

Krisenpädagogik

Theorie und Praxis der Krisenbewältigung



Warum gleich Therapie?

Vorsorgen ist besser, angenehmer und sinnvoller

Kein Leben ohne Krisen

Ein Leben ohne Krisen wäre ein wahrhaft großes Glück. Das aber gibt es selten. Gegen Krisen ist niemand gefeit, aber jeder kann etwas dagegen tun. Wir schließen ja auch vorsorglich Versicherungen ab; wir lassen uns gegen alle möglichen Krankheiten impfen. Warum also sollten wir uns nicht auch beizeiten auf Lebenskrisen vorbereiten?

Krise und Entwicklung

Jede Krise zerstört einen Teil unseres individuellen Weltbildes. Ein Zurück zum alten Zustand erscheint unmöglich, und der Neuaufbau macht große Mühe. Wer schafft das schon alleine? *You alone can do it, but you can't do it alone.* Genau an diesem Punkt setzt die Krisenpädagogik mit Beratung und Begleitung an. Der Weg aus der Krise stellt sich immer wieder heraus als ein Weg der mentalen Entwicklung. Krise und Entwicklung sind zwei Seiten desselben Geschehens. Wer den Sinn seiner Krise versteht, besteht sie auch. Reifen und Begreifen gehen immer Hand in Hand.

- Alles im Leben hat wie eine Medaille zwei Seiten.
- Suche die Kehrseite der Medaille in der Krise!
- Frage „Wozu ist mir das geschehen?“ und nicht „Warum ...?“
- Wenn du die Krise nicht ändern kannst, ändere deine Sicht!

- *Andere Sicht, andere Ansicht*
- *Andere Ansicht, andere Einsicht*
- *Andere Einsicht, andere Weltsicht*
- *Andere Weltsicht, anderer Lebenssinn*
- *Ändere deine Sicht, und die Welt ändert ihr Gesicht!*

Kompetenz in Krisenzeiten

Kein Leben ohne Krisen

Kaum ein Zeitalter hat mit so heftigen Krisen begonnen wie das 21. Jahrhundert. Es ist gerade mal 10 Jahre jung und steht vor Krisen, die ihresgleichen in der Geschichte suchen. Ein Vulkanausbruch stoppt den Flugverkehr, eine Ölplattform verpestet die Küsten der USA, und alle sind ratlos. Eine nie dagewesene Finanznot bedroht Banken und Staaten, und es soll mit denselben Methoden weitergehen. Konkrete Erfahrungswerte für solche Krisen hat der Mensch nicht. Was soll er tun, wenn er mit seiner Sachkompetenz nicht weiterkommt? Die Antwort kommt von der Lebensphilosophie und Sozialpsychologie. Wenn er die Erkenntnisse aus diesen Gebieten in die eigene Persönlichkeitsstruktur integriert, versagt der Mensch seltener in Krisen.

*Wer Veränderungen scheut, wird verscheucht.
Wer nicht mit der Zeit geht, geht mit der Zeit.*

Unternehmer sind auch nur Menschen

Die Geschichte erfolgreicher Unternehmen zeigt immer wieder, dass der Erfolg eines Unternehmens eng mit der Persönlichkeit seiner Führungskräfte zusammenhängt. Henry Ford, der legendäre Unternehmer und Begründer der Fordwerke in den USA, war sieben Mal pleite. Nach seinem Erfolgsrezept befragt, antwortete er:

„Wenn du die Hindernisse siehst, hast du schon das Ziel aus den Augen verloren.“

Hinter dieser Aussage steht ein unerschütterliches Lebenskonzept, das auch nach mehrfacher Niederlage noch greift, weil die Person begreift, was sie im Leben ergreift. Hätte diese Person auf Effizienz und kurzsichtiges Wachstum gesetzt, hätte sie längst aufgegeben. In der Krise reift die Persönlichkeit, und wahrer Charakter bewährt sich erst in der Krise. Welche Kompetenz gehört zu einer reifen Persönlichkeit an der Spitze eines Unternehmens?

Die Systematik der Kompetenzen in der neueren Krisenforschung unterscheidet drei Aspekte: *Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz*. Sachkompetenz erwirbt man durch Bildungsinstitutionen einschließlich betrieblicher Spezialisierung. Sozialkompetenz lernt man durch den Umgang mit Menschen, also durch Kommunikation und Interaktion. Sozialkompetenz ist die Fähigkeit, die Reaktionen des Gesprächspartners möglichst genau vorwegzunehmen. Selbstkompetenz schließlich ist die Fähigkeit, mit sich selbst klar zu kommen, ein tragfähiges Lebenskonzept zu haben und aus Lebenskrisen stärker hervorzugehen. Nun hängt es von der Unternehmensphilosophie ab, in welche Kompetenz man vorrangig investiert.

Zwar lassen sich derartige Investitionen rechnerisch ermitteln, aber die Frage, wie eine Führungskraft Selbstkompetenz erwirbt, lässt sich nicht so leicht beantworten. Dafür gibt es weder spezielle Studiengänge noch zuverlässige Curricula. Denn Selbstkompetenz gehört zum Kern der Persönlichkeitsentwicklung, und diese kann man zwar durch Lernprozesse *fördern*, aber nicht im üblichen Sinne *lehren*. Selbstkompetenz ist *lernbar*, und zwar in der Schule des Lebens, aber nicht *lehrbar* als Stoff oder Sache. Michail Gorbatschow schreibt in seinem Buch über die Perestroika:

„Wir sind alle Schüler. Unsere Lehrer sind die Zeit und das Leben.“

Sachkompetenz allein genügt nicht

Der beste Lehrmeister des Lebens sind die steinigten Wege der Krise. Wem das Leben Gelegenheit gab, den Gang auf solchen Wegen zu lernen, dem kann in Krisenzeiten nichts mehr passieren. Leuchtende Vorbilder dafür sind Mahatma Gandhi und Nelson Mandela, ihre Siege beruhten auf Respekt vor ihren Feinden und Peinigern. Dies zeugt von hoher Selbstkompetenz, die nicht unbedingt aus der Religion oder Moral resultiert, sondern aus der tiefen Erkenntnis des eigenen Selbst und der genauen Einschätzung der Reaktionen anderer Menschen (Sozialkompetenz). Sachkompetenz allein genügt nicht.

