

## 2 Theoretische Grundlagen

In dem Kapitel 2.1 der theoretischen Grundlagen werden zuerst Begriffe geklärt, die für das Verständnis der vorliegenden Untersuchung zentral sind. Hiernach werden unter 2.2. die textanalytischen Herausforderungen beschrieben, die sich bei der Recherche von Quellen zur ‚Geduld‘ stellen. Danach werden relevante Aussagen zur Geduld in ihrem historischen Kontext (vgl. Kapitel 2.3) vorgestellt. Hiernach werden geeignete Forschungsansätze (vgl. Kapitel 2.4) zum Verständnis der ‚Geduld‘ als Alltagsressource eingeführt. Im vierten Schritt werden aktuelle Studien (vgl. Kapitel 2.5) zur ‚Geduld‘ in ihren Ergebnissen dargestellt und zu Forschungsfelder gebündelt.

### 2.1 Begriffsklärungen

Als theoretische Grundlagen werden im Kapitel 2.1 die ‚ressourcenorientierte Gesundheitsförderung‘, das ‚(sozial-)pädagogische Einzelcoaching‘ und die ‚Situation junger Erwachsener‘ eingeführt (vgl. Abb. 2). Anschließend werden textanalytische Voraussetzungen definiert, die eine Grundlage für das Verständnis der in der historischen Quellenrecherche zum Thema ‚Geduld‘ grundlegend sind.



Abbildung 2: Einleitung Grundbegriffe, eigene Darstellung (Siebert-Blaesing 2020c)

## 2.1.1 Ressourcenorientierte Gesundheitsförderung

Die Begriffe ‚Gesundheit‘ und ‚Krankheit‘ sind Gegenstand vieler sozial- und humanwissenschaftlicher Disziplinen, wie etwa der Medizin, der Psychologie, der Pädagogik, der Sozialpädagogik, der Sozialen Arbeit und der Soziologie (vgl. Hurrelmann und Richter 2013, S. 7). In den Sozialwissenschaften wird je nach Forschungsrichtung zwischen übergeordneten Gesellschafts- und Public-Health-Theorien (die vorrangig Fragen zur Gerechtigkeit und zur Bedeutung sozialer Einflüsse sowie Folgen und Wechselwirkungen von Gesundheit behandeln) und Lern- sowie Bewältigungstheorien (die stärker die subjektive Sicht und die konkreten Handlungsmöglichkeiten berücksichtigen) differenziert (vgl. ebd., S. 66). Das Verständnis von ‚Gesundheit‘ und ‚Krankheit‘ unterliegt dabei einem kontinuierlichen prozesshaften Wandel (vgl. Beushausen 2013, S. 7; Zemp Stutz und Buddeberg-Fischer 2004, S. 309). Für die Soziale Arbeit, die Sozialpädagogik, die Pädagogik und die Psychologie sind die Entwicklung der Salutogenese sowie die Positionierung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zur Gesundheitsförderung für ihr aktuelles Verständnis von

‚Gesundheit‘ und ‚Krankheit‘ prägend und werden daher in Kürze dargestellt, um daraus das Gesundheitsverständnis abzuleiten, von dem in der vorliegenden Untersuchung ausgegangen wird.

### 2.1.1.1 Die Salutogenese und ihre Entstehung

Angeregt durch den von *Aaron Antonovsky* entwickelten Ansatz der Salutogenese (Antonovsky und Franke 1997) verändert sich nach dem Zweiten Weltkrieg die Relation zwischen Krankheit und Gesundheit, indem *Antonovsky* Stressoren und Coping-Ressourcen (Widerstandsressourcen) in ein neues Verhältnis zueinander setzt. Ihn leitet die Frage, welche Widerstandsressourcen Gesundheit erhalten. Ging die Sicht auf die Gesundheit in der Wissenschaft und im Alltagsverständnis bisher von einem defizitorientierten, pathogenen Blick auf das Kranksein und von dem Ziel der vorrangigen Verhinderung von Krankheit aus (vgl. Zemp Stutz und Buddeberg-Fischer 2004, S. 309, S. 318), so fragt *Antonovsky* nun, wie auch bei Krankheit und unter widrigen Umständen mehr Gesundheit entstehen und gefördert werden kann. Diesen Prozess nennt er ‚Salutogenese‘. Gesundheit und Krankheit setzt er in eine fließende Beziehung zueinander. Für ihn kann eine Person gleichzeitig krank sein und sich in Richtung zu mehr Gesundheit entwickeln, wenn sie neben allen Stressoren und Belastungen einen ausreichenden Zugang zu Ressourcen findet. Das Optimum von Gesundheit zeichnet sich für *Antonovsky* durch einen Zustand des gesundheitlichen Wohlbefindens aus, der trotz großer sozialer, körperlicher und psychischer Probleme erfahren wird. In seinem Krankheits- und Gesundheitsverständnis misst *Antonovsky* besonders dem sozialen Umfeld einer Person als essenzielle Ressource eine hohe Bedeutung für die Entwicklung von Gesundheit bei und nimmt somit großen Einfluss auf die Entstehung von Konzepten und Programmen in der Sozialen Arbeit, der Sozialpädagogik und Pädagogik wie der Psychologie (vgl. Antonovsky und Franke 1997; Klemperer 2015; Blättner und Waller 2018; Ostermann 2010; Bengel 2001, 2001; Petzold 2010; Gfüllner 2015). *Theodor Dierk Petzold* erweitert *Antonovskys* Gesundheitsverständnis, indem er die „Selbsteilungsfähigkeit des Organismus“ (Petzold 2010, S. 176) als systemeigene Kraft fördern möchte. Für diese Ressource einer gesunden Entwicklung, die er als die bedeutendste ansieht, wünscht er sich eine „dynamische Prozessfähigkeit“ (ebd.), die sich ihm zufolge über die drei Fähigkeiten, a) fühlen zu können, was ungesund ist, b) handeln zu können, um Verbesserung zu ermöglichen und c) weitere Ressourcen über ein vernetztes Nachdenken aktivieren zu können, aufbaut (Petzold 2010, S. 176). *Schiepek und Matschi* (2013) gehen davon aus, dass nur die Ressourcen, die als solche identifiziert werden, auch wirken können. Eine Ressource sei immer auf ein bestimmtes Ziel bzw. einen Zweck ausgerichtet und werde über den Bewertungsvorgang einer Person bestimmt.

### 2.1.1.2 Positionierung der WHO zur Gesundheitsförderung

Die Veränderung des Verhältnisses zwischen ‚Krankheit‘ und ‚Gesundheit‘ zeichnet sich schon in der *Präambel der WHO*<sup>6</sup> von 1946 sowie in der *Ottawa Charta zur Gesundheit*<sup>7</sup> der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus dem Jahr 1986 in ihrer Definition zur Gesundheitsförderung ab. Im Gegensatz zu der bisher bevorzugten Haltung und Strategie der gesundheitlichen „Prävention“ (Zemp Stutz und Buddeberg-Fischer 2004, S. 319–321), die frühzeitig einen nicht gewünschten Zustand durch eine geeignete personenbezogene Verhaltensprävention sowie gesellschaftlich wirkende Verhältnisprävention verhindern will, wird nunmehr ergänzend die „Gesundheitsförderung“ (Hurrelmann und Richter 2013; Blättner und Waller 2018) als ein bestärkender umfassender Prozess in einem gesundheitlich selbstbestimmten Leben von Einzelpersonen und Gruppen gesehen. In den Mittelpunkt der Gesundheitsförderung stellt die WHO seit 1946 ein „umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden“<sup>8</sup> als Merkmal einer bedürfnis- und umweltorientierten sowie hoffnungsvollen Gesundheit. Verantwortlich für die Gesundheitsförderung sind nun nicht mehr vorrangig das medizinisch ausgebildete Fachpersonal, sondern alle Personen und Organisationen. Indem die WHO Gesundheit als wesentlichen Bestandteil des alltäglichen Lebens versteht, sieht sie die Gesundheit bestärkt durch die *Ottawa-Charta* als eine Querschnittsaufgabe an, die alle Lebensbereiche berührt, Ressourcen integriert und besonders die Politik in der Gesundheitsförderung in die Pflicht nimmt (vgl. ebd.). Eine Ressource ist basierend auf dem Gesundheitsverständnis der WHO damit als eine Lebensquelle zu verstehen, die Menschen umfassend im Alltag zur Förderung des Wohlbefindens zur Verfügung steht sowie zugänglich gemacht wird. Das betrifft verschiedene Ebenen von der gesamten „Lebensführung“ (Sommerfeld et al. 2011; Sommerfeld 2013), über die „Lebensqualität“ (Knecht 2010), des Umgangs mit „Krisen und Widerfahrnissen“ (Birgmeier 2010b), die Ressourcenorientierung in der Psychotherapie (vgl. Willutzki und Teismann 2013; Schiepek und Matschi 2013; Menning 2015) bis hin zur Berücksichtigung spiritueller Bedürfnisse (vgl. Walach und Kohls 2008) wie etwa der „Hoffnung“ (Surzykiewicz und Maier 2015). Aktiviert und qualifiziert wird die Ressourcenorientierung durch eine Vernetzung geeigneter Unterstützer\*innen des Gesundheits- und Sozialsystems sowie durch eine Förderung der individuellen Person in ihrem

---

6 <https://web.archive.org/web/20181018032721/http://www.who.int/about/mission/en/>, abgerufen am 08.11.2020.

7 Weltgesundheitsorganisation (WHO), [http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0006/129534/Ottawa\\_Charter\\_G.pdf](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0006/129534/Ottawa_Charter_G.pdf), abgerufen am 26.04.2020.

8 Ebd.

sozialen Gefüge.<sup>9</sup> Der beschriebenen Richtung folgt in Deutschland auch das Bundesministerium für Gesundheit (Bundesministerium für Gesundheit (BMG) 2019) mit seinem *Wegweiser zum gemeinsamen Verständnis von Gesundheitsförderung und Prävention – bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland*. Hierin fordert das BMG basierend auf einer vernetzten Absprache mit zahlreichen Organisationen, Experten\*innen und Initiativen im Feld der Gesundheit eine weitreichende salutogene Vorgehensweise. Über diese Kooperation soll, ganz im Sinne der (Sozial-)Pädagogik und Sozialen Arbeit, die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen unter einer weitgehenden Partizipation von jungen Menschen und ihren Familien möglichst vor Ort (kommunal) gefördert und verbessert werden. Den anderen gesellschaftlichen Ebenen (z. B. Landkreis, Bezirk, Land, Bund) kommt der Auftrag zu, diesen Prozess durch geeignete Maßnahmen zu unterstützen.

### 2.1.1.3 Gesundheitsverständnis der Untersuchung

Da sowohl die Begriffe der ‚Gesundheit‘, des ‚Wohlbefindens‘ als auch der ‚Ressource‘ als weit gefasste Alltagsbegriffe benutzt werden, empfiehlt *Doris Ostermann*, sich dem unterschiedlichen Verständnis der genutzten Begriffe abhängig von den dahinterstehenden Interessenslagen der Akteure im Gesundheitsfeld bewusst zu sein und die jeweils individuelle Position zu definieren (vgl. Ostermann 2010, S. 83). Ihrem Rat folgend, wird ‚Gesundheit‘ in der vorliegenden Untersuchung im folgenden Sinne verstanden: Im Handlungsformats des Coachings wird explizit von einem Gesundheitsverständnis ausgegangen, das Gesundheit mental, emotional sowie im Handeln (auch) in der Alltagswelt junger Erwachsener verortet. Das Ziel einer Reflexion der Geduld im Sinne der Gesundheitsförderung ist es, Geduld somit als eine umfassende, für das Wohlbefinden förderliche Ressource zu untersuchen, die jungen Erwachsenen für ihre Lebensführung, berufliche und private Orientierung sowie Persönlichkeitsentwicklung zur Verfügung steht oder zugänglich gemacht werden kann.

