



**ROLF BASTIAN**

# ÜBERGÄNGE

**WIE INDIVIDUEN UND GEMEINSCHAFTEN  
IHRE KOHÄRENZ VERÄNDERN**

VERLAG  
  
GESUNDE ENTWICKLUNG

# ÜBERGÄNGE



**ROLF BASTIAN**

# **ÜBERGÄNGE**

**WIE INDIVIDUEN UND GEMEINSCHAFTEN  
IHRE KÖHÄRENZ VERÄNDERN**



# INHALTSVERZEICHNIS

Würdigung 8

Einführung 11

## **1 Adoleszenz als Modell von Kohärenzübergängen 19**

1.1 Die Geschichte von Georg und Cilly 19

1.2 Reflexionen – Adoleszenz als grosser Kohärenzübergang 26

1.2.1 Vorbereitende Übergänge in der Kindheit 27

1.2.2 Beginn eines Aufbruchs: Kohärenzspannungen 28

1.2.3 Ein neuer Entwicklungsschritt steht an, der noch nicht vollzogen ist:  
Inkohärenzen 29

1.2.4 Ein neues Schwingungsmuster bildet sich heraus:  
Kohärenzübergänge 33

1.2.5 Möglichkeitsräume und Erfahrungsräume 37

1.2.6 Identitätsentwicklung 40

1.2.7 Wechselwirkungen 43

1.2.8 Adoleszenz als Muster für Übergänge? 48

## **2 Die Dynamik von Übergängen 51**

2.1 Wie können sich Systemkohärenzen verändern? 51

2.2 Kohärenzspannung – Beginn eines Aufbruchs 54

2.3 Inkohärenz – ein neuer Entwicklungsschritt steht an, der noch nicht  
vollzogen ist 57

2.3.1 Inkohärenz als Indikator 59

2.3.2 Inkohärenz als Entwicklungsantrieb und -blockade 63

2.3.3 Die Rolle der Motivationstypen 65

2.3.4 Langfristige Ziele und Beharrlichkeit 74

2.3.5 Beispiel: Wegschauen 79

2.3.6 Beispiel: Macht-Opfer-Dreieck 80

2.3.7 Beispiel: NS-Zeit 83

2.3.8 Die Macht kultureller Moral 91

2.3.8.1 Evolutionäre Wurzeln 92

2.3.8.2 Umgang mit kulturellen Inkohärenzen 94

2.3.8.3 Das Problem der Konkretisierung einer Ethik 99

2.3.9 Überwindung von Inkohärenz durch Resonanzreduktion 107

2.3.9.1 Beispiel: Soziale und kulturelle Abkapselung 112

2.3.9.2 Beispiel: »Soziale Phobie« 114

2.3.9.3 Heilung im Schutzraum? 116

2.4. Kohärenzübergang – ein neues Schwingungsmuster bildet sich  
heraus 117

2.4.1 Übergänge mit Systembrüchen 118

2.4.2 Vertrauen und Angst in Übersystemen 121

2.4.2.1 Das Regime der Angst 121

2.4.2.2	Eine Kultur des Vertrauens	124
2.4.3	Kooperative Übergänge	130
2.4.4	Übergänge im Individuum	132
2.4.4.1	Übergänge im Alltag und im Lebensverlauf	132
2.4.4.2	Wie können wir innere Übergänge kooperativ gestalten?	134
2.4.4.3	Übergang vom Erwerbsleben in den Ruhestand	137
2.4.5	Gibt es in Übergängen Kipp-Punkte?	142
2.5.	Die Motivation von Subsystemen	145
2.5.1	Einfluss von Subsystemen auf das Gesamtsystem	146
2.5.2	Gesellschaftliches System und Elite(n)	147
2.5.3	Was ist Macht?	148
2.5.3.1	Kooperative Macht	150
2.5.3.2	Kontrollierende, zwingende Macht	156
2.5.3.3	Kohärenzen der Machtssysteme	158
2.5.3.4	Die Rolle der Stellvertreter	163
2.5.4	Die Rolle der eindimensionalen Akkumulation	168
2.5.4.1	Die Spaltung der Wirklichkeit	169
2.5.4.2	Eindimensionale Akkumulation als Kooperationsstörung	188
2.5.4.3	Kapital- und Machtakkumulation	192
2.5.4.4	Strukturbildung gegen kooperative Macht	195
2.5.5	Die Machtelite	196
2.5.5.1	Strukturelle Merkmale	197
2.5.5.2	Das Verhältnis der Machtelite zur Gesellschaft	202
2.5.5.3	Legitimationsstrategien	204
2.5.5.4	Machteliten-Forschung als Verschwörungstheorie?	210
2.5.6	Funktionseliten im Spannungsfeld	211
2.5.7	Die Rolle der Inkohärenz-Vermeidung	213
2.6	Gescheiterte Alternativen	221
<b>3</b>	<b>Räume, welche die Kohärenz lebender Systeme beeinflussen</b>	<b>225</b>
3.1	Möglichkeitsraum	226
3.1.1	Der virtuelle Möglichkeitsraum als universelle Potenzialität	226
3.1.2	Die konkreten Möglichkeitsräume und ihre Dynamik	232
3.1.3	Die konkreten Möglichkeitsräume in den Daseinsdimensionen	234
3.1.3.1	Erweiterung konkreter Möglichkeitsräume	236
3.1.3.2	Wahr und unwahr	238
3.1.3.3	Verengung konkreter Möglichkeitsräume	244
3.2	Erfahrungsraum	245
3.2.1	Dynamiken im Erfahrungsraum	245
3.2.2	Wozu sind Erfahrungen nützlich – wie können wir sie verallgemeinern?	247
3.2.2.1	Ort der Entwicklung von Ressourcen	248
3.2.2.2	Ort des Verstehens, Lernens und Bewertens	253

