

Wer hat die besseren Rezepte für das Leben und gegen das Scheitern, die Psychologie oder die Theologie?

Ulrich Knellwolf: Für mich sind die Zeiten vorbei, da die Theologie gegen die Psychologie kämpfte, als gelte es diese zu vernichten. Wir sind froh um sie. Man könnte sich gegenseitig wahrscheinlich noch mehr behilflich sein.

Veronika Brandstätter: Auch ich bin sicher, dass es viele Möglichkeiten gegenseitiger Anknüpfungen gäbe. Die Psychologie hat viele Erkenntnisse gebracht zum Thema Misserfolg und Scheitern, auch wenn sie dieses nicht so nennt, und zum Zielstreben, um das es hier letztlich geht. Ziele haben eine identitätsstiftende Funktion, deshalb kratzt Scheitern so an unserem Selbstbild. Wunschos unglücklich zu sein hingegen, nichts zu haben, wonach man strebt, ist ein Kernsymptom depressiver Verstimmungen.

Sind religiöse Menschen besser im Bewältigen von Krisen, im Verarbeiten des Scheiterns?

Knellwolf: Meine Erfahrung als Seelsorger führt eher zum umgekehrten Schluss. Einerseits ist es für mich ein grosses Rätsel, wie Menschen, denen man das nie zutraut hätte, Krisen einigermassen unbeschadet überstehen. Andererseits habe ich auch das Gegenteil erlebt. Bei einem sehr starken Berufskollegen hätte ich darauf gewettet, dass er einmal ganz getrost und unangefochten sterben würde. In seinen letzten Lebenswochen im Pflegeheim besuchte ich ihn jeden Tag. Er sass verschüchtert in einer Ecke des Zimmers, mit einem fast wahnsinnigen Blick, und vernichtete sein ganzes Lebenswerk mit den Worten: «Es ist alles ein grosser Bschiss.»

Oft hört man, dass jemand im Moment des Scheiterns erst zu Gott gefunden hat.

Knellwolf: Tatsächlich bringt eine erzwungene Korrektur der Lebensperspektive Menschen oft zur Religiosität. Das Christentum ist selbst eine solche Korrektur. Man wird ja zumindest gemäss ursprünglicher Auffassung nicht automatisch hineingeboren, sondern durch die Taufe aufgenommen. So war der Apostel Paulus ein junger, fanatischer Pharisäer, ehe er in eine Krise geriet und danach ebenso fanatisch verteidigte, was er vorher vehement bekämpft hatte. Das wird die Psychologin nicht so erstaunen.

Beim Scheitern im eigentlichen Sinn zerfällt oft ein Lebensentwurf, was doch eine ganze Kette von Misserfolgen bedingt. Wird der Begriff heute nicht inflationär bis verhärmelnd eingesetzt?

Knellwolf: Ich glaube ja. Da ist ja auch diese ganze Ratgeberliteratur, in der behauptet wird, es gebe für alles eine Lösung. Das predigen auch manche Kirchenfürsten. Dabei gibt es eben für vieles keine Lösung. Wir müssten uns mit dem Scheitern befassen als etwas, was

DIE KUNST DES SCHEITERNS

«Lieber haben die Leute ein Ziel, das sie unglücklich macht, als gar keins»

Wie gehen wir mit dem Scheitern um – und wie scheitern wir besser? Die Psychologieprofessorin Veronika Brandstätter und der Theologe Ulrich Knellwolf im Wettstreit der Disziplinen.

definitives Kaputtgehen bedeutet. Und das bringt ja oft über das individuelle Schicksal hinaus Kollateralschäden für die Umgebung oder gar nachfolgende Generationen. Wie ich im Duden nachgelesen habe, hat das Scheitern mit dem Scheit zu tun, mit Zerschlagenwerden, also etwas Endgültigem. Dann suchte ich in der Bibel nach Beispielen. In der deutschen Übersetzung kommt das Wort an wenigen Stellen vor, alle haben mit Schiffbruch zu tun. Aus diesem gibt es bei den Israeliten, die als Landratten chronisch Angst vor dem Meer hatten, keine Rettung, es sei denn durch den Walfisch für Jona oder ein anderes Wunder. Der, welcher Menschen aus dem Tod ins Leben ruft, muss aktiv werden. Da bestehen für mich sehr interessante Differenzen zwischen unseren zwei Fachgebieten. Wir Theologen operieren vielleicht zu schnell mit externer Kraft, die Psychologie zu lange mit interner.