## 2.1.2 (Sozial-)pädagogisches Einzelcoaching

Personenbezogene Beratung findet in vielen unterschiedlichen Kontexten und Formaten statt. Sie „hilft bei Problemen des menschlichen Zusammenlebens und -arbeitens und dient der menschlichen Entwicklung“<sup>10</sup>. In der (sozial-)pädagogisch und psycho-

9 Vgl. Bundesministerium für Gesundheit, [https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5\\_Publikationen/Praevention/Broschueren/Wegeweiser\\_2019-08.pdf](https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Praevention/Broschueren/Wegeweiser_2019-08.pdf), abgerufen am 26.04.2020.

10 Deutsche Gesellschaft für Beratung e. V. (DGfB), <https://www.dachverband-beratung.de/>, abgerufen

sozial orientierten Beratung steht die Weitergabe von Information, von Wissen und von Erfahrung und Einschätzungen im Vordergrund (Sickendiek et al. 2008). Dabei verfolgen die Beratungsprozesse die individuellen Förderung der „Selbstorganisation“ (Schiersmann und Thiel 2012, S. 21) einer Person, eines Teams oder einer Gruppe bezüglich einer relevanten Fragestellung oder bei einem Problem. *Jürgen Kriz* unterscheidet hierbei zwischen den Beratungsformaten der Therapie, der Beratung und dem Coaching, in denen jeweils verschiedene Perspektiven auf einen Fall gerichtet sein können (vgl. Kriz 2017, S. 18–20). Im folgenden Schritt wird das Beratungsformat des Coachings erläutert, um auf dieser Grundlage anschließend das Coachingverständnis dieser Arbeit zu definieren.

### 2.1.2.1 Coaching als Selbstoptimierung, persönliche Begegnung und Gesundheitsförderung

*Bernd Birgmeier* verortet Coaching wissenschaftlich schwerpunktmäßig in der Handlungsphilosophie, der Ethik, den Sozialwissenschaften, der Ökonomie, der Pädagogik bzw. den Erziehungswissenschaften und der Psychologie. Jede dieser Wissenschaften stelle spezifische Aspekte, wie etwa die Bedeutung des Lernens, der Beziehungen oder der Wirtschaftlichkeit von Handlungen in den Mittelpunkt (vgl. Birgmeier 2011a, S. 27). Coaching lasse sich als enge Verzahnung von Selbstreflexion, Handlungswissen und Handlungskompetenz verstehen (vgl. ebd., S. 17–30; vgl. Birgmeier et al. 2019).

*Astrid Schreyögg* sieht die Themen und Einsatzfelder im Coaching als differenziert und breit gefächert an, was verlangt, dass „der Coach über eine Vielzahl an methodischen Mustern verfügen muss, die den multipragmatischen und multidisziplinären Strukturmustern gerecht werden“ (Schreyögg 2011, S. 49; vgl. auch Birgmeier 2011b; Kriz 2016; Busse und Hausinger 2013).

*Michael Fischer* und *Pedro Graf* definieren Coaching als prozess-, ziel- und handlungsorientierte Beratung, Anleitung und Training von Personen in ihren professionellen Rollen, Aufgaben und Kontexten als integralen Bestandteil von Personalentwicklung in Organisationen (vgl. Fischer und Graf 2000).

*Gerhard Roth* und *Alica Ryba* beschreiben folgende Varianten des Coachings als übliche Formen: Selbstcoaching, Peer-Coaching, Einzelcoaching, Coaching durch Vorgesetzte, Coaching-Führungsstil, Gruppen-Coaching, Team-Coaching, Coaching-Kultur. Das Einzelcoaching ist aus ihrer Sicht die Coachingvariante, die in Deutschland überwiegt (vgl. Roth und Ryba 2016, S. 52).

---

am 26.04.2020. Die Deutsche Gesellschaft für Beratung e. V. bündelt als Dachverband wichtige Beratungsverbände in Deutschland, die sich auf ein gemeinsames Beratungsverständnis geeinigt haben.

Unabhängig davon, ob ein Coaching einzeln oder in einer Gruppe durchgeführt wird, betonen *Rauen*, *Strehlau* und *Ubber* die Bedeutung der vertrauensvollen Beziehung zwischen dem/der Klient\*in und dem Coach. Hierfür setzen sie die Freiwilligkeit, Diskretion, gegenseitige Akzeptanz, die Selbstmanagementfähigkeiten von Klient\*innen, Offenheit und Transparenz wie auch die Veränderungsbereitschaft als Kriterien für ein gelingendes Coaching voraus (vgl. *Rauen et al.* 2011, S. 153–155).

Oft folgt ein Coaching der Idee der Selbstoptimierung und damit der lernenden bzw. trainierenden Verbesserung von Fähigkeiten, Einstellungen und Haltungen (vgl. *Conrad und Kipke* 2015; *Wallroth* 2015). *Marc-Ansgar Seibel* (2019) hingegen verweist auf den doppelten Auftrag der Sozialen Arbeit, den Menschen einerseits in seinem individuellem Werden umfassend persönlich zu unterstützen sowie ihn gleichzeitig in der Ungerechtigkeit der „fluiden Moderne“ (ebd.), die mit einer überfordernden Selbstoptimierungsidee einhergehe, strukturell (gesellschaftlich) zu stärken. Hierzu sei die Solidarität der Sozialen Arbeit unabdingbar.

*Martin Buber* (2014) rät dazu, jede Beratung (zu der in der Beratungsprofession auch das Coaching gehört, Anmerk. BSB), als eine interpersonelle Begegnung über die Zeit zu verstehen, die von einer wechselseitigen Wertschätzung, einem tatsächlichen Interesse an der anderen Person und einer Bereitschaft, miteinander als Persönlichkeiten zu wachsen, geprägt sein sollte.

Für *Eric Mührel* (2011, S. 75–81) bedeutet Coaching demnach angelehnt an das „dialogische Prinzip“ (*Buber* 2014) von *Buber* einen wechselseitigen Dialog, der in der Beziehung zwischen dem/der Klient\*in und dem Coach sowohl auf ein gegenseitiges Verstehen der jeweiligen Lebens-, Berufs- und Arbeitswelt sowie auf ein Achten der Unterschiedlichkeit zweier Personen aufbaut. Eine solche Beziehung ereigne sich in der Idealform nicht als „Sozialtechnik“ (*Mührel* 2011, S. 75–81), sondern als Erleben einer tiefen Begegnung zweier Menschen.

Auch *Reinhard Stelter* definiert Coaching in Orientierung an *Buber* als einen mitmenschlichen Begegnungsprozess. Für ihn stellen der sinnvolle Dialog, die Werte-haltung und die Kollaboration die Grundelemente von Coaching dar. Mit seinem Ansatz des „Third Generation Coachings“ (*Stelter* 2019, S. 3–16) grenzt er sich von einem technokratischen wie konstruktivistischen Coachingverständnis ab, sondern sieht Coaching als einen professionellen sinnorientierten Begegnungs- und Lernprozess zwischen Personen (vgl. *Stelter* 2019).

Ein christliches Coachingverständnis geht von einer dialogischen Beziehung zwischen Coach und Klient\*in aus. Exemplarisch fragt *Jesus* im *Gleichnis von der Heilung eines Blinden in Jericho* seinen Gesprächspartner etwa: „Was soll ich dir tun?“ (*EÜ*, Lukas 18,– 31–43). Erst der Auftrag des in diesem Fall blinden Gegenübers und im christlichen Sinne ‚sein Glaube‘ bewirken die Heilung als inneren Impuls der Ver-

änderung. Das achtsame Gesehen- und Gehört-Werden in der Begegnung schafft den Rahmen für eine konstruktive Entwicklung in eine bessere Richtung.

Die *European Association for Supervision and Coaching (EASC)*<sup>11</sup> sowie die *Deutsche Gesellschaft für Supervision und Coaching (DGsv)*<sup>12</sup> betonen als führende europäische bzw. deutsche Coachingverbände die Orientierung an der Gesundheit als einem der grundlegenden Werte von Coaching.

Für ein gesundheitsorientiertes Einzelcoaching empfiehlt *Matthias Lauterbach* aufgrund der Zunahme der Komplexität der Lebenssituation von Klient\*innen je nach Situation und Auftrag eine Kooperation mit Expert\*innen sowie eine Berücksichtigung von Verbindlichkeit und Nachhaltigkeit im Coaching (vgl. Lauterbach 2008, S. 43–44).

### 2.1.2.2 Coachingverständnis der Untersuchung

Der im Kontext dieser Arbeit verwendete Coachingansatz folgt primär der Idee der Förderung der Selbstorganisation und der Entwicklung der Persönlichkeit der Klient\*innen im jungen Erwachsenenalter sowie der dialogischen Begegnung zwischen dem/der Klient\*in und dem Coach in einer Beratungsbeziehung. Wird in dieser Untersuchung von Coaching gesprochen, so ist das Einzelcoaching gemeint. Gesundheit wird in dem fokussierten Coachingansatz als gesundheitsförderliche Haltung verstanden, die auf umfangreiche Ressourcen aufbaut und diese generiert. Die Geduld wird somit als eine solche Ressource im Coaching im spezifischen Feld der Beratung und Begleitung junger Erwachsener aufgefasst.

### 2.1.3 Gesellschaftliche Situation junger Erwachsener

Was junge Menschen unter ‚krank‘ oder ‚gesund‘ verstehen, prägt sich mit dem Beginn der Pubertät bis in das junge Erwachsenenalter aus, wird aber wesentlich durch den kulturellen Kontext und die Lebensbedingungen des Umfeldes im Sinne eines subjektiven Verständnisses von Gesundheit mitbestimmt (vgl. Blättner und Waller 2018, S. 72–73). Die aktuelle Situation junger Erwachsener zeichnet sich durch zwei gesellschaftliche Prozesse aus, die Einfluss auf die Gestaltung von Coachingprozessen nehmen. Einerseits erfahren junge Erwachsene in ihrer konkreten Lebenssituation verstärkt eine Zunahme von Qualifizierungs-, Leistungs- und Handlungs-

---

11 EASC e. V., [https://www.easc-online.eu/fileadmin/content/dokumente/verein/de/Kurzfassung\\_Ethikrichtlinien\\_EASC\\_DE\\_EN\\_web.pdf](https://www.easc-online.eu/fileadmin/content/dokumente/verein/de/Kurzfassung_Ethikrichtlinien_EASC_DE_EN_web.pdf), abgerufen am 26.04.2020.

12 Deutsche Gesellschaft für Supervision und Coaching e. V., <https://www.dgsv.de/>, abgerufen am 26.04.2020.



druck, der mit einem Anstieg an psychosozialen Belastungssymptomen verbunden ist. Andererseits ziehen heutige junge Erwachsene als neue Generationen bewusst deutlichere Grenzen als die Vorgängergenerationen bezüglich der Beachtung privater und betrieblicher Ansprüche sowie Bedürfnisse und markieren somit eine Veränderung des Stellenwerts der Gesundheitsinteressen in der Arbeitswelt. Diese beiden Aspekte werden im Folgenden vorgestellt.

