

# Autsch, wie furchtbar!



(1) Die Bankangestellte aus Oldenburg ist zu einer Fachkonferenz nach Frankfurt gereist. Der Flug war nervig, und die nächsten zwei Tage wird sie von einem Vortrag zum nächsten hetzen müssen. Warum sich nicht was Gutes gönnen? Sie wirft sich also in den Hotelbademantel, fährt mit dem Aufzug hinunter in den  
5 Spabereich und öffnet die Saunatur. Dort empfängt sie ein angenehmer Eukalyptusduft – und ein älterer Kollege aus ihrer Filiale.

(2) „Oh, hallo. Sie auch hier“, quält sie sich ab. Dann weiß sie nicht mehr, was sie sagen soll, doch in ihrem Kopf rasen die Gedanken: „Wenigstens habe ich mir ein Handtuch um die Hüften geschlungen. Bloß nicht auf seinen dicken  
10 Bauch schauen.“ Nach zehn langen Minuten steht sie auf und strebt Richtung Tür. „Heiß hier“, murmelt sie und merkt sogleich, wie blöd das klingt.

(3) Jeder kennt diese Sorte von Situationen, in denen man sich sehr unbehaglich fühlt und sich am liebsten in Luft auflösen würde. *Awkwardness* nennt man sie im Englischen, ein Begriff, der etwas vage ist und für den es im Deutschen keine  
15 passgenaue Entsprechung gibt. Gern wird er mit ‚Peinlichkeit‘ übersetzt, aber das trifft die situative Spannung und soziale Fehlkopplung, die gemeint ist, nicht ganz.

(4) Joshua Clegg, Psychologe an der City University of New York, hat das Phänomen untersucht. *Awkwardness*, so Clegg, beschreibt eine Situation, ein  
20 Verhalten oder eine Beziehung, in der das, was passiert, von dem abweicht, was eigentlich passieren sollte. 10 stehen wir nicht plötzlich halbnackt vor einem Kollegen. Wenn Menschen soziale *Awkwardness* erleben, können sie peinlich berührt sein, erläutert Clegg, sie können sich aber auch irritiert, ängstlich oder sogar amüsiert fühlen.

- 25 **(5)** Das Spektrum solcher sonderbarer Momente ist breit. Oft handelt es sich um Reibereien im sozialen Getriebe, die eher harmlos wirken: Man fragt „Wie geht’s?“ und der andere antwortet „Morgen“. „Wann ist es denn soweit?“, erkundigt man sich bei der Verkäuferin mit dem dicken Bauch und merkt, noch während man spricht, dass sie gar nicht schwanger ist.
- 30 **(6)** Doch auch wenn sozial merkwürdige Begebenheiten nicht unbedingt schwerwiegend erscheinen, deutet die Forschung darauf hin, dass sie Menschen erheblich belasten können. Nicht nur rufen sie unangenehme körperliche und emotionale Reaktionen hervor. Sie hängen einem mitunter auch noch lange nach und beeinträchtigen die Beziehungen zu anderen. Cleggs Studien liefern
- 35 Hinweise darauf, dass es einen Zusammenhang zwischen *Awkwardness* und einem Gefühl von Entfremdung und mangelnder 12 geben könnte. So berichteten Menschen, die sich selbst als sozial isoliert charakterisierten und die der Psychologe nach Alltagserfahrungen fragte, häufig von Erlebnissen, die in die Kategorie sozial sonderbar und unbehaglich fielen.
- 40 **(7)** Vermutlich haben Menschen zu allen Zeiten merkwürdige Situationen erlebt. Doch momentan scheint das Phänomen im Zeitgeist besonders präsent zu sein. Dies gilt insbesondere für die USA. Fernsehshows wie *The Big Bang Theory* unterhalten die Zuschauerinnen und Zuschauer mit Szenen, in denen die Figuren ständig ins Fettnäpfchen stiefeln<sup>1)</sup>. Irgendwie scheint *Awkwardness*
- 45 grundlegende Veränderungen in der modernen Welt einzufangen. Wir lebten in einem „Zeitalter der *Awkwardness*“, schreibt der Religionswissenschaftler Adam Kotsko, weil in der heutigen Gesellschaft nicht nur althergebrachte Regeln immer wirkungsschwächer würden, sondern es oft gar keine eindeutigen Normen mehr gebe, da unterschiedliche Gruppen mit unterschiedlichen Regeln aufeinander-
- 50 treffen.
- (8)** Unbehagliche Momente entstehen aus einer Inkongruenz zwischen einer Erwartung oder Norm, was passieren sollte, und dem, was tatsächlich passiert. Die Wissenschaftsjournalistin Melissa Dahl hebt noch einen weiteren Aspekt hervor. Für ihr Buch *Cringeworthy* setzte sie sich in einer Art Selbsttest
- 55 zahlreichen sozial unbehaglichen Situationen aus; beispielsweise trat sie bei einer Liveshow auf, bei der die Gäste zum Vergnügen eines dreihundertköpfigen Publikums aus ihren Teenagertagebüchern vorlesen mussten. In Momenten wie diesen, schreibt sie, werde man gezwungen, sich von außen zu sehen, „durch die Augen von anderen, und das macht einem meistens die enttäuschende
- 60 Tatsache bewusst, dass man seinem eigenen Selbstkonzept nicht gerecht wird“.

naar: *Psychologie heute*, 07.01.2021

noot 1 ins Fettnäpfchen stiefeln: in unbehagliche Situationen geraten