Frau Brandstätter, Ihre Habilitationsschrift war als «Psychologische Nutzen-Kosten-Analyse von Persistenz und Zielablösung» deklariert. Vereinfachen wir etwas: Gibt man aus dieser Warte ein hohes Ziel besser vorzeitig auf oder hält durch und scheitert am Ende?

Brandstätter: Laut dem Motto «Winners never quit and quitters never win» des amerikanischen Football-Trainers Vincent Lombardi wäre vorzeitiges Aufgeben zwar das grössere Übel. Allerdings setzen sich viele Menschen Ziele, die für ihre Umstände und Ressourcen völlig unrealistisch sind. So ein Ziel aufzugeben, ist aus dieser Warte sicher die bessere Entscheidung, als um jeden Preis durchzuhalten. Sehr lange in etwas Energie zu investieren und immer Rückschläge zu erleben, ohne das Ziel erreichen zu können, ist immens frustrierend

und führt oft zu psychischen und körperlichen Problemen.

Gleichzeitig bewundern wir Menschen wie die Schimpansenforscherin Jane Goodall, deren Hartnäckigkeit jüngst ein Kinofilm vor Augen führte: Alle ausser ihrer Mutter erklärten sie für verrückt, als sie ihre Mission startete. Sie blieb unbeirrt.

Brandstätter: Aber sie hatte bald Teilerfolge. Das Problem ist ja: Wie kann man wissen, ob ein Ziel tatsächlich unrealistisch ist? Manchmal braucht es einfach Hartnäckigkeit und Ausdauer, und man muss lange Durststrecken aushalten, bis sich der Erfolg einstellt. Dies für sich zu entscheiden, ist eine der grossen Herausforderungen. Und man darf sicher nicht bei den ersten Schwierigkeiten aufgeben, sonst würde ein Kind nie laufen lernen. Wer sich zu früh entmutigen lässt, erkundet die Welt nicht. Manche Menschen klammern sich aber an ein Ziel, verbeissen sich darein, auch in der Wirtschaft, in der bei sogenannt verspäteten Projektabbrüchen oft Millionen in den Sand gesetzt werden. Auch gesundes Altern hat damit zu tun, dass man seine Grenzen kennenlernt: Die Ressourcen nehmen ab und die Einschränkungen zu, man muss sich von liebgewonnenen Aktivitäten verabschieden und neuen Dingen zuwenden, um sein psychisches Befinden intakt zu halten.

Weshalb ist es so schwierig, sich von Zielen zu verabschieden?

Brandstätter: Das vorzeitige Abschreiben eines Ziels kann eine Person durchschütteln, das wissen wir in der Motivationspsychologie, aus der ich komme. Viele Leute wollen zum Scheitern verurteilte Ziele auch deshalb nicht aufgeben, weil sie sich damit eingestehen müssten, auf die falsche Karte gesetzt zu haben, oder weil es ihnen an einer Alternative fehlt. Jene zu einer unglücklichen Ehe zum Beispiel ist das Alleinleben. Lieber haben sie ein Ziel, das unglücklich macht, als gar keins.

Knellwolf: Viele Menschen klammern sich lieber an einer Illusion fest, als davon abzulassen. Bei Ehescheidungen – da habe ich etwas Erfahrung als Seelsorger – ist die innere Lösung oft längst vollzogen. Aber die Bereitschaft, zu gehen, kommt meist erst, wenn ein möglicher Partner auftaucht.

Ist das nicht etwas charakterschwach, erst mit einer Rückversicherung abzuspringen?