### 2.1.3.1 Zunahme von Druck und gesundheitliche Belastung bei jungen Menschen

Junge Menschen sind einem hohen Druck ausgesetzt: Der 15. *Kinder- und Jugendbericht* (BMFSFJ 2017) betont, dass die frühzeitige Selbstständigkeit und berufliche Positionierung junger Menschen als gesellschaftliche Ziele gefordert werden.<sup>13</sup> Hierdurch wird ein kontinuierlicher ‚Qualifizierungsdruck‘ erzeugt. Es ist zu überlegen, ob damit ausreichend Zeit und „Spielraum“ (Hemmerich 2012) zur Entwicklung einer gesunden Lebensweise bleiben, die den Aufbau stabiler Bindungen (vgl. Buchheim 2004, S. 339; Hurrelmann und Quenzel 2013) und die Verlängerung der Jugendphase in eine zeitlich unbestimmte Phase als „junges Erwachsenenalter“ (Gaupp und Berngruber 2018, S. 4; Erzbischöfliches Jugendamt München und Freising 2016) berücksichtigen.

Interessensvertreter\*innen pädagogischer (vgl. Kaltwasser 2008, S. 11–14, 2013; Schomäcker 2011; BLLV 2015, S. 5) und psychologischer (vgl. Schulte-Körne in BLLV 2018, S. 40–41; Hüther 2016) Berufsgruppen sowie von Krankenkassen<sup>14</sup> und Jugendverbänden<sup>15</sup> sehen das gesundheitliche Wohlbefinden von jungen Menschen längerfristig gefährdet. Sie beurteilen es kritisch, dass der ‚Leistungsdruck‘ anhält und zunehmend Ruhe, Erholung, Entfaltung und Kreativität wegfallen. Besonders

13 Vgl. (BMFSFJ 2017), <https://www.bundesregierung.de/breg-de/service/publikationen/15-kinder-und-jugendbericht-730880>, abgerufen am 26.04.2020.

14 Vgl. (KKH Kaufmännische Krankenkasse 2018), <https://www.kkh.de/content/dam/kkh/presse/dokumente/endstation-depression-wenn-schuelern-alles-zu-viel-wird.pdf>, abgerufen 26.04.2020; (Techniker Krankenkasse 2015), <https://www.tk.de/centaurus/servlet/contentblob/718612/Datei/143830/Gesundheitsreport-2015.pdf>, abgerufen am 26.04.2020; (Techniker Krankenkasse 2017), <https://www.tk.de/resource/blob/2034300/af394d44838d941fb8025f90958a1e0a/gesundheitsreport-2017-data.pdf>, abgerufen 26.04.2020; (Barmer GEK 2016), <https://www.barmer.de/presse/infotehke/studien-und-reports/gesundheitsreports-der-laender/gesundheitsreport-2016-153156>, abgerufen 26.04.2020; (Deutsche Angestellten Krankenkasse (DAK) 2019), <https://dak.de/dak/download/dak-gesundheitsreport-2019-sucht-pdf-2073718.pdf>, abgerufen 26.04.2020; exemplarische Auswahl.

15 Vgl. (aej & BDKJ 2017), [www.sozialwort.de](http://www.sozialwort.de); [https://www.evangelische-jugend.de/fileadmin/user\\_upload/aej/Die\\_aej/Downloads/Publikationen/PDF-Ausgaben/aej\\_BDKJ\\_gemeinsames\\_sozialwort\\_der\\_jugend.pdf](https://www.evangelische-jugend.de/fileadmin/user_upload/aej/Die_aej/Downloads/Publikationen/PDF-Ausgaben/aej_BDKJ_gemeinsames_sozialwort_der_jugend.pdf), abgerufen 26.04.2020.

Lehrkräfte (als zentrale Ansprechpartner\*innen in der Kindheit, Jugend und im jungen Erwachsenenalter, Anm. BSB) seien nicht ausreichend psychologisch geschult, um der Zunahme der Belastungsphänomene bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen angemessen zu begegnen. *Gerd Schulte-Körne* fordert von daher mehr Wissen über psychische Gesundheit und Belastungen bei Lehrkräften: „Wir brauchen in der Ausbildung der Lehrkräfte ein Umdenken: Wir brauchen mehr Wissen über psychische Gesundheit und über Belastungen.“ (Schulte Körne in BLLV 2018, S. 39)

Hinzu kommt, dass sich im Übergang zwischen Schule und Ausbildung, Studium oder Beruf die Möglichkeiten, autonome Entscheidungen (vgl. Keupp und Dill 2010, S. 7) zu treffen, erweitert haben, was individuell den ‚Handlungsdruck‘ bei jungen Menschen in Richtung eines erfolgreichen Lebens vergrößern kann. Besonders in der Lebensphase der jungen Erwachsenen zeichnet sich laut Untersuchungen der Techniker Krankenkasse sowie der Barmer Krankenkasse eine hohe Belastungsanfälligkeit ab, sobald geplante Vorhaben schwierig werden und Veränderungsphasen als Krise erlebt werden.<sup>16</sup> Dieser Situation müssen auch alle Beteiligten im Aus- und Weiterbildungsprozess begegnen.

### 2.1.3.2 Selbstverständnis junger Erwachsener

Unter dem Begriff der jungen Erwachsenen werden zwei Generationen verstanden: Zur ‚Generation Y‘ zählen die jungen Menschen, die zwischen 1975 bis 1994 geboren wurden. Die ab 1995 geborenen Personen werden in einem soziologischen Verständnis als ‚Generation Z‘ definiert. Die Übergänge zwischen beiden jung-erwachsenen Generationen sind fließend (vgl. Scholz 2014). Wird in dieser Untersuchung von den ‚jungen Erwachsenen‘ gesprochen, so sind beide Generationen gemeint. Der Fokus richtet sich aber besonders auf die ‚Generation Z‘ als hereinwachsende Generation in der Arbeitswelt.

*Christian Scholz* bietet eine Analyse der ab 1995 geborenen jungen Erwachsenen der ‚Generation Z‘. Diese zeichne sich in einer zunehmend wettbewerbsorientierten und digitalisierten Arbeitswelt besonders durch ihr ‚Gesundheitsbewusstsein‘ und ihre ‚realistische Haltung‘ aus. Sie beende Tätigkeiten und Beziehungen aber schnell wieder, sobald Zusagen nicht eingelöst würden. In Abgrenzung von den Vorgängergenerationen, die von der ‚Generation Z‘ als ‚Burnout-gefährdet‘ und überlastet erlebt würden, strebe sie nach ‚Schutz‘ und ‚Trennung‘ zwischen dem Privatleben und der Arbeitswelt, exemplarisch markiert durch geregelte Arbeitszeiten. Sie hinterfrage

---

16 Vgl. Techniker Krankenkasse 2017, S. 4 – 5, <https://www.tk.de/resource/blob/2034300/af394d44838d-941fb8025f90958a1e0a/gesundheitsreport-2017-data.pdf>, abgerufen 26.04.2020; (Barmer GEK 2016, S. 173–195), <https://www.barmer.de/presse/infotehk/studien-und-reports/gesundheitsreports-der-laender/gesundheitsreport-2016-153156>, abgerufen 26.04.2020.

das Leistungsideal der Vorgängergenerationen, misstrau Marketingaussagen und meide Führung aus Karrieregründen. Als Aufgaben akzeptiere die ‚Generation Z‘ nur ‚konkret überprüfbare Handlungen‘ und Zusagen zu ‚sinnvollen Tätigkeiten‘ mit der Möglichkeit der guten ‚Zusammenarbeit‘. In einer als unübersichtlich empfundenen Welt pflegten junge Menschen der ‚Generation Z‘ ein besonders hohes Kooperationsinteresse mit Personen aus der ‚eigenen Generation‘. Andere Generationen seien dort hilfreich, wo möglichst regelmäßiges positives Feedback gegeben werden könne.<sup>17</sup>

Simon Schnetzer kommt in der repräsentativen Befragung *Junge Deutsche 2019*, in der er Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 14 und 39 Jahren (N = 1007) zu ihrer Werthaltung befragt, zu dem Ergebnis, dass die Gesundheit und der familiäre Zusammenhalt einen besonders hohen Wert für die Befragten einnehmen. Er vergleicht in seiner Untersuchung die ‚Generation Z‘, in die er die 14 bis 21jährigen erfasst, mit der ‚Generation Y‘, in der er die Ergebnisse der Befragung der 22 bis 39jährigen dargestellt. Unter dem Thema ‚Gesundheit‘ sei bei den Befragten das umfassende körperliche und geistige Wohlbefinden gemeint. 68 % aller Befragten seien mit der psychischen Gesundheit zufrieden, 70 % mit der körperlichen Gesundheit. Hieraus lässt sich der Umkehrschluss ziehen, dass 32% der Befragten mit der psychischen Gesundheit nicht zufrieden sind. Gründe können in den zentralen Themen der Generationen gesucht werden. Prägend für die ‚Generation Y‘ sei das Thema ‚Familie‘, die ‚Heimatverbundenheit‘ und die ‚Smartphone-Nutzung‘, das Thema ‚teurer/knapper Wohnraum‘ und die ‚Gesundheit‘. Bei der ‚Generation Z‘ stehe der ‚Leistungsdruck‘ als wichtiges Thema nach der ‚Familie‘ und vor der ‚Nutzung des Smartphones‘, der ‚sozialen Netzwerke‘ und der ‚Heimatverbundenheit‘ schon an zweiter Stelle. In der Zunahme des prägenden Einflusses des Themas des ‚Leistungsdrucks‘ in der ‚Generation Z‘ zeigt sich ein Handlungsauftrag für Untersuchungen. Die Bedeutung der ‚Familie‘ jedoch hat nach Schnetzer für die jüngeren Befragten im Vergleich zu den älteren Befragten zugenommen, da das reale Erleben von Beziehungen durch die Digitalisierung kostbarer werde und Eltern wie Geschwister als konkrete Menschen erfahrbar seien. Für die Altersgruppe der 14 bis 21jährigen seien die ‚Eltern‘ die zentralen ‚Vorbilder‘, bei den älteren Befragten der 22 bis 39jährigen würden die ‚Eltern‘ erst nach dem Begriff ‚ich‘ und ‚kein Vorbild‘ an dritter Stelle genannt. Für beide Altersgruppen seien das ‚Wohlfühlen‘ und die ‚gute Balance zwischen Arbeit und Freizeit‘ die wichtigsten Erwartungen und Forderungen, die junge Menschen an Arbeitgeber stellen würden. (vgl. Schnetzer 2019)

17 Vgl. Scholz 2014, S. 143–198; Barmer GEK, Artikel Christian Scholz, <https://www.barmer.de/presse/infotehk/studien-und-reports/gesundheitsreports-der-laender/gesundheitsreport-2016-153156>; S. 173–195, abgerufen am 26.04.2020.