Die Leistungsfähigkeit eines Unternehmens hängt unmittelbar mit der Sozial- und Selbstkompetenz seiner Führungskräfte zusammen. Was Personen in Bezug auf ihre private Lebens- und Krisenbewältigung vermögen, das vermögen sie auch bei ihrem Einsatz für ihr Unternehmen. Führungskräfte sollten sich kontinuierlich mit Krisenpädagogik beschäftigen. Diese Investition zahlt sich aus, nicht jeden Tag in kurzichtig barer Münze, aber ganz sicher bei einer für das Unternehmen existenziell bedeutsamen Entscheidung. Der Mangel an Sozial- und Selbstkompetenz hat verheerende Folgen. Wir erleben das in letzter Zeit geradezu inflatorisch, wo Finanzfachleute in beschämender Weise versagen.

Erwerb von Selbstkompetenz ist keine finanzielle Angelegenheit allein. Es erfordert harte Arbeit am eigenen Selbst. Die typische Einstellung der Menschen zur Krise verrät oft, wie wenig ihr Selbst bereit ist, aus Krisen stärker und reifer hervorzugehen. Die erste Frage verrät schon den massiven Protest gegen Wandel: „Warum? Warum gerade ich?“ Wer begreift, dass das ewige Verharren die größte denkbare Krise ist, der freut sich innerlich auf jede Veränderung, die das Leben mit sich bringt. Statt „Warum?“ , das ja rückwärts gerichtet ist und blockiert, fragt die reifende Person jetzt: „Wozu? Was kann ich aus dieser Krise lernen, was ich in keiner anderen Lebenssituation lernen könnte?“ Jetzt ist der Blick nach vorn gerichtet; jetzt kann Entwicklung stattfinden. Die Suche nach einem Wozu ist die nach einem Sinn. Sinnsuche ist immer harte Arbeit. Diese lässt sich nicht mit Geld erledigen. Die gängige Währung Geld taugt hier nicht. Was der Mensch tun muss, ist, sich einer Lebensprüfung zu stellen. *Bewährung statt Währung!*

Die Natur will Anpassung - Wer rastet, rostet

Jean Piaget, der bedeutendste Entwicklungspsychologe des 20. Jahrhunderts, hat überzeugend nachgewiesen, dass Krisen eine unumgängliche und sogar notwendige Voraussetzung für Entwicklungsprozesse sind. Im normalen Wachstumsprozess lebendiger Systeme gibt es zwischen dem lebendigen Organismus und seiner Umwelt zwei Kräfte, die sich wechselseitig hochschaukeln. Piaget nennt sie *Assimilation* (Anpassung der Umwelt an das System) und *Akkommodation* (Anpassung des Systems an die Umwelt). Dieser Schaukelprozess zwischen Innen und Außen ist der lebendige Weg, den wir alle gehen, wenn wir wachsen und uns entwickeln. Ein Stopp in diesem Prozess wechselseitiger Anpassung ist nicht vorgesehen, wohl aber gibt es kurze *Erholungspausen*, die durch Kräfteausgleich zustande kommen. Piaget nennt sie Äquilibration (Gleichgewicht).

Aufschlussreich ist nun, dass dieses Gleichgewicht sehr bald gestört wird, und zwar entweder von außen oder von innen. Es gibt offenbar eine im Inneren jedes lebenden Systems angelegte Tendenz, diese Pausen nicht zu einem längeren Stillstand ausarten zu lassen. Die Störungen (vergleichbar mit Krisen) haben also einen guten Sinn. Sie erzwingen nämlich Bewegung und Entwicklung und halten das System am Leben. „*Stillstand ist Untergang.*“ (*Nietzsche*)

Veränderung ist das einzig Bleibende

Geht es einem Unternehmen nicht genauso? Auch Unternehmen müssen sich entwickeln, wenn sie sich im Leben behaupten wollen. Verkrustete Strukturen und hierarchische Organisationen leiden unter ihrer mangelnden Anpassungsfähigkeit. Der Schaukelprozess zwischen Assimilation und Akkommodation ist fast zum Stillstand gekommen: „Das haben wir immer so gemacht! Das haben wir nie so gemacht! Da könnte ja jeder kommen!“ Ein solches Konzept will alles erhalten, wie es ist.

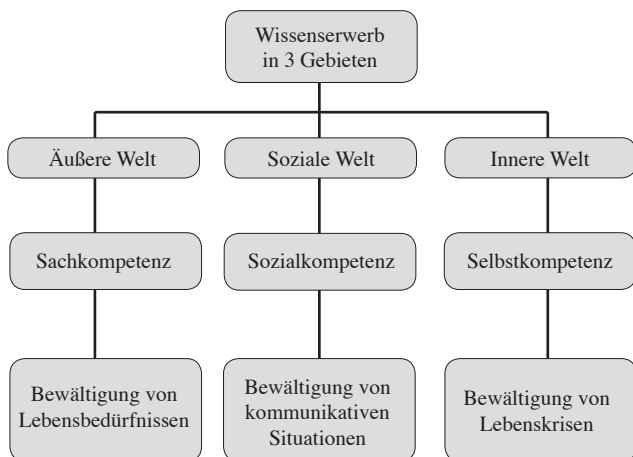
Wer will, dass alles bleibt, will, dass nichts bleibt.

Wie lernt man, mit Krisen besser umzugehen? Indem man die lebensphilosophischen Erkenntnisse wie die von Jean Piaget, Humberto Maturana, Viktor Frankl, Friedrich Hegel (um nur einige Namen zu nennen) ins tägliche Handeln und Denken integriert. Das setzt voraus, dass man sich den Veränderungen öffnet und von bequemen Gewohnheiten Abschied nimmt.

Diamant entsteht unter Druck

Dem Menschen geht es nicht anders. Wer wachsen will, muss lernen, dem Leiden Sinn abzurufen. Der Mensch – und nur er – ist fähig, nach dem Sinn seines Lebens zu fragen. Der Mensch – und nur er – ist fähig, den Sinn seines Leidens zu begreifen und darin zu reifen. Der Mensch – und nur er – ist fähig, *Leiden als Leisten* zu verstehen und so seine Lebenskrisen zu bestehen. Krisenpädagogik hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen mit solchen Gedanken vertraut zu machen.

