

# Hoffnung in Zeiten des Umbruchs

Zusammenfassung des Referats am Jubiläumsfest  
30 Jahre ICP in Winterthur

## 1. Anamnese

Viele empfinden die aktuelle Zeit als Anhäufung von Umbrüchen, unter denen sie leiden. Auch Profis aus Gesundheits- und Sozialwesen und der Kirche sind zunehmend überfordert.

## 2. Mehrteilige Diagnose

### 2.1. Aktuelle Wahrnehmung

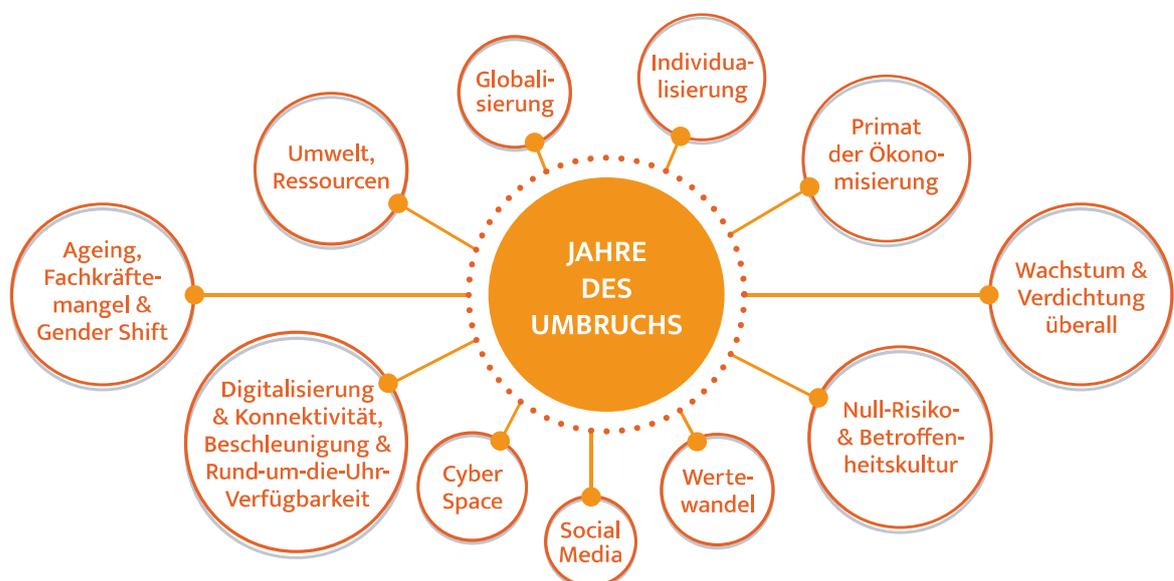
Wir erlebten gerade die Corona Pandemie mit ihren einschneidenden Massnahmen zum Schutz der Gesundheit, der Wiederkehr der Grenzen und den daraus resultierenden Versorgungsproblemen im Welthandel. Aktuell beschäftigt uns der Russland-Ukraine-Krieg mit der daraus resultierenden Strommangellage, steigenden Preisen und drohender Hungersnot.

Die Klimakrise mit der Zunahme von extremen Wetterereignissen wie Wassermangel und heftigen Unwettern beunruhigt die Menschheit. Wir erleben zudem wirtschaftliche Probleme wie den Fachkräftemangel, gesellschaftliche Umbrüche wie den Gender Shift, das Primat der Ökonomisierung, die Rund-um-die-Uhr Verfügbarkeit, die Verbreitung der Sozialen Medien, die digitale Revolution und so weiter.

Die Welt fürchtet zu Recht eine Wohlstands- und Fortschrittsgefährdung mit sozialen Unruhen. Und was werden uns die Entwicklungen in Bio Engineering, Genetik und Bio Hacking erst noch bringen?

Doch schon seit Jahrzehnten erleben wir Zeiten des Umbruchs. Stichworte dazu sind Individualisierung, Globalisierung, Wachstum, Verdichtung, Wertewandel und vieles mehr.