Auch die repräsentative 18. *Shell-Jugendstudie* (Albert et al. 2019a; 2019b) mit dem Titel *Jugend 2019 – eine Generation meldet sich zu Wort* belegt in ihrem quantitativen Befragungsteil (N = 2572), dass Jugendliche und junge Erwachsene, die in der Befragung zwischen 12 und 25 Jahren alt sind, zwar dem ‚Pragmatismus‘ der Vorgängergeneration folgen, aber überwiegend Werte wie ‚Sicherheit‘ und ‚familiären Bindung‘ mit der Möglichkeit auf ‚eigene Kinder‘ und einen ‚guten Kontakt zu den Eltern‘ als bedeutendste Vorbilder schätzen. Kennzeichnend für die jetzige Jugendgeneration sei besonders ihr ‚Engagement‘ und ihre politische Handlungsforderung für die ‚Umwelt‘, für ‚Nachhaltigkeit‘, für eine ‚gesunde Lebensführung‘ und für ein ‚achtsames Miteinander‘ sowie das Anliegen, als Generation mehr ‚gehört‘ zu werden. Die ‚Sinnorientierung‘ stehe für die befragten Jugendlichen im Vordergrund aller Entscheidung, gleichzeitig habe das ‚berufliche Fortkommen‘ immer noch einen hohen Stellenwert in der eigenen Lebensplanung (Albert et al. 2019b).

## 2.2 Textanalytische Herausforderungen

In dem folgenden Schritt der Untersuchung von Quellen zur Geduld als Anregung für ein (sozial-)pädagogisches Handeln stellen sich die Auswahl von Textstellen sowie deren Systematisierung in einem zeitlichen Verlauf als zwei textanalytische Herausforderungen. Als Formulierung lassen sich die jeweiligen Textstellen auch außerhalb des Kontextes zwar lesen und als passend oder unpassend für eine heutige Situation einschätzen. Ein tatsächliches Verstehen einer Aussage kann aber erst stattfinden, wenn sie in ihrem jeweiligen Kontext verortet wird. Dafür ist die Arbeit von fachkundigen Biograf\*innen, Expert\*innen und Übersetzer\*innen relevant. *Veit-Jakobus Dieterich* (1995, S. 11–19) weist darauf hin, dass eine Textaussage nur in einem biografisch gedeuteten Zusammenhang zu verstehen ist und damit mehr den jeweiligen Zeitgeist und die Interessen der Interpretation spiegelt als das Leben der Person.

### 2.2.1 Auswahl der Textstellen

Jede Auswahl einer Textaussage und jede Auslegung stellt eine Reduzierung der Fülle an wählbaren Texten dar und kann nie ein umfassendes Bild einer Person in ihrer tatsächlichen Lebenszeit widerspiegeln. Stattdessen muss sich ein/e Leser\*in der unterschiedlichen Interessen der textgebenden, der textauswählenden und der lesenden Personen bewusst sein. Genauso ist zu beachten, dass eine Textstelle lückenhaft und selektiv für eine spezifische Fragestellung sein kann und dass auf die weiter-

führende Forschung verwiesen werden muss. Daher werden in der folgenden theoretischen Untersuchung zur Geduld im historischen Kontext exemplarische Aussagen ausgewählt, die im Kontext eines (sozial-)pädagogischen Coachings Relevanz haben können. Ihnen werden kurze biografische Beschreibungen zur textgebenden Person im Haupttext beifügt, sofern sie für das Verstehen der Textstelle notwendige Informationen liefern. Weitergehende Hintergründe finden sich in den Fußnoten und können bei Interesse in der teils umfangreichen Biografieforschung zu den einzelnen Personen vertieft recherchiert werden.

## 2.2.2 Systematisierung der Textauswahl

Bei der Auswahl geeigneter Textstellen zur Geduld erweist sich die Systematisierung der Erkenntnisse im Kontext des historischen Verlaufs sowie der historischen Bedeutung eines aktuellen (sozial-)pädagogischen Coachings als zweite Herausforderung. Nach *Bernd Birgmeier* lässt sich der Auftrag der Sozialen Arbeit nur aus den „Geschichten der Menschen“ (Birgmeier 2010a, S. 144; 2012, S. 13–22) und ihrer Geschichtlichkeit verstehen. „Lebensweltorientierung“ (Grunwald und Thiersch 2016, S. 24–64) und „Lebensbewältigung“ (vgl. Böhnisch 2018), wie sie in einem (sozial-)pädagogisch orientierten Coaching thematisiert werden, stellt er somit in einen zeitlich dynamischen, veränderbaren Bezug, der sich in der konkreten Bewältigung von Problemen in einer Alltagswelt (vgl. Grunwald und Thiersch 2016, S. 24–64) zeigt. Mitzudenken ist auch das Konzept der Lebensführung von *Peter Sommerfeld* (vgl. Sommerfeld et al. 2011, S. 351; Sommerfeld 2013, S. 166) als Orientierung in einer handlungswissenschaftlich-systemisch ausgerichteten Sozialen Arbeit, Sozialpädagogik, Pädagogik bzw. im spezifischen Feld des (sozial-)pädagogischen Coachings. *Heinrich Keupp* (2016, S. 34–35) betont aus sozialpsychologischer Sicht die Notwendigkeit, Alltagsphänomene der Lebenswelt über einen qualitativ-hermeneutischen Zugang zu reflektieren.

## 2.2.3 Perspektiven der Textauswahl

Im Rückgriff auf die oben genannte These *Bernd Birgmeiers*, für eine Auftragsklärung die Geschichten der Menschen erst einmal hören zu müssen, interessieren für die Einbeziehung von Aussagen zur Geduld in ein (sozial-)pädagogisches Coaching, das die Alltagssicht und Lebenswelt der Klient\*innen integriert, drei Perspektiven: Auf der einen Seite befindet sich der/die Klient\*in als Adressat\*in des Coachings in

einer individuellen Entwicklung mit einem subjektiven Erleben und Handeln und in einer aktuellen Suche nach Orientierung, Rat und Hilfe. Auf der anderen Seite steht der Coach, der ebenso in einer eigenen Historizität geprägt ist. Darüber hinaus existieren beide begleitend in der Literatur Quellen geschichtlich überlieferter Personen, die in ihrer individuellen Arbeits- und Lebensweise und ihrer Zeit Aussagen zur Geduld getroffen haben. In der folgenden Analyse relevanter Aussagen bekannter Personen wird ihre Sicht auf die Geduld in den Vordergrund gestellt. Das Ziel ist es, aus von ihnen tradierten Aussagen zur Geduld sowie den relevanten Informationen zu ihrer Lebenssituation verstehen zu lernen, wie sich die Sicht auf die Geduld im geschichtlichen Wandel bis in die Gegenwart geändert hat. Die Deutung der Textstellen im Kontext des Coachings erfolgt gebündelt in der Diskussion dieser Arbeit.

#### 2.2.4 Leitfragen der Textanalyse

Die Analyse der historischen Quellen orientiert sich je nach Aussagekraft der vorhandenen Quelle daran, ob es eine Definition zur Geduld gibt, die Aufschluss zur Empfehlung von Geduld im Einzelcoaching aktueller junger Erwachsener unter dem Fokus der Gesundheitsförderlichkeit gibt. Untersucht wird, ob sich bei den ausgewählten geschichtlichen Personen eine neue oder markante Sicht als ein typisches Muster zur Geduld in ihrem spezifischen zeitlichen Kontext widerspiegelt.

#### 2.2.5 Zeitliche, fachliche und kulturelle Struktur

Die Darstellung der Aussagen zur Geduld einzelner Personen orientiert sich an den von *Wilhelm Korff und Markus Vogt* (2016, S. 20–23) beschriebenen Themen ethischer Gliederungssystematiken der *Hellenisierung in der Antike, der biblischen Lehre, der Entwicklung des Christentums, der Entwicklung spezieller Standes- und Berufsethiken, von spiritueller Regeln im Mönchsorden sowie von Ethiken in wirtschaftlichen Prozessen insbesondere der Industriegesellschaft, der Suche nach Antworten im Feld der Sozialen Frage und der Entwicklung von Bereichsethiken in der heutigen Zeit zur Klärung spezifischer Fragen wie etwa der Medizinethik, der pädagogischen Ethik, der politischen Ethik sowie der Sportethik* (vgl. Korff und Vogt 2016, S. 20–23). In dieser Untersuchung zur *Geduld als Ressource* wird hieran angelehnt die folgende zeitliche Struktur gebildet: Geduld in der Antike, Geduld in jüdisch-christlichen Wurzeln, Geduld in den Anfängen des Christentums, Geduld in der Entwicklung des klösterlichen Lebens, Geduld in der Industrialisierung, Geduld in der Gegenwart.

Diese Struktur bedingt nicht, dass alle Phasen systematisch erklärt werden, sondern dient lediglich der Zuordnung einer Aussage zur Geduld in einen zeitlichen Rahmen, der für das heutige Verständnis von Geduld im (sozial-)pädagogischen Coaching Relevanz hat.

Die Recherche bewegt sich aufgrund des Forschungsauftrages im Kontext der Kirchlichen Jugendarbeit im abendländisch-christlich geprägten Kulturraum. Auf *Mahatma Gandhi* wird hiervon abweichend eingegangen, da er in der empirischen Befragung zur *Geduld als Ressource* mehrfach als Vorbild zur Geduld genannt wird.<sup>18</sup>

Aufgrund der Wurzeln der Sozialpädagogik auch im pädagogisch-theologisch-philosophischen Denken wird im Folgenden vor allem auf Aussagen zur Geduld von Theolog\*innen, Pädagog\*innen, Philosoph\*innen, Sozialarbeiter\*innen sowie Lyriker\*innen, Schriftsteller\*innen zurückgegriffen. Die umfangreiche Recherche der Textstellen verdeutlicht, dass die ausgewählten Aussagen anderer wissenschaftlicher Richtungen als der Sozialpädagogik und Pädagogik von Vertreter\*innen dieser Professionen teils kontrovers reflektiert werden können sowie aus der Profession der Sozialen Arbeit und dem Coaching ggf. als nicht relevant für eine Positionierung im Kanon der Wissenschaften und Praxen angesehen werden können.

Zu betonen ist jedoch, dass der interdisziplinäre, interreligiöse und interkulturelle Dialog über einen Begriff wie den der *Geduld* in einer Suche nach einer tragenden Ressource angesichts steigender psychosozialer Belastungen junger Erwachsener und der Veränderungen der Haltung junger Erwachsener in und mit der Arbeitswelt verstärkt von Seiten der Autorin empfohlen wird. Hierzu sind auch Quellen aus anderen Kulturräumen sowie religiöser, spiritueller und ethischer Orientierungen als der christlich-abendländischen Prägung weiter zu untersuchen. Zudem ist darauf hinzuweisen, dass eine fachliche Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Ansichten in der Entwicklung der Sozialpädagogik, der Pädagogik, der Sozialen Arbeit und des Coachings von der Autorin als bereichernd angesehen wird.

18 Zur Untersuchung der Geduld im islamischen Kontext empfiehlt sich die Recherche der Interpretation Annemarie Schimmels zur Arbeit des persischen Mystikers Dschalāl ad-Dīn Muhammad Rūmī in Schimmel (2017), *Rūmī, Ich bin Wind und du bist Feuer*, Chalice Verlag, München. Zur Reflektion der Geduld im Kontext der weltweiten Friedensarbeit sei auf Nelson Mandela verwiesen in Schadomsky (2012), *Nelson Mandela und die Kraft der Menschlichkeit*, Arena Verlag, Würzburg.

## 2.3 *Geduld* im historischen Kontext

Die in diesem Kapitel beschriebenen historischen Quellen wurden ausgewählt, weil sie die *Geduld* jeweils in einer gesellschaftlichen Übergangsphase beschreiben und Aufschluss darüber geben können, wie *Geduld* in heutigen Veränderungsprozessen junger Erwachsener verstanden werden kann. Ihre Deutung im Kontext des Einzelcoachings junger Erwachsener erfolgt aus Gründen der Einheitlichkeit und der Wertbarkeit in der Diskussion im Kapitel 4.

