

Übergänge – Gedanken zum Thema

Von Theodor Dierk Petzold

Mit ‚Übergänge‘ meine ich hier keine Straßenüberquerung sondern einen Übergang von einem mehr oder weniger dauerhaften Zustand in einen anderen, den Übergang von einem Gefühl stimmiger Verbundenheit (Kohärenz) zu einem neuen, also einen Kohärenzübergang. Bei den heute überall zu beobachtenden einschneidenden Übergängen, brauchen wir mehr bewusste Kompetenz, menschliche Expertise, um diese zu meistern.

Biografische Übergänge

Im Leben kennen wir die großen Übergänge, die jeder erlebt: die Geburt aus dem Bauch der Mutter in ein singuläres Dasein mit einer neuen Weise der Verbundenheit mit den Mitmenschen. Die Pubertät, in der sich der hormonelle Stoffwechsel radikal verändert und gleichzeitig die Beziehungen zu den Mitmenschen. Vor der Pubertät kann man sich nicht vorstellen, wie sich das Leben danach anfühlt. Als innere Begleitung oder Leitung haben wir das Vorbild der Partnerbeziehung unserer Eltern. Der dritte große Übergang, dem keiner ausweichen kann, ist das Sterben. Auch hier können wir vorher nicht wissen, wie es sich danach anfühlt...

Dazwischen gibt es noch viele andere biografische Übergänge: im Alter von etwa drei Monaten ... einem Jahr ... Schulbeginn, Schulwechsel, Berufsausbildung ... Liebesbeziehungen ... Krisen ... Erkrankungen ... Midlife-Crisis ... Pensionierung ... Immer wird ein Teil dessen, was wir bisher als stimmig (für manche: „normal“) erlebt haben, unsicher oder bricht ganz ab. Die neue Stimmigkeit können wir schon am Horizont erahnen oder sie kann gänzlich im Nebel liegen.

Was kann Menschen in Übergängen helfen, diese gut zu durchleben und eine Kohärenz zu finden, die komplexer stimmig ist als die vorhergehende?

Manche Übergänge sind mit körperlichen Veränderungen verbunden, andere mit emotionalen und/oder Bewusstseinsveränderungen. Bei manchen haben wir das Gefühl, dass sie von innen heraus geschehen, bei anderen, dass sie von außen angestoßen oder gefordert werden. Immer ist die Frage, wie wir uns dem jeweiligen Übergang stellen, ob wir ihn zulassen, ob wir versuchen ihn zu verhindern, ob wir versuchen, ihn aktiv zu gestalten, ob wir uns Hilfe holen...?

Familiäre / gemeinschaftliche Übergänge

Die Geburt eines Kindes bedeutet auch für die Familie einen Kohärenzübergang: Durch die Anwesenheit des neuen Kindes müssen sich alle Beziehungen in der Familie darauf einstellen. Wenn die Eltern vorher alleine waren, entsteht jetzt erst die Familie... Wenn schon Kinder da waren, verändern sich alle Beziehungen und damit die Kohärenz der Familie. Heutzutage sind besonders Scheidungen und Patchwork-Familien sehr häufige Übergänge für die nächstliegenden sozialen Systeme. Sind diese Übergänge womöglich Abbildungen eines allgemeineren Kohärenzübergangs von alten Familienstrukturen hin zu komplexeren Gemeinschaftsverbindungen wie Patchwork-Netzwerken? Was ist das Bewahrenswerte / Salutogene an den alten Familienstrukturen? Was das Entwicklung behindernde? Wie können derartige Übergänge gut für alle Beteiligten so gestaltet werden – möglichst mit einem Ergebnis, bei dem sich alle sicher verbunden und geborgen fühlen können?

Wie sind Übergänge von Familien zu Nachbarschafts- und Freundschaftsbeziehungen?

Wie verändert sich die Kohärenz in Familien, wenn sich die Rolle der Frau oder des Mannes ändert? Wenn ein Familienmitglied erkrankt? Und wieder gesundet? Welche Veränderungen der Familienbeziehungen werden durch kulturelle Entwicklungen gefordert, wie z.B. weite Wege zur Arbeit, Arbeitslosigkeit, Fernsehen, fremde Sprachen und Gebräuche usw.?

Welche Herausforderungen an die Flexibilität der Familienstrukturen sollen angenommen werden? Wo sind ggf. Grenzen, die es zu schützen gilt? Sind z.B. häufige Erkrankungen von Kindern wie die sog. 3-Monatskoliken, Fettsucht und Diabetes oder die Aggressivität bzw. Apathie von Kindern und Jugendlichen Folgen von kulturellen Veränderungen? Was brauchen die Familien, um die kulturellen Veränderungen zu meistern?

Kulturelle Übergänge

Krieg und Frieden ist ein besonders einschneidender kultureller Übergang. Auch Wirtschafts- und Finanzkrisen können für viele Menschen existentiell sein und Entwicklungschancen eröffnen. Neue Erfindungen wie Radio und Fernsehen, die digitale Elektronik und Kommunikation machen kulturelle Übergänge. Auch große Ideen und Theorien können kulturelle Übergänge anstoßen (z.B. Evolutionstheorie von Darwin, die politische Ökonomie von Marx und Engels). Oder die Reformation der christlichen Kirche durch Luther hat kulturelle Übergänge angeregt.

