

# Krisen und Chancen – Wer kann wie daraus lernen? \_ aus Sicht der Erwachsenen

## **Krise: Chance und Gefahr**

Wer kennt das eigentlich nicht, eine Lebenskrise zu haben? Wer erinnert sich nicht an das Goethe-Wort: „Und so lang Du das nicht hast, dieses 'Stirb und werde', bist Du nur ein trüber Gast auf der dunklen Erde“.

Ich möchte zunächst an meine Vordredner anknüpfen: Herr Dr. Figdor bemerkte, dass eine Krise als Katharsis eine Chance sei, zu lernen. Ich frage ergänzend: Ist dem von der Krise betroffenen Menschen seine Chance tatsächlich bewusst? Eindrucksvoll visualisiert das die Faustinszenierung Peter Steins zur Expo 2000 als Lebensspiraleweg der Erlösungsspirale (Bild Z III). Frau Kernthaler-Moser veranschaulichte am Beispiel jener Sängerin einer Opernszene, dass ihre vorübergehende Verunsicherung noch lange nicht gleichzusetzen sei mit konsequenter Lernbereitschaft. Herr Spangler verdeutlichte an der Bindungsfähigkeit des Kindes dessen bedingungslose Bereitschaft, der Mutter

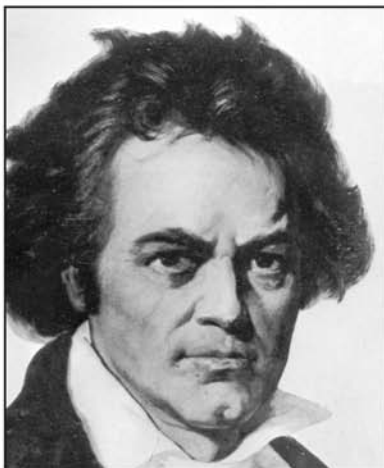
selbstvergessen blind zu folgen. Schließlich zeigte die Unterscheidung der virtuellen Zwillingforschung, dass auch die Frauen, die in der Regel deutlich weniger als ihre Geschlechtsgenossen verdienten, dennoch zufrieden seien. Ich frage: Kann es nicht echte Zufriedenheit sein, wenn eine Frau sich selbstbestimmt dafür entschieden hat, nicht zehn Häuser, tausend Aktien und zwanzig Titel zu erreichen, sondern vielmehr ihren Reichtum in der Entscheidung für Familie und Kinder entdeckt? Dann ist das ein inneres Zufriedensein im Sinne der Bildungsziele der UN-Dekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“, in der wir uns jetzt – 2004 bis 2014 – befinden, anstelle eines kurzfristigen Karriereerfolges. Es geht dabei nicht um das „Entweder – Oder“. Niemals! Es geht vielmehr darum, dass das Ich in der Zeit des Aufbaus seiner Identität fähig wird, seine besten Kräfte lebenslang zur Sinnerfüllung einzusetzen. Das heißt: Am Beginn des Weges zu fragen, ob es den Weg gehen will oder ob es

Dr. Smith



1802

# Heiligenstädter Testament



1824

Ludwig van Beethovens 9. Sinfonie



UNESCO Memory of the World  
2003



Die Kreuze im Leben † sind wie  
die Kreuze in der Musik # – sie erhöhen

**Why Me?**  
Lear  
Literaturpreis

Erika Schuchardt  
**Warum gerade ich?**  
Leben lernen in Krisen

Fahrt aus Lebensgeschichten  
eines Jahrhunderts  
Sublimationsgabe  
11, überarbeitete und erweiterte  
Auflage

Vandenhoeck & Ruprecht



Portrait der Frau des Malers Dorell Dobocan, widerspiegelnd das erfolgreiche Ringen beider angesichts der Krise ‚Krebs‘ –

棋 Krise – ein verborgener Reichtum

damit leben kann, ihn bewusst verweigert zu haben, ihn also nicht gehen zu wollen. Auch das ist eine legitime Entscheidung. Wichtig bleibt, dass das selbst entschieden wird. Denn was wäre, wenn der Weg abbricht, die Lebensspirale der Krisenverarbeitung zusammengefallen ist und am Boden liegt. In unserer Gesellschaft kein seltenes Phänomen. Das ist, wie Dorothee Sölle sagt, „lebendiges Tot-Sein“ des Menschen.

### **Kunst:**

#### **Schöpferischer Sprung aus der Krise**

Mein Thema heißt „Lebenskrisen - Lebenschancen - was lernen wir daraus?“, zum Beispiel auch Erwachsene. Sie wissen vielleicht von Ludwig van Beethoven, dass er gesagt hat: „Die Kreuze im Leben sind wie die Kreuze in der Musik, sie erhöhen“. (Bild Z I) Er hat damit gemeint, dass er sein eigenes Leid verarbeitet hat. Wir denken bei Beethoven zunächst immer an Takte der Musik, z. B. an die 9. Symphonie. Wir vergessen, dass er aber auch Worte für sein Leid gefunden hat. Wie Beethoven haben ungezählte andere Menschen ihr Leid, ihre Krise zum schöpferischen Sprung in Gestalt eines Kunstwerkes verwandelt. Sie kennen von Edvard Munch den „Schrei“ (Bild Z II). Es ist der Schrei seiner Kindheit. Sein Vater

war Alkoholiker, seine Mutter starb, die Geschwister erkrankten schwer, er selbst ging mit Selbstmordgedanken um. Zweifelnde, verzweifelte Menschen erschaffen sich ihre fiktive Welt, ihre Ersatzwelt. Denken Sie nur an die Flucht in das Internet, das zur „Second-World“, zur „2. Welt“ wird, in der die Menschen fiktiv leben, verantwortungsfrei, lustvoll, aber ohne schöpferischen Sprung aus der Krise, z. B. in die Kunst. So hat sich auch Hans Christian Andersen, als Kind wie als Erwachsener immer als ungeliebt erlebt, in seine Welt der Märchen geflüchtet. Das „Hässliche junge Entlein“ ist seine eigene Autobiographie. Schließlich kennen Sie eine der ersten Jungunternehmerinnen, Margarete Steiff. Gebunden an ihren Rollstuhl, isoliert von allen Menschen, hat sie mit der Nähmaschine das geschaffen, was ihr am meisten fehlte, nämlich menschliche Beziehung. Sie fand sie über die Brücke ihrer „beseelten“, so genannten „Steiff-Tiere“. Nicht zuletzt erinnere ich noch einmal an Ludwig van Beethoven. Als junger Mensch – damals 28-jährig – schreibt er sein Testament, aber nicht, weil er etwas zu vererben hatte, sondern weil er sich vereinsamt, isoliert und ausgegrenzt erlebte. Es beginnt: „Oh ihr Menschen, die ihr mich für feindselig, misanthropisch, störrisch, aggressiv haltet. Oh wie



Spiral-Orbform Galaxien,  
5 Milliarden Jahre alt



Komplementär-Spirale im Prozess  
der Photosynthese „Oxydase“



Komplementär-Spirale  
Doppel-Helix in der DNA



Spiral-Schwelle Megalith-Tempel,  
Malta um 2400 v. Chr.