### 2.3.1 *Geduld* in der Antike

Die ausgewählten Dokumente aus der der Antike und der Stoa zeigen sich als Stimmen einer Übergangszeit: Werden in der ausklingenden hellenistischen Phase noch das ‚individuelle Wohl‘ als Gut sowie die ‚Vernunft‘ vorrangig geschätzt, so werden mit der Entstehung des Christentums das ‚Überleben als Glaubensgemeinschaft‘ und der ‚Umgang mit dem Leid des Menschen‘ zentralere Themen.

#### 2.3.1.1 Publilius Syrus

Die *Sprüche des Publilius Syrus* (1969) lassen sich als eine Sammlung von Lebensweisheiten der Antike verstehen. Von *Publilius Syrus* sind aus dieser Übergangszeit die Sprüche „*Geduld* ist ein verborgener Schatz der Seele“<sup>19</sup>, „*Geduld* und Mut erbauen ihr Glück sich selbst“<sup>20</sup> sowie „Arznei für jeden Schmerz ist die *Geduld*“<sup>21</sup> überliefert. *Geduld* zeigt sich somit bei *Publilius Syrus* als eine Verbindung von etwas Wertvollem und Geheimnisvollen sowie von Mut, Glück und gesundheitlichem Wohlergehen.

#### 2.3.1.2 Cicero

Im Jahr 63 v. Chr. stellt der Konsul *Marcus Tullius Cicero* (106 v. Chr.–43 v. Chr.; Häberle 2015, S. 1–4) vor dem römischen Senat an den Politiker *Catilina* die Frage: „Wie lange noch, *Catilina*, willst Du unsere *Geduld* mißbrauchen?“<sup>22</sup> und deckt damit eine Verschwörung gegen den Senat auf. Durch die Frageform verweist *Cice-*

---

19 Vgl. „*Patientia animi occultas divitias habet*“ *Publilius Syrus* 1969; Übersetzung: [www.aphorismen.de](http://www.aphorismen.de); abgerufen 26.04.2020.

20 Vgl. „*Patiens et fortis se ipsum felicem facit*“ *Publilius Syrus* 1969; Übersetzung: [www.aphorismen.de](http://www.aphorismen.de); abgerufen 26.04.2020.

21 Vgl. "*Cuivis dolori remedium est patientia*"; in *Publilius Syrus, Sententiae*, C12, aus der Übersetzung von Kudla 2015, S. 115, Stelle 695.

22 Vgl. „*Quousque tandem, Catilina, abutere patientia nostra?*“ in *Catilinam oratio* 1,1,1 aus der Übersetzung von Kudla 2015, S. 115, Stelle 694.



ro auf die zeitliche Bedeutung der Geduld sowie die Gefahr, Geduld zu instrumentalisieren. Gleichsam ist *Cicero* bedeutsam, weil auf ihn die Wortschöpfung der Toleranz zurückgeht, und hierin die Geduld ihre sprachliche Wurzel findet. Toleranz versteht der Stoiker *Cicero* als eine Tugend, die vorrangig auf das Subjekt sowie seine Bewältigung von persönlichem Leid gerichtet ist und weniger den Umgang mit seiner Umgebung berücksichtigt (vgl. Schmidt-Salomon 2017, S. 63–64). Die Stoiker sehen den Menschen nach *Maximilian Forschner* als einen nach Weisheit strebenden Menschen. Durch seinen Geist erlange der Mensch vollkommenes Glück. Die sachliche Sicht auf alle Dinge und Zusammenhänge stehe über den Emotionen (vgl. Forschner 2016, S. 314–320). Die Geduld im Sinne *Ciceros* ist hiermit eine vernunftbezogene, mentale Haltung, mit der eine Person möglichst ohne Beachtung der eigenen Emotionen Lebensaufgaben zu bewältigen hat.

### 2.3.1.3 Seneca

Etwa hundert Jahre später berät der Philosoph *Lucius Annaeus Seneca* (geboren circa im Jahr 1 bis 65 n. Chr., vgl. Seneca 2013), der ebenso den Stoikern zugerechnet wird, den Politiker und Geschäftsmann *Serenus* dahingehend, wie er zu einem ruhigen, gelassenen und ausgeglichenen Lebensstil kommen kann (vgl. Seneca 2013, Seneca 2017, S. 6). *Serenus* erlebt seine Rollensuche zwischen seiner Tätigkeit in der Öffentlichkeit und dem von ihm gewünschten Rückzug in das Private als seelisch kräfteraubend. In einem Brief an *Seneca* geht *Serenus* darauf ein, dass er wisse, dass sich alles Wesentliche erst durch „geduldiges Ausharren“ (ebd.) durchsetze. Er beschreibt, wie schwer ihm seine Aufgaben über die Zeit fielen. Dabei befinde er sich oft in unterschiedlichen „Zuständen“ (ebd.), was er für sich als Krankheit definiert (ebd.). In einem Antwortschreiben geht *Seneca* auf die Bedeutung der „Gemütsruhe“ (ebd., S. 14–15) ein, die aus seiner Sicht durch ein passendes Maß an „Freude“ (ebd.) und „Einvernehmen“ (ebd.) mit sich entstehe. Der menschliche Geist neige dazu, bewegt zu sein, Veränderung zu suchen und nicht zur Ruhe zu kommen (ebd., S. 19). Zudem zeige er durchgehend nicht die Energie „alles zu erdulden“ (ebd., S. 21) und sich mit bedeutenden Fragen „auf Dauer abfinden“ (ebd.) zu können. An anderer Stelle kritisiert *Seneca* ein Leistungsverständnis, das an eine hohe Position gebunden ist, indem er die Geduld als eine Tugend der für jedermann zugänglichen Gerechtigkeit, der Frömmigkeit, der Tapferkeit, der Todesverachtung und der Götterkenntnis zuordnet, wenn er schreibt:

„Oder leistet etwa derjenige mehr, der als Richter zwischen Fremden und Bürgern oder als städtischer Prätor den Parteien in feierlichem Tone das Urteil verkündet, als der, welcher Auskunft darüber gibt, was die Gerechtigkeit sei, was

die Frömmigkeit, was die Geduld, was die Tapferkeit, was die Todesverachtung, was die Göttererkenntnis eine wie hohe Stellung unter allen Gütern, die umsonst zu haben sind, ein gutes Gewissen einnehme?“ (Seneca 2017, S. 23 in der Übersetzung von Otto Apelt)

*Senecas* Schicksal nimmt eine tragische Wendung, als er im Jahr 65 n. Chr. auf Befehl seines ehemaligen Schülers *Nero* zum Selbstmord verurteilt wurde, da ihm eine Mitwirkung in einer Verschwörung unterstellt wurde. Seinen eigenen Tod vollzieht er gemäß seiner ethischen Haltung in stoischer Gelassenheit (vgl. Seneca 2013).

### 2.3.2 *Geduld* in den jüdisch-christlichen Wurzeln

In den jüdisch-christlichen Wurzeln des *Alten Testamentes* und des *Neuen Testaments* zeigt sich in den zahlreichen Verweisen auf die Geduld, dass, anders als in der hellenistischen Zeit und bei den Stoikern, das Ringen des Menschen mit krisenhaften Lebensphasen nun verstärkt thematisiert wird. Der Mensch begegnet in diesen Quellen der Vorstellung eines Gottes, der ihn in seiner Geduld prüft, ihm aber als Dialogpartner gegenübersteht. Verbunden wird dies mit der Hoffnung, dass er als Mensch von seinen Qualen erlöst wird.

Aufgrund der Fülle der biblischen Aussagen zur Geduld werden ausgewählte Quellen aus dem *Alten Testament* und dem *Neuen Testament* wörtlich angeführt und direkt im Text mit einer Quellenangabe versehen.<sup>23</sup>

---

23 In der Systematisierung und Analyse der Bibelstellen wird sich wegen der zugänglichen Alltagssprache an der Einheitsübersetzung basierend auf der Lizenzausgabe von 1980, Ausgabe 2001, S. 1596 in der Quellenauswahl orientiert. Diese Quellen werden mit dem Kürzel *EÜ* versehen. Bibelstellen, die sich in der neuen Einheitsübersetzung von 2016 orientieren, würden mit *EÜ 2016* angefügt werden (vgl. zur weiteren Recherche auch Brockmüller 2018, S. 5–9; Schilling und Linneborn 2018, S. 11–13; Eltrop 2018, S. 14–17 zur Entwicklung von der Einheitsübersetzung 2008 bis 2016 sowie deren Einbindung in einen ökumenischen Prozess). In der vorliegenden Arbeit wird der Einheitlichkeit wegen nur auf die *EÜ* zurückgegriffen. Der Vergleich beider Übersetzungen zeigt leichte Änderungen im Kontextverständnis an: In der Einheitsübersetzung 2016 wird etwa im Buch Numeri unter 4, Numeri 21,4 in der neuen Übersetzung die Formulierung gewählt "Die Israeliten brachen vom Berg Hor auf und schlugen die Richtung zum Roten Meer ein, um Edom zu umgehen. Das Volk verlor aber auf dem Weg die Geduld" (BibleServer). Die Einheitsübersetzung (1980)/ die Bibel (2001) spricht noch von der Formulierung „Unterwegs aber verlor das Volk den Mut“ (ebd.) Der Vergleich der beiden Einheitsübersetzungen belegt, wie sich im Verständnis einzelner Bibelstellen vom Begriff des „Mutes verlieren“ hin zur „Geduld verlieren“ ein Wandel vollzogen hat. Die Bibelstelle Micha 2,7 zeigt aber, dass in beiden Übersetzungen (*EÜ* 1980/ 2001) und (*EÜ* 2016) die Formulierung „Hat der Geist des HERRN die Geduld verloren?“ gebraucht wird. Dies verdeutlicht,

### 2.3.2.1 Geduld im Alten Testament

Im *Buch Ijob* wird die Geduld zwar nicht explizit erwähnt, die Figur des Ijob steht aber sinnbildlich für alle Menschen, denen schweres Leid und Krankheit widerfahren und die dies als Prüfungen für ihre Beständigkeit ansehen (vgl. EÜ, Ijob 2,10, *Der Verlust der Gesundheit*). In den *Psalmen* wird Geduld als Ausharren verstanden. „Ich bin wie ein Tauber, der nicht hört, wie ein Stummer, der den Mund nicht auftut. Ich bin wie einer, der nicht mehr hören kann, aus dessen Mund keine Entgegnung kommt. Doch auf dich, Herr, harre ich; du wirst mich erhören, Herr, mein Gott“ (EÜ, Psalmen 38,14–16).