- Wer keine Sachkompetenz hat, hat *ein* Problem.
- Wer keine Sozialkompetenz hat, hat *manche* Probleme.
- Wer keine Selbstkompetenz hat, hat *nur* Probleme und erzeugt chronisch Krisen.

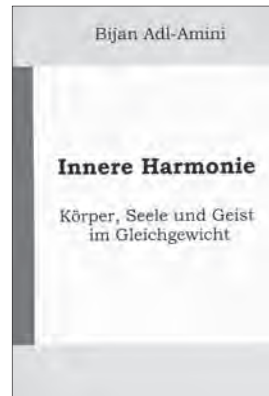


Hör-CDs von Prof. Amini sind beim Auditorium Verlag zu bestellen im Internet unter:
<http://www.auditorium-netzwerk.de/Amini-Bijan.:35.html>

<p>Amini, Bijan: Drei Wege zum Glück</p> <p>Jeder träumt von einem glücklichen Leben, aber selten macht sich jemand darüber Gedanken, worin eigentlich das Glück besteht. Die meisten Menschen setzen materiellen Reichtum gleich Glück. Das ist nachweislich falsch.</p> <p>ab 11,95 EUR (inkl. 19 % UST zzgl. Versandkosten)</p> <p>jetzt kaufen Details</p>	
<p>Amini, Bijan: Sinnerfahrung und Krisenpädagogik</p> <p>Das Erlebnis der Natur ergreift uns, und wenn wir versuchen zu begreifen, was uns da ergreift, erkennen wir, dass hinter diesem Erlebnis eine geistige, seelische und körperliche Sinnerfahrung steckt.</p> <p>ab 11,95 EUR (inkl. 19 % UST zzgl. Versandkosten)</p> <p>jetzt kaufen Details</p>	
<p>Amini, Bijan: Krisen verstehen - Krisen bestehen</p> <p>Jede Krise ist eine Bedrohung, aber auch ein Angebot des Lebens zum Reifen und Begreifen. Wie lautet deine Antwort auf die Frage: „Was kann ich aus dieser Krise lernen, was ich in keiner anderen Lebenssituation lernen könnte?“</p> <p>ab 11,95 EUR (inkl. 19 % UST zzgl. Versandkosten)</p> <p>jetzt kaufen Details</p>	
<p>Amini, Bijan: Wohin hetzen wir? Leben im Zeitalter der Beschleunigung</p> <p>Wir leben im Zeitalter der Beschleunigung. In allen Lebensbereichen nimmt die Geschwindigkeit zu. Besonders auffällig ist diese Tendenz in der Technik und Informationstechnologie. Die Devise lautet: immer schneller, immer mehr</p> <p>ab 11,95 EUR (inkl. 19 % UST zzgl. Versandkosten)</p> <p>jetzt kaufen Details</p>	
<p>Amini, Bijan: Es war Gott und nicht die Schlange</p> <p>Dieser Vortrag regt an, im Erkenntnisakt, das symbolisch durch den Biss in den Apfel vollzogen wurde, keinen Verstoß gegen Gott und keine Vernichtung seines Plans zu sehen, sondern gerade die Realisierung der rätselhaften Absichten des Schöpfers.</p> <p>ab 11,95 EUR (inkl. 19 % UST zzgl. Versandkosten)</p> <p>jetzt kaufen Details</p>	
<p>Amini, Bijan: Reden ist ein Risiko - Schweigen ebenso</p> <p>Wie oft missverstehen wir uns! Wie oft reden wir aneinander vorbei! Wie oft klagt eine Frau, dass ihr Mann sie einfach nicht versteht!</p> <p>ab 11,95 EUR (inkl. 19 % UST zzgl. Versandkosten)</p> <p>jetzt kaufen Details</p>	

Bücher von Prof. Amini sind zu bestellen per Email:

info@krisenpaedagogik.de



DAS KONZEPT DER Ausbildung in Krisenpädagogik

(nach Prof. Amini)

Inhalt

0. Vorbemerkung	6
1. Was ist Krisenpädagogik?	7
2. Hauptmerkmale der Krisenpädagogik	8
Prophylaxe	8
Sinn-Sensibilisierung	9
Beratung und Begleitung	10
3. Standpunkt der Krisenpädagogik	11
4. Wer braucht die Krisenpädagogik?	12
5. Ausbildung in Krisenpädagogik – 5 Module	13
Ziele der Ausbildung	14
Inhalte der Ausbildung	14
Methoden der Ausbildung	14
Medien der Ausbildung	15
Didaktisch-methodische Motivation	15
6. Zertifizierung der Ausbildung	15
7. Literatur	15
8. Anmeldung zur Ausbildung	15

0. Vorbemerkung

Das folgende Konzept gibt Informationen über die Ausbildung in Krisenpädagogik mit dem Ziel des Erwerbs eines

Zertifikats in Krisenpädagogik (nach Prof. Amini)

Das Ausbildungskonzept umfasst 5 Module von je 25 Stunden. Die gesamte Ausbildung umfasst somit 125 Stunden. Inhaltlich ist die Ausbildung an jedem Ort identisch. Derzeit (Stand: 2008) wird die Ausbildung in Deutschland und Österreich durchgeführt. Aktuelle Informationen über Ausbildungsorte, -termine und -kosten finden Sie unter: www.krisenpaedagogik.de.

1. Was ist Krisenpädagogik?

Krisenpädagogik ist der Fachausdruck für einen wissenschaftlichen Schwerpunkt (Subdisziplin) innerhalb der Erziehungswissenschaft. Dieser Schwerpunkt wurde im Jahre 1992 von Prof. Dr. Bijan Amini gegründet und ist inzwischen international bekannt geworden. Nähere Informationen über diese Subdisziplin sowie über die Person ihres Gründers finden Sie im Internet unter: www.krisenpaedagogik.de.

Von den zahlreichen Psychotherapien, die es derzeit gibt, unterscheidet sich die Krisenpädagogik durch ein wesentliches Merkmal:

- Wer in die Therapie geht, ist krank oder wird als krank eingestuft. Wer zur Krisenpädagogik kommt, ist gesund, hat aber ein Problem, mit dem er im Moment nicht klar kommt. Deshalb braucht er Beratung und Begleitung.

