

„Über den Neid“

Einleitung

Der Begriff des „Neides“

- Was bedeutet das Wort? - Etymologie
- Welche Arten gibt es und wie wirken sie?
- Wie kann man Neidern begegnen?

Schlussbemerkung

Einleitung

„Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“, fragte die Königin. Und der Spiegel antwortete: „Frau Königin, Ihr seid die Schönste hier, aber Schneewittchen ist tausendmal schöner als Ihr.“ – Das war zwar ehrlich, aber auch sehr töricht, denn sogleich nahm das Drama seinen Lauf. Ein königlicher Jäger erhielt den Befehl, die Konkurrentin zu beseitigen, und als er diesen unterlief, legte die Königin selbst Hand an. Durch die Umsicht der Zwerge und die Liebe eines Prinzen hat Schneewittchen, wie wir wissen, die Mordanschläge letztlich überlebt. Die Königin erhielt eine gerechte Strafe. Für ihre Taten musste sie so lange auf glühenden Eisenpantoffeln tanzen, bis sie tot zusammenbrach. Über das Schicksal des Jägers wissen wir nichts – wir ahnen allerdings nichts Gutes.

Neid ist mächtig und allgegenwärtig. Schon in der ersten Familie in der Bibel entfaltete er seine zerstörerische Kraft. Kain, der Ackerbauer, war neidisch auf seinen Bruder Abel, den Hirten, weil Gott dessen Opfer vorzog. Aus Ärger, Trauer, Angst oder Schmerz kamen ihm böse Gedanken, in deren Folge er schließlich seinen Bruder erschlug. –

Das ist nun ein Extrembeispiel, aber auch in unserem Alltagsleben entsteht Neid. Ärgern wir uns nicht auch ab und zu einmal darüber, dass es Anderen besser geht als uns – obwohl sie sich überhaupt nicht anstrengen mussten? – Leben wir nicht in einer regelrechten Neidgesellschaft?

Doch das ist nur die eine Seite des Phänomens. Neid war schon immer gesellschaftlich notwendig und erzeugt überlebenswichtigen Anpassungsdruck. Die Neidforschung hat sich aber erst in der zweiten Hälfte des vorigen Jahrhunderts entwickelt. In seinem 1966 erschienenen Standardwerk „Der Neid und die Gesellschaft“ legt Helmut Schoeck dar, „dass kein anderes Motiv so viel Konformität erzeuge wie die Furcht, bei anderen Neid zu erwecken und dafür geächtet zu werden. Erst durch die Fähigkeit, sich gegenseitig durch den Verdacht auf Neid zu kontrollieren, sei die Bildung von Gruppen mit unterschiedlichen Aufgaben sozial möglich geworden.“ Menschen erkennen die

Wirkungskraft des Neides und versuchen sich davor zu schützen, indem sie ihr Hab und Gut miteinander teilen und die Neider mit „Opfergaben“ zu besänftigen versuchen.

Doch was genau ist nun der Neid?

Der Begriff des „Neides“

- **Was bedeutet das Wort? - Etymologie**

Neid hat seine Entsprechung in dem lateinischen Substantiv „invidia“. „Invidere“, das dazu gehörige Verb, bedeutet „hineingucken“, „starren“, letztlich „missgünstig betrachten“. „Invidia“ selbst: Das ist der scheele, neidische Blick, die Eifersucht, die Anfeindung.

Ganz generell versteht man unter Neid das ethisch vorwerfbare, gefühlsmäßige Verübeln der **Besserstellung** konkreter Anderer (www.wikipedia.de). Wenn Statusfragen keine besondere Rolle spielen, sprechen wir auch von „Missgunst“. In diesem Falle werden dem Anderen bestimmte Dinge einfach nicht gegönnt. Die Schwesternemotion „Eifersucht“ hingegen bezieht sich nicht auf das Missgönnen von Dingen, sondern auf die scheinbare oder tatsächliche Bevorzugung anderer Menschen. Hier befürchtet man, dass eine geliebte Person einer anderen mehr Anerkennung oder Zuneigung zukommen lässt als einem selbst. Das schmerzt.