In den *Sprüchen Salomons* wird Geduld als Langmut bezeichnet und mit Friedfertigkeit, Überzeugungskraft und Sanftheit in Verbindung gebracht. Dort heißt es: „Der Langmütige ist immer der Klügere, der Jähzornige treibt die Torheit auf die Spitze“ (EÜ, Sprüche Salomons 14,29), „Ein hitziger Mensch erregt Zank, ein langmütiger besänftigt den Zank“ (EÜ, Sprüche Salomons 15,18), „Besser ein Langmütiger als ein Kriegsheld, besser, wer sich selbst beherrscht, als wer Städte erobert“ (EÜ, Sprüche Salomons 16,32) sowie: „Mit Geduld wird ein Vorgesetzter umgestimmt, sanfte Zunge bricht Knochen“ (EÜ, Sprüche Salomons 25,15). Im *Buch Sirach* wird Geduld als annehmende Haltung auch in Bedrängnis verstanden: „Nimm alles an, was über dich kommen mag, halt aus in vielfacher Bedrängnis!“ (EÜ, Sirach 2,4). Dies verpflichtet gleichsam zur Unterstützung von Bedürftigen: „Hab dennoch Geduld mit dem Bedürftigen, und laß ihn nicht auf die Wohltat warten!“ (EÜ, Sirach 29,8). In den *Büchern der Propheten* werden Menschen, die verfolgt wurden, ermutigt, dies geduldig als Zeichen des Zornes Gottes zu ertragen und auf den Untergang des Feindes zu setzen: „Meine Kinder, ertragt geduldig den Zorn, der von Gott her über euch kam: Der Feind hat dich verfolgt, bald aber wirst du seinen Untergang sehen und den Fuß in seinen Nacken setzen“ (EÜ, Baruch 4,25). An dieser Formulierung zeigt sich exemplarisch, wie existenziell die Geschichte Einzelner und ganzer Völker im *Alten Testament* von Krieg und Tod geprägt ist und welche zentrale Bedeutung Geduld für das Überleben hat.

### 2.3.2.2 Geduld im Neuen Testament

Im *Neuen Testament* wird im *Matthäusevangelium* Geduld im *Gleichnis vom unbarmherzigen Gläubiger* mit Barmherzigkeit und Gerechtigkeit in Verbindung gebracht. Dort heißt es, die Geduld, die Gott dem Einzelnen gibt, habe dieser auch seinen Mit-

---

dass es nicht zu einem generell neuen Sprachverständnis gekommen ist, sondern einzelne Textstelle kontextuell anders interpretiert und übersetzt werden. Schlussfolgernd bedeutet dies, dass jede der oben zitierten Textstellen im jeweiligen Wissenschaftsverständnis anders ausgelegt werden könnte.

menschen zu geben (vgl. EÜ, Matthäus 18). Im *Markusevangelium* wird im *Gleichnis vom Wachsen der Saat* (EÜ; Markus 4, 26–29) zwar nicht explizit der Begriff der Geduld erwähnt, in dem Gleichnis geht es jedoch inhaltlich um Geduld: Indem ein Bauer sinnbildlich einen Samen auf einen Acker wirft und ohne weiteres Wissen diesen damit den Wachstumsprozessen der Natur überlässt, nimmt er Anteil an der Entstehung des Reiches Gottes. Nicht der Mensch ist in diesem Gleichnis der Handelnde, sondern die Natur stellvertretend für das Wirken Gottes. Der Mensch kann dies bis zum Reifezeitpunkt (geduldig) wartend beobachten und greift erst wieder erntend in den Prozess ein. Dieses Gleichnis zeigt damit keinen daueraktiven, ständig Leistung erbringenden Menschen, sondern einen Menschen, der Teil aller Lebensprozesse ist (vgl. ebd.). Im *Lukasevangelium* wird Geduld im *Gleichnis vom Sämann* als Ausdauer verstanden, die Frucht bringt (vgl. EÜ, Lukas 8,15).

In den *Paulinischen Briefen* (EÜ, S. 1405 f) wird im *Brief an die Römer* darauf verwiesen, beharrlich – im Sinne von geduldig – Gutes zu tun, um ewiges Leben zu erlangen. Ein Engagement in der Gegenwart werde sich als Geschenk Gottes in der Zukunft zeigen, erreichbar nicht durch Aufschub eines Bedürfnisses, Status oder Leistung, sondern durch beständiges Handeln in der Gegenwart (vgl. EÜ, Römer 2,7). An späterer Stelle verknüpft *Paulus* die Geduld mit der Hoffnung der Menschen auf Rettung: „Denn wir sind gerettet, doch in der Hoffnung. Hoffnung aber, die man schon erfüllt sieht, ist keine Hoffnung. Wie kann man auf etwas hoffen, was man sieht? Hoffen wir aber auf das, was wir nicht sehen, dann harren wir aus in Geduld“ (EÜ, Römer 8, 24–25). Geduld wird in diesem Sinne als ein Hilfsmittel zur Hoffnung auf ein Überleben verstanden. Im Kapitel zum *Leben der Glaubenden* (Röm 12,1–15,13) setzt *Paulus* Fröhlichkeit, Geduld und Beharrlichkeit in Beziehung zueinander, indem er sagt: „Seid fröhlich in der Hoffnung, geduldig in der Bedrängnis, beharrlich im Gebet“ (vgl. EÜ, Römer 12,12). Die Geduld versteht er hierin als Ausgleich zur Bedrängnis. Im ersten *Brief an die Korinther* geht *Paulus* auf die Langmütigkeit der Liebe ein (vgl. EÜ, 1 Korinther 13,4) und stellt ihren besonderen Wert heraus (vgl. EÜ, 1 Korinther 13,13). Im zweiten *Brief an die Korinther* geht *Paulus* auf die Situation der Apostel ein und auf die Bedeutung, Leid als Gemeindemitglied wie die Apostel geduldig zu ertragen (vgl. EÜ, 2 Korinther 1, 6–7). An späterer Stelle verweist er auf die Bedeutung von Ausdauer, gleichbedeutend mit Geduld, für die gemeinsame Arbeit von Gemeindemitgliedern und Aposteln (vgl. EÜ, 2 Korinther 12,12). Im *Brief an die Galater* beschreibt er Geduld, hier als Langmut angeführt, als eine der Früchte des Geistes und stellt sie damit den Werten der Liebe, Freude, des Friedens, der Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung gleich (vgl. EÜ, Galater 5, 22). Im *Brief an die Epheser* ruft *Paulus* die Christen zur Einheit auf und bittet um Geduld, Demut und Friedfertigkeit, wie auch darum, einander in

Liebe zu ertragen (vgl. EÜ, Epheser 4,2–3). Im *Brief an die Kolosser* drückt *Paulus* seinen Wunsch aus, dass Gott alle Menschen mit Kraft ausstatte, damit sie Geduld und Ausdauer haben (vgl. EÜ, Kolosser 1, 11). Hier beschreibt er die Geduld neben dem Erbarmen, der Güte, der Demut und der Milde als äußere Merkmale des Ausgewähltseins durch Gott (vgl. EÜ, Brief an die Kolosser 3, 12). Im *ersten Brief an die Thessalonicher* bittet er um Geduld mit allen für ein gutes Gemeindeleben (vgl. EÜ, 1 Thessalonicher 5,14). Die *Pastoralbriefe* verstehen sich als Briefe an die Gemeindeleiter (vgl. EÜ, S. 1493). Im *zweiten Brief an Timotheus* bedankt sich *Paulus* für die Nachfolge der Leiter in „der Langmut, in der Liebe und der Ausdauer, in den Verfolgungen und Leiden“ (vgl. EÜ, Timotheus 3,10–11) und fordert den Gemeindeleiter auf, die Gemeindeglieder unermüdlich und geduldig zu belehren (vgl. EÜ Timotheus 4,2). Im *Brief an die Hebräer* ermutigt er zur Orientierung an der Ausdauer Abrahams (vgl. EÜ, Hebräer 6,12 und 6,15).

Die *Katholischen Briefe* werden dem ersten Jahrhundert nach Christus zugeordnet und sind an eine breite Öffentlichkeit gerichtet, um die Christen zu einem Zusammenhalt zu ermutigen (vgl. EÜ 2001, S. 1525). Im *Brief an Jakobus* mahnt der Autor zur Ausdauer in Geduld und verweist auf die kommende Auferstehung. Der Gedanke der Auferstehung liegt auch folgenden Aussagen zugrunde (vgl. EÜ, Jakobus 5,7):

„Darum, Brüder, haltet geduldig aus bis zur Ankunft des Herrn! Auch der Bauer wartet auf die kostbare Frucht der Erde, er wartet geduldig, bis im Herbst und im Frühjahr der Regen fällt. Ebenso geduldig sollt auch ihr sein. Macht euer Herz stark, denn die Ankunft des Herrn steht nahe bevor. Klagt nicht übereinander, Brüder, damit ihr nicht gerichtet werdet. Seht, der Richter steht schon vor der Tür. Brüder, im Leiden und in der Geduld nehmt euch die Propheten zum Vorbild, die im Namen des Herrn gesprochen haben: Wer geduldig alles ertragen hat, den preisen wir glücklich. Ihr habt von der Ausdauer des Ijob gehört und das Ende gesehen, das der Herr herbeigeführt hat. Denn der Herr ist voll Erbarmen und Mitleid“ (EÜ, Jakobus 5, 7).

Im *ersten Brief des Petrus* geht der Autor auf die Verfolgungssituation der Christen als neue Religionsgemeinschaft im geschichtlichen Kontext ein und empfiehlt, erfahrenes Leid, das in der Gnade Gottes geschehen sei, zu erdulden (vgl. EÜ, 1 Petrus 2,20; Die Bibel 2001). In der *Offenbarung des Johannes* stellt der Autor das standhafte, mühevoll und dienende Ausharren der Christen auch in der Unterdrückung besonders heraus (vgl. EÜ, S. 1555; Offenbarung 1,9; Offenbarung 2,2; Offenbarung 2,19; Offenbarung 3,10; Die Bibel 2001).

### 2.3.3 *Geduld* in den Anfängen des Christentums

Die beiden Kirchenväter *Cyprian von Karthago* und *Augustinus von Hippo* verbindet über mehrere Jahrhunderte sowohl ihre regionale Verortung jeweils als Bischof im Norden Afrikas wie auch ihre Führungsrolle während des Aufbaus der Kirche in den Anfängen des Christentums in der Diaspora, was beim Verständnis ihrer jeweiligen Aussagen zur *Geduld* zu berücksichtigen ist.

#### 2.3.3.1 *Cyprian von Karthago*

*Cyprian von Karthago* hat in den Jahren um 200 bis 258 n. Chr. in Karthago im heutigen Tunesien gelebt (vgl. Schmidt-Salomon 2017, S. 64–65). Auf Anraten eines befreundeten Priesters bekehrt er sich zum Christentum. Kurz darauf wird er Bischof von Karthago, was unter der Priesterschaft kritisch gesehen wird. Er flieht im Jahr 250 in der Christenverfolgung, die viele Christen zu einer Entscheidung für oder gegen das Christentum zwingt. Sein Bischofsamt übt er in dieser Zeit von der Ferne aus, kommt jedoch im Jahr 251 nach Karthago zurück, wird aber schließlich in der Christenverfolgung unter *Kaiser Valerian* enthauptet. *Cyprian* setzt sich für die Kindstaufe und für den Einheitsgedanken der Kirche und eine weitreichende Autonomie jedes Ortsbischofs ein.<sup>24</sup> In *De bono patientiae* (vgl. Stöhr 2014, S. 30) beschreibt *Cyprian* welche bedeutende Rolle die *Geduld* als Tugend im Alltagshandeln in der Anfangszeit des Christentums hat. Er weist der *Geduld* die Fähigkeit zu, den Menschen in allen kritischen Lebenssituationen als Kraftquelle zu stärken und auf seinem Lebensweg zu halten. Für Christen wäre das Leben von *Jesus Christus* ein Vorbild für die *Geduld*.<sup>25</sup> An anderer Stelle erklärt *Cyprian* die Notwendigkeit der *Geduld* als Trost im Leid, das jeder Mensch infolge der Erbsünde ertragen müsse.<sup>26</sup> Indem *Cyprian* sich auf Genesis 3, 17–19 bezieht, zeigt er bildlich auf, dass die Menschheit – symbolisiert durch Adam, der sich den Weisungen Gottes nicht füge, – existenziell an die Erfahrung von Leid bis zum Tod gebunden sei. *Geduld* biete darin Trost (ebd.). Die Schwierigkeiten und Problemlagen des Lebens vergleicht er mit den „Angriffen des Teufels“ (ebd., S.25) und der „Welt“ (ebd.). Christliche Aufgabe sei es, mithilfe der *Geduld* dies zu „ertragen“ (ebd.) *Cyprian* trifft eine Unterscheidung zwischen denjenigen, die sich an der *Geduld* Gottes ausrichten würden und

---

24 Vgl. Schäfer 2020b, Artikel *Cyprian von Karthago*, [https://www.heiligenlexikon.de/BiographienC/Cyprian\\_von\\_Karhago.htm](https://www.heiligenlexikon.de/BiographienC/Cyprian_von_Karhago.htm), abgerufen 26.04.2020.