### Seit Jahrzehnten erleben wir Zeiten des Umbruchs



## 2.2. Fortschritt mit Mängeln

Beim Blick zurück stellen wir fest, dass mancher Fortschritt der letzten zwei Jahrhunderte zwiespältig war. Viele Menschen profitieren von den positiven Veränderungen in Medizin, Politik, Bildung, aber wichtige Versprechungen der Moderne aus dem 19. und 20. Jahrhunderts haben sich nur teilweise erfüllt. Der Fortschritt war nur partiell und nicht alle profitieren davon. Für viele wirkt er sogar kontraproduktiv. Und etwas Entscheidendes hat sich verändert: Die vielen «Umbrüche», die wir erleben, sind keine persönliche, individuelle Herausforderung mehr, sondern eine breite, gesellschaftliche Überforderung.

So berichten uns die Medien und Fachpublikationen über eine Zunahme von Angststörungen, Stress, Burn-out, Erschöpfung, Depressionen, Suchterkrankungen und über eine Überlastung der fachlichen Hilfe.

## 2.3. Umbrüche in der Bibel – schon damals gab es keine heile und stabile Welt

Bereits die Bibel nennt zahlreiche epochale Umbrüche, einige Beispiele sind: Die der Erschaffung der Erde vorhergehende Phase – «Tohuwabohu» – bedeutet eine grosse Unordnung ohne Hoffnung. Danach folgt die Phase der Erschaffung von Himmel, Erde und Leben. Schon im dritten Kapitel der Bibel bestimmt Gott, dass ein Sohn Vater und Mutter verlassen muss, seinem Weib anhängen und etwas Neues schaffen soll. Schliesslich müssen Adam und Eva das Paradies verlassen und die Erde bebauen.

### Es gibt also eine Welt vor, im und nach dem Paradies.

Noah muss die Arche bauen und die Erde nach der Sintflut wiederbevölkern. Abram muss Haran verlassen und ins Land Kanaan auswandern, wo er mit Sarai zusammen einen Sohn bekommen soll. Joseph wird als Sklave nach Ägypten verkauft. Jakob muss aufgrund einer Hungersnot mit seinem ganzen Stamm von Kanaan nach Ägypten auswandern. Nach mehreren Generationen führt Mose das Volk Israel aus Ägypten heraus durch die Wüste nach Kanaan zurück und erhält dabei die zehn Gebote. Nun gibt es eine Welt ohne und mit dem (mosaischen) Gesetz.

Josua erobert die alte Heimat zurück und baut sie wieder auf. Die Witwe Ruth begleitet ihre Schwiegermutter und Witwe Naomi von Moab nach Israel. David und Salomon als die ersten Könige in Jerusalem planen und bauen den Tempel. Daniel und seine Freunde werden ins Exil nach Babylon verschleppt. Esra und Nehemia kehren mit dem Volk aus Babylon zurück und bauen die Stadt Jerusalem und den Tempel wieder auf.

### Es gibt also eine Welt vor, mit und ohne Tempel.

Auch das Leben Jesu ist voller Entwicklungen und Veränderungen. Und an Auffahrt erteilt er seinen Jüngern

einen letzten Auftrag: Geht hinaus in alle Welt und erreicht die Nationen. Der Apostel Paulus verlässt seine Heimat und die jüdische Gemeinschaft und predigt als Missionar den Heiden in Griechenland und in Rom.

### Es gibt also eine Welt vor Karfreitag und eine Welt nach Ostern.

Die biblische Realität ist keine heile Welt der Stabilität und Sicherheit, vielmehr erzählt uns die Bibel unzählige Geschichten von Veränderungen und Umbrüchen. Diese Umbrüche verursachen Angst, Verzweiflung, Verlust, Schmerz, Flucht, Ungerechtigkeit und Einsamkeit. Die einzige Stabilität, von der uns die Bibel wieder und wieder erzählt, ist die Treue Gottes und seine unzähligen Beziehungsangebote an uns als Menschen, sowohl auf der Ebene des Volkes Israel wie auch auf der persönlichen Ebene.

