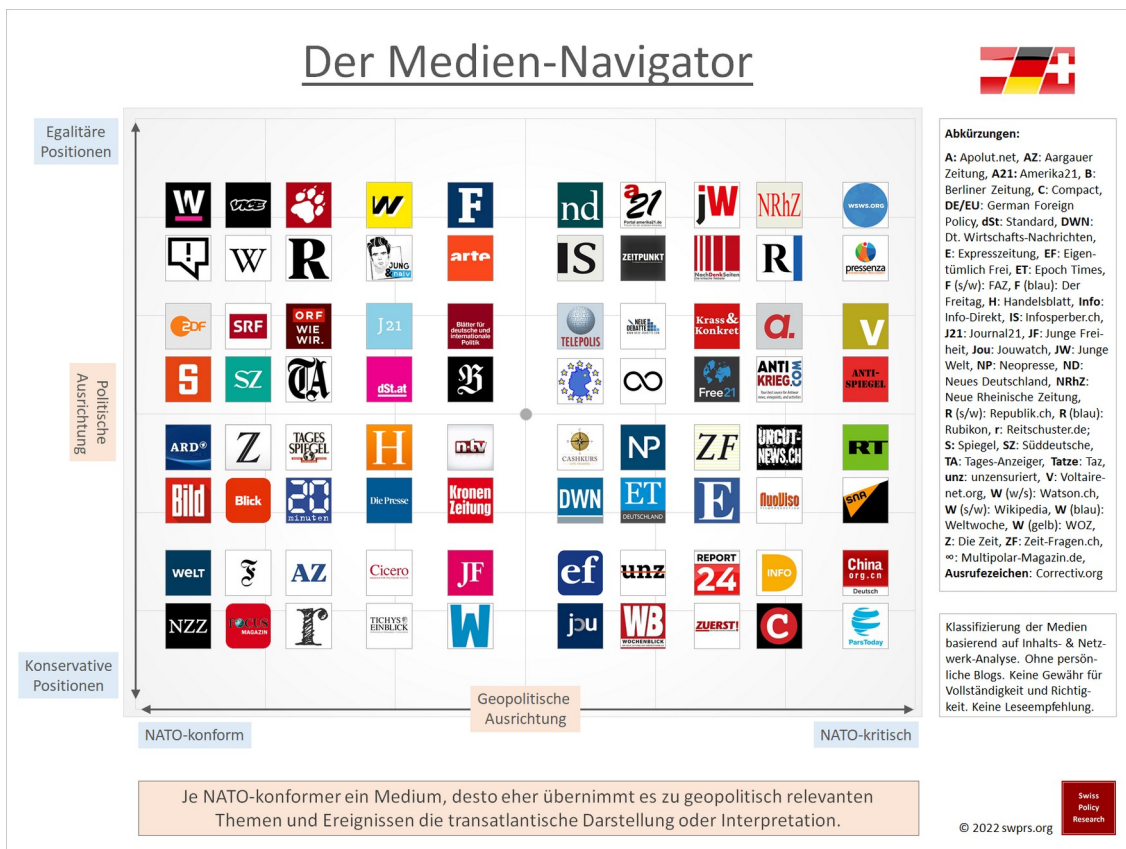
### 4. Sinnvolle Reduzierung der medialen Informationen

Angesichts der permanenten Informationsflut zum Ukrainekrieg empfehle ich, die Aufnahme an Informationen auf das wirklich Notwendige zu reduzieren. Für die psychische Stabilität erscheint es wenig sinnvoll, häufig am Tag Nachrichten im Radio zu hören oder sich ständig Talkshows zum Thema Ukraine zuzuführen.

**Eine fundierte Urteilsbildung ist in kürzerer Zeit möglich, sie bedarf vor allem einer eigenständigen Vorstellungsbildung mit ausgewählten Kriterien. So kann der Einzelne viel leichter sein seelisches Gleichgewicht finden ohne sich emotional zu verausgaben.**

Meine Empfehlung: Räumen Sie sich mediale Auszeiten ein und nehmen Sie nur gut ausgewählte, fundierte Beiträge auf. In Punkt 5 gebe ich hierzu konkrete Anregungen.

## 5. Sich unabhängig informieren – Der tägliche Medientipp



Woher nehmen Sie ihre Informationen? Der Mediennavigator <sup>2</sup> ist eine Möglichkeit zu reflektieren, wie NATO-konform oder NATO-kritisch ich mich informiere.

Ich empfehle Ihnen einige wenige Portale, die in ihrer geopolitischen Ausrichtung auch im mittleren und rechten Segment des Medien-Navigators liegen.

Hier noch zwei persönliche Empfehlungen von mir:

### Cashkurs – Dirk Müller

Der Bestsellerautor und Finanzexperte Dirk Müller ist ein ausgesprochen guter Kenner geopolitischer Zusammenhänge und stets um einen unabhängigen Blick auf das Gesamte bemüht. Auf Youtube veröffentlicht er auf seinem Kanal Cashkurs regelmäßig kurze Videos, die fundiert und kritisch zugleich sind. Empfehlenswert!



### Zum Kanal Cashkurs

<sup>2</sup> Quelle: <https://swprs.org/medien-navigator/>  
Zum Kanal

**Mulipolar**

# multipolar

Aus meiner Sicht eines der interessantesten Medienportale. Gerade die aktuellen Medienempfehlungen sind sehr vielseitig, international. Hier findet der Besucher häufig bereichernde Beiträge, die über das Mainstream-Spektrum hinausführen.

**[Zum Portal Mulipolar](#)**

**Expertenempfehlung: Dr. Daniele Ganser (Historiker, Friedensforscher)**



Daniele Ganser gibt zur Zeit zahlreiche Interviews und veröffentlicht Artikel, die einen unabhängigen Blick auf den Ukraine-Krieg eröffnen. Man findet Interviews auf [Youtube](#).

Wer sich die eigenständige Recherche und Suche vereinfachen möchte, dem kann ich anbieten, sich für den **[Medientipp des Tages anzumelden](#)**.