3.2.2.3	Ort der Vertrauensbildung	263
3.2.2.4	Ort der Erprobung von Möglichkeiten	270
3.2.3	Erinnern – Vergessen	272
3.2.3.1	Das explizite Gedächtnis	273
3.2.3.2	Das implizite Gedächtnis	276
3.2.3.3	Das soziale Gedächtnis	284
3.2.3.4	Das kulturelle Gedächtnis	287
3.2.3.5	Die Wechselwirkung der Gedächtnisse	288
3.2.3.6	Habitus	292
3.2.3.7	Sprache – Begriffe, Frames und Metaphern	303
3.2.3.8	Kollektive traumatische Prägungen	310
3.2.3.9	Erinnerungsdiskurs und Lernen	316
3.2.3.10	Zwei Formen von Erfahrungsbewahrung – Muster und Lernen	321
3.2.4	Lernergebnisse aus dem Erfahrungsraum der Menschheit	326
3.2.5	Hat der menschliche Erfahrungsraum einen universellen Sinn?	335
3.2.6	Was lehrt uns der Erfahrungsraum des Lebens?	337
3.3	Gegenwartsmomente als Bindeglied zwischen Möglichkeits- und Erfahrungsraum	340
3.3.1	Was ist Gegenwart?	341
3.3.2	Was passiert in der Gegenwart?	341
3.3.3	Wie können wir Gegenwartsmomente nutzen?	345
3.3.4	Formen von Gegenwartsmomenten	346
	Ausblick	348

## **Anhang 349**

### Modelle 349

Attraktor 349

Resonanz 349

Selbst- und Kohärenzregulation 350

Motivationale Systeme 350

Holarchie – Modell der Lebensdimensionen und Ich-Dimensionen 352

Literatur 355

Endnoten 364

Index 383



## WÜRDIGUNG

»Die Gedanken sind frei«, sagt ein altes deutsches Volkslied. Sie sind aber zugleich Resonanzen – und das bedeutet Mitschwingen in Eigenschwingungen. Gedanken sind damit immer auch Früchte eines Kooperierens. Die Ideen, die in diesem Buch vorgestellt werden, sind also meist beides: Eigenes und Erworbenes. Ich verstehe es damit als eine Synthese, die – so hoffe ich zumindest – eine neue Qualität erhält, indem es versucht, neue Eingebungen und vorhandene Konzepte – meine und die anderer Menschen – zusammenzuführen. Es will also Möglichkeits- und Erfahrungsraum verknüpfen. Jetzt sind wir bereits nach wenigen Sätzen vier wichtigen Begriffen begegnet, die im Buch eine zentrale Rolle spielen: Resonanz, Kooperation, Möglichkeitsraum und Erfahrungsraum. Weitere sind Kohärenz und Inkohärenz, Attraktiva, Holarchie, Selbstregulation und einige mehr. Ich hoffe, ich konnte damit Ihre Neugier etwas wecken.

Erworbenes detailliert zu differenzieren ist eigentlich unmöglich. Im Grunde spielt hier ein ganzes Leben hinein, in dem wir uns Informationen aneignen, sie weiterentwickeln oder auch wieder verwerfen, sie in neue Kontexte stellen usw. Ich möchte mich deshalb vor allem auf die Anregungen fokussieren, die mir in den letzten Jahren geholfen haben, zentrale Begriffe und die dahinterstehenden Konzepte dieses Buches zu entwickeln bzw. weiterzudenken.