Spiral-Schlange Uraeus, sog. 3. Auge  
des Pharaos, um 1290 v. Chr.



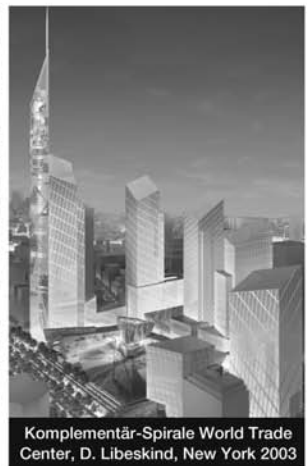
Spiral-Aufgang Minarett Moschee,  
Samarra, Irak, 9. Jahrhundert



Spiralartiger Edler 8-facher Heilspfad  
Budd. Tempel, Borodbodhur, 8. Jh.



Erlösungs-Spirale Faust II –  
Inszenierung Peter Stein, EXPO 2000



Komplementär-Spirale World Trade  
Center, D. Libeskind, New York 2003



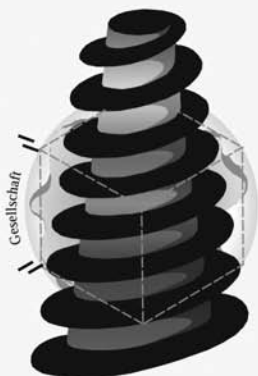
„Der Schrei“, Edvard Munch, Norwegen 1892-1895, 4 Fassungen

Lebens-Krisen =  
Lebens-Chancen

機 Krise –  
ein verborgener Reichtum

機  
Krise – Integral des Lebenslaufs  
– Schlüsselqualifikation  
der Lebensgeschichte

機  
Krisen-Management-Kompetenz  
– Schlüsselqualifikation  
gesamten Bildungssystem



Lebensspirale Krisenverarbeitung  
Einladung zur Selbstentwicklung



Komplementär-Spirale Reichstag,  
Dt. Bundestag, N. Foster, Berlin 1999



„Die Liebenden“ –  
Einander Begleitende  
Ernst Barlach,  
Hamburg 1922

🎵 Vergleichstheze  
zur Begleitung  
in der Musik

Die Kunst des Begleitens  
erleben und erlernen wir  
u.a. beim Musizieren:

Die zweite Stimme (🎵)  
gestalten,  
nicht aber das Solo.



unrecht tut ihr mir, wüsstet ihr von meinem verborgenen Schmerz“. Der letzte Satz auf diesen vier Seiten: „Oh Vorsehung - lass einmal einen reinen Tag der *Freude* mir erscheinen. So lange schon ist der wahren *Freude* inniger Widerhall mir fremd. Oh wann, oh wann, oh Gottheit, kann ich im Tempel der Natur und Menschen ihn wieder fühlen. Nie? Nein! Oh, es wäre zu hart.“ Als 56-Jähriger, 28 Jahre später, schreibt Beethoven, sozusagen als schöpferischen Sprung aus der Krise, den Sonnengesang seiner völkerverbindenden 9. Symphonie, inzwischen Europahymne seit 1972 und UNESCO-Welterbe „Das Gedächtnis der Welt“ 2003 (Bild Z1). Es ist der erfolgreiche Abschluss seines Lernweges durch die „Lebensspirale-Krisenverarbeitung“.

### **Komplementarität:**

#### **Beide, von Krisen *schon* und *noch-nicht* betroffene Menschen, lernen wechselseitig voneinander.**

*Schon* und *noch nicht* von Krisen betroffen zu sein, bedeutet gleichzeitig, Glied einer Gesellschaft zu sein. Deshalb gibt es auch *individuelle* wie *kollektive* Krisenverarbeitung. Es ist entscheidend, dass einerseits der von Krisen *schon* betroffene Mensch (u. a., Beethoven, Munch, Andersen, Margarete Steiff) eine Herausforderung für die

Gesellschaft darstellt. Andererseits gilt es in den Blick zu nehmen, dass komplementär dazu die Gesellschaft der *noch nicht* von einer Krise betroffenen Menschen – wie exemplarisch an Beethoven veranschaulicht – eine Herausforderung für den *schon* betroffenen Menschen ist. Die Komplementarität des Lernmodells besteht also darin, dass *beide* wechselseitig voneinander lernen müssen, wenn sie die Krise als verborgenen Reichtum entdecken wollen. Symbolhaft erklären sowohl das chinesische Yin-Yang, als auch das altkirchliche Christussymbol diese Komplementarität. Es ist überdies bezeichnend, dass die Chinesen für den Begriff der Krise nur ein einziges Zeichen haben, das Gefahr und Chance gleichzeitig bedeutet. Während wir im europäischen Kulturkreis im Deutschen wie im Englischen zwei Worte dafür haben und darüber hinaus vorrangig geprägt sind von dem spontanen Aufschrei: „Oh Gott, was passiert da Schreckliches, das kann doch gar nicht sein!“, reagieren die Asiaten entgegengesetzt und sprechen von „Chance“ als der großen Herausforderung, die sie als ihr Glück erkennen. Beispielhaft dafür Kenzaburo Oe, der angesichts des Lebens mit seinem behinderten Sohn Akitu erkennt: „Umwege sind der schnellste Weg zur Erkenntnis“.

**Krisen-Management:  
Die achtfache Lebensspirale im  
komplementären Drei-Schritte-  
Prozess Stabilisierung, Integration,  
Partizipation**

