



ILLUSTRATION: BENIAMINO RAIOLA

Keine Blitzableiter

Bürgermeister Immer weniger Menschen wollen das Amt übernehmen. Die Psychologin Mercedes Mende erklärt warum, warnt vor den Folgen – und fordert mehr Respekt im Umgang mit Amtsinhabern. *Von Verena Eisele*

Der Alb-Donau-Kreis hat eine Bürgermeisterin weniger, nachdem die Altheimer Rathauschefin Selina Holl vor etwa zwei Wochen ihren Rücktritt erklärt hat. Der Fall geriet auch in die überregionalen Schlagzeilen und so erfuhr auch die Psychologin und Volkswirtin Mercedes Mende aus dem Schwarzwald davon. Seit knapp zehn Jahren unterstützt sie Bürgermeister, Amtsträger und kommunale Führungskräfte unter Belastung. Sie meldete sich bei unserer Redaktion, um einzuordnen, welcher Druck mittlerweile auf Amtsträgern lastet.

Frau Mende, was waren Ihre ersten Gedanken zu dem Rücktritt der Altheimer Bürgermeisterin?
Mein erster Gedanke war „unnötig“. Der zweite: „Wie lange wollen wir so etwas noch hinnehmen?“

Wie meinen Sie das?
Dass Menschen, die in vorderster Reihe Verantwortung übernehmen, aufhören, und zwar aus Gründen, die von außen betrachtet als vermeidbar erscheinen.

Also ist das kein Einzelfall, sondern Teil einer breiteren Entwicklung?
Na ja, wenn man sich die Zahlen anschaut, wie viel Prozent Bürgermeisterinnen sind und wie viel Prozent Bürgermeister, dann ist da kein Fortschritt zu sehen. Gleichzeitig gibt es Kampagnen, die Frauen ermuntern sollen, in die Kommunalpolitik zu gehen. Es ist widersprüchlich, dass man so viel Zeit und Geld investiert, aber die Wirkung nicht erreicht wird. Da kann man sich fragen: Woran liegt das? Ich habe die These: Frauen beobachten sehr genau, wie mit anderen Frauen

umgegangen wird. Muss man beispielsweise öffentlich erklären, wie man als Mutter den Familienalltag regelt? Wer sich um die Kinder kümmert? Solchem Druck und öffentlicher Bewertung sind meiner Erfahrung nach Männer nicht ausgesetzt. Es scheint also ein strukturelles Problem zu sein, warum es wenig Bürgermeisterinnen gibt.

Wie erleben Sie diejenigen Amtsträger, die zu Ihnen kommen?
Bürgermeister haben eine hohe Verantwortungsbereitschaft. Sie sind bereit, viel zu geben. Das kann aber dazu führen, dass man seine eigenen Grenzen überschreitet. Ich bin immer wieder negativ beeindruckt, wenn mir Bürgermeister im geschützten Raum erzählen, wie sie sich wirklich fühlen. Nach außen hin merkt man ihnen das wenig an.

Welche Belastungen erleben sie?
Das ist ganz unterschiedlich. Grundsätzlich hat sich in den letzten Jahren aber etwas verändert. Früher ging es um Erwartungsdruck und die Verantwortung im Alltag. Heute kommen Angriffe über soziale Medien hinzu. Dort verbreiten sich Nachrichten in enormer Geschwindigkeit, ob sie nun stimmen oder nicht. Viele erleben diese digitale Öffentlichkeit als anonymen Raum, in dem hemmungslos beleidigt, diffamiert oder sogar gedroht wird. Das richtet sich teilweise direkt gegen den Menschen hinter dem Amt. Psychologisch bedeutet das eine Art chronische Bedrohungslage: Die Betroffenen wissen nie, wann und woher der nächste Angriff kommt. Diese ständige Unsicherheit erzeugt unterschwelligen Stress, der über lange Zeit an die Substanz geht.

Wie unterscheiden Sie normalen Stress im Amt von einer echten Gesundheitsgefährdung?
Stress gehört zum Amt dazu, das ist zunächst normal. Denn biologisch betrachtet ist er ist nichts anderes als eine Aktivierung des Körpers, indem Energie bereitgestellt wird. Kurzfristig kann das sogar positiv wirken, wir sprechen dann von Eustress. Belastend wird es, wenn Stress dauerhaft anhält. Dann sprechen wir von Distress, der oft mit Stressfolgen wie Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder zunehmender Gereiztheit einhergeht. Kritisch wird es, wenn sich selbst nach Pausen oder Erholung die inneren Akkus nicht mehr aufladen. Viele erleben dann eine Veränderung: Sie verlieren Antrieb, haben auf immer weniger Lust und spüren, wie die Zuversicht schwindet, dass es wieder besser werden kann. Ein ernstes Warnsignal ist, wenn man beginnt, mit Hilfsmitteln nachzuhelfen – sei es mit Schlafmitteln oder Alkohol. Spätestens dann greifen die normalen Bewältigungsstrategien für mich nicht mehr.