Im Vordergrund steht dabei die Zusammenarbeit im Rahmen des Zentrums für Salutogenese in Bad Gandersheim. Mein besonderer Dank gilt Theodor Dierk Petzold, mit dem ich mich seit vielen Jahren in einem intensiven Gedankenaustausch befinde und der auch zu dem Manuskript wertvolle Hinweise beigesteuert hat. Eine Reihe der von ihm entwickelten Modelle habe ich aufgegriffen, teilweise versucht, sie fortzuschreiben und mit anderen Kontexten zu verbinden – etwa einige Konzepte der individual-psychologischen Ebene mit allgemeinen gesellschaftlichen Fragen zu kombinieren. Dabei konnte ich u.a. wiederum Wissens- und Methodik-Ressourcen aus meinem (nunmehr schon lange zurückliegenden) Studium der Soziologie, Politologie, Philosophie und Wirtschaftsgeschichte aktivieren – womit die Würdigung auch viele meiner damaligen Lehrer einschließt, die teilweise nicht mehr leben.

Mein weiterer Dank gilt allen Menschen, die in ungezählten Vortrags- und Diskussionsrunden immer wieder Katalysatoren für neue Gedanken waren. Das waren z.B. die anregenden jährlichen Salutogenese-Symposien, ebenso andere, ähnliche Veranstaltungen und Kongresse und in

jüngerer Zeit auch Online-Foren. Deren Referenten und Teilnehmer haben immer wieder wertvolle Anregungen vermittelt; sie aufzuzählen ist hier unmöglich. Das Gleiche gilt für viele Gespräche im Freundes- und Familienkreis..

Wenn wir unsere Gedanken auch als Resonanzen verstehen, muss die Würdigung im Grunde viele der Autoren einbeziehen, die im Literaturverzeichnis aufgeführt sind. Aber eigentlich reicht sie noch weiter zurück. »Wir sind Zwerge auf den Schultern von Riesen« – mit diesem Gleichnis wird seit Jahrhunderten anerkannt, dass unsere aktuellen Ideen vielfach auf Leistungen großer früherer Denker fußen. Dieses Andenken möchte ich auch den Autoren wissenschaftlicher wie belletristischer Werke zukommen lassen, die mir in vielen Jahrzehnten immer wieder Impulse gegeben haben.

Viele Gedanken dieses Buches entstammen der Reflexion eigener Erfahrungen, die ich im Leben machen durfte. Der Dank bezieht also auch alle Menschen ein, die mir diese Erfahrungen ermöglichten – positive wie auch negative, aus denen wir manchmal noch mehr lernen können.

Für einen Schaffensprozess brauchen wir mentale und emotionale Ressourcen. Ich danke auch allen Menschen, die mir Zuspruch gegeben und Kraft vermittelt haben, bei dieser Arbeit beharrlich zu bleiben und sie abzuschließen. Diejenigen, die gemeint sind, werden sich (hoffentlich) wiedererkennen.

Nicht zuletzt sind künstlerisch-handwerkliche Ressourcen unverzichtbar, um ein Buch zu vollenden. Mein Dank gilt hier Margrit Stüber, die das Layout und die grafische Gestaltung mit bewährter Fertigkeit gemeistert hat.



## EINFÜHRUNG

Menschen streben danach, sowohl mit ihrer Umwelt als auch mit sich selbst stimmig verbunden zu sein – sie suchen Kohärenz. Dies ist die Grundlage der Dynamik unseres Lebens. Der Wunsch, die dabei auftretenden Inkohärenzen zu reduzieren, beschäftigt stetig unser Bewusstsein und ist der innere Motor unserer Selbstregulation. So kommt es in allen Dimensionen des Lebens immer wieder zu Übergängen. Wie diese verlaufen, hängt wesentlich davon ab, wie wir mit Inkohärenzen umgehen: Ob wir sie einfach nur irgendwie vermeiden oder sie wirklich befriedigend lösen wollen.