Knellwolf: Wir müssen immer Optionen oder ein Ziel haben, sonst bleiben wir an alten Sachen kleben. Es hat aber wohl auch damit zu tun, dass man fürchtet, vollends abzustürzen: Angst vor dem



Scheitern hänge auch vom Vergleich mit anderen ab, sagt Veronika Brandstätter.

Scheitern ist die Angst vor dem Nichts, der Leere, die ist fast noch zentraler als das Scheitern selbst. Oft trauen sich Leute aber auch aus einer falschen Bescheidenheit zu wenig zu. Das halten viele für fromm. Man darf aber nicht zu bescheiden sein in den Erwartungen auf das Leben, auch nicht an Gott.

Ist diese falsche Bescheidenheit typisch schweizerisch?

Knellwolf: Vielleicht, im Sinne eines Sicherheitsstrebens. Und wer etwas wagt, wird zurechtgestutzt. Das ist noch typischer schweizerisch, hat aber wohl auch mit der Demokratie zu tun, in der niemand die anderen allzu sehr überlegen soll.

In Amerika hat man weniger Mühe damit. Und dort gehört es fast zum guten Ton, als Jungunternehmer einmal gescheitert zu sein. Müsste nicht jede Leis-

tungsgesellschaft das Scheitern lieben, da Risikobereitschaft antreibt?

Brandstätter: Man muss es nicht unbedingt lieben. Wichtig ist, eine Fehler- und Risikokultur zu etablieren, auch in einzelnen Firmen. Mitarbeiter sollten befreit sein von der Angst, dass das Fallbeil runtergeht, wenn sie Fehler begehen, innerhalb eines gewissen Rahmens natürlich. Es geht darum, Kreativität und Solidarität zu ermöglichen, statt reines Sicherheitsdenken und Schadenfreude zu fördern. Man probiert gemeinsam Dinge aus und nimmt in Kauf, dass es nicht auf Anhieb funktioniert.

Einzelne Fehler also sollen nicht gleich zum Scheitern werden?

Brandstätter: Genau. In Amerika erhalten Leute, die mit einem Startup gescheitert sind, durchaus wieder Risikokapital für eine neue Idee, viel eher als in Europa. Und ein Misserfolg, viel-

KUNST DES SCHEITERNS

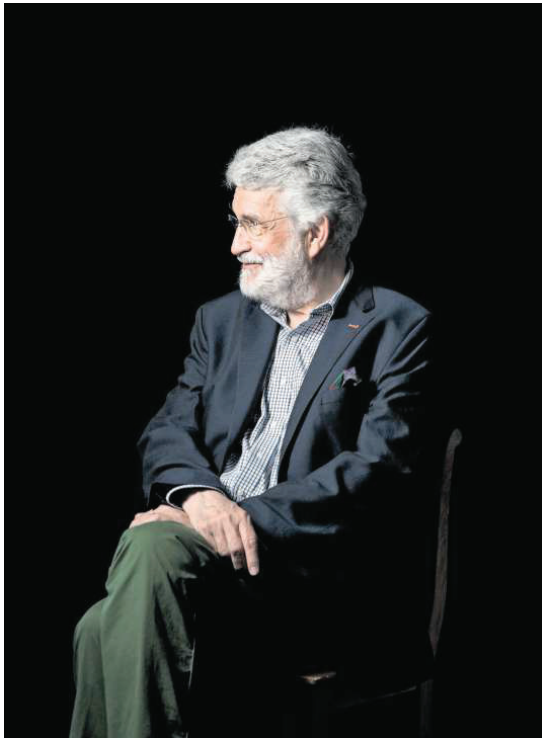
Für die einen stellt Scheitern ein Tabu dar, andere zelebrieren es an sogenannten «Fuck-up Nights». Jedenfalls ist es eine Kunst, nach dem Fall wieder aufzustehen. Wir haben uns für diese neue Serie an die Fersen von Politikern, Kriminellen und Taugenichtsen geheftet. In der nächsten Folge lesen Sie vom hochgelobten Biotech-Startup Cytos, das spektakulär fiel und doch bis heute weiterlebt.