### Umbrüche sind Realitäten der menschlichen Schicksale in der Bibel – wir leben in einer «gefallenen» Welt.

Dennoch sind Ängstlichkeit, Kummer und Sorge, Verzweiflung und Depression nie der biblische Lösungsweg. Sie sind weder das Ziel noch sind sie die Botschaft Christi. Und sie sind auch nicht die Früchte des Geistes (Galater 5). Vielmehr thematisiert die Bibel in über 100 Stellen den Umgang mit Bedrohungen und Ängsten und greift Hoffnung, Zuversicht, Gottvertrauen, Mut, Furchtlosigkeit und Sorglosigkeit als biblische Antworten auf. Dabei handelt es sich nicht um Gefühle, sondern um Tugenden, heute würden wir wohl von Kompetenzen sprechen.

## 2.4. Nicht nur der Glaube allein, sondern auch Hoffnung und Liebe gelten als die drei christlichen Tugenden bzw. «Kompetenzen»

Persönliche und gesellschaftliche Umbrüche waren auch in der Bibel eine Realität. Hoffnung ist eine der wichtigen Ressourcen zu deren Bewältigung. Von den drei christlichen Tugenden Glaube, Liebe und Hoffnung haben wir übermässig auf den «Glauben» fokussiert und die «Hoffnung» vernachlässigt. Der richtige «Glaube» ist zu einer theoretischen Disziplin von Kopf und Wort geworden. Die konkrete Anwendung von «Liebe» und «Hoffnung» im praktischen Alltag sind in den Hintergrund getreten. Eine empirische Studie, wie wir in unseren Kirchgemeinden unsere finanzierten Stellen, unser Zeitbudget und unser mentales Engagement einsetzen, um einerseits über den Glauben zu predigen und zu debattieren oder um andererseits gemeinsam Liebe und Hoffnung zu lernen und zu leben, wäre aufschlussreich.

## 2.5. Acht Risiken

«Christliche Hoffnung» hat aktuell sowohl in der Kirche wie auch in der Gesellschaft eine schlechte Reputation.

Acht ungesunde Frömmigkeitsstile können sich kontraproduktiv auf die Entwicklung einer «christlichen Hoffnungskompetenz» auswirken:

- Das **«sola fide»** (nur der Glaube allein) der Reformation betonte den Glauben auf Kosten von Liebe und Hoffnung. Die Theorie des Glaubens steht über der Praxis von Liebe und Hoffnung.
- Die **calvinische Prädestinationslehre** hat die Entwicklung von Eigenverantwortung und Selbstwirksamkeit behindert.
- **Biblizismus** sowie die Erlebnis- und Gefühlstheologie können Widerstand gegenüber Fortschritten in der wissenschaftlichen Fachwelt generieren.
- Schon zu Zeiten Jesu und der Urchristen lenkten **Manichäismus, Gnosis und Zoroastrismus** mit ihrem Dualismus den Fokus einseitig auf eine Sphäre des «Geistes im Jenseits» und verdrängten die Fragen nach einem «erfüllten Leben im Diesseits».
- Eine **falsche Opferhaltung** angesichts des Kreuzes, die nicht zu Ostern durchdringt, führt zu Grübelei, anhaltender Selbstanklage und Selbstmitleid und ist kontraproduktiv für die Entwicklung von Selbstwirksamkeit und Hoffnungskompetenz. Ebenso behindert ein **magisches Gebetsverständnis** und eine übermässige magische Erwartung von Wundern als Ausdruck eines besonders grossen Glaubens die Entwicklung von konkreter und engagierter Hoffnungskompetenz.
- Im Weiteren erschwert die **apokalyptische Nah-Endzeit-Erwartung** im Nachklang des kalten Kriegs den Baby Boomern und der GenX bis heute mittelfristige und langfristige Investitionen ins diesseitige Leben. Sie liess Hoffnung und Engagement für diese Erde als sinnlos erscheinen, da ja der Antichrist bald kommen und sowieso alles zerstören würde.
- Schliesslich hat die Lehre von der **«Superbia»** (Stolz) als Todsünde unter vielen Christen zu einer frommen Selbstdemütigung, Selbstgeringschätzung und Selbstverleugnung geführt und die Selbstwirksamkeit als Teil einer aktiven Hoffnung verdrängt.