Gleichgültig, ob der Eifersüchtige oder der Neider „nur“ ein geringes Unbehagen gegenüber der Überlegenheit oder Bevorzugung Anderer hat oder rasend vor Zorn buchstäblich keinen Stein mehr auf dem anderen lässt: Immer geht es um einen Status, den man selber gerne hätte, theoretisch auch erreichen könnte, aber aus verschiedenen Gründen nicht zu erreichen vermag. Oder zumindest noch nicht. Das schafft Differenz und Defizienz, auf die Menschen unterschiedlich reagieren: mit Aggressivität, mit Depressivität oder mit gesellschaftlich positiv sanktionierter Aktivität.

- **Welche Arten gibt es und wie wirken sie?**

Obwohl die Herkunft des althochdeutschen „Nidh“, germ. „nītha“, unklar ist, unterscheiden unsere mittelalterlichen Vorfahren „guoter“ und „übeler“ nīt. Beim „guten Neid“ handelte es sich ursprünglich um Anstrengung, Ehrgeiz und Eifer, vor allem Eifer im Wettkampf bis zum Kampfesgrimm. Heute nennen wir das Sportsgeist. Er motiviert und spornt uns zu Höchstleistungen an. Nicht den Anderen zu besiegen ist das Ziel, sondern selbst Erster zu sein. Das ist fair und verbindet.

Der „schlechte Neid“ steht für destruktives Konkurrenzdenken, für feindselige Gesinnung, Groll, Missgunst, Arg, Hass und Zorn. Dies geht einher mit einem quälenden, inneren Nagen, verbunden mit dem Ziel den Anderen zu vernichten und das Objekt des Neides, d. h. materielle, soziale, geistige Güter oder Vorzüge, selbst zu besitzen. Das ist unfair und trennt.

Der Begriff „Neidhammel“ leitet sich übrigens von dem Hammel aus der Tierwelt ab. Beim Hammel handelt es sich um ein über ein Jahr altes, kastriertes männliches Schaf. Kein Wunder, wenn es den Böcken ihre Virilität missgönnt.

Warum sind wir neidisch?

Wieso empfinden wir Unbehagen gegenüber den Gütern und Vorzügen anderer Menschen? Weshalb verübeln wir ihnen ihre Besserstellung?

Neid ist Ausdruck eines, vor allem psychischen Mangels, beziehungsweise einer unzureichenden Bedürfnisbefriedigung – z. B. nach Sicherheit, Zugehörigkeit, Anerkennung und freier Entfaltung. Wir neiden anderen Menschen nicht die Dinge an sich, sondern die positiven Emotionen, das Wohlgefühl, das diese aus den Dingen ziehen könnten.

Der deutsche Psychologe, Germanist und Gruppenanalytiker Prof. Rolf Haubl geht sogar noch einen Schritt weiter: „...selbst wenn wir das Ziel unserer materiellen Wünsche erreicht haben, gucken wir mit Unbehagen und Argwohn auf Andere. So kommt es zu dem Phänomen, dass, wenn zwei Freundinnen sich das gleiche Kleid gekauft haben, die Neidische der anderen es nicht gönnt. Sie unterstellt, dass diese aus dem Kleid mehr Anerkennung und Zufriedenheit gewinnen könnte als sie selbst.“

Prof. Haubl vertritt auch die These, dass sich unser „Gesellschafts- und Wirtschaftssystem den „guten“, nämlich **ehrgeiz-stimulierenden** Neid zunutze macht. Die Werbung appelliert an unser Bedürfnis nach z. B. Selbstentfaltung und Anerkennung und zeigt uns eine erstrebenswerte Welt, die wir erreichen könnten, wenn wir uns entsprechend anstrengen würden. Durch die dadurch erzeugte Differenz fühlen wir uns zunächst beschämt. Im Neid versuchen wir diese Beschämung zu überwinden, indem wir Eifer, Aggressivität und Kampfbereitschaft mobilisieren. Wir kaufen, kokettieren und konsumieren. Insofern ist „der ehrgeiz-stimulierende Neid in unserer Gesellschaft ein zentraler Produktions- und Wirtschaftsfaktor.“