Was raten Sie Ihren Klienten dann?
Wir schauen gemeinsam: Was macht es gerade so stressig? Welche äußeren und inneren Faktoren gibt es? Was habe ich unbewusst getan, um mich zu belasten? Jeder Mensch tickt anders. Entscheidend ist, wie man über sich selbst denkt. Wenn man diese Mechanismen kennt, kann man sich neu ausrichten. Mich freut es immer, wenn jemand für sich einen Weg findet, es weiter zu tun – und sich dabei gut fühlt, sogar mit mehr Freude und Zufriedenheit das Amt ausübt.

„Frauen beobachten sehr genau, wie mit anderen Frauen umgegangen wird.“



FOTO: PETER FRAENSEMEIER

Zur Person

Mercedes Mende ist Expertin für Krisen- und Stressbewältigung. Die Psychologin mit psychotherapeutischer und notfallpsychologischer Ausbildung sowie Diplom-Volkswirtin führt seit 2017 eine eigene Praxis im Schwarzwald. Sie unterstützt Bürgermeister, Amtsträger und kommunale Führungskräfte unter Belastung, in Konflikten oder beruflichen Krisen.

Wie stark wirken gesellschaftliche Erwartungen?
Erwartung darf jeder haben. Druck muss man sich selber machen.

Inwiefern?
Wenn ich wahrnehme, dass jemand nicht einverstanden ist, dass ich beispielsweise als junge Mutter arbeite, dann ist das zunächst eine Meinung. Die Frage ist, inwieweit lasse ich mich davon beeinflussen und mit welcher Vehemenz und Intention wird das geäußert? Belastend ist vor allem, wenn im Rathaus oder Gemeinderat Meinungsführer sitzen, die signalisieren: Wir wollen dich hier nicht. Das trifft dann einen empfindlichen Punkt: unser Bedürfnis nach Zugehörigkeit. In den Bereichen, in denen ich mich bewege, muss ich mich sicher fühlen. Wenn das fehlt, macht das etwas mit einem, man verliert die Kontrolle – und das ist hochbelastend.

Gibt es einen Punkt, wo ein Rücktritt unausweichlich wird?
Ob jemand zurücktreten möchte, entscheidet er oder sie immer für sich.

Was wünschen Sie sich im gesellschaftlichen Umgang mit Menschen in politischen Ämtern?
Schon jetzt bleiben Stellen unbesetzt. Ich bin mir nicht sicher, ob es für jeden Ort noch Kandidaten geben wird. Was sind die Folgen, wenn es keiner mehr machen möchte? Dann haben wir alle ein Problem. Bürgermeister sind keine Blitzableiter für Entscheidungen auf Bundesebene. Jeder sollte sich kurz fragen: Wie wäre das für mich, wenn so mit mir umgegangen wird? Ist das angemessen?

Einspruch gegen weitere Flächen

Konflikt Bayerische Gedanken zur Windenergie stoßen im bayerischen Teil des Regionalverbands Donau-Iller auf Kritik.

Region. Landrat Hans Reichhart (CSU) hat sich in einem Schreiben an Bayerns Wirtschaftsminister Hubert Aiwanger (Freie Wähler) gegen weitere Flächenvorgaben für Windkraft im Landkreis Günzburg ausgesprochen. Er verweist auf die besondere Lage des Regionalverbands Donau-Iller (RVDI), zu dem der Alb-Donau-Kreis und der Kreis Neu-Ulm zählen. Dieser sei bereits mit erheblichen Einschränkungen durch Bundeswehrstandorte und Naturschutzgebiete konfrontiert. Reichhart fordert „keine weiteren Belastungen für den Landkreis Günzburg“.

Hintergrund ist die Teilfortschreibung der Regionalpläne im Bereich Windkraft. Der RVDI bildet eine bundesweite Besonderheit, da er Baden-Württemberg und Bayern per Staatsvertrag zur Zusammenarbeit verpflichtet. Nach bisherigen Vorgaben müssen auf beiden Seiten der Donau bis 2027 rund 1,1 Prozent der Fläche und bis 2032 1,8 Prozent für Windkraft gesichert sein. Jetzt habe das bayerische Wirtschaftsministerium allerdings mögliche zusätzliche Flächenzuweisungen ins Spiel gebracht. Darüber sei Reichhart „besorgt“, denn für die bayerischen Landkreise im RVDI, Günzburg, Neu-Ulm, Unterallgäu und die Stadt Memmingen, würden so über fünf Quadratkilometer zusätzlich für Windenergie ausgewiesen werden müssen.