### 3. Intervention

Wir haben heute die Chance, eine gemeinsame Entwicklung und Anwendung von «Hoffnungskompetenz» in Kirche und Gesellschaft zu starten, als Synergie von

- biblischen Quellen,
- religionspsychologischen Auswertungen von christlichen Lebensrealitäten,
- empirischen Daten des Hoffnungsbarometers,
- wissenschaftlich begründeten Konzepten der «Positiven Psychologie»
- sowie der Sozialen Arbeit und Sozialpädagogik.

Wir haben Nachholbedarf. Denn wir können eine (christliche) Ressource in Wert setzen. In unserer postaufgeklärten europäischen Kultur hat «Hoffnung» aber eine schlechte Reputation. Dies im Gegensatz zur angelsächsischen Kultur, wo «hope» viel positiver gefüllt ist. In unserer Kultur steht Optimismus über der Hoffnung, die eher als unmündige Abhängigkeit von einer fernen und schicksalsgebenden Macht (Gott) gesehen wird. Und als Ausdruck von Ohnmacht, Hilflosigkeit und Opferhaltung – statt Selbstwirksamkeit.

#### Umbrüche bewältigen – ein Blick in die Positive Psychologie

Was lehrt uns die Fachwelt zur Bewältigung von Umbrüchen? Das Konzept des «Kohärenzgeföhls» nach Aaron Antonovsky gibt uns wertvolle Hinweise. Demnach muss die Lösung

1. verstehbar (Informiert, erklärt)
2. sinnvoll (Absicht, Ziel) und
3. handhabbar sein.

Eine Lösung soll einen eigenen Gestaltungsfreiraum erkennen lassen und sie soll eigene vorhandene Ressourcen und die Kompetenz der Selbstwirksamkeit aktiv einbinden.

Christopher Peterson und Martin Seligmann haben im Rahmen der VIA-Klassifizierung sechs Tugenden und 24 Charakterstärken definiert, dazu zählt explizit die Hoffnung:

#### WEISHEIT & WISSEN

- Neugier • Interesse • Liebe zum Lernen •
- Urteilsvermögen • kritisches Denken • Kreativität •
- Originalität • Einfallsreichtum • Weitsicht • Tiefsinn •

#### MUT

- Tapferkeit & Mut • Ausdauer • Beharrlichkeit •
- Fleiss • Authentizität • Aufrichtigkeit • Integrität •
- Tatendrang • Enthusiasmus •

#### MENSCHLICHKEIT

- Fähigkeit zu lieben • Bindungsfähigkeit •
- Freundlichkeit • Grosszügigkeit • Soziale Intelligenz •

#### GERECHTIGKEIT

- Teamfähigkeit • Loyalität • Fairness • Gleichheit •
- Gerechtigkeit • Führungsvermögen •

#### MÄSSIGUNG

- Vergebungsbereitschaft • Gnade Bescheidenheit •
- Demut • Selbstregulation • Selbstkontrolle •
- Umsicht • Vorsicht •

#### TRANSZENDENZ

- Sinn für das Schöne • Exzellenz • Dankbarkeit •
- **Hoffnung** • Optimismus • Humor • Verspieltheit •
- Spiritualität • Glaube •

Die seit 2009 regelmässig durchgeführte Umfrage zum Hoffnungsbarometer bestätigt immer wieder die folgenden Werte als Quelle und Grundlage von Hoffnung: Gute Gesundheit, Harmonie im Leben, Glückliche Ehe und Familie, Freundschaften, sinnvolle Aufgabe, Anderen helfen, Beziehung zu Gott.

