

Probleme still lösen und damit Stärke demonstrieren?

Von Anders Freistein

Manchmal begegnet man in den sozialen Medien Gedanken, die auf den ersten Blick beeindruckend wirken. So zum Beispiel in einem Video, das behauptet: Wer über seine Probleme spricht, macht sich schwach – stark ist nur, wer sie allein löst. Diese Haltung, die in vielen amerikanischen Motivationsreden anklingt, stellt die Idee des Schweigens als Inbegriff von Selbstbeherrschung und innerer Stärke dar. Doch was genau steckt hinter dieser Sichtweise?

Wir stellen hier mal die zentralen Gedanken dieser Position vor, wie sie in dem YouTube-Video „Don’t Tell People Your Problems | Denzel Washington Motivation“ vom Kanal „Motivser“ präsentiert werden.

<https://www.youtube.com/watch?v=sGX0H5I2RAw>

Das Video geht davon aus, dass Schweigen eine Form von Macht darstellt. Wer seine Sorgen und Schwächen öffentlich macht, verliert die Kontrolle darüber, wie andere ihn wahrnehmen. Menschen könnten das Vertrauen missbrauchen oder die Offenheit als Zeichen der Schwäche deuten. In einer Welt, die laut und urteilend geworden ist, erscheint Stille als Schutzschild. Derjenige, der schweigt, bewahrt die eigene Würde, weil er nicht zulässt, dass andere Einblick in seine verletzbaren Bereiche erhalten.

Ein zweiter Gedanke betrifft die Vorstellung, dass wahre Stärke nur im Alleingang entsteht. Jeder Mensch müsse seine Kämpfe selbst austragen, weil niemand die ganze Tiefe des persönlichen Leidens oder der eigenen Träume verstehen könne. Das Video propagiert eine Form von Selbstgenügsamkeit, bei der Einsamkeit nicht als Mangel, sondern als Quelle innerer Kraft erscheint. Wer allein durchhält, lernt, auf sich selbst zu vertrauen. Auf diese Weise soll Selbstständigkeit zur Grundlage des Erfolgs werden.

Damit verbunden ist die Aufforderung, Bestätigung und Zustimmung nicht im Außen zu suchen. Es wird als Irrtum dargestellt, in der Anerkennung anderer Halt zu finden. Stattdessen soll der Mensch sich selbst genügen und die eigenen Erfolge als stillen Beweis seiner Stärke begreifen. Die Rede vom „stillen Sieg“ zieht sich durch die Argumentation: Wer sich nicht erklärt, sondern handelt, wer nicht klagt, sondern überwindet, der verkörpert wahre Größe.

Am Ende führt das Video diese Haltung zu einer einfachen Formel zusammen: Sprich nicht über deine Probleme – beweise ihre Lösung. Der Erfolg soll die Antwort auf alles sein. An die Stelle des Gesprächs tritt das Ergebnis. Der sichtbare Fortschritt gilt als einzig überzeugendes Argument, während Worte als Zeitverlust erscheinen. Der Mensch, der im Stillen arbeitet und sich erhebt, wird zum Vorbild einer Welt, die Leistung als höchste Form von Wahrhaftigkeit versteht.

Aber ob das die ganze Wahrheit ist?

Durchblicke bis auf Widerruf - Online-Zeitschrift für Schule und Studium – 10/2025