### Kleine und große Übergänge

Übergänge kennt jeder von uns. Wenn wir morgens aufstehen, erleben wir nicht nur den Übergang von weitgehender körperlicher Ruhe zu Aktivität, sondern auch den zwischen zwei grundverschiedenen Bewusstseinszuständen. Ist es Winter, der Wecker klingelt noch im Dunkeln und wir rappeln uns mühsam aus dem Schlaf, spüren wir, wie schwer es sein kann, sich aus einer »Kohärenz« zu lösen und einer anderen anzunähern. Das gelingt uns umso leichter, je schöner und motivierender das ist, was wir uns für den Tag vorgenommen haben – diese Attraktiva zieht uns gewissermaßen aus dem Bett (siehe Anhang Modelle: Attraktiva). Steht uns hingegen etwas Unangenehmes, gar Beängstigendes bevor, möchten wir am liebsten wieder die Decke über den Kopf ziehen. Dann wenden wir uns von dem ab, was die nahe Zukunft zu bringen droht, möchten es am liebsten vermeiden – wir sprechen dann von Repellen. Aber vielleicht stellen wir uns dennoch dem Problem, weil wir in Resonanz mit einer noch komplexeren, übergeordneten Attraktiva den Mut finden.

Nicht nur die täglichen, auch viele Übergänge unseres Lebens sind jedem einigermaßen geläufig. An den ersten großen Übergang – unsere Geburt – erinnern wir uns nicht bewusst, sondern kennen ihn allenfalls aus Erzählungen unserer Eltern, ebenso wie die vielen Entwicklungsschritte unserer frühen Kindheit, die kleinere oder größere Übergänge darstellen. Einer dürfte jedoch den meisten noch halbwegs präsent sein: unser erster Schultag. Es folgen viele weitere Übergänge, etwa der besonders schwierige Schritt von der Kindheit zum Jugendlichen und dann jungen Erwachsenen, die erste Liebesbeziehung, der Eintritt ins Berufsleben, bei vielen die Familiengründung. Des Weiteren berufliche und vielleicht auch private Umbrüche, mit denen oftmals ganz unterschied-

liche gefühlsmäßige Grundausrichtungen – von Schmerz, Chaos, Angst, Trauer bis zu Neugier, Freude und Aufbruchsstimmung – sowie Sichten auf das Leben und dessen Sinn verbunden sind, der Verlust von Angehörigen und viele mehr. Einige haben vielleicht bereits den Austritt aus dem Erwerbsleben und damit den Übergang von der »mittleren« in die »ältere« Generation vollzogen, der unser Identitätsgefühl nochmals herausfordert. Und von dem letzten großen Übergang, der uns im Leben bestimmt ist, wissen wir alle, auch wenn nur wenige sich mit ihm beschäftigen wollen.

Abgesehen von diesen biografischen Übergängen sehen viele Menschen mit Sorge die zahlreichen gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Umbrüche, die unsere Welt immer wieder erschüttert haben und gegenwärtig in einem kaum vorstellbaren Ausmaß beschleunigt werden.

Übergänge gehören somit zum Leben. Etwas ist heute so, dann ist es anders. Neues entsteht. Wohin es geht, ist aber noch unklar. Das Alte wird abgelöst oder beibehalten, jedoch in anderer Form. Ein alltägliches Beispiel: Zwei Menschen heiraten oder trennen sich. Beide sind noch die gleichen Individuen, trotzdem hat sich etwas in ihnen und um sie herum verändert – Gefühle, Denkweisen, Gespräche, die Gestaltung der täglichen Abläufe, das eigene Verhalten und das von Mitmenschen usw. Vielleicht legen sie einige alte Gewohnheiten ab und verinnerlichen neue. Dass die Dinge immer im Fluss sind, sich manchmal langsam und kaum wahrnehmbar, manchmal aber sehr schnell ändern, ist so offenkundig, dass wir darüber nur selten explizit nachdenken.

Wir wollen versuchen, diese lebendigen Beobachtungen zu verallgemeinern und wählen für solche Entwicklungen den Begriff »Kohärenzübergänge«. Diese finden wir, wo immer Systeme sich entwickeln und dabei die Ordnung, die sie zusammenhält – eben ihre Kohärenz –, verändern.

### **Kohärenz**

Wir wollen zwei Arten von Kohärenz unterscheiden: Zum einen die eher wertfreie Bedeutung als die spezifischen Schwingungsmuster, die ein System kennzeichnen und zusammenhalten. Zum anderen unser subjektives Empfinden, das in der Resonanz mit einem anderen System entsteht: Fühlen wir uns in dieser Beziehung stimmig verbunden, sprechen wir von Kohärenz, bei Unstimmigkeit – je nachdem, wie stark diese ist –, von Kohärenzspannung oder Inkohärenz.