Im Kern befasst sich die Krisenpädagogik mit *Theorie und Praxis der Krisenbewältigung*. Das geschieht in pädagogischer Absicht, also entweder *vor* der Therapie (Prävention) oder *nach* der Therapie (Postvention). Sie kann aber auch parallel zu einer Therapie in Anspruch genommen werden. Krisenpädagogik ist keine Alternative zur Psychotherapie, wohl aber eine sinnvolle Ergänzung zu ihr.

Das Anliegen ist durchweg pädagogisch motiviert: Wenn man will, dass Kinder nicht ertrinken, muss man ihnen beizeiten Schwimmen beibringen. Darum sollte jeder Mensch beizeiten den Umgang mit Lebenskrisen erlernen. Krisen sind trotz aller Prävention unumgänglich und unvermeidbar. Darum lohnt es sich,

- *von jeder Krise etwas Wichtiges fürs Leben zu lernen,*
- *an jeder Krise mental zu wachsen und*
- *aus jeder Krise gestärkt hervorzugehen.*

Die zentrale Methode der Krisenpädagogik ist das Beratungsgespräch, bei dem die betroffene Person *ganzheitlich* beraten und begleitet wird. *Ganzheitlich* heißt: geistig, seelisch und körperlich (vgl. das Buch *Innere Harmonie* → Literatur).

1. Der menschliche *Geist* ist fähig, dem Leiden einen *Sinn* abzurufen und so jede Krise als eine Lern- und Entwicklungschance zu betrachten.
2. Die menschliche *Seele* ist fähig, durch *Meditation* wieder ins Gleichgewicht zu kommen und so aktuelle Spannungen zu reduzieren.
3. Der menschliche *Körper* ist fähig, durch eine gezielte *Ernährung* seine Widerstandskräfte zu erhöhen und so belastbarer zu werden.

Körper, Seele und Geist bilden eine Einheit und stehen in ständiger Wechselwirkung miteinander. Diese Einheit wird in Krisenzeiten besonders deutlich spürbar. So mag beispielsweise der Ursprung einer Krise im Körper liegen (z. B. in einer Krankheit), aber das wirkt sich auch auf den seelischen und geistigen Bereich aus. Ist der Mensch verzweifelt, sieht er nur noch das Ende und übersieht die Wende. Die Resignation wirkt sich negativ auf den Körper aus. Das Immunsystem wird schwächer, die Widerstandskräfte lassen nach. Kommt dann eine zweite Krankheit hinzu, wird die Seele auch belastet und die Betroffene Person hat Depressionen. Alles hängt mit allem zusammen!

2. Hauptmerkmale der Krisenpädagogik

Krisenpädagogik zeichnet sich durch drei Merkmale aus, die sich in Theorie und Praxis ganzheitlich auf den Menschen auswirken. Diese Merkmale sind:

- *Prophylaxe* (Vermeidung von und Vorbeugung vor Krisen).
- *Sinn-Sensibilisierung* (Sinnsuche in Anlehnung an Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. *Frankl*).
- *Beratung und Begleitung* mit dem Ziel, das Bewusstsein auf Wandel und Veränderung vorzubereiten.

2.1. Prophylaxe

Ein Leben ohne Krisen gibt es nicht. Krisen sind unvermeidbar, gehören zum Leben und sind durchaus nützlich, ja sogar positiv für die Entwicklung und Reifung. *Diamant entsteht unter Druck*, und mit dem Menschen verhält es sich ähnlich. Auch er kann unter dem Ernst mancher Lebensereignisse wachsen und zu einer starken Persönlichkeit heranreifen. Darauf kann man sich mental schon im Voraus vorbereiten.

Krisen kommen auf zwei Wegen auf uns zu. Zum einen sind sie schicksalhaft und darum unvermeidbar, zum anderen sind sie selbst verursacht, sozusagen „hausgemacht“.

- Zum ersten Typ gehören Ereignisse wie Unfall, Krankheit und Tod. Hier spricht das Schicksal, und der Mensch muss hören. Die beste Hilfe bei Krisen dieses Typs bietet die Sinntheorie von Viktor E. *Frankl*. Ziel ist hier, der Krise einen Sinn abzuringen.
- Zum zweiten Typ gehören die Folgen von „hausgemachten“ Krisen: Unaufrichtigkeit, Untreue, streitsüchtige Spitzfindigkeit usw. Hier muss der Mensch vor dem eigenen Gewissen mit der Übernahme von Verantwortung klar kommen. Die beste Hilfe bei Krisen dieses Typs bietet hier die Beschäftigung mit der Bewusstseinstheorie von *Hegel*. Ziel ist hier, die Selbstkompetenz zu steigern (Selbsterkenntnis).
- Beides wird in der Krisenpädagogik in der Theorie vermittelt und in der Praxis eingeübt.

Krisenpädagogik vermittelt die nötige Sensibilität gegen die um sich greifende Sinnerosion unserer Zeit; und sie vermittelt die nötige kommunikative Kompetenz, um Konfliktherde früh zu erkennen. Die Intention dabei ist pädagogisch, denn die Pädagogik hat die Aufgabe, Menschen auf künftige Lebenssituationen vorzubereiten.

Was im Bereich der Gesundheit und Medizin selbstverständlich ist, nämlich die sorgfältige und regelmäßige *Prophylaxe*, ist im Bereich der zwischenmenschlichen Beziehung noch unterentwickelt. Krisenpädagogik bietet hier Bewusstseinsarbeit und Sinn-Sensibilisierung sowohl *vor dem Ausbruch der Krise* als auch *nach einer notwendig gewordenen Therapie*, um Rückfällen vorzubeugen (Prä- und Postvention). Konkret bietet die Krisenpädagogik an:

- Beratung und Begleitung bei konfliktträchtiger *zwischenmenschlicher Kommunikation* (z. B. in der Paarbeziehung, in der Familie oder im Unternehmen). Es werden Verbesserungsvorschläge erarbeitet und im Kommunikationstraining konkret eingeübt.