In meiner international angelegten Forschungsarbeit habe ich 6000 Lebensgeschichten untersucht und zusätzlich einen Biographien-Aufruf ausgeschrieben unter dem Titel: „Ich erzähle dir von mir, wie ich damit leben gelernt habe“. Die 6000 Auto-Biographen und 334 Zeitzeugen beschreiben übereinstimmend vergleichbare Lernwege. Am Anfang steht der Schrei, am Ende die Erkenntnis des verborgenen Reichtums. Dieser Weg ist kein gradliniger, eindimensionaler, er ist komplex wie die „Kopernikanische Wende“ vom geo- zum heliozentrischen Weltbild - von der Erde als Scheibe zur Erde als Kugel. (Bild Z II). Dieser Weg ist also kein zufälliger, keine Treppe, auf der man unten anfängt und oben ankommt. Er folgt einem Archetypus, der in uns liegt und uns sowohl *individuell* durch die drei Stadien Kopf, Herz und Hand der Lebensspirale als auch *kollektiv* durch den Drei-Schritte-Prozess führt. Natürlich können diese Stadien im Lebensvollzug nicht isoliert betrachtet werden. Um jedoch angemessener begleiten und verstehen zu können, ist es wichtig, die Akzentsetzungen in der Theorie diffe-

renziert zu entdecken. (Bild Z II und Z X und Z XI). Von Krisen *schon* betroffene Menschen müssen zunächst durch die achtfache Lebensspirale der Krisenverarbeitung gehen: Im Eingangs-Stadium gilt es zuerst, alles kognitiv mit dem Kopf, mit dem Verstand aufzunehmen. Erst im Durchgangs-Stadium werden emotional die Erfahrungen des Herzens zugelassen, um letztlich im Ziel-Stadium wieder aktional handlungsfähig zu werden. Ich hatte schon von der Erlösungs-Spirale des Faust gesprochen (Bild Z III). Der individuelle Weg, den Faust geht, ist der Spiralweg des Lernprozesses Krisenverarbeitung in den acht Spiralphasen. Soll aber sinnerfülltes Leben in der Gesellschaft gelingen, muss dieser Lernweg zugleich komplementär und – wie weltweit nachgewiesen – auch *kollektiv* von der Gesellschaft gegangen werden, wenn z. B. das Zusammenleben in der Ökumene, die Überwindung der Apartheid von Schwarz und Weiß, die Akzeptanz unterschiedlicher Kulturen wie etwa in Palästina und Israel, gelingen soll. Es geht um das „Miteinander Leben lernen“ auf dem Weg sowohl *individuellen* Reifens als auch *kollektiven* Übernehmens von Verantwortung. Ich wähle jetzt bewusst das Beispiel Südliches Afrika, wo ich im Auftrag des Auswärtigen Amtes das Verhalten der Schüler, Lehrer und Eltern der Interna-

tionalen Begegnungsschulen bei ihrem Verarbeitungsprozess der Krise „Fremdsein“ wissenschaftlich untersucht habe. Zunächst war anzunehmen, dass in Afrika eher der weiße Schüler isoliert sei. Aber auch in Afrika, im eigenen Land, sind die „black-“, und die „coloured people“ die Isolierten. Analog der Lebenssituation behinderter, kranker Menschen weltweit.

Beispielhaft dazu Beethoven: Er ist durch seine Ertaubung aus der Gesellschaft ausgesondert. Damit ist er einerseits physisch *individuell* betroffen von der Ertaubung und auf der Suche nach *dem ersten Schritt Stabilisierung*, sodann *Integration* und *Partizipation*. Er hat aber niemanden, mit dem zusammen das gelingen kann, weil seine Freunde rund um ihn herum ihm die Wahrhaftigkeit verweigern, – entsprechend der Irrelevanzregel „so zu tun als ob ...“ – verschweigen, verleugnen, verdrängen. Sein Schüler Ries, der ihn im Heilbad in Heiligenstadt besucht, geht mit ihm durch den Wald spazieren und sagt zu ihm: „Beethoven, haben Sie eben die Flöte gehört?“ Beethoven hat sie natürlich nicht hören können und verneint wahrheitsgemäß. Worauf Ries entgegnet: „Stimmt, ich hab auch keine Flöte gehört!“ Wenn Sie das als ein von Krisen *schon* betroffener, behinderter,

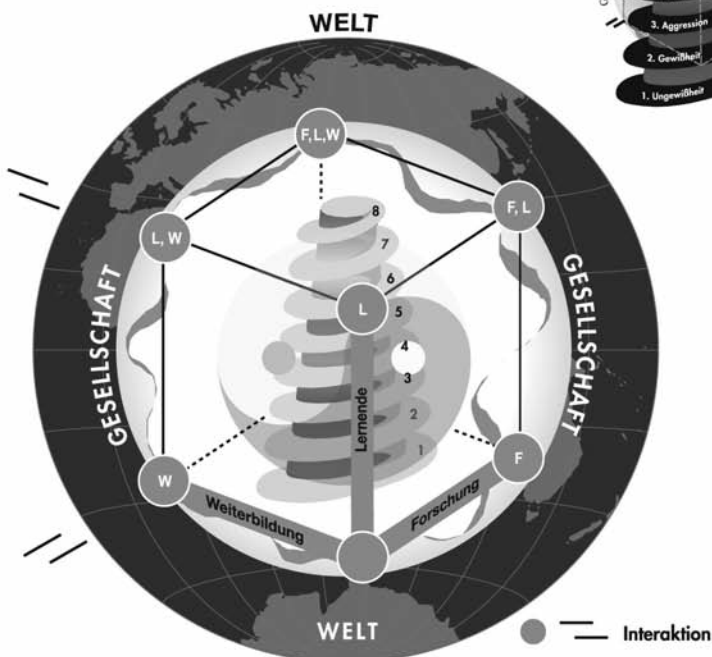
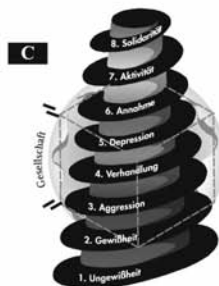
kranker, sterbender Mensch oder als Arbeitsloser erleben, wissen Sie, dass Sie tatsächlich keinen Partner mehr haben, dem Sie sich anvertrauen können. Daraus wird ersichtlich, wie lebensnotwendig *der zweite Schritt, die Integration*, das Zusammentreffen mit anderen, ist. Für Beethoven und seine Umwelt gab es aber im 18. Jahrhundert noch keine Angebote der Erwachsenenbildung, durch die beide hätten lernen können, wie man Miteinander-leben erlernt. Daraus resultiert seine Verzweiflung, sein Todeswunsch. Aussichtslos bleibt für Beethoven *der dritte Schritt, die Partizipation*, weil er noch nicht durch Lernangebote begleitet wird. Dazu wäre es notwendig gewesen, dass umgekehrt – komplementär – die *noch nicht* von Krisen betroffenen Mitmenschen seiner Umwelt sich hineinwagen in die Begegnung mit dem *schon* betroffenen Beethoven (dem Anderen/Fremden), um einen Blickwechsel herbeizuführen, bewusst den Perspektivenwechsel zu erleben, und als Folge in die Suche nach eigener Stabilisierung zurückzukehren aus der Erkenntnis: „Oh Gott, was habe ich denn mit meinem bisherigen Leben gemacht!“ – „Ich bin ja selbst noch gar nicht fähig, mit derartigen Krisenerfahrungen fertig zu werden.“ In diesem komplementären Drei-Schritte-Prozess erschließt sich Krise als ein verborgener