Wenn ein soziales oder kulturelles System<sup>a</sup> sich verändert, findet also irgendwann ein Kohärenzübergang statt. Auf diesen reagieren wir wiederum mit unserem subjektiven Kohärenzgefühl, das davon abhängt, ob wir ihn eher als unterstützend oder bedrohlich erleben.

Dieses Kohärenzgefühl – SOC, Sense of Coherence – hat der Begründer der Salutogenese, Aaron Antonovsky, definiert als »eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat.«<sup>1</sup> Als Komponenten, auf denen die es aufbaut, identifizierte er die subjektive Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit von Ereignissen.<sup>2</sup>

### Subjektive Kohärenzen in den Daseinsdimensionen

Beide Formen der Kohärenz variieren in den verschiedenen Daseinsdimensionen:

- ◆ Die basale individuelle Kohärenz (»Ich«). Sie bezieht sich auf unsere eigenen Bedürfnisse. Sie zeigt, inwieweit wir in Resonanz mit der Außenwelt (Umgebung, Mitmenschen, Institutionen usw.), die wir über unsere Sinne spontan wahrnehmen, innere Stimmigkeit und Zusammenhalt verspüren. Sie ist eher gefühlsmäßig geprägt.
- ◆ Die Gruppenkohärenz (»Wir«). Sie bildet sich in einem Kollektiv heraus, in dem die Menschen persönlich motivierte Beziehungen unterhalten und sich von Angesicht zu Angesicht begegnen. Auch sie entsteht vor allem auf der emotionalen Ebene. Wir können sie als Schwingungsmuster einer Gemeinschaft in der sozialen Dimension ansehen: die Herkunftsfamilie, die selbst gewählte Familie und Partnerschaft sowie andere »Wahlverwandtschaften« wie Freundeskreise, Wohngemeinschaften, Gesprächsrunden usw. Solch ein kollektives Subjekt weist oft eine eigenständige Kohärenz auf, die nicht mit derjenigen seiner individuellen Mitglieder identisch sein muss. Diese gehen jedoch mit ihr in Resonanz – zustimmend, ablehnend oder neutral – wodurch ihre eigene Schwingungsmuster beeinflusst werden, die wiederum die Gruppenkohärenz verändern können. Das hier sichtbare Prinzip der Rekursion – in diesem Fall als Rückkopplung zwischen Bottom-up und Top-down-Prozessen – wird in unseren Überlegungen generell wichtig sein.

<sup>a</sup> Soziale Systeme sind Familie und andere Gruppen, in denen Menschen in direkten zwischenmenschlichen Beziehungen stehen und überwiegend nonverbal kommunizieren. In kulturellen Bezugssystemen (Arbeitswelt, Bildungseinrichtungen, gesellschaftlichen und staatlichen Organisationen usw.) kommunizieren sie wesentlich mittels Zeichensystemen wie der Sprache. (Vgl. Anhang Modelle: Holarchie).

- ◆ Die mentale Kohärenz. Sie können wir in der Reflexion<sup>b</sup> über uns selbst und Dritte(s) verspüren. Wir befinden uns dabei in einer Beobachterposition. Sie erlaubt uns nicht nur, uns selbst zu reflektieren, sondern uns innerlich auch der Perspektive anderer Menschen anzunähern, sofern wir mit ihnen in Resonanz sind. Vermittelt wird sie in der verbalen Kommunikation. Dabei werden Zeichensysteme benutzt, vor allem die Sprache (mündlich, geschrieben usw.). Diese Form der Kohärenz bietet uns die Möglichkeit, aus der persönlichen Befindlichkeit und den Emotionen herauszukommen. Sie kann uns so helfen, trotz unterschiedlicher individueller Wünsche und emotionaler Unstimmigkeiten zu einer Kooperation mit anderen Menschen zu gelangen, wenn wir ein gemeinsames Wollen – auch geteilte Intentionalität genannt – finden. Die Sprache ist in der kulturellen Dimension prägend.
- ◆ In der Resonanz mit der globalen und universellen Dimension schließlich können wir eine sinnstiftende Kohärenz erleben. Bei der Letzteren beziehe ich mich insbesondere auf einen transzendenten, informativen oder auch spirituellen Raum jenseits der konkreten Welt. Auch hier kann Nachdenken bedeutsam sein, vor allem aber Intuition, Eingebungen, Ahnen, Glaube usw.