- Sensibilisierung für *allumfassende Liebe* und verantwortungsvolles Handeln im zwischenmenschlichen Verhalten (z. B. in Dreieckssituationen). Maßstab ist hier das Gewissen, das durch Bewusstseinsarbeit verfeinert wird.
- Aufdeckung von verkrusteten Strukturen im Unternehmen, die sich hemmend auf anstehende Innovationen auswirken. Es werden praktikable Lösungsvorschläge erarbeitet und in Simulationen erprobt.

Das Motto der Prophylaxe lautet:

„*Was immer du tust, beginne es klug und bedenke das Ende!*“

1. Wenn die Kommunikation bei einem Paar immer wieder aggressiv oder zynisch verläuft und im Streit endet, dann gilt es, die Langzeitwirkung solcher Sticheleien früh zu erkennen. Das krisenpädagogische Kommunikationstraining schafft ein sensibles Bewusstsein für die heilsame oder verletzende Wirkung von Worten.
2. Wenn jemand in einer festen Beziehung steht, sollte er bedenken, was er seinem Partner bzw. seiner Partnerin antut, wenn er andere Verabredungen trifft. Im Rollenspiel wird das Verantwortungsgefühl fürs eigene Handeln geschärft, und zwar vor dem eigenen Gewissen.
3. Wenn in einem Unternehmen ein Vorgesetzter stets nur Anweisungen gibt, ohne die Ideen seiner Mitarbeiter einzubeziehen, dann braucht er sich nicht zu wundern, dass die Mitarbeiter sich mit dem Unternehmen nicht mehr identifizieren und bald in die innere Kündigung gehen. Krisenpädagogische Übungen helfen hier, den kommunikativen Umgang zu verbessern, die Identifikation mit dem Betrieb zu erhöhen und so die Leistung zu steigern.

2.2. Sinn-Sensibilisierung

Ist das Kind aber trotz aller Prophylaxe doch noch schicksalhaft oder unachtsam in den Brunnen gefallen, dann ist die gezielte Suche nach Lösungsmöglichkeiten angesagt. Krisenpädagogik benötigt in aller Regel nur eine kurze Zeit (wenige Tage oder Wochen). In den meisten Fällen wird bereits in den ersten drei Gesprächen eine für die betroffene Person akzeptable und konkret durchführbare Lösung gefunden. Bei der Bewältigung von Schwierigkeiten wird die Person telefonisch oder schriftlich begleitet.

- Bei schicksalhaften Krisen wird in Anlehnung an die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls nach der Sinnbotschaft in der Krise gesucht. *Sinn* ist die Triebkraft unserer Existenz. Ohne Sinn zu sehen mag keiner leben. Welcher Sinn steckt aber in einem Unglück? Das zu finden ist die Aufgabe; darin liegt die unausweichliche schicksalhafte Herausforderung.
- Bei kommunikativen Krisen in der Familie und auch bei Problemen in der Partnerschaft wird in Anlehnung an die *pädagogische Kommunikation* (vgl. das Buch: *Krisenpädagogik Band 2* → Literatur) die Verbesserung der alltäglichen Kommunikation angestrebt.
- Bei festgefahrenen Prozessen und verkrusteten Strukturen im Unternehmen wird durch Bewusstseinsarbeit eine *Sichtveränderung* bei den Führungskräften erzielt. Die New Economy kennt nur eine Sinnrichtung: *Wer nicht mit der Zeit geht, geht mit der*

Zeit. Und das individuelle Leben kennt nur einen Richtungssinn: *Veränderung und Entwicklung*. Menschen und Unternehmen haben eines gemeinsam. Sie werden beide krisenanfällig, wenn sie sich gegen Veränderungen sträuben oder wenn sie das Entwicklungstempo rücksichtslos beschleunigen (vgl. *Krisenpädagogik Band 1* → Literatur). Was die New Economy will, gibt die Anthropologie nicht immer her.

Das Motto der Sinn-Sensibilisierung lautet:

„Andere Sicht, andere Ansicht; andere Ansicht, andere Einsicht; andere Einsicht, anderer Sinn. Ändere du deine Sicht, und die Welt ändert ihr Gesicht.“

1. Ist das äußere Geschehen nicht zu ändern, so gilt es, die eigene Sicht zu ändern. Mit jeder neuen Erkenntnis wird der Mensch gleichsam neu geboren. Im französischen Wort für Erkenntnis kommt das sehr schön zum Ausdruck („*connaissance*“ wörtlich: Mit-Geburt). Mit jeder neuen Sicht erscheint uns die Welt anders, weil wir uns selbst verändert haben.
2. Im Krisengespräch erkennt die betroffene Person ihre Fixierung auf eine einzige Perspektive. Durch die Methode der holistischen Hermeneutik (vgl. das Buch: *Krisenpädagogik Band 2* → Literatur) werden andere Hinsichten, oft sogar die Kehrseite der Medaille gesucht.
3. Dinge und Ereignisse lassen sich oft unter zwei Perspektiven betrachten: kurzfristig oder langfristig, aber auch: kurzfristig oder weitsichtig. Was kurzfristig belastend ist, kann langfristig entlastend sein. Beleuchtet man das Krisenereignis aus beiden Perspektiven, wirkt es befreiend, weil der momentane Druck relativiert wird. Das wiederum stärkt spontan das Selbstvertrauen und gibt Kraft zum Durchhalten. *Aufwärts geht es im Leben oft, nachdem der tiefste Punkt erreicht ist.*

2.3. Beratung und Begleitung

Beratung und Begleitung sind nötig, und zwar sowohl präventiv *vor* der Krise als auch unmittelbar *nach* einer Krisenintervention. Ein Mensch, der einen Suizidversuch unternommen hat, wird aus dem Krankenhaus entlassen. Wohin geht er? Wer begleitet ihn? Wer steht ihm in den nächsten Tagen bei?

In der Krisenpädagogik wird der Mensch als eine *Einheit* von Geist, Seele und Körper betrachtet. In welchem der drei Bereiche auch die Krise primär auftritt, immer werden alle drei Bereiche in Mitleidenschaft gezogen. So wirkt sich etwa die Trennung in der Partnerschaft in erster Linie *psychisch* belastend aus, aber der Körper bleibt davon auch nicht verschont. Schlaf- und Essstörung sind die Folgen. Auch der Geist ist nicht minder betroffen. Die normale Konzentration auf die tägliche Arbeit wird beeinträchtigt. Die betroffene Person verliert ihr Selbstvertrauen, ihre Selbstsicherheit und ihre Ausstrahlung.