## KRISEN-MANAGEMENT-KOMPLEMENTÄRMODELL ZUM LERNPROZESS KRISENVERARBEITUNG ALS KOMPLEMENTÄRER 3-SCHRITTE-PROZESS

erschlossen aus rd. 30 Bildungs-Pilotprojekten  
Best-Practice-International – seit 1970



### 機 Krise – ein verborgener Reichtum

Der von Krisen – schon – betroffene Mensch  
ist eine Herausforderung für die Gesellschaft –  
komplementär gilt:  
die Gesellschaft der – noch nicht – betroffenen Menschen  
ist eine Herausforderung für den – schon – betroffenen Menschen –  
analog der Komplementarität im Christus-Symbol und im chinesischen Yin Yang

#### INTEGRATION/PARTIZIPATION: KOMPLEMENTÄR-MODELL



Komplementarität  
Grundvoraussetzung kosmischen  
und menschlichen Seins

- Gleichgewicht → Leben in Balance → Shalom
- Un-Gleichgewicht → Krankheit
- Trennung → Tod

*Textsammlung Huainanzi (2. Jhd. v. Chr.)*

© Erika Schuchardt

WARUM GERADE ICH? LEBEN LERNEN IN KRISEN, V&R 12, 2006, Literaturpreis  
WHY ME? LEARNING TO LIVE IN CRISES, WCC Geneva 2005, www.wcc-coe.org, Price of Literature

© Erika Schuchardt



KRISEN-MANAGEMENT UND INTEGRATION  8, 2003  
Band 1: Biographische Erfahrung und wissenschaftliche Theorie  
Band 2: Weiterbildung als Krisenverarbeitung



DVD • Jahrhundert-Bibliographien • AV rd. 30 Bildungs-Pilotprojekte Best Practice International

www.prof-schuchardt.de

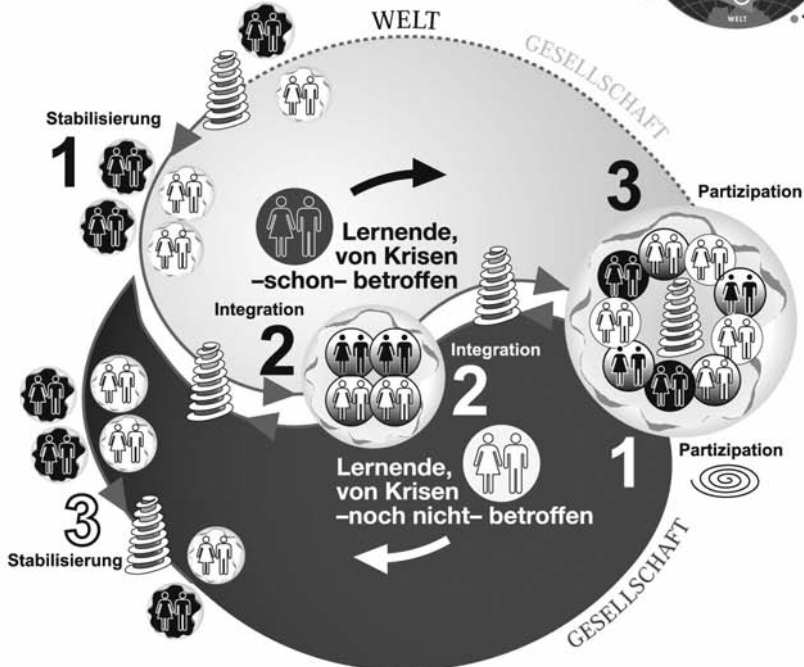
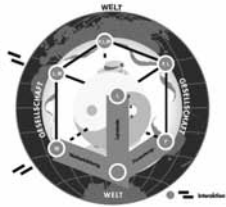
Bestseller der Reihe: Theorie und Praxis der Erwachsenenbildung

Z X



**KRISEN-MANAGEMENT-KOMPLEMENTÄRMODELL  
ZUM LERNPROZESS KRISENVERARBEITUNG  
ALS KOMPLEMENTÄRER 3-SCHRITTE-PROZESS**

erschlossen aus rd. 30 Bildungs-Pilotprojekten  
Best-Practice-International – seit 1970



**機 Krise – ein verborgener Reichtum**

Krisen-Management weitet sich lebenslauforientiert zur Integration/Partizipation im Sinne von Weg und Ziel zu einem komplementären 3-Schritte-Prozess, dargestellt im Yin Yang: Geprägt von der Komplementarität biographischer Erfahrung gehen Menschen, von Krisen –schon–(a) und –noch nicht–(b) betroffen, weltweit den gleichen 3-Schritte-Prozess, jedoch einander bereichernd in gegenläufiger Richtung:

- (a) • 1. Schritt → Stabilisierung • 2. Schritt → Integration • 3. Schritt → Partizipation  
(b) • 3. Schritt ← Stabilisierung • 2. Schritt ← Integration • 1. Schritt ← Partizipation

Damit verifiziert sich meine These:

**機 Krise – ein verborgener Reichtum**

Daraus erwächst der Ruf nach integrierter wie integrierender interdisziplinärer Krisen-Management-Pädagogik/-Andragogik in Aus-, Fort- und Weiterbildung

© Erika Schuchardt

WARUM GERADE ICH? LEBEN LERNEN IN KRISEN. V&R 12/2006, Literaturpreis  
Why Me? LEARNING TO LIVE IN CRISES, WCC Geneva 2005, www.wcc-coe.org, Price of Literature

© Erika Schuchardt



KRISEN-MANAGEMENT UND INTEGRATION  2003  
Band 1: Biographische Erfahrung und wissenschaftliche Theorie  
Band 2: Weiterbildung als Krisenverarbeitung



DVD • Jahrhundert-Bibliographien • AV rd. 30 Bildungs-Pilotprojekte Best Practice International

www.prof-schuchardt.de

Bestseller der Reihe: Theorie und Praxis der Erwachsenenbildung

Z. XI

Reichtum, und zwar individuell wie kollektiv.