Die gleichen Werte wurden aber auch als Ziele und Objekte der Hoffnung angegeben, also als Streben nach guter Gesundheit, Harmonie im Leben usw. ... Wir finden also eine Wechselwirkung zwischen den Quellen der Hoffnung und den Objekten der Hoffnung. Dahinter steht das Bedürfnis nach guten Emotionen, guten Gedanken, guten Taten, guten Beziehungen und allgemein nach einem guten Leben.

### Tugendkreis der Hoffnung



### Was ist «Hoffnung»?

Hoffnung, Optimismus, Zuversicht und Gottvertrauen sind Worte, die nicht als scharfe Fachbegriffe definiert sind. Im alltäglichen Gebrauch stehen sie einander sehr nahe, viele verwenden sie synonym. Dabei ist zu beachten: «Hoffen» ist in vielen biblischen Texten ein Verb. Und insbesondere: Hoffnung ist kein «Gefühl», sondern eine Tugend, eben eine Kompetenz, die erlernt werden kann. Relevant ist die Unterscheidung, ob Hoffnung als eine passive Abhängigkeit von einem fernen Gott verstanden wird, oder ob eine aktive Hoffnung Ausdruck von lebensbejahendem Gottvertrauen ist und somit Grundlage für mein eigenes Engagement und meine Selbstwirksamkeit. Selbstwirksamkeit und Gottvertrauen sind somit kein Widerspruch. Gottvertrauen kann eine wichtige Ressource für Selbstwirksamkeit und zur Überwindung der Opferhaltung sein. Und schliesslich: In der Bibel sind Hoffnung und «Langmut» Geschwister.

Wenn wir nun auf die drei christlichen Kompetenzen zurückkommen, bedeutet dies für uns:

- **Glaube** ist mein «JA» als Antwort auf Gottes «JA» zu mir.
- **Liebe** ist mein «JA» zu meinen Nächsten und zu meinen Feinden als Gottes geliebten Geschöpfe, auch wenn diese «sündig» sind.
- **Hoffnung** ist mein «JA» zu meinem Leben, zu meiner Gegenwart und Zukunft, zur Entwicklung meiner Ressourcen, auch wenn mein Schicksal und mein Lebensweg manchmal eine übergrosse Herausforderung sind.

Dr. Andreas M. Walker  
und Sarah Seger



> Dr. Andreas M. Walker zählt zu den führenden Zukunftsexperten der Schweiz. Er ist Past President und Ehrenmitglied von swissfuture und Begründer des Hoffnungsbarometers. Er berät Wirtschaft, Verwaltung, Politik und Kirche zu zukünftigen Chancen und Risiken. Sarah Seger ist Sozialpädagogin FH mit CAS Praxisausbildnerin. Sie arbeitet in einem Kinder- und Jugendheim in Basel.

### Literaturhinweis: «HOFFNUNG» NEU ENTDECKEN — Hoffnung zur «Kompetenz» entwickeln

**Krafft, Andreas M. und Walker, Andreas M.:**  
**Positive Psychologie der Hoffnung.** Grundlagen aus Psychologie, Philosophie, Theologie und Ergebnisse aktueller Forschung. Springer Verlag, 2018

**Krafft, Andreas M., Perrig-Chiello, Pasqualina und Walker, Andreas M.:**  
**Hope for a Good Life.** Results of the Hope-Barometer. International Research Program. Springer Verlag, 2018

**Krafft, Andreas M.:**  
**Werte der Hoffnung.** Erkenntnisse aus dem Hoffnungsbarometer. Springer Verlag, 2019

**Krafft, Andreas M.:**  
**Unsere Hoffnungen, unsere Zukunft.** Erkenntnisse aus dem Hoffnungsbarometer. Springer Verlag, 2019