Auch wenn die genannten Übergänge wesentlich von wenigen, ‚mächtigen‘ Personen ausgingen, so ging ihnen meistens schon vorher eine Bewusstseinsentwicklung für das Thema oder sogar eine Bewegung in die Richtung voraus. Die Untersuchungen zur Regulation eines Schwarms sind hier von Bedeutung: Wenn 5-10% eines chaotischen Schwarms (resp. einer Bevölkerung) sich über eine einzuschlagende Richtung einig sind und diese gehen, folgt der Rest ihnen meistens. Dann schaut ggf. auch die Regierung dorthin. So werden auch kulturelle Übergänge von der Basis aus angestoßen.

Politische Revolutionen wie auch die deutsche Wiedervereinigung waren kulturelle Übergänge. Auch die Schaffung der EU und des Euros waren Meilensteine für Übergänge, in denen wir uns noch mittendrin befinden.

Gesetzesänderungen, wie z.B. Hartz IV oder das Präventionsgesetz können kleine kulturelle Veränderungen bewirken. Kürzlich wurde eine Studie veröffentlicht, die herausgefunden hat, dass alleine die Existenz eines Supermarktes in einer afrikanischen Kleinstadt die Anzahl von adipösen Menschen erhöht.

Welche kulturellen Übergänge wollen wir für die nahe und fernere Zukunft (Kommunikation/Medien, Ökonomie, Arbeit, Politische Strukturen, Gesundheitswesen)? In welchem Zusammenhang stehen sie untereinander? Wie sollen sie ablaufen? Wie können wir sie anregen? Was braucht die Gesellschaft, um die anstehenden Übergänge friedlich zu meistern?

Globale und geistige Übergänge

Aktuell scheint ein großer (oder viele kleinere?) globaler Übergang die Kulturen so zu beschäftigen, dass sich ganz viele Menschen auf der Erde davon betroffen und herausgefordert fühlen. Wenn wir ‚Globalisierung‘ nicht mit Kolonialisierung und Neoliberalismus gleichsetzen, sondern mit einer neuen Art von globalem Bewusstsein, wird das Entwicklungspotential dieses Übergangs schon sichtbar. Wir entwickeln zunehmend ein Bewusstsein der einen Menschheit, die Teil der Biosphäre

der Erde („Gaia“) ist. Nur mit einem derartigen Bewusstsein können die aktuellen Probleme der Menschheit, eine gerechtere Ökonomie, Ökumene, Ökologie, Krieg und Frieden, Klimaschutz u.a. gelöst werden.

Auch wenn kein Mensch heute die Macht hat (und auch nicht haben soll), dass er diese Probleme löst, so ist es gerade wichtig, dass alle Menschen, die eine entsprechende Bewusstheit entwickeln, jeweils in ihrem Wirkkreis die Anfänge mit dieser Bewusstseinshaltung machen: Ich bin ein Teil der Menschheit wie jeder andere Mensch. Auf Menschen aus fremden Kulturen bin ich neugierig – wie Menschsein auch anderes verstanden werden kann, als ich es kenne. Die Einheit der Menschheit kann ich im Kleinen in meiner Nachbarschaft leben.

Wenn ich über Religion, Finanzen, Ökonomie, Klima und Umwelt nachdenke und spreche, habe ich immer die globale Einheit der Menschheit im Hinterkopf. Das bedeutet, dass ich jede meiner Meinungen unter der Frage prüfe, ob sie gut für die gesamte Menschheit wäre.

Die Kohärenz der Menschheit ist der Attraktor, der uns durch die globalen Krisen leiten kann. Ein Schwarm von 5-10% der Menschen kann einen global verantwortungsbewussten Übergang anstoßen.

Übergänge verändern die Beziehungen/Kommunikation – Kommunikation kann Übergänge gestalten

Wir spüren gerade überall, wie globale und kulturelle Übergänge unsere Beziehungen verändern, die politischen Fronten verschärfen, unser Gefühl von Sicherheit beeinflussen und unsere emotionale und mentale Kompetenz herausfordern. Die Kommunikation z.B. über und mit Pegida hat eine Veränderung im Bewusstsein gebracht und fordert eine weitere.

Die einfachen, manchmal geschlossenen, emotionalen Beziehungs-, Kommunikations- und Denkmuster, die in traditionellen Dorfstrukturen gelegentlich noch herrschen, reichen in einer multikulturellen Welt nicht mehr. Wir müssen uns heute auf tiefgreifende Übergänge einlassen, komplexere Kommunikationsweisen entfalten und einen neuen, bewussteren Umgang mit unseren familiär geprägten emotionalen Reaktionen finden.

Wir sind das Produkt unserer mehrdimensionalen Kommunikation. Und wir können unsere Kommunikation in mehreren Lebensdimensionen mitgestalten.

Aus der Kenntnis der kommunikativen Selbstregulation wissen wir, dass lebende Systeme, insbesondere menschliche, ihr Handeln aus dem Wahrnehmen ihrer gegenwärtigen Attraktoren heraus gestalten (vergl. auch „presencing“ im U-Prozess nach Otto Scharmer). Handeln ist damit zielgerichtet. Wir gestalten also uns selbst und unsere Umgebung aus einer (mehr oder weniger) bewussten Resonanz auf die Gegenwärtigkeit der Zukunft (Visionen, Attraktoren). Diese motivieren und leiten uns durch oft chaotisch erscheinende Übergänge. Wenn wir diese Resonanz auf Attraktoren kommunizieren und kultivieren (wie im oben genannten Beispiel die Einheit der Menschheit), fördern wir wo möglich einen guten Verlauf der Übergänge. Bei Erkrankungen wäre das z.B. die Resonanz (auch Imagination) auf ein inneres Bild von vollständigem Wohlbefinden, idealer Gesundheit.

Für welche Übergänge leiten uns welche Attraktoren? Wie können wir sie wahrnehmen und sie zur Entfaltung zulassen.