Dieses Komplementär-Modell des Lernens folgt dem Archetypus der Spirale, dem Symbol der Seelenreise, wiederzuentdecken in Natur, Kultur und Technik. (Bild Z III) In der Natur: Die Galaxien als älteste Spiralform oder der Prozess der Photosynthese/Oxydase, oder etwa die DNA als Baustein, Bauplan allen Lebens von Pflanze, Tier und Mensch. In der Kultur: Im Megalith-Tempel als Spiralschwelle zum Eintritt in das innerste Heiligtum des Tempels, oder im alten Ägypten als feuerspeiende Uräus-Schlange, dem dritten Auge des weisen Pharaos, oder etwa im Irak als Spiralaufgang zum Minarett der Moschee von Samarra. In der Technik: Der achtfache Heilspfad in der Tempel-Stupa-Anlage von Borodbodhur/Indien oder der Spiralaufgang und -abgang in der Reichstagskuppel des deutschen Bundestages als Komplementär-Spirale oder etwa der Spiralaufgang der 1776 Spiralstufen vom Ground Zero zu den „Sphärischen Gärten“ im World Trade Center New York, zugleich das Jahr der Unabhängigkeit Amerikas symbolisierend. So erschließen Natur, Kultur und Technik den Archetypus der Komplementär-Spirale, Grundlage unseres Komplementär-Modells, dem Krisen-

Management-Interaktions-Modell der achtfachen Lebensspirale Krisenverarbeitung im komplementären Dreischritte-Prozess.

### **Arten der Krise:**

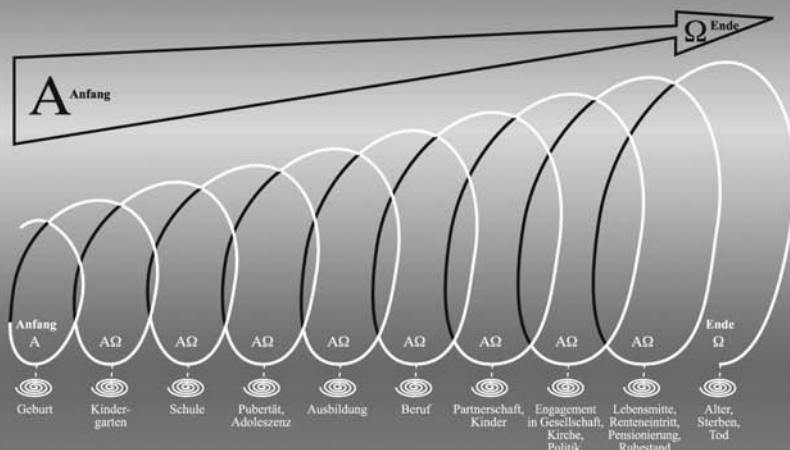
#### **Lebens-LAUF-Krisen und Lebens-BRUCH-Krisen**

Die über 2000 Lebensgeschichten meiner internationalen Forschung, ein ganzes Jahrhundert übergreifend seit 1900, stammen aus der ganzen Welt. Die bekanntesten unter ihnen sind die von Isabell Allende, Christy Brown, Pearl S. Buck, Frida Kahlo, Helen Keller, Harald Kushner, Kenzaburo Oe, Hans Jonas, Nikolai Ostrowski oder „Superman“ Christopher Reeve. Das ist nur eine Auswahl aus 6000 Autobiographien, von der ich denke, dass die Personen Ihnen vielleicht durch Filme am ehesten vor Augen stehen. Jeder unter uns erlebt ganz alltäglich im Verlauf seines Lebens Krisenereignisse an sogenannten Schaltstellen der Biographie: Ich unterscheide zwei Arten von Krisen, Lebens-LAUF-Krisen und Lebens-BRUCH-Krisen (Bild Z V). Mein Vorredner, Dr. Figdor, hat bereits über Lebens-LAUF-Krisen referiert: Geburt, Kindergarten, Schule, Partnerschaft, Ausbildung, Beruf bis hin zu Ruhestand und Alter. Wir wissen lebenslang, dass vorhersehbar an Schaltstellen der



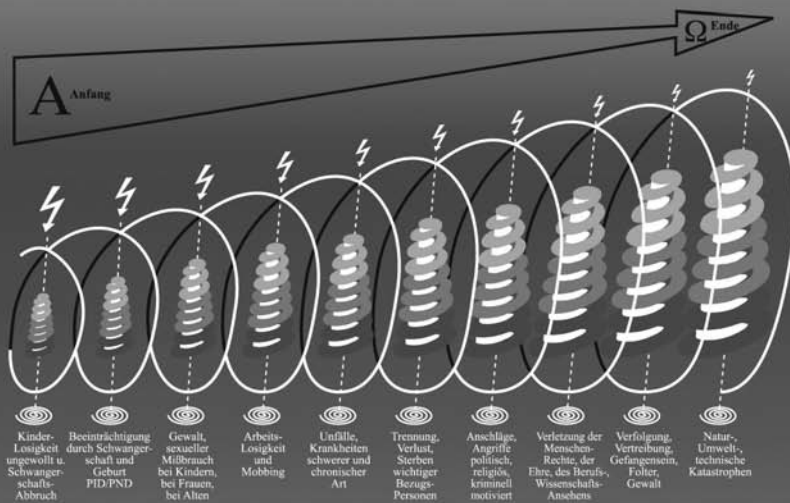
## KRISEN-MANAGEMENT UND INTEGRATION Lebens-LAUF-Krisen

eher vorhersehbar an Schaltstellen der Lebensgeschichte



## KRISEN-MANAGEMENT UND INTEGRATION Lebens-BRUCH-Krisen

eher unvorhersehbar an Rissen der Lebensgeschichte



© Erika Schuchardt

WARUM GERADE ICH? LEBEN LERNEN IN KRISEN, V&R 12-2006, Literaturpreis

Why Me? LEARNING TO LIVE IN CRISES, WCC Geneva 2005, [www.wcc-coe.org](http://www.wcc-coe.org), Price of Literature

© Erika Schuchardt



KRISEN-MANAGEMENT UND INTEGRATION

label **DIE** 8.2003

Band 1: Biographische Erfahrung und wissenschaftliche Theorie

Band 2: Weiterbildung als Krisenverarbeitung



DVD • Jahrhundert-Bibliographien • AV rd. 30 Bildungs-Pilotprojekte Best Practice International

[www.prof-schuchardt.de](http://www.prof-schuchardt.de)

Bestseller der Reihe: Theorie und Praxis der Erwachsenenbildung

Z V

Biographie eine Lebens-LAUF-Krise auf uns zukommen kann. Wir antizipieren sie, indem wir diese Schnittstellen, sogenannte „Rite de passages“, durch Rituale, Feste, Bräuche gestalten, und sagen dann trotzdem „plötzlich und unerwartet“, wenn jemand im Alter von 100 Jahren stirbt. Ich meine das keinesfalls ironisch, ich möchte nur auf den Verdrängungsmechanismus von Menschen aufmerksam machen.