Der Weg aus der Krise ist stets ein Weg geistiger, seelischer und körperlicher Erneuerung. Krisenpädagogik leistet Hilfe zur Lebensbewältigung. Sie hat ein eigenes *Ernährungskonzept* erarbeitet, um den *Körper* wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Sie bietet spezielle *Meditationsübungen* an, um die *Seele* ins Gleichgewicht zu bringen. Diese beiden Aspekte werden noch durch einen *geistigen* Aspekt ergänzt, nämlich durch *Bewusstseinsweiterung* (vgl. das Buch: *Innere Harmonie* → Literatur). *Der Mensch reift, indem er den Sinn seiner Krise begreift*. In gereiftem Bewusstsein verliert die Krise ihren Stachel, und die betroffene Person

erkennt, dass sie sogar mit den Steinen bauen kann, die sie für lästige Hindernisse gehalten hatte.

Das Motto der Beratung und Begleitung lautet:

„Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden.“

1. Die quälende Warum-Frage ist rückwärts gerichtet und will das Geschehen ungeschehen machen. Die Wende zur Wozu-Frage ist nötig und unumgänglich. Dazu bietet die Krisenpädagogik ausgearbeitete Phantasie- und Zeitübungen an.
2. Das apathische Leben in der Krise muss wieder in geordnete Bahnen gelenkt werden. Es wird mit der betroffenen Person ein realistischer Tagesablauf erarbeitet. Ziel ist, jeden Schritt, vom Aufstehen am Morgen bis zum Schlafengehen in der Nacht, als eine wichtige Aufgabe zu betrachten. Dabei wird die Person bei Bedarf telefonisch oder schriftlich begleitet.
3. Durch Meditationsübungen wird die Psyche dazu gebracht, ihre Energie nicht zu vergeuden. Ruhe und Klarheit werden gesucht und individuell in Bildern visualisiert.
4. Bei der betroffenen Person wird die tägliche Ernährung umgestellt. Das Ernährungskonzept der Krisenpädagogik berücksichtigt die Wirkung von Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen auf Körper, Seele und Geist (vgl. das Buch *Innere Harmonie* → Literatur).

3. Standpunkt der Krisenpädagogik

Krisenpädagogik (Theorie und Praxis der Krisenbewältigung) ist Entwicklungsarbeit am Menschen; *Krisenberatung* und *-begleitung* sind konkrete Hilfen zur Lebensbewältigung.

Wer seine Lebenskrisen als entscheidende und notwendige Auslöser für mentale Entwicklungs- und Reifungsprozesse betrachtet, verliert die Angst vor ihnen und öffnet sein Bewusstsein für Entfaltungschancen, die das Leben in unterschiedlicher Form bietet (auch in Form von Krisen). So leistet die Krisenpädagogik letzten Endes *Bewusstseinsarbeit*. Diese ist wissenschaftlich begründet und steht auf zwei Säulen, nämlich auf der

- Bewusstseinsphilosophie von Georg Wilhelm Friedrich *Hegel* und auf der
- Sinntheorie (Logotherapie und Existenzanalyse) von Viktor E. *Frankl*.

Bewusstsein und *Sinn* sind die beiden tragenden Säulen der Krisenpädagogik. Sie stützen sich wechselseitig; sie bedingen sich gegenseitig. Sie stehen in einem dialektischen Verhältnis zueinander. *Hegels* Bewusstseinsphilosophie und *Frankls* Sinntheorie sind in der Krisenpädagogik zu einer Einheit verschmolzen. Die Ideen dieser beiden großen Gestalten der europäischen Kulturgeschichte waren noch nie zuvor in einem Konzept vereinigt worden. Diese Synthese gelang erst im Jahre 1992 mit der Begründung der Krisenpädagogik (vgl. das Buch: *Nachtstunden des Lebens* → Literatur).

Ein Jahrzehnt später wurde dieses Konzept im zweibändigen Werk „Krisenpädagogik“ noch ausführlicher entfaltet und durch Fallbeispiele aus der Beratungspraxis belegt. Das philosophische Fundament der Krisenpädagogik ist allerdings älter. Sie ist Jahrtausende alt und ist in vielen Kulturen zu finden. Dieses Fundament lässt sich schlicht mit *allumfassender Liebe* charakterisieren – die kosmische Liebe, die von der Ur-Einheit stammt und in der gesamten

Schöpfung steckt, sich in unserem Bewusstsein entwickelt und als humanes und veredeltes Bewusstsein wieder in die Ur-Einheit zurückfließt.

4. Wer braucht die Krisenpädagogik?

Jeder Mensch kann selbst einmal in eine Krise geraten. Darum sollte jeder schon im Voraus wissen, was die Krise in ihm anrichtet, damit er lernt, in der Krise etwas auszurichten.

Das Motto lautet hier:

„Ich mache etwas aus dem, was das Leben mit mir macht.“

Ein Mensch in leitender Position sollte erkennen, ob seine Mitarbeiterin Frau Meyer privat gerade in einer tiefen Krise steckt. Eine Mutter sollte erkennen, ob ihre Tochter oder ihr Sohn gerade Liebeskummer hat. Grundsätzlich braucht jeder Mensch die Krisenpädagogik, sei es privat, sei es beruflich, sei es halbberuflich. *Sachkompetenz* allein genügt heute längst nicht mehr. Wer beliebt, anerkannt und erfolgreich sein will, braucht heute mehr denn je *Sozialkompetenz* und *Selbstkompetenz*. Krisenpädagogik hat dazu ein Kompetenzen-Modell entwickelt (vgl. das Buch: *Krisenpädagogik Band 2* → Literatur). In der Ausbildung werden Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz in Theorie und Praxis vermittelt. *Wer keine Sachkompetenz hat, hat ein Problem. Wer keine Sozialkompetenz hat, hat öfter Probleme. Wer keine Selbstkompetenz hat, hat nur Probleme.*