Eine Kohärenz, die alle Elemente vereint, erleben manche Menschen (so auch ich) in der freien Natur: eine elementare Verbundenheit, die das Gefühl sowie das Bewusstsein vermittelt, Teil von allem zu sein und so das Urvertrauen zum Leben fördert – frei nach dem Naturforscher Georg Forster: Es genügt nicht, die Natur zu vermessen, man muss sie anschauen und fühlen. Bei einem solchen Verständnis entsteht Erkenntnis nicht allein durch (rational gedeutete) Beobachtung, sondern auch in Resonanz mit den nicht explizit wahrnehmbaren Schwingungsmustern der Natur. Wie diese Resonanz sich anfühlt, hängt auch von meinen inneren Bildern ab. Diese speisen sich wiederum aus Elementen, die ich teilweise im Lebensprozess gewonnen habe, die mir aber auch teilweise mitgegeben wurden. Dazu gehören z.B. meine Erfahrungen, mein erworbenes Wissen, mein Denken, Glauben und Fühlen, meine Bedürfnisse, Wünsche und Motivationen. Auch kollektive Bilder («Archetypen») spielen hinein. Erkennen ist ein komplexer Schöpfungsprozess. Ihn erlebt jeder Mensch zunächst individuell auf Grundlage seiner eigenen Schwingungsmuster und seiner Offenheit für unterschiedliche Kohä-

<sup>b</sup> Der Begriff der Reflexion (reflektieren) wird hier im Sinne von Nachdenken gebraucht. Eine zweite Bedeutung, die hier nicht gemeint ist, wäre Reflexivität im Sinne von rückbezüglich, sowohl in der Grammatik als auch in Prozessen.

renzen – also seiner Mitschwingungsfähigkeit. Zugleich resoniert er dabei mit der transzendenten Ganzheit, die alles Leben einschließt.

Unter den verschiedenen Übergängen, die ein Mensch durchläuft, wollen wir zunächst exemplarisch den biografisch wohl wichtigsten anschauen, bei dem sich unsere Resonanzen von der sozialen stärker in die kulturelle Dimension verschieben: die Adoleszenz.

### **Methode dieses Bandes**

Den Einstieg bildet eine Fallstudie zur Adoleszenz. Dieser Übergang wird vorwiegend aus der persönlichen, rückblickenden Perspektive der betrachteten Hauptperson dargestellt. Wir erfahren, was sich in ihren Augen ereignet hat und wie sie dieses Geschehen erlebt hat. Anschließend will ich anhand dieses Beispiels einige allgemeine Überlegungen zum Wesen von Übergängen anstellen. Im weiteren Verlauf komme ich immer wieder auf das Fallbeispiel zurück. Ich versuche so, zu Erkenntnissen zu gelangen, indem ich vom subjektiv erfahrenen, wirklichen Leben ausgehe – in seiner Gegenwärtigkeit, in der in unserer konkreten Welt Neues entstehen kann. Dabei bewerte ich sinnliches Erleben aus einem reflexiven, sprachlich geprägten Metabewusstsein, führe verschiedene Beobachterpositionen zusammen und wende so das Modell der Lernebenen an (zu diesem Begriff vgl. Kap. 3.2.3.2). Diese Methode benutze ich auch bei einigen Fallbeispielen aus der Beratungspraxis sowie gelegentlichen Rückblenden auf eigene biografische Situationen.

Dabei möchte ich zwei Annahmen integrieren, die auf den ersten Blick als gegensätzlich erscheinen:

- ◆ Innerhalb einer holarchischen Ordnung stellt das kleine (Teil-) System ein Fraktal<sup>c</sup> von größeren dar. Zum kleinen Konkreten haben wir oft unmittelbaren Zugang, können es erfahren, teilnehmend beobachten und lernend reflektieren. Grundlegende Zusammenhänge, die sich hier zeigen, lassen vielleicht Rückschlüsse auf ähnliche Gesetzmäßigkeiten in größeren, auch abstrakten Dimensionen zu, die uns nicht direkt zugänglich sind.
- ◆ Zugleich tragen wir dem Prinzip der Emergenz Rechnung: Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile; die größeren und komplexeren Systeme können also Eigenschaften aufweisen, die in den kleinen nicht enthalten sind. Sie sind aufgrund ihrer vielfältigeren Schwin-

<sup>c</sup> *Fraktale sind selbstähnliche Bruchstücke des Ganzen.*



gungsfähigkeit zu erweiterten Resonanzen fähig, wodurch ihnen neue Informationen zugänglich werden.

Deshalb sprechen wir von Analogien. Es besteht kein kausaler Zusammenhang, der automatische Schlussfolgerungen zuließe. Wenn wir aufgrund einer fraktalen Ordnung Ähnlichkeiten zwischen Systemen vermuten, ist dies zunächst eine Wahrscheinlichkeit – eine Annahme, die wiederum überprüft werden muss, so weit dies möglich ist.