Auch bei Haubl gibt es den „schlechten Neid“, und zwar in zwei Formen: Der **depressiv-lähmende** richtet sich gegen den Neider selbst. Durch seinen ständigen Vergleich mit Anderen macht er die sich wiederholende Erfahrung seines eigenen Unvermögens. Seine Fähigkeiten werden nicht mehr mobilisiert, um das eigene Leben zu meistern. Einen Schutzmechanismus gegen das Abgleiten in die Depression bildet der **destruktiv-schädigende** Neid. Er entspricht am ehesten der Todsünde „invidia“ in der Bibel und geht stark zulasten des Beneideten. Von zunächst harmlosem Klatsch, über Herabsetzung und Diffamierung bis zur endgültigen Vernichtung wird alles geboten.

- **Wie kann man Neidern begegnen?**

Und: Wie schützt man sich wirksam vor ihnen?

Zunächst ist es einmal notwendig, die Neider als solche zu erkennen. Bei Neid handelt es sich um ein Ersatzgefühl. Können oder dürfen wir unsere Ursprungsgefühle "Freude", "Ärger", "Trauer", "Angst" und "Schmerz" aus welchen Gründen auch immer nicht ausdrücken, haben wir Verhaltensweisen erlernt, durch die das dennoch möglich wird. Zu fragen wäre: Welches authentische Gefühl bewegt den Neider? Auf dieses könnte man dann behutsam eingehen.

Allerdings ist zerstörerischer Neid nicht zu unterschätzen: Wenn möglich, sollte man diesem Typen aus dem Weg gehen. Manche Beneidete verfolgen eine Art Besänftigungsstrategie: Sie versuchen Güter oder Vorteile mit den Neidern zu teilen oder führen die Kosten des Erreichten auf. Dann ist man zwar reich, hat aber einen drogenabhängigen Sohn, musste hart für sein Geld arbeiten oder entbehrt ein liebevolles Familienleben. Auch wird der Eigenanteil am Erfolg gern heruntergespielt: „Ohne meine Frau hätte ich das nie geschafft“, hört man dann. – Ich persönlich halte wenig von solchen Verrenkungen. Mit Stolz zu seinen Leistungen stehen, sollte das Motto sein, aber: „Stolz“, Superbia – ist das nicht auch eine Todsünde?

Übrigens: Im Mittelalter brachte man in Europa so genannte Neidköpfe an den Haustüren an. Das waren fratzenhafte Köpfe von Tieren, Menschen oder fabelhaften Ungeheuern aus Stein oder Holz, die böse Geister abwehren sollten. Welche Neidköpfe haben wir heute?

Schlussbemerkung

Wir haben gesehen, dass es zwei Hauptarten von Neid gibt: den konstruktiven, ehrgeiz-stimulierenden und den destruktiven Neid. Beide gehören zum Menschsein und verdienen eine eingehende Betrachtung.

Zum Schluss noch einmal Rolf Haubl: „Grundsätzlich sollten wir Unzufriedenheit und Neidgefühle, wenn wir sie denn an uns entdecken, nicht verteufeln. Wir können sie vielmehr als Signal und Chance begreifen, uns selbst besser kennen zu lernen. Der Neid gibt uns Aufschluss über unseren Selbstwert, unseren Ehrgeiz und unser Gerechtigkeitsempfinden. Er regt uns zu prüfen an, ob unsere Ziele, die wir im Leben verfolgen, angemessen sind und wie wir zufrieden oder zufriedener werden.“

Ist die Entwicklung von Zufriedenheit ein geeignetes Mittel zur Überwindung von Neid? Welche Rolle spielt Gerechtigkeit in diesem Zusammenhang? Das würde ich gern mit Ihnen diskutieren. – Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Literatur: Krumpholz-Reichel, Anja: Neid ist ein extrem schädigendes Gefühl, Gespräch mit Prof. Rolf Haubl, und Tenzer, Eva: Gerechtigkeit: Die Basis für Zufriedenheit, in PSYCHOLOGIE HEUTE 05/2002