- *Privatpersonen*, z. B. Eltern, Großeltern und fürsorgliche Menschen können die hier erworbenen Kompetenzen im eigenen Familien- und Freundeskreis einbringen, um Konflikte zu schlichten.
- *Menschen in lehrenden Berufen*, z. B. DozentInnen, LehrerInnen, DirektorInnen, SchulpsychologInnen können die hier erworbenen Kompetenzen im Schulalltag und im Unterricht einsetzen.
- *Menschen in heilenden Berufen*, z. B. ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen, PhysiotherapeutInnen, LogopädInnen können die hier erworbenen Kompetenzen in ihre tägliche Arbeit integrieren.
- *Menschen in helfenden Berufen*, z. B. SozialpädagogInnen, SozialarbeiterInnen, DrogenberaterInnen, BewährungshelferInnen, FamilienberaterInnen, Kranken- und AlterspflegerInnen können die hier erworbenen Kompetenzen für ihre Arbeit übernehmen.
- *Menschen in seelsorgerischen Berufen*, z. B. Geistliche, aber auch ReligionspädagogInnen, AndragogInnen, MitarbeiterInnen von Hospiz, Caritas und Telefonseelsorge können die hier erworbenen Kompetenzen für ihre Seelsorge und ihre Bildungsarbeit nutzen.

Im Ausbildungskonzept der Krisenpädagogik sind folgende Qualifikationsmöglichkeiten vorgesehen:

- Vollständige Ausbildung in einem Durchgang ohne Unterbrechung.
- Vollständige Ausbildung, verteilt auf zwei Durchgänge.
- Fortbildung in einem Modul oder in mehreren, sofern Plätze frei sind.

5. Ausbildung in Krisenpädagogik – 5 Module

Mit dem Angebot „Zertifizierte Ausbildung in Krisenpädagogik“ wird der letzte Schritt in der Gründung und Entwicklung dieser Subdisziplin unternommen. Die Ausbildung bietet die Möglichkeit, in einer überschaubaren Zeit von ca. 8-9 Monaten eine authentische Qualifikation durch die Person des Gründers selbst zu erwerben. Es gibt keine formale Voraussetzung (z. B. akademischen Abschluss). Ideale TeilnehmerInnen sind Menschen mit existenzieller Grenzerfahrung (z. B. tiefen Lebenskrisen). Das Erlebnis qualifiziert sie zur Teilnahme und ist auch die beste Voraussetzung für die künftige Tätigkeit als KrisenberaterIn oder LebensberaterIn. Die Ausbildung wird auch nicht mit einer Prüfung abgeschlossen. Bei Zielen wie Lebensgestaltung, Persönlichkeitsentfaltung und Menschlichkeit sind Prüfungen kontraproduktiv. Lernzwang in jeder Form hat sich pädagogisch als sinnlos erwiesen, weil er – ähnlich wie Zwangsbeglückung – ein Widerspruch in sich ist.

Modul 1: Wege zur Selbsterkenntnis

- Bewusstseinsentwicklung
- Persönlichkeitsentfaltung
- Weitsicht

Modul 2: Impulse zur Sinnsuche

- Sinnfindung
- Horizontenerweiterung
- Menschlichkeit

Modul 3: Sensibilisierung für

- Kommunikation
- Sozialkompetenz
- Verantwortung

Modul 4: Konzepte für

- Gesundheit
- Beratung
- Hoffnung

Modul 5: Philosophie der

- Lebensführung
- Grenzsituation
- Liebe

Wie man sieht, geht es in dieser Ausbildung zwar um Krisenbewältigung, aber auf einer tieferen Ebene zugleich um Lebensgestaltung, Persönlichkeitsentwicklung und Menschlichkeit. *Wer über einen möglichen Sinn in seiner individuellen Krise nachdenkt, stößt unabdingbar auf einen tieferen Sinn im Leben und auf einen höheren Sinn im Kosmos.* So gesehen, bewirkt die Erörterung individueller Krisen eine Ausweitung des Bewusstseins auf lebensphilosophische und kosmologische Fragen. Dazu hat die Krisenpädagogik ein eigenes Konzept erarbeitet, das mit dem Kunstwort „Evolgie“ belegt worden ist (vgl. *Krisenpädagogik Band 2* → Literatur). Es geht dabei um folgende 3 Grundlinien:

1. Allumfassende Liebe, Ethik und Verantwortung.
2. Menschlichkeit, Empathie und Rollenübernahme.
3. Mentales Wachstum und dankbare Freude am Leben.

5.1. Ziele der Ausbildung

- Aufmerksames *Beobachten* und genaues *Beschreiben* (Wahrnehmung).
- Exaktes *Zuhören* und empathisches *Verstehen* (Empathie).
- Lösungsorientierte Gesprächsführung (Technik).
- Ganzheitliche Betrachtung des Krisengeschehens (Philosophie).
- Weisheit und Weitsicht in der Beratung und Begleitung (Haltung).
- Dankbarkeit und allumfassende Liebe als Grundprinzip (Einstellung).

5.2. Inhalte der Ausbildung

- *Logotherapie und Existenzanalyse* nach Viktor E. Frankl.
- Bewusstseinstheorie nach der Philosophie von Georg W. F. Hegel.
- Entwicklungstheorie nach der Psychologie von Jean Piaget.
- Verantwortung und Liebe nach der Erkenntnistheorie von H. Maturana.
- Evologie (allumfassende Liebe) nach Krisenpädagogik von Bijan Amini.
- Ganzheitliche Lebensweise nach Krisenpädagogik von Bijan Amini.
- Kompetenzenlehre nach Krisenpädagogik von Bijan Amini.
- Kommunikationspädagogik nach Krisenpädagogik von Bijan Amini.

5.3. Methoden der Ausbildung

- *Phänomenologie* als Methode der Beobachtung und Beschreibung.
- *Hermeneutik* als Methode des Sinn-Verstehens.
- *Dialektik* als Methode der dynamischen Entwicklung alles Lebendigen.
- *Simulationsübungen* (Rollenübernahme, Zukunftsphantasie, Zeitreisen).
- *Gesprächstraining* (Kommunikation, lösungsorientiertes Gespräch).
- *Information* (Vorträge, Texte, Audio- und Videomaterial).
- *Reflexion* (individuelle Besinnung).
- *Interaktion* (Partnerarbeit).
- *Diskussion* (Gruppen- und Plenumsarbeit).