Proteste bei Maria Vesperkirch
Besonders verweist der Landrat auf die Diskussionen rund um den Wallfahrtsort Maria Vesperbild in Ziemetshausen, um den es „erhebliche und berechnete Diskussionen“ gebe. Tatsächlich gab es gegen einen dort geplanten Windpark heftige Proteste aus der Bevölkerung. Reichhart konte in der Juli-Sitzung der Zweckverbandsversammlung des RVDI durchsetzen, den Mindestabstand der Vorranggebiete zur Kirche von 2,5 auf 3 Kilometer zu erhöhen. Das Ziel von 1,8 Prozent werde im bayerischen Teil des Verbandsgebiets damit trotzdem erfüllt. „Jede weitere Zuweisung von Flächenbeitragswerten an die Regionalverbände in Bayern, die über die aktuellen Mindestwerte hinausgeht, führt am Ende dazu, dass die Wallfahrt in Maria Vesperbild erheblich beeinträchtigt wird und die Bestrebungen der Region, diese zu schützen, konterkariert werden“, schreibt Reichhart.

Verena Eisele



Protest vor dem Biberacher Rathaus bei der Sitzung des Planungsausschusses im Mai.

ÜBRIGENS

Eine leichte Rundwanderung (Streckenlänge 8,6 Kilometer) um den Grüntensee steht beim Albverein Dietenheim-Regglisweiler am Donnerstag, 4. September, auf dem Programm. Gäste sind willkommen. Abfahrt in Fahrgemeinschaften zum Bahnhof Illertissen: 9 Uhr Bürgerhaus Regglisweiler, 9.10 Uhr Parkplatz Seniorenzentrum Dietenheim. Zugabfahrt 9.36 Uhr (Gleis 3). Kosten: Anteil Allgäu-Schwaben-Ticket 14 Euro. Anmeldung bis 3. September bei Franziska Neidlinger unter Tel. (0731) 233 38. Grüntensee ist ein Stausee der Wertach Oberallgäu. Er wurde 1962 fertiggestellt und dient dem Hochwasserschutz und der Stromerzeugung.

Versorgung Führungen im Wasserwerk

Langenau. Woher kommt das Trinkwasser und wie funktioniert die Trinkwasserversorgung? Die Landeswasserversorgung bietet am 5. September und 17. Oktober um 16 Uhr kostenfreie Führungen durch das Langenauer Wasserwerk an (Teilnahme ab fünf Jahren; mit Ausweiskontrolle). Treffpunkt ist auf dem Werksgelände Am Spitzigen Berg 1 vor dem Gebäude Hausnummer 12. Anmeldung über das Rathaus unter Tel. (07345) 962 21 42. touristik@langenau.de, www.langenau.de/termin.



Zwei Lesungen im Hohlenstein-Stadel

Schauspieler Stephan Bach nimmt Familien am Samstag, 6. September, 15 Uhr, mit auf eine Lesereise aus der Reihe „Das magische Baumhaus“ im Hohlenstein-Stadel bei Rammingen mit. Am Sonntag, 7. September, 17 Uhr, liest Claire Edwards aus ihrem Krimi „Kampf gegen die Alb“. Ihr Mann (Survivaltrainer) gibt Einblicke in die Kunst des Überlebens. Bei schlechtem Wetter geht es ins Lokal in Lindenau. Karten: Erwachsene 12 Euro, Kinder 8 Euro. Tickets: Buchhandlung Mahr, Stadtbücherei, Touristinfo Langenau, reservix.de. Foto Bernd Schramm

Landwirtschaft Einblick in den Milchviehbetrieb

Langenau. Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Den Landkreis genießen“ kann am Samstag, 13. September, von 14 bis 15.30 Uhr auf dem Milchviehbetrieb Mößle in Langenau hinter die Kulissen geschaut werden. Dabei erfährt man, wie Kreislaufwirtschaft in der Milchproduktion funktioniert, wie Hightech im Milchviehstall eingesetzt wird und wie mit viel Sorgfalt jeden Tag im Stall gearbeitet wird. Teilnahme kostenfrei. Anmeldung bis 8. September unter <https://eveeno.com/295863128>.

Webinar Ernährung von Kleinkindern

Alb-Donau-Kreis. Im Rahmen eines Webinars informiert eine Referentin der Landesinitiative „Beki“ (Bewusste Kinderernährung) am Dienstag, 9. September, zur Ernährung von Kleinkindern vom ersten bis zum dritten Lebensjahr. Der Vortrag, der von 9 bis 10.30 Uhr sowie von 19 bis 20.30 Uhr online kostenfrei besucht werden kann, steht unter dem Motto „Essen (fast) wie die Großen“. Anmeldung online: <https://join.next.edudip.com/de/webinar/beki-webinar-essen-fast-wie-die-grossen/2075244>.