NZZ nzz.ch/zuerich

Die Motivationspsychologin und der Pfarrer

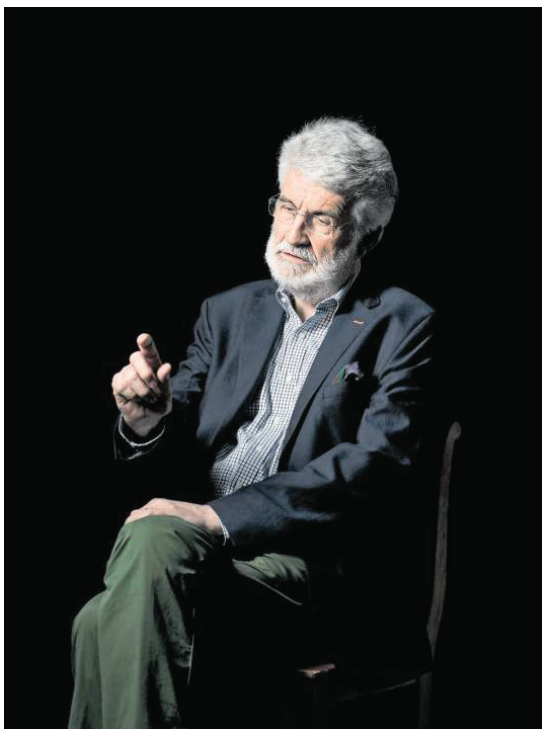
urs. · Veronika Brandstätter-Morawietz hat seit dem Jahr 2003 an der Universität Zürich den Lehrstuhl für Allgemeine Psychologie (Motivation) inne und wohnt in Uster. 1963 in München geboren und aufgewachsen, hat sie dort Psychologie und Volkswirtschaftslehre studiert und zum Thema «Eine psychologische Nutzen-Kosten-Analyse von Persistenz und Zielablösung» habilitiert. Zu ihren Forschungsschwerpunkten gehören Themen wie erfolgreiches Zielstreben in Studium und Beruf, motivationale Prozesse in der Partnerschaft, aber auch Zivilcourage. In Kursen gibt sie ihr Wissen auch an ein Publikum aus Wirtschaft, Verwaltung und Bildungsinstitutionen weiter.

Ulrich Knellwolf, Jahrgang 1942, ist in Zürich und Olten aufgewachsen und lebt in Zollikerberg. Er hat sein Theologiestudium in Basel, Bonn und Zürich absolviert, wo er mit einer Arbeit über Jeremias Gotthelfs erzählende Theologie promoviert. Als Pfarrer wirkte er unter anderem an der Zürcher Predigerkirche und in Zollikon. Einer breiteren Öffentlichkeit bekannt geworden ist er nicht nur mit dem «Wort zum Sonntag» im Fernsehen, sondern auch als Autor diverser Kriminalromane, begonnen mit «Roma Termini» (1992). Er hat gegen zwanzig Bücher verfasst, belletristische ebenso wie theologische (zuletzt «Rede, Christenmenschl!»), und wurde unter anderem 1992 mit der Ehrengabe des Kantons Zürich geehrt.



«Das Scheitern beginnt bei Gott selbst. Es wird in der Theologie unterschlagen, aber für sein Scheitern liefert das Alte Testament eine Reihe von Beispielen.»

Ulrich Knellwolf
Theologe



«Viele wollen zum Scheitern verurteilte Ziele deshalb nicht aufgeben, weil sie sich eingestehen müssten, auf die falsche Karte gesetzt zu haben.»