Ogleich Lebens-LAUF-Krisen unausweichlich auf uns zukommen, bleiben wir nicht selten unten am Beginn der Spirale stehen, verpassen – verweigern – den Lernweg durch die Lebensspirale. Das ist bei den vorhersehbaren Lebens-LAUF-Krisen leicht möglich, wir können sie spielend umgehen; Mechanismen dafür sind verdrängen, verschweigen, vergessen. Man kauft sich z.B. eine Klamotte, dieses oder jenes, und findet Ablenkung, Zerstreuung, Event. Taucht die Krise auf, verbannen wir das „schwarze Tier“ schnell in die „Rumpelkammer“ des Gedächtnisses. Nietzsche warnte davor und wendet ein: „Die Rumpelkammer des Gedächtnisses muss irgendwann aufgeräumt werden, weil sie sonst nämlich Füße bekommt und unaufhaltsam größer wird, bis das Gewissen uns peinigt“.

Anders ist es mit jenen Krisen, die ich als Lebens-BRUCH-Krisen bezeichne, in denen wir wie vom Blitz getroffen in einer einzigen Sekunde unser bisheriges normgeordnetes Leben total verändert vorfinden, der „Riss der Schöpfung“, laut Hiob, durch uns hindurchgeht. Das sind auf der einen Seite die *individuellen* Lebens-BRUCH-Krisen: Krankheit, Behinderung, unerfüllter Kinderwunsch, unerwünschtes Kind. Wer Seminare mit Frauen gemacht hat, die sich ein Leben lang vergeblich auf ein Kind gefreut haben, der kann überhaupt nie mehr den Satz über die Lippen bringen: „Es gibt doch genügend Adoptivkinder.“ Der unerfüllte Kinderwunsch ist individuell genau so ernst zu nehmen wie der gesellschaftlich unerwünschte Wunsch nach Abtreibung. Auch wenn jeder einzelne es anders handhaben mag, beides ist ein Bruch mitten im Leben, der das ganze bisherige Leben radikal verändert. Daneben gibt es die *kollektiven* Lebens-BRUCH-Krisen: Naturkatastrophen, Terroranschläge, Flucht, Vertreibung, Verfolgung u.a. (Bild Z V). Ich habe diese aus einem Jahrhundert und darüber hinausgehend untersucht. Zunächst waren es bis 1970 primär die Behinderungen, um 1980 stiegen die chronischen Erkrankungen, Aids und Krebs ganz massiv an. Schließlich kam 1990 die Welle der Holocaust-Aufarbei-



tungen, und die „Coming-out“-Literatur u.a. zum sexuellen Missbrauch (Bild Z IV). Ich habe in den Bibliographien die über 2000 Auto-Biographien so zugeordnet, dass sie auf der einen Seite zu 17 Kategorien K1 bis K17 zu drei Bereichen gehören: Kritische Lebensereignisse, Langfristige Krankheiten, Beeinträchtigungen und Behinderungen. Dem gegenüber stehen auf der anderen Seite die Erzählperspektiven der Auto-Biographen, die Auskunft über den Status der Verfasser geben: Mann, Frau, Kind, Eltern, Partner, Geschwister, Fachleute. Der Leser der gegliederten Biographie entdeckt sich unversehens selbst, hat die Möglichkeit, sich mit seiner Frage in den Lebensgeschichten zu identifizieren und stellt überrascht fest: „Das ist doch genau meine Frage!“. Er erlebt, dass allein schon das Lesen der Bibliographie ihm zur ermutigenden Biblio-Therapie wird.

### **Krisenverarbeitung als Lernprozess: Die achtfache Lebensspirale**

(Bild Z VI)

#### **1. Spiralphase Ungewissheit:**

„Was ist eigentlich los...?“

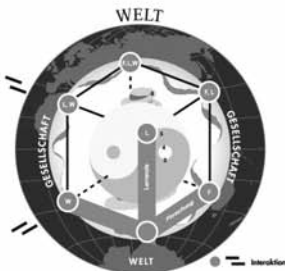
Ich stelle nun den Spiral-Lernweg vor, den die von Krisen schon betroffenen Menschen gegangen sind. Am Anfang, im Eingangs-Stadium, steht unvermittelt die spontane erste Frage der Ungewiss-

heit: „Was ist eigentlich los?“ Bei dieser Fragestellung weiß jeder Psychoanalytiker, dass „*uneigentlich*“ alles los und in Unordnung geraten ist. Man weiß ja auch Bescheid, wenn man hört: „Eigentlich ist es ja schön, dass Sie heute zu Besuch kommen, *aber ...*“, was unausgesprochen implizit die Umkehrung des Gesagten bedeutet.

#### **2. Spiralphase Gewissheit:**

„Ja, aber das kann doch nicht sein...?“

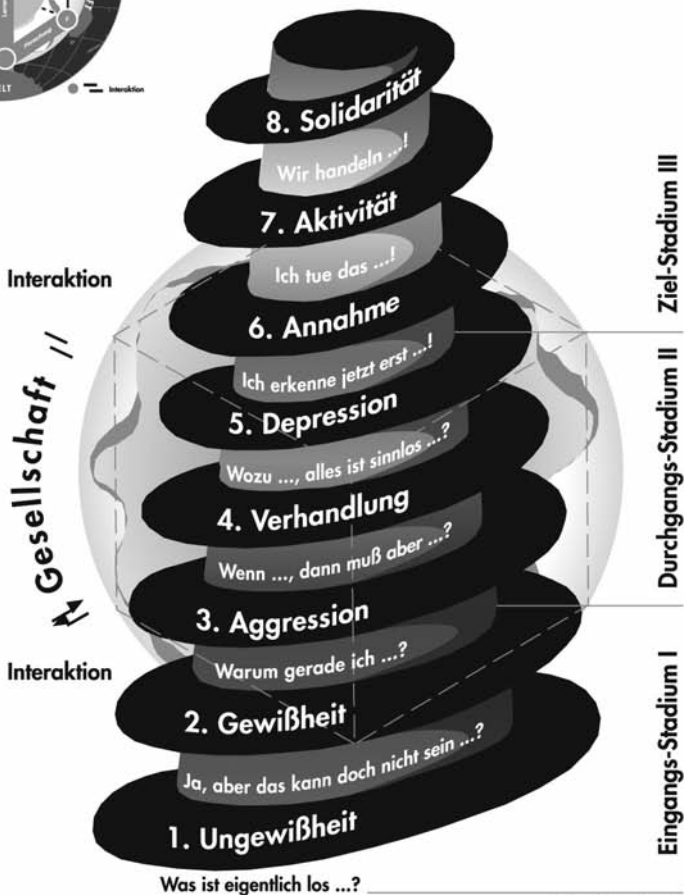
Aus der Ungewissheit stellt sich im Eingangs-Stadium die nächste Frage der Gewissheit: „Ja, ich weiß, dass mein Kind behindert ist, aber ...“, oder, „dass ich kinderlos bleiben muss, aber ...“, „dass ich von Krebs betroffen bin, aber ...“, oder, „dass mein Partner mit den üblichen Folgen einer Querschnittslähmung rechnen muss, aber ...“. Man weiß das alles, denkt sich aber: „Das kann doch gar nicht sein!“ Sie kennen das täglich aus der Politik. Man sagt: „Ja, der Herr Kollege hat völlig Recht, aber...“, und dann kommen alle Fakten auf den Tisch, die man schon immer sagen wollte. „Ja, aber“ heißt im Fazit immer „Nein“; der Kopf sagt „Ja“, aber das Herz sagt „Nein“. Tragisch in dieser Situation ist die Diskrepanz zwischen *schon* Wissenden und *noch nicht* Wissenden. Erstaunlich, aber oft unbemerkt, ist der Tatbestand, dass der angeblich *noch*