Die Überlegungen verbinde ich punktuell mit ausgewählten wissenschaftlichen Arbeiten zu den behandelten Themen. Dabei geht es weniger darum, bereits Geschriebenes (Gewordenes) nochmals ausführlich darzustellen, sondern einige Ergebnisse mit unserem Ansatz zusammenzubringen – in der Hoffnung, dass in einer verknüpften Sicht wieder neue Aspekte aufscheinen. Dies ist vor allem dort angebracht, wo der eigene, individuelle Erfahrungsraum überschritten wird, z.B. bei gesellschaftlichen und globalen Fragen. In diesem Band sind dies vorwiegend solche aus Anthropologie, Soziologie, Politologie, Geschichte und Ökonomie. Außerdem beziehe ich mich auf einige psycho-neuronale Grundlagenwerke. Aus der Fülle der möglichen Autoren stütze ich mich vorwiegend auf solche, deren Denkkraft, Offenheit, Wahrhaftigkeit und Redlichkeit ich vertraue.

Als eine weitere Quelle dient bei einigen kulturellen Fragen belletristische Literatur. Sie erzählt vom unmittelbaren Leben, beschreibt dieses aber zugleich aus einer Beobachterperspektive. Diese »gesellschaftlichen Fallbeispiele« können ebenfalls aus einer Metaposition reflektiert werden. Literatur kann so dazu beitragen, komplexe kollektive Erfahrungen tiefer zu verstehen als eine Wissenschaft, die eher mit formalen Methoden und Modellen arbeitet.

Der Soziologe Zygmunt Bauman hat das ähnlich gesehen, wobei er sich auf sein eigenes Fachgebiet bezog: »Soziologie und Literatur grasen auf derselben Weide und ernähren sich von der gleichen Nahrung, das heißt vom menschlichen Erleben der von Menschen konstruierten Welt. Sie unterscheiden sich aber deutlich durch die Bearbeitung dieses Stoffes. Während die Soziologie versucht, das Leben auf eine Sammlung von Regeln zu reduzieren, demonstriert die Literatur die Vergeblichkeit dieser Absicht. Um ... (den Schriftsteller Milan) Kundera zu paraphrasieren: Wer von den künftigen Archäologen wird mehr von unserem Dasein erfahren? Diejenigen, die Weber oder Durkheim ausgraben, oder jene, die Dickens oder Balzac finden? ... Literatur zeigt andere Lösungen und überschreitet die Grenzen des bisher Bekannten.«<sup>3</sup> Auch der Soziologe Pierre Bourdieu entwickelte einige seiner Thesen zum Habitus, auf die

ich in diesem Buch kurz eingehen werde, u.a. aus den literarischen Darstellungen bürgerlichen Lebens – wie z.B. Ess- und Trinkgewohnheiten – in den Werken von Schriftstellern wie Gustave Flaubert und Honoré de Balzac.



# 1 ADOLESCENZ ALS MODELL VON KOHÄRENZÜBERGÄNGEN

Als Adoleszenz bezeichnen wir die Lebensphase, in der junge Menschen vom Kind zum Erwachsenen heranreifen. Sie beginnt in der Regel mit der Pubertät, unter der man eher die körperlich/hormonellen Prozesse versteht. Oft wird die Zeitspanne vom 11. bis zum 21. Lebensjahr genannt, angesichts der großen Variabilität, gerade in dieser Phase, wäre eine exakte zeitliche Eingrenzung vermutlich nicht sinnvoll.<sup>4</sup> Dieses Kapitel wird hier mit einer kleinen Fallstudie über zwei junge Menschen eingeleitet, die diese Phase in den 1960er-Jahren durchlaufen haben, einer Zeit, die auch große kulturelle Umbrüche mit sich brachte.

Die Protagonisten dieses Beispiels, Georg und Cilly, sind Kunstfiguren aus realen Modulen. In dieser Kombination und zeitlichen Abfolge existieren sie nicht. Sie setzen sich zusammen aus autobiografischen Anteilen sowie Gesprächen mit verschiedenen Klienten. Jedes beschriebene Modul entstammt somit einem wirklichen Erleben dieser »Lieferanten«, keines ist erfunden.