Veronika Brandstätter
Psychologieprofessorin

Angst vor der Leere sei zentraler als Scheitern, glaubt Ulrich Knellwolf. BILDER SIMON TANNER / NEZ

leicht sogar ein Scheitern kann ja eine ganz wichtige Erkenntnis liefern: Der eingeschlagene Weg war nicht sinnvoll, nicht mit vernünftigem Kraftaufwand erreichbar, da gibt es noch etwas für mich zu lernen. Und das Scheitern, so schmerzlich es auch ist, kann letztlich die heilsame Ablösung von einem Ziel bewirken. Erst wenn man sich innerlich von einem unreichbaren Ziel distanziert hat, wird man sich gedanklich und emotional neuen Vorhaben zuwenden können.

Scheitert seltener, wer seine Limiten kennt?

Brandstätter: Vielleicht schon. Wer sich aber nur anspruchsvolle Ziele setzt, vergibt sich im Grunde jede Lernchance.

Knellwolf: Ein hohes Ziel zu haben, ist schon auch ein Risiko. Stan Wawrinka hat das Pech, der ewige Loser zu sein, solange Federer spielt.

Der dreifache Grand-Slam-Gewinner Wawrinka soll ein Gescheiterter sein?

Knellwolf: Er steht im Schatten eines anderen. Und es geht doch keiner in eine solche Karriere hinein, ohne zumindest davon zu träumen, einmal an der obersten Spitze zu landen.

Brandstätter: Da sind wir beim sozialen Vergleich, einer der drei Bezugsnormen, die darüber entscheiden, was Scheitern und was Gelingen ist. Auf eine Mathe-Aufgabe bezogen, kann man sich drei Ziele setzen: 7 von 10 lösen, besser sein als das letzte Mal oder besser als die anderen.

Der grosse Kämpfer Wawrinka hat auf seinem Unterarm noch vor seinen grössten Erfolgen einen Beckett-Spruch eingraviert: «Ever tried. Ever failed. No matter. Try again. Fail again. Fail better.»

Wie scheitert man besser?

Brandstätter: Es hilft ein Grundoptimismus, der ist zum Teil in unserem Temperament angelegt, aber auch durch Erfahrungen geprägt, vom frühen Kindesalter an. Dort lernen wir, wie wir Erfolge und Misserfolge erklären, und dies ist entscheidend für unseren Umgang damit. Wird Misserfolg mit einer Eigenschaft erklärt, die man selbst nicht ändern kann, etwa mangelndes Sprachtalent, setzt sich das als gedankliches Muster fest, das häufig depressive Verstimmungen zeitigt und zu Angst gegenüber Leistungssituationen führt.

Was bringt positives Denken?

Brandstätter: Ein umfassendes Forschungsprogramm zu dem in vielen Lebenshilferatgebern propagierten «Think positive» hat ergeben, dass dieses Schwelgen in einer positiven Phantasie die Motivation unterminiert. Man muss sich den Weg zum Ziel vor Augen führen, aber samt Hindernissen und Stolpersteinen, die es zu überwinden gilt. Ein wei-

teres Problem aus motivationstechnischer Sicht ist übrigens, Vorsätze und Ziele zu früh zu kommunizieren, zum Beispiel, dass man nun jeden Tag joggen gehen will. Da geht der Schuss oft nach hinten los: Der Effekt der Zuwendung und Anerkennung durch andere, also ein Teil der Belohnung, wird damit vorausgenommen und kann die Motivation unterminieren.

Scheitern wird auf Social-Media-Plattformen oder in sogenannten Fuck-up-Nights feilgeboten als Teil der grossen Show namens Leben. Die einen halten es deshalb für akzeptierter denn je, zumindest wenn man wieder aufsteht. Andere monieren, es habe in der heutigen Gesellschaft keinen Platz mehr. Wer hat recht?

Brandstätter: Beide. Für die erste These spricht zum Beispiel, dass es viel mehr Absicherungen gibt als früher: Beratungsstellen, Coaches, soziale Netze. Die Karriere des Stichworts «Selbstoptimierung» aber spricht eher dafür, dass Scheitern heute weniger Platz hat.