25 Vgl. *Cyprianus, De bono patientiae*, c. 15–16; PL 4, 656A–657B; Chr. 3A, 126–128 aus der Übersetzung Stöhr 2014, S. 30.

26 Vgl. *Cyprian, De bono patientiae*, c. 11–13, PL 4, 654C–655C; CCr 3A, 124–126. Vgl. die Übers. Von J. Baer, BKV, Kempten 1918, 299–301 aus der Übersetzung Stöhr 2014, S. 24–28.

anderen, die sich an der Ungeduld orientieren würden. Ungeduld setzt er mit dem Werk des Teufels gleich, indem er sagt: „Denn wie die Geduld ein Segen Christi ist, so ist andererseits die Ungeduld ein Fluch des Teufels“<sup>27</sup>. Die Ursache aller Probleme schreibt er Andersgläubigen besonders aber dem Volk der Juden zu, als er erklärt: „Wenn ferner das gegenüber den göttlichen Wohltaten treulose und undankbare jüdische Volk zum ersten Mal von Gott abtrünnig wurde, war nicht daran die Ungeduld Schuld?“ (ebd.) Im Ganzen wertet er die Geduld als positiv und förderlich, die Ungeduld stellt er als negativ und schädlich dar, wenn er behauptete, „überhaupt all das, was die Geduld durch ihr Wirken zum Ruhm aufbaut, das richtet die Ungeduld zugrunde“ (ebd.). Diese Überlegung führt zu einer aktuellen Kritik (vgl. Diskussion) an *Cyprians* Sichtweise zur Geduld und seiner Entwertung anderer Glaubensrichtungen und anderer Herkünfte insbesondere im Kontext der Toleranz und eines heutigen demokratischen Verständnisses sowie friedvollen Zusammenlebens (Schmidt-Salomon 2017, S. 64–65).

### 2.3.3.2 Augustinus von Hippo

*Augustinus von Hippo*, der in den Jahren 354–430 n. Chr. gelebt hat, wird im nördlichen Afrika im heutigen Algerien geboren. Er ist der Sohn eines Bauern und Regierungsbeamten sowie einer christlichen Mutter.<sup>28</sup> Den christlichen Glauben lehnt er anfangs ab.<sup>29</sup> *Augustinus* lehrt zuerst in Karthago, Rom und in Mailand, bekehrt sich dann aber zum Christentum. Er geht in seine nordafrikanische Heimat zurück und gründet ein philosophisch-theologisches Kloster, um sich der Stille zu widmen. Kurze Zeit später wird *Augustinus* jedoch als Bischof von Hippo eingesetzt und widmet sich dem Schreiben theologischer Texte. Seinen früheren offenen Lebensstil reflektiert er nun als Sünde, eine Erlösung sieht er nur in einem Gott zugewandten Leben in Demut und Nächstenliebe und in der Hoffnung auf die Gnade Gottes.<sup>30</sup> Damit wird *Augustinus* sowohl ein wichtiger Repräsentant des Erlösungsdenkens seiner Zeit wie auch ein zentraler christlicher Lehrer.<sup>31</sup> In *De patientia*<sup>32</sup> sieht *Augustinus* den Sinn eines geduldigen Handelns darin, dass durch ein Ertragen in Geduld ein schlimmeres Übel vermieden werden könne. Der Geduld weist er eine strategische Bedeutung zu: Probleme lassen sich aus seiner Sicht nicht durch Vermeidung oder durch Auswei-

27 Cyprianus, *De bono patientiae*, c; PL 4, 634A–634C; Chr 3A, 129 aus der Übersetzung Stöhr 2014, S. 31–33.

28 Vgl. Schäfer 2020a.

29 Vgl. Päßler und Becker 2011, S. 78 sowie Schäfer 2020a.

30 Vgl. Weisedel 1986, S. 77–85.

31 Vgl. Päßler und Becker 2011, S. 78.

32 Vgl. Augustinus, *De patientia*, c. 2, n. 2–c.3 n. 3; PL 40, 611C–612A; CSEL 41, 664. Mit c. 5 n. 5; zusammenfassend erwähnt bei Thomas, s.th. II, II q 136: aus Übersetzung Stöhr 2014, S. 55.

chen in „Ungeduld“ (ebd.) bewältigen, sondern nur durch die Akzeptanz des Problems. Er sieht die Notwendigkeit, dieses annehmend zu lösen (ebd.). *Augustinus* differenziert bezüglich des Auslösers von Geduld zwischen einem Grund, der aus der „Weisheit“<sup>33</sup> resultiert, und einem Grund, der in einem „Begehren“ (ebd.) verwurzelt ist. Einzig der Grund, der „gut“ (ebd.) sei, legitimiere ein Lob der Geduld. Andernfalls wäre die „Härte“ (ebd.) des Menschen verwunderlich, der eine „falsche Geduld“ (ebd.) zeige. *Augustinus* unterscheidet zwischen einer „echten“ (ebd.) und einer „falschen“ (ebd.) Geduld, die erst dann zu erkennen sei, sobald der wahre Grund für ein Handeln verstanden werde. Damit warnt er davor, jedes Abwarten und Aushalten pauschal als geduldig und lobenswert anzusehen. Für ihn ist Geduld „das Festhalten am Guten, die Ausdauer, mit der man einer guten Sache treu bleibt. Geduld kennzeichnet die Standhaftigkeit und Beharrlichkeit, mit der man allen Widerständen zum Trotz am Guten festhält, über eine lange Zeit festhält.“ (Klomps 1976, S. 78–82) *Klomps* betont, dass *Augustinus* die Geduld demnach als eine „nach innen verlegte Tapferkeit“ (ebd.) verstehe, und verdeutlicht damit, dass in der Geduld eine unentdeckte Stärke liegen kann.

### 2.3.4 Geduld in der Entwicklung des klösterlichen Lebens

In diesem Kapitel stehen Texte von *Franz von Assisi*, *Katharina von Siena*, *Teresa von Ávila*, *Johannes vom Kreuz* und *Franz von Sales* im Zentrum und zeigen die Bedeutung der Geduld in der Entwicklung des klösterlichen Lebens im christlichen Kontext.

#### 2.3.4.1 Franz von Assisi

*Franz von Assisi* (1182/1181–1226, vgl. Dieterich 1995, S. 140–142) kommt als Sohn einer angesehenen Tuchhändlerfamilie in Assisi in Italien zur Welt. Als junger Mann kämpft er als Ritter, gerät dort in Gefangenschaft, wird schwer krank und wendet sich der Orientierung an *Jesus* zu. Als er sich mit seinem Vater verwirft, nimmt er ein Einsiedlerleben auf, das darauf ausgerichtet ist, in Armut zu leben. Er geht als Laienprediger auf Wanderschaft, sieht sich mit allen Menschen und Tieren geschwisterlich verbunden. Schon zwei Jahre nach seinem Tod wird *Franz von Assisi* heiliggesprochen. *Franz von Assisi* wird bis in die heutige Zeit für sein Eintreten für Menschen in Armut, Krankheit und Not, für seinen Verzicht auf Gewalt und Machtmissbrauch

---

33 Vgl. *Augustinus*, *De patientia*, c 5 n. 4–c. 7 n. 6; PL 40, 612–614; CSEL 41, 665–669. Etwas andere Übersetzung von J. Martin aus Übersetzung von Stöhr 2014, S. 57.



sowie für seine Verbundenheit mit der Natur und der Schöpfung verehrt.<sup>34</sup> Im *Lobpreis des heiligen Franziskus*<sup>35</sup> stellt *Franz von Assisi* Gott als einen dialogischen und wohlwollenden Gott dar und der „Wunderwerke“<sup>36</sup> vollbringt. In seiner Aufzählung der Charakteristika Gottes nennt er in diesem Gebet die Geduld eingeordnet zwischen der Demut und der Schönheit (vgl. ebd.). Damit weist er der Geduld den Stellenwert einer Verbindung zwischen allem Kleinen und Armen, das in Demut gewürdigt wird, und der Größe der Schönheit zu. *Franz von Assisi* praktiziert einen liebevollen und wertschätzenden Blick auf alles Lebendige. Seine Einstellung zur Geduld geht mit der von ihm gezeigten Radikalität, seiner inneren Stimme bzw. seiner Berufung zu folgen und sich bewusst für ein Leben in Armut zu entscheiden, einher.

#### 2.3.4.2 Katharina von Siena

*Katharina von Siena* (1347–1380, vgl. Stöhr 2014, S. 119–169) orientiert sich schon als Kind an einem christlichen Leben, an Askese und Meditation. Gegen den Widerstand ihrer Eltern tritt sie als junge Frau dem Orden der Dominikanerinnen bei. Fortwährend sieht sie *Jesus* als ihr Vorbild und ihren Ehemann an und versteht sich bis zu ihrem Tod in einem tiefen mystischen Eheverhältnis (Borchert und Zulauf 1994, S. 53) mit ihm. *Katharina* verfasst fast vierhundert Briefe an Bekannte, Verwandte und an politisch zentrale Personen sowie theologische Bücher und Gebete. Hierüber gelingt es ihr, sich Gehör zu schaffen und politischen Einfluss auf *Papst Gregor XI.* und seinen Nachfolger *Urban VI.* zu nehmen. Nach ihrem Tod wird *Katharina* heiliggesprochen und als Kirchenlehrerin gewürdigt. Wegen ihrer besonderen Wirkung in der Förderung der Einheit Europas und des Friedens wird sie in Italien und Europa als Schutzpatronin verehrt.<sup>37</sup> Mit *Katharina* äußert sich eine gläubige Christin, zum Thema der Geduld. In ihren Briefen bezieht sich *Katharina* häufig auf die Geduld (vgl. Stöhr 2014, S. 140). Dabei lässt sich ihr Verständnis der Geduld nur im Wissen um ihre Vorstellung eines „mystischen Ehebundes“ (Borchert und Zulauf 1994, S. 53) erklären, in dem sie ihren Körper und ihre Seele vollständig der Nachfolge Christi und Gott unterwirft. Bezüglich ihres Vorbildes für Geduld orientiert sie sich am Leidensweg Christi, der klaglos alles Schwere auf sich genommen habe (vgl. Stöhr 2014, S. 140). Geduld verbindet *Katharina* mit dem Begriff der Liebe, insbesondere

34 Vgl. Schäfer 2020d, Artikel Franz von Assisi, [https://www.heiligenlexikon.de/BiographienF/Franziskus\\_von\\_Assisi.htm](https://www.heiligenlexikon.de/BiographienF/Franziskus_von_Assisi.htm), abgerufen 26.04.2020; Dieterich 1995, S. 140–142.