## SPIRALE – SYMBOL DER SEELENREISE

### Lernprozess Krisenverarbeitung als Lebensspirale in 8 Spiralphasen

erschlossen aus weltweit über 2000 Lebensgeschichten  
– seit 1900



Erika Schuchardt

#### Eingangs-Stadium I

kognitiv-reaktiv,  
fremdgesteuerte  
Dimension

#### Durchgangs-Stadium II

emotional,  
ungesteuerte  
Dimension

#### Ziel-Stadium III

reflexiv-aktional,  
selbstgesteuerte  
Dimension

1900

© Erika Schuchardt

WARUM GERADE ICH? LEBEN LERNEN IN KRISEN. V&R 12/2006, Literaturpreis  
Why Me? LEARNING TO LIVE IN CRISES, WCC Geneva 2005, www.wcc-coe.org, Price of Literature

© Erika Schuchardt



KRISEN-MANAGEMENT UND INTEGRATION  
Band 1: Biographische Erfahrung und wissenschaftliche Theorie

**Die** 8/2003



Band 2: Weiterbildung als Krisenverarbeitung  
DVD • Jahrhundert-Bibliographien • AV rd. 30 Bildungs-Pilotprojekte Best Practice International

www.prof-schuchardt.de

Bestseller der Reihe: Theorie und Praxis der Erwachsenenbildung

Z VI



*nicht* Wissende immer am besten Bescheid weiß. Es gibt grundsätzlich drei Wege, die Wahrheit zu vermitteln: *Erstens* der meist angewandte Weg brutaler Wahrheitsvermittlung der Fakten: „Ihr Kind ist behindert, da kann ich nichts machen. Gehen Sie bitte zu meinem Fachkollegen“. Hier wird die Beziehung, die Grundlage für die Bereitschaft zur Verarbeitung der Krisenereignisse, verweigert. Der Betroffene wird von Einem zum Andern verschoben, nicht selten abgeschoben. *Zweitens* folgt der übliche Weg der Vertröstung oder Verklärung: „Haben Sie nur Geduld, es wird schon“, „Wen Gott liebt, den lässt er leiden“. All diese Sprüche, die wir ja bis zum Exzess kennen, erschweren die frühzeitige Verarbeitung der Krise. *Der dritte Weg*, meines Erachtens der Königsweg der Wahrheitsentdeckung, setzt Vertrauen, Beziehung und Dialog voraus, er lebt davon. Der *schon* von seiner Krise betroffene Mensch kann im Beziehungszauber die Wahrheit jeweils selbst so weit entdecken, wie es ihm möglich ist, sie zu ertragen, sie auszuhalten und anzunehmen, und wo das noch nicht möglich ist, die erforderliche dosierte Wahrheitsvermittlung ertragen. Das setzt aber voraus, dass ich, der Begleitende, in mir selbst sicher bin und vor der ausbrechenden Aggression keine

Angst habe, sondern sie mit dem Betroffenen aushalten, zulassen und austragen kann.

### 3. Spiralphase Aggression:

„Warum gerade ich ...?“

So kommt der von Krisen *schon* betroffene Mensch in das Durchgangsstadium: Die von der Erkenntnis durchsickernde Einsicht wird sozusagen tropfenweise zur Erfahrung des Herzens. In der Aggressionsphase fragt der Betroffene: „Warum gerade ich, warum trifft das ausgerechnet mich?“ Christen erleben diese Phase oft schlimmer als Nicht-Christen, weil sich viele durch ihr alttestamentarisches Gottesbild so etwas wie einen Gott im Krämerladen vorstellen, der auf einer Waagschale abwägt, was man Gutes getan hat und was einem dafür rechtmäßig als Gegenleistung zusteht. Im Buch Hiob lernen wir einen verborgenen Gott kennen, den anzuklagen, anzuschreien, ja anzujammern sich Hiob nicht scheut. Gott aber hält Hiobs Klagen aus, begegnet ihm und antwortet ihm: „Warst Du dabei, als ich die Welt erschaffen habe?“. Dass Gott in den Dialog mit ihm eintritt, bringt Hiob dazu ihn anzuerkennen und seinen Weg weiterzugehen.

Im Spiegel der über 2000 Lebensgeschichten führt die Aggression in den

meisten Fällen zum Todeswunsch, und zwei Drittel der *schon* betroffenen Menschen praktizieren den Suizid. Die Überlebenden schreiben darüber – es verarbeitend – in ihren Auto-Biographien. Sie berichten übereinstimmend darüber, ihre Aggressionen zunächst nach außen gerichtet zu haben und dabei selten ernst genommen worden zu sein; ich erinnere an Beethovens Eingangssatz seines Heiligenstädter Testaments: „Oh ihr Menschen, die ihr mich für feindselig ... haltet“. Wenn Betroffene dann in eine Therapie abgegeben, abgeschoben werden, bedeutet das oft zusätzlich den Verlust des Lebenskontexts, was eine weitere Belastung darstellen kann. Schließlich bleibt für sie nichts anderes mehr übrig, als die Aggression zielgerichtet gegen sich selbst zu richten; Beethoven gesteht 28-jährig: „Ich endete mein Leben, wäre da nicht die Kunst.“

#### 4. Spiralphase Verhandlung:

„Wenn, dann muss aber ...“

Nach der Aggression kommt es zur Verhandlung mit Wundern im „Ärzte-Welt-Warenhaus“, oder man versucht es mit „Wunder-Such-Wegen“, z.B. mit Wallfahrten. Das Entscheidende ist, dass der *schon* betroffene Mensch einmal kognitiv und emotional alle Möglichkeiten restlos bis zu Ende ausgeschöpft

haben möchte. Diese Versuche enden mit dem Ergebnis, im Schnitt 32 Ärzte konsultiert und etliche Wallfahrten gemacht zu haben. Beethoven, zum Beispiel, fuhr viele Male in die Kurbäder Heiligenstadt und Marienbad und berichtete von seinem doppeltem Leiden an den ihn auch noch betrügenden, verratenden, das Leid verklärenden Ärzten.