Knellwolf: Ich denke auch, dass beides etwas für sich hat. Wenn ich beim Coiffeur die «Bunte» und andere Illustrierte lese, werden dort immer häufiger Personen gezeigt, die durch irgendein Scheitern vorübergehend Prominentenstatus erreichen. Menschen, die öffentlich ihren Misserfolg erläutern, sind allerdings meistens solche, die sich wieder aufgefangen haben. Aber es gibt auch schwer Krebskranke ohne Hoffnung auf Heilung, die an die Öffentlichkeit gehen. Sie schaffen sich so ein Netzwerk und erwirken Solidarität, und unbestreitbar helfen sie mit ihrer Offenheit vielen Menschen in ähnlichen Situationen.

Brandstätter: Nicht Betroffene erhalten so den Vergleich nach unten, wie es die Psychologie nennt. Man schätzt wieder mehr, was man selbst hat. Und Betroffene können vom Lernen am Modell profitieren.

Knellwolf: Aber der Tod an sich ist das grosse Scheitern. Also fände ich folgende Fragen wichtig: Was gibt es über einen Menschen noch zu sagen, wenn er gestorben ist? Und was über einen Täter, wenn er verhaftet ist?

Hier spricht der Krimiautor aus Ihnen.

Knellwolf: Im Kriminalroman scheidet am Ende normalerweise der Mörder. Er wird entlarvt und verhaftet, dann kommt er nicht mehr vor, weil er niemanden mehr interessiert. Der Fall ist erledigt, die Geschichte zu Ende. Deshalb bin ich auch von diesem Genre abgekommen; es gibt theologisch zu wenig her.

Wo Gescheiterte sind, gibt es oft Profiteure. Der Misserfolg des Mörders ist der Erfolg des Kommissars. Warum macht Dürrenmatt diesen in «Das Versprechen» zum Scheitern?

Knellwolf: Dürrenmatt war natürlich theologisch infiziert. Im Kriminalroman ist der Kommissar oft eine göttliche Figur. Es geht also letztlich um die Frage, ob Gott der Täter ist. Jesu letzte Worte am Kreuz lauten im Markusevangelium: «Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?» Da ist doch Gott mit etwas gescheitert.

Aber dieses Scheitern ist doch nicht definitiv in der Bibel?

Knellwolf: Markus lässt das offen, dort gibt es keine Erscheinung des Auferstandenen und dergleichen. Und bedenken Sie, was Hiob Gott alles an den Kopf wirft! Vielleicht müsste man von einem Gott sprechen, der das Scheitern bewusst in Kauf nimmt, weil es ihn den Menschen näher bringt.

Bleiben wir noch etwas beim Menschen, beim Mörder. Was hat Theologie einer gescheiterten Existenz wie ihm zu sagen?

Knellwolf: Dass die zentrale Aussage des Neuen Testaments für ihn genauso gilt wie für alle: «Das Reich Gottes ist im Kommen.»

Etwa das Gleiche sagt Christus zum Verbrecher, der neben ihm gekreuzigt worden ist.

Knellwolf: Jemandem, der 25 Jahre Gefängnis vor sich hat, kann man keine kleinen Perspektiven geben, er braucht einen grossen Hoffnungshorizont, der ihm vielleicht kleinere eröffnen kann. Wenn ich in den Himmel kommen muss, werde ich depressiv, illusionär oder schwanke zwischen beidem. Wenn der

Himmel zu mir kommt, ist das nicht von mir abhängig. Das sehe ich als Zentrum dessen, was Jesus vertreten hat: Die Schöpfung ist auf dem Weg zu ihrer Vollkommenheit und geht nicht zum Teufel. Teil dieses Versprechens zu sein, ist etwas Grossartiges.

Brandstätter: Ob wir das alle noch erleben werden?

Knellwolf (lacht): Passen Sie auf, die Theologie hat noch einen Trumpf in der Hinterhand: die Auferweckung vom Tod.

Aber die Mordtat ist mit Ihrem Trost nicht aus der Welt.