## 1.1 DIE GESCHICHTE VON GEORG UND CILLY

Das Sehnen hatte Georg schon länger gespürt, aber jetzt wurde es zeitweise so stark, dass es geradezu körperlich weh tat. Er war nunmehr fast 15 Jahre alt, hatte gerade die Konfirmation hinter sich gebracht. In der evangelisch-kirchlichen Tradition war das auch eine Art Initiationsritual für den Eintritt ins Erwachsenenleben, zu dem die Verwandtschaft anreiste. Am Abend dieser Feier hatten die Jugendlichen ihre erste Party organisiert. Eine harmlose Sache mit Limonade, Salzstangen und Tanz zu Schallplatten, aber im Dorf der frühen 60er-Jahre war das ein Skandal. Auch in der Familie herrschte Entsetzen. Wo soll das hinführen? Was denken nur die Leute?

Das Sehnen hatte eigentlich kein konkretes Ziel. Sicher, etwas davon galt dem gleichaltrigen Mädchen, in das er unglücklich verliebt war, weil sie ihn »nicht mal mit dem Hintern ansah«, sondern für einen einige Jahre älteren Jungen schwärmte, der ausgesprochen großspurig auftrat und auch gewalttätig werden konnte. Aber das allein war es nicht. Das Sehnen war unbestimmt, kaum fassbar. Es war noch nicht allzu lange her, dass die sonntäglichen Ausflüge mit den Eltern und jüngeren Ge-

schwistern als Höhepunkte der Woche ihm große Freude bereitet hatten. Aber zunehmend empfand er sie als öde, und die Mutter war gekränkt, als er irgendwann nicht mehr mitging. Mittlerweile zog er an diesem freien Tag lieber mit einer Clique Gleichaltriger durch die Gegend, teilweise auf dem Rücksitz eines der Mopeds, die den Älteren in der Gruppe gehörten. Es machte ihn ein bisschen stolz, wenn sie ihm nach einer Tour, bei der er sich in die mit rasanter Geschwindigkeit durchfahrenen engen Kurven gelegt hatte, anerkennend auf die Schultern klopfen. War jedoch ein Fahrer besonders schnell gewesen und Georg hatte aus Angst mit seiner Sitzhaltung »gegengesteuert«, erntete er Spott, der ihm mächtig zusetzte. Manchmal betrachtete er sich lange im Spiegel und grübelte, wie andere ihn wohl sähen und beurteilten. Wer bin ich überhaupt? Diese Frage ging ihm immer wieder durch den Kopf.

Wurde es abends mal später, gab es zu Hause fast jedes Mal einen Riesenkrach. Die Mutter wollte alles ganz genau wissen und machte ihm Vorhaltungen: Er würde eine »gescheiterte Existenz« oder – als in der Gruppe dann auch Alkohol getrunken wurde – »ein Säufer«. Als Angehörige der Kriegsgeneration (mit schweren persönlichen Verlusten) war es ihr als einfache Arbeiterin in den 1950er-Jahren gelungen, unter äußerst schwierigen wirtschaftlichen Bedingungen zusammen mit ihrem Ehemann ein Haus zu bauen. Sicherheit war ihr äußerst wichtig. Mit einer übersteigerten Normenerfüllung suchte sie im Dorf auch Anerkennung und Zugehörigkeit zu finden, die für sie den Aufstieg aus der bitteren Armut ihrer Kindheit ausdrückten. (Diese Einbindung war aber auch eine Ressource, denn beim Hausbau hatten viele Nachbarn ganz selbstverständlich mit angepackt.) Auf Georg, der als einer der ersten Jungen des kleinen Orts das Gymnasium besuchte – was u.a. auch deshalb möglich war, weil kurz vorher das »Schulgeld« (die Gebühren für einen Gymnasialunterricht) abgeschafft worden war – ruhten alle Hoffnungen der Familie. Für seine Ausbildung brachten die Eltern beträchtliche Opfer. Aber die Mutter war ständig in Sorge. Jede vermeintliche Bedrohung und jede Abweichung von den Normen stürzte sie in tiefe Angst, auf die sie wiederum mit Kontrollwut reagierte. Wenn Georg sich wehrte, sie mit Vorschriften nicht mehr weiterkam, konnte sie blitzschnell von aggressiven Anweisungen in Klagen und Vorwürfe umschalten (»habt ihr es endlich geschafft, mich kleinzukriegen ...«). Als Kind hatte ihr »Märtyrertum« (wie er es nannte) Schuldgefühle bei ihm geweckt. Jetzt machten ihre Versuche, ihn auf diese Weise hilflos und damit beherrschbar zu machen, nur noch wütend. Oft endeten die Auseinandersetzungen im lautstarken Streit.