#### 5. Spiralphase Depression:

„Wozu, alles ist sinnlos ...?“

Die letzte Spiralphase im Durchgangsstadium ist die Depression. Depression ist aber hier nicht als klinisches Krankheitsbild gemeint, sondern als Trauerarbeit nach dem Motto: „Wozu dagegen kämpfen? Alles ist sinnlos!“ Trauerarbeit dient der Vorbereitung auf die Annahme des Schicksals, sie enthält die Wendung zur Umkehr, zur nach innen gerichteten Einkehr und zur Begegnung mit sich selbst. Man hat alle Möglichkeiten in alle Richtungen ausgetestet und die „Speicher“ sind mit Hilfsmitteln überfüllt. Ärzte, Apotheker und Therapeuten bleiben wirkungslos. Man ist am Ende angekommen. Nun sucht man nicht mehr die Antwort im Außen, sondern im Inneren. Es wächst die Bereitschaft und damit die Fähigkeit zur Entscheidung, diesen anderen Weg anzunehmen und ihn lernend gehen zu wollen. (Bild Z I,

Titelseite des Buches). Der *schon* betroffene Mensch tastet sich aus dem Dunkel selbstbestimmt in das Ziel-Stadium des Lichts, findet zu Annahme, Aktivität, Solidarität.

#### 6. Spiralphase Annahme:

„Ich erkenne jetzt erst ...!“

Im Ziel-Stadium gelingt es dem *schon* betroffenen Menschen, seine Handlungsfähigkeit wieder zu erlangen, durch Annahme wieder handlungsfähig zu werden: „Ich erkenne zwar, dass meine Situation keineswegs eine ist, über die ich mich freuen kann. Aber ich merke, dass ich noch da bin. Ich erlebe, dass Menschen trotzdem nicht von meiner Seite gewichen sind und dass ich nicht mehr darauf fixiert bin, einzig und allein das wiederherzustellen, was ich verloren habe; ich erkenne jetzt erst ...!“

#### 7. Spiralphase Aktivität:

„Ich tue das ...!“

Daraus wächst die Aktivität: Beethoven komponierte, Margarethe Steiff nähte beseelte Steiff-Tiere, Auto-Biographen verarbeiten schreibend ihre Geschichte und andere *schon* betroffene Menschen machen sich auf den Weg und erzählen ermutigend von ihrem langen Weg aus der Krise. Dieser Spiralphase Aktivität verdanken sich fast alle lokalen, regionalen, nationalen, internationalen Vereini-

gungen, Selbsthilfegruppen, Institutionen bis hin zu Weltorganisationen.

#### 8. Spiralphase Solidarität:

„Wir handeln, wir ergreifen Initiative ...!“

Am Ende steht die nur selten von *noch nicht* betroffenen, aber desto häufiger von *schon* betroffenen Menschen erreichte achte Spiralphase der Solidarität: „Wir handeln gemeinsam.“ Es wird immer weniger wichtig, was meine Beeinträchtigung, meine Herausforderung ist, vielmehr erkenne ich: Es gibt keinen Weg am Leid vorbei, wohl aber einen hindurch. Ich sage: mit Christus hindurch. Auf jeden Fall aber bestimmt mit einer Normen-Werte-Orientierung. Auf dem Weg zu einem Neuanfang ist es wichtig, dass gemeinsam gehandelt wird. Die individuelle Situation tritt zurück, das „wir“ tritt in den Vordergrund, weil ich mich in der wechselseitigen Begegnung geändert habe. So ist das entstanden, was wir eine komplementäre, wechselseitige, voneinander lernende, lebendige Gesellschaft nennen.

Das Entscheidende ist, dass jeder – *schon* oder *noch nicht* betroffen – seinen verborgenen Reichtum entdeckt. So schrieb Beethoven 28 Jahre nach seinem Heiligenstädter Testament, also

56-jährig, seine 9. Symphonie. Er, der die Menschen verachtete und sich bitter über sie beklagte, hat sein Heiligenstädter Testament ja nur deshalb geschrieben, weil er wollte, dass sein Arzt Franz Wegeler ihn nach seinem Tod vor der Welt rechtfertige, öffentlich verteidigte, warum er so „menschenfeindlich“ geworden war. Wegeler starb aber vor ihm, und dadurch blieb das Testament in Beethovens Schreibtisch verschlossen. Es grenzt an ein Wunder, dass Beethoven seinen verborgenen Reichtum entdeckte, eine Krise, die Ertaubung, als schöpferischen Sprung zu seiner 9. Symphonie erschloss. An den Rand des Manuskripts schreibt er: „Oh Freunde, nicht diese Töne, fröhlich, fröhlichere müssen es sein.“ Er erschafft sich diesen, von ihm so ersehnten, „fiktiven“ Dialog und spricht in seiner Vorstellung die nicht existierenden Freunde an: „Freunde, ich hab's, ich selbst werde singen: Freude schöner Götterfunken, Tochter aus Elysium ... alle Menschen werden Brüder.“ Er selbst schafft die Solidarität und solidarisiert sich mit den vorher im Testament Verurteilten. Mit der „Ode an die Freude“ wandelt er Schillers Trinklied in einen Hymnus und wagt es zum ersten Mal, in einen Instrumentalsatz einen Vokalsatz einzufügen. Als Deutschland geteilt war, ging der Riss

Ost-West mitten durch das Lied der Freude, durch das Lied der Versöhnung und Verbrüderung hindurch. Die Wiedervereinigung hat das Manuskript wieder zusammengefügt. Es liegen zwar immer noch Teile des Autographs in Krakau, aber die Ode an die Freude, der Sonnengesang der Auferstehung, ist wieder vereint in der Staatsbibliothek des Preußischen Kulturbesitzes zu Berlin; ein lebendiges Zeugnis Menschen verbindenden Friedens, geboren aus Beethovens mühseligem Ringen durch die achtfache Lebensspirale seiner Krisenverarbeitung, und das trotz fehlendem komplementären Dreischritte-Prozess, gesellschaftlicher Lernprozesse über Bildungsinstitutionen.

So erweisen sich Lebenskrisen als verborgener Reichtum. Vorausgesetzt, wir erkennen unsere Chance, uns der Verantwortung zu stellen, den Lernweg durch die Lebensspirale zu gehen und uns darüber zu freuen: Uns ist die schöpferische Kraft gegeben – nicht zuletzt durch unseren Glauben – die Chance der Krise lernend wie zuversichtlich zu ergreifen und danach zu handeln –; das aber ist Glück! —

[www.prof-schuchardt.de](http://www.prof-schuchardt.de)  
[info@prof-schuchardt.de](mailto:info@prof-schuchardt.de)