Knellwolf: Nein, die kann man in dieser mangelhaften Welt nicht wiedergutmachen. Dieses Ungeheuerliche daran halte ich für die Quelle der Kriminalliteratur: Im 19. Jahrhundert wurde der Roman, der vorher eher eine Räuberpestle war, bürgerlich. Es entstanden Entwicklungsromane über junge Menschen, die allerlei Formen des Scheiterns mehr oder weniger unbeschadet überstehen und brauchbare Mitglieder der bürgerlichen Gesellschaft werden. Beringe Gottfried Kellers «Grüner Heinrich» einen Mord, wäre die Geschichte fertig, es gäbe nichts mehr über ihn zu sagen. Also verbannte man das Kapitalverbrechen aus der seriösen Literatur, ebenso wie die psychiatrische Klinik und das Zuchthaus aus Zürichs Zentrum. Das radikale Böse hatte keinen Platz im Weltbild; man wusste nicht, wie umgehen mit diesen Formen des Scheiterns. Die Literatur wehrte sich und bildete ein eigenes Genre dafür.

Die Erfahrung des Scheiterns und die Frage, wie das Leben dennoch sinn- und heilvoll sein kann, sind ein Grundthema der Bibel. Hiob ist dabei eine Schlüsselfigur. Was lehrt uns seine Geschichte?

Knellwolf: Er verweigert sich einer Art Automatismus, der auch als sehr christlich gilt, aber fatal ist, nämlich, dass man im Unglück die Schuld bei sich selbst sucht. In den Chronikbüchern des Alten Testaments etwa wird der Erfolg der Könige von Israel und Juda nur daran gemessen, ob sie das göttliche Gesetz eingehalten haben oder nicht. Misserfolg bedeutete, dass sie es nicht erfüllt hatten. Wir geben lieber uns die Schuld am eigenen Scheitern, als dass wir dieses als etwas Unerklärliches stehen lassen müssen. Hiob aber sagt, sein Schicksal passe nicht zusammen mit Gottes Gerechtigkeit; die Strafe sei viel zu hoch. Es geht also um das Scheitern im Verhältnis zu Gott. Ich glaube, dass das aktueller ist, als wir meinen. Sehr viele Leute haben Streit mit Gott, ohne es zu wissen. Atheisten etwa kündigen ihr Verhältnis zu Gott, aber das heisst nicht, dass er für sie nicht existiert. Es ist wie beim eigenen Vater, der doch da ist, auch wenn ich ihm das Vatersein abspreche. Es scheidet ein Verhältnis.

Das Scheitern beginnt in der Bibel ja schon mit Adam und Eva und ihrer Unfähigkeit, den Verlockungen des Baums der Erkenntnis zu widerstehen. Hat das sozusagen den Stachel des Scheiterns in alle unsere Leben eingepflanzt?

Knellwolf: Das Scheitern beginnt noch einen Schritt vorher: bei Gott selbst. Es wird in der Theologie ständig unterschlagen, aber für sein Scheitern liefert das Alte Testament eine Reihe von Beispielen. Er schafft einen Garten und erlässt ein Gesetz, mit dem er scheidet, weil seine Kreatur sich nicht daran hält. Er schafft einen Menschen, dem es langweilig ist, also muss Gott die Tiere hinzufügen, doch erst nach der berühmten Operation mit der Rippe langweilt sich Adam nicht mehr.

Die Frau wäre demnach nur als Beschäftigungstherapie für den Mann geschaffen worden?

Knellwolf: Keineswegs. Der Mann ist auch Beschäftigungstherapie für die Frau. Aber entscheidend ist: Gott hat nicht eingerechnet, dass der Mensch mit seinem Tatendrang nur eine Störung des Idealzustands sein kann, also nicht in dieses Paradies passt. Auf viele dieser Gedanken hat mich erst die Auseinandersetzung mit den Fragen des Scheiterns gebracht; ich muss das jetzt theologisch noch näher untersuchen. Auf jeden Fall könnte theologisches Potenzial darin stecken. Wenn Gott so prominent – und so folgenreich – scheitert wie in Jesus am Kreuz, dann kommt er uns näher.

Interview: Urs Bühler