5.4. Medien der Ausbildung

- Schriftliches Informationsmaterial und mündliche Impulse (Vortrag, Text).
- Audio- und Videomaterial (Hör-CDs, Filme, Power-Point-Präsentationen).
- Gesprächsführung und Supervision.
- Reflexion und Analyse (evtl. Aufzeichnung) der Gesprächsübungen.

5.5. Didaktisch-methodische Motivation

- Vernetzung von Theorie und Praxis *sofort* und bei jedem Thema.
- Vertiefung des Gelernten *sofort* durch Übungen.
- Lebendige Kommunikation durch Methodenwechsel.
- Impulse zur aktiven Beteiligung am Lehr-Lern-Prozess.
- Impulse zur Mitgestaltung von Lehr-Lern-Themen durch die Beteiligten.
- Vertrauensvolle Interaktion unter den am Lehr-Lern-Prozess Beteiligten.

6. Zertifizierung der Ausbildung

Die Ausbildung wird, sofern sie vollständig belegt und besucht wurde, mit der Vergabe eines Zertifikats durch *Europäische Gesellschaft für Krisenpädagogik (nach Prof. Amini)* bescheinigt. Ansonsten wird jede besuchte Einheit als Fort- bzw. Weiterbildung bescheinigt.

7. Literatur

Neben einer Reihe von kleineren Publikationen liegt das Konzept der Krisenpädagogik bereits in 4 Büchern gedruckt vor. Diese Bücher bilden die Basisliteratur für die Qualifizierung in dieser Ausbildung.

1. Adl-Amini, Bijan: *Nachtstunden des Lebens. Krisen verstehen – Krisen bestehen.* Freiburg im Breisgau 1992 (Herder Verlag, 276 Seiten).
2. Adl-Amini, Bijan: *Innere Harmonie. Körper, Seele und Geist im Gleichgewicht.* Darmstadt 1998 (Syllabus Verlag 190 Seiten).
3. Adl-Amini, Bijan: *Krisenpädagogik. Band 1: Veränderung und Sinn.* Darmstadt 2002 (Syllabus Verlag, 244 Seiten).
4. Adl-Amini, Bijan: *Krisenpädagogik. Band 2: Krise und Entwicklung.* Darmstadt 2004 (Syllabus Verlag, 356 Seiten).
5. Adl-Amini, Bijan: *Wilhelm Dilthey. Der offene Grundzug seiner Hermeneutik und das pädagogische Programm einer Holistischen Hermeneutik.* In: Brinkmann, Wilhelm u. a. (Hrsg.): *Geschichte, Freiheit, Vernunft. Grundzüge einer Geisteswissenschaftlichen Pädagogik.* Festschrift für Winfried Böhm. Würzburg 1997, S. 64 - 79.

Weitere Lehrmittel sowie Rundfunkvorträge als Hör-CDs und Filmdokumentationen als DVDs sind im Internet zu finden unter:

www.krisenpaedagogik.de/literaturI.html

8. Anmeldung zur Ausbildung per Email: ausbildung@krisenpaedagogik.de

Notizen

Hilfe bei Krisenbewältigung

Krisenpädagogik ist ein wissenschaftlich fundierter und in der Beratungspraxis erprobter Ansatz zur Krisenbewältigung, und zwar im *Vorfeld der Psychotherapie*. Krisenpädagogik ist ein ganzheitliches Konzept, in dem Körper, Seele und Geist als Einheit betrachtet werden. Ob die Krise den Körper (Krankheit), die Seele (Trennung) oder den Geist (das Gefühl der Sinnlosigkeit) betrifft, alle drei Bereiche beeinflussen sich wechselseitig. Der Körper braucht eine gute Ernährung, ganz besonders in Krisenzeiten; die Seele braucht Tiefenentspannung und der Geist Wege zum Sinn. Krisenpädagogik bietet Unterstützung durch:

- Beratung bei *schicksalhaften* Individualkrisen
- Begleitung bei *Beziehungskrisen* und Familienproblemen
- Vorträge über Krisenursachen in der täglichen *Kommunikation*
- Seminare und Workshops in Unternehmen
- Zertifizierte Ausbildung in Krisenpädagogik (s. Konzept)
- Zertifizierte Weiterbildung in Krisenpädagogik

Kein Leben ohne Standpunkt

Handle so, als würdest du ewig leben, und lebe so, als wäre heute dein letzter Lebenstag! Schau weit hinaus auf einen Punkt, von dem aus du rückblickend mit gutem Gewissen sagen kannst: „Es war richtig, so zu leben.“

- *Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden.*
- *Höre nicht auf, mit der Sinnsuche anzufangen und fange nicht an, damit aufzuhören!*
- *Drei Aufgaben hat der Mensch: mentale Fortentwicklung, sinnvolle Lebensgestaltung und Übernahme von Verantwortung.*

Gründer und Autor



Prof. Dr. Bijan Amini, Jahrgang 1943; Studium der Germanistik, Pädagogik, Philosophie und Soziologie an der Universität Heidelberg; lehrte 32 Jahre an den Universitäten Kiel und Lüneburg. Begründer der Krisenpädagogik. Ehemaliger Präsident der Deutschen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse. Einer der geistigen Väter des Studiengangs Change Management an der Fachhochschule Vaduz (Liechtenstein). Zahlreiche wissenschaftliche Publikationen. Regelmäßige Vorträge in Europa und USA. Leiter der 1-jährigen Ausbildung und der 3- bis 5-jährigen Weiterbildung in Krisenpädagogik.

Kontakt

Lindenstraße7 D-24118 Kiel

Tel.: + 49 (0)431 81311

E-Mail: professor@bijanamini.de

Bücher

- Innere Harmonie. Körper, Seele und Geist im Gleichgewicht.
- Nachtstunden des Lebens. Krisen verstehen, Krisen bestehen.
- Krisenpädagogik. Band 1: Veränderung und Sinn.
- Krisenpädagogik. Band 2: Krise und Entwicklung.