35 Vgl. Kongregation der Franziskanerinnen vom hl. Martyrer Georg zu Thuine; [http://www.franziskanerinnen-thuine.de/html/seine\\_gebete.html](http://www.franziskanerinnen-thuine.de/html/seine_gebete.html), abgerufen am 26.04.2020.

36 Kongregation der Franziskanerinnen vom hl. Martyrer Georg zu Thuine; [http://www.franziskanerinnen-thuine.de/html/seine\\_gebete.html](http://www.franziskanerinnen-thuine.de/html/seine_gebete.html), abgerufen am 26.04.2020.

37 Vgl. Schäfer 2020f.; Artikel Katherina von Siena, [https://www.heiligenlexikon.de/BiographienK/Katharina\\_von\\_Siena.htm](https://www.heiligenlexikon.de/BiographienK/Katharina_von_Siena.htm), abgerufen 26.04.2020.

der Liebe zu Christus (ebd., S. 150–158). Der Geduld schreibt sie den hochrangigen Titel der „Königin“ (ebd., S. 150–158) zu, die mit dem Werkzeug der „Gerechtigkeit“ (ebd.) über alle Gefühle, vor allem aber den „Zorn“ (ebd.) herrsche. In einem Brief an ihren Bruder ermutigt *Katharina* diesen in seiner Gefangenschaft, die Geduld sachte als eine „Waffe“<sup>38</sup> zu nutzen, um von den Problemen seiner Situation profitieren zu können. In einem anderen Schreiben motiviert sie *Papst Gregor XI.* dazu, Geduld zur Verteidigung seiner Position als Papst einzusetzen.<sup>39</sup> Geduld zeigt und entwickelt sich *Katharina von Siena* zufolge erst in Situationen schweren Leides, die aus ihrer Sicht als elementar zum Leben dazu gehören (vgl. Stöhr 2014, S. 120). Für sie ist es zentral, auf Gott hören zu lernen und darauf zu vertrauen, dass alles im Leben durch Gott beeinflusst wird (vgl. ebd., S. 124). Für die Entwicklung von Geduld sei es daher notwendig, den von ihr so genannten „Eigenwillen“ (ebd. S. 120–133), den sie mit jeglicher Form der „Sinnlichkeit“ (ebd., S. 124) vergleicht und als Merkmal einer aus ihrer Sicht schädlichen „Ungeduld“ (ebd., S. 120–133) versteht, abzutöten.

### 2.3.4.3 Teresa von Ávila

Als *Teresa von Ávila* (1515–1582, vgl. Stöhr 2014, S. 8) dreizehn Jahre alt ist, stirbt ihre Mutter. Ihr Vater schickt sie als Jugendliche zur Erziehung in ein Augustinerkloster. Die lebensfrohe und humorvolle *Teresa*<sup>40</sup> entscheidet sich aber gegen den Willen des Vaters mit zwanzig Jahren für den Wechsel in ein Kloster der kontemplativ lebenden Karmeliterinnen. In dieser Gemeinschaft findet sie, nachdem sie viele seelische Krisenphasen erlebt, die sie als mystische Erfahrungen beschreibt, über Jahre ihre innere Ruhe und Stille. Sie gründet den ersten Konvent der *Unbeschuhten Karmeliterinnen*. Dabei orientiert sie sich an einer klaren Tagesstruktur, die Zeiten des Gebetes und der Stille mit Zeiten der Arbeit und der Begegnung der Schwestern verbindet.<sup>41</sup> Auf *Teresa* gehen viele weitere Klostergründungen und Anregungen zu

---

38 Vgl. „CATERINA DA SIENA (ca. 1347 –1380, Lettere, Lettera n. 18: A Benincasa di Giacomo, suo fratello. Cf. Le Lettere di S. Caterina da Siena. Con note di N. Tommasèo. A cura di P. MISCIATELLI, vol. I, Firenze 1970, 60. (<http://www.preticcattolice.it/Santa%Caterina.htm#tribol>). Text hier nach Giuseppe DI CACCIA OP (ed.). Le lettere di Santa Caterina da Siena, vol. 2, Bologna 1998, 612 (adptiert an modernes italienisch [sic])" in der Übersetzung Stöhr 2014, S. 119.

39 Vgl. „CATERINA DA SIENA; Brief an Papst Gregor XI nach Corneto (a. 1366/77), n. 252; Le Lettere di s.C. di S., versione in italiano corrente, ed. G. di Ciaccia OP, vol. 2, Bologna 1999, 59 –63; klass. italien. Text: <http://www-preticcattoloci.it/Santa%20Caterina.htm#corneto>; vgl. Caterina von Siena, Sämtliche Briefe (hrsg. von W. Schmid), Kleinhain, Bd. 3: An die Männer der Kirche, II, 402 (a. 1366/77), S. 402 –405 in Übersetzung Stöhr 2014, S. 145–149.

40 Vgl. Swedenborg Zentrum Zürich 2016.

41 Vgl. alpha & omega 2015, <https://www.youtube.com/watch?v=0j6eQnNqoSk>, abgerufen 26.04.2020.

einer dialogischen und demokratischen Form der Kirchenleitung zurück. Im Jahr 1622 wird *Teresa* heiliggesprochen und im Jahr 1970 zur Kirchenlehrerin ernannt.<sup>42</sup>

*Teresa* formuliert in ihrem Gebet *Geduld erreicht alles* (vgl. Stöhr 2014, S. 176) ihr tiefes Vertrauen in Gott, der jedes Leben in seiner Beständigkeit trage. Ihre Vorstellung von Geduld führt sie auf ein Ziel hin, das allumfassend ist und sich in der Orientierung an Gott als einem Weggefährten, an den sie sich immer halten könne, erfüllt. Der Mensch erreicht für sie sein Ziel nicht durch eigene Anstrengung, sondern durch die Geduld, die von Gott gegeben wird. Menschliche Sorgen und Nöte dürften den Menschen daher nicht „verwirren“ (ebd.) oder „erschrecken“ (ebd.).

#### 2.3.4.4 Johannes vom Kreuz

Den fast drei Jahrzehnte jüngeren *Johannes vom Kreuz* (1542–1591, vgl. Stöhr 2014, S. 7) verbindet eine tiefe geistige Freundschaft mit *Teresa von Ávila*, durch die er sich motiviert fühlt, den Orden der Karmeliter weiterzuentwickeln.<sup>43</sup> Auch *Johannes* sieht das Fundament allen Seins in einer engen Verbindung mit Gott. Für dieses Ziel, sagt er, „ist es sehr wohl wert, deshalb vieles über sich ergehen zu lassen und mit Geduld und Hoffnung auszuharren“ (Stöhr 2014, S. 174).<sup>44</sup> Über die Verbindung der Geduld mit der Hoffnung schließt *Johannes* an die Zeiten der frühen Entwicklung des Christentums an, indem an die Geduld als Unterstützerin im Durchstehen von Schwierigkeiten und Krisen appelliert wird. Anstelle der von ihm bei Mitmenschen oft beobachteten Form der Selbstüberschätzung und des zu großen Zutrauens in die eigene Leistungsfähigkeit, hält er die Haltung der Demut und ein Warten auf Zeichen Gottes für einen geeigneten Weg, um Geduld erfahren zu können (vgl. ebd.).

#### 2.3.4.5 Franz von Sales

*Franz von Sales* (1567–1622, vgl. Stöhr 2014, S. 8) kommt als ältestes von zwölf Kindern in einer adligen Familie auf Schloss Sales in Frankreich zur Welt. Seine Studienzeit in Paris ist für ihn mit einer persönlichen Krise verbunden. Diese Situation bewältigt er durch die spirituelle Erkenntnis, dass er immer und in jeder Form von Gott geliebt wird, was ihn zu einer optimistischen Haltung dem Leben gegenüber führt. Im Jahr 1591 wird *von Sales* in kirchlichem und weltlichem Recht promoviert, 1591 zum Priester geweiht, 1602 als Bischof von Genf berufen, wo er sich

42 Vgl. Schäfer 2020g, Artikel Theresa von Avila, [https://www.heiligenlexikon.de/BiographienT/Teresa\\_von\\_Avila.htm](https://www.heiligenlexikon.de/BiographienT/Teresa_von_Avila.htm), abgerufen am 26.04.2020; Voigt 2010, S. 123–124.

43 Johannes vom Kreuz (1542 – 1591), Schäfer 2020e, Artikel Johannes vom Kreuz, [https://www.heiligenlexikon.de/Biographien/J/Johannes\\_vom\\_Kreuz.htm](https://www.heiligenlexikon.de/Biographien/J/Johannes_vom_Kreuz.htm), abgerufen 26.04.2020.

44 Original: „Y por un bien tan grande, mucho conviene pasar y sufrir con paciencia y esperanza.“ Quelle: ‘Juan de la Cruz (1542 –1591), Subida del monte Carmelo, lib. 3, c. 2n. 15; Vida y obras de san Juan de la Cruz, Madrid 1955 (BAC 15), 673’ aus der Übersetzung von Stöhr 2014, S. 174.

intensiv um ein Kennlernen der Situation der Pfarreien in seiner Diözese bemüht. *Von Sales* stirbt im Jahr 1622 in Folge eines Schlaganfalls. Im Jahr 1661 wird er seliggesprochen, im Jahr 1665 folgt darauf die Heiligsprechung und im Jahr 1877 die Ernennung als Kirchenlehrer, später als Patron der Gehörlosen, der Schriftsteller\*innen und Journalist\*innen. An seiner Gott wie den Menschen wertschätzenden Spiritualität und Pädagogik orientieren sich seit der Zeit seines Wirkens zahlreiche Klöster, Ordensgemeinschaften, Kinder- und Jugendeinrichtungen, Jugendwohnheime, Schulen, Hochschulen und Verlage.<sup>45</sup> In *Philothea – Anleitung zum frommen Leben* (Sales 2015)<sup>46</sup> gibt *von Sales* im Stil eines spirituellen Ratgebers lebenspraktische Vorschläge, wie sich Geduld hin zu mehr Frömmigkeit praktizieren und einüben lässt. Geduld ist für *von Sales* eine „kleine Tugend“,<sup>47</sup> die im Alltag in jedem Beruf und jeder Lebenssituation auf einem „Weg der kleinen Schritte“ (ebd.) mit dem Ziel eines Lebens in mehr Frömmigkeit geübt werden kann (vgl. ebd., S. 135–136). Gott zeigt sich für *von Sales* als barmherzig und wartet ihm zufolge selbst mit Langmut<sup>48</sup> darauf, dass sich der Mensch zum Glauben bekehrt (ebd., S. 38). Die Geduld stellt nach *von Sales* einen Zugang zur Seele dar (ebd., S. 137). Für einen Umgang mit Problemen von Mitmenschen orientiert er sich am Leidensweg *Jesu*, den er für sein „geduldiges Ertragen der Schwierigkeiten, Widerwärtigkeiten und Unannehmlichkeiten“ (ebd.) als Vorbild ansieht. Einen geduldigen Menschen versteht *von Sales* als „wahren Diener Gottes“ (ebd., S. 137–138), der alles Leid erträgt, auch wenn es ihm von Freunden zugefügt wird und das Ertragen zu keinerlei Ruhm und Ehre führt. Lege es jemand etwa darauf an, wegen seines Leides von anderen bemitleidet oder bedauert zu werden, so zeige sich „keine echte Geduld, sondern nur eine ganz raffinierte Ehrsucht und Eitelkeit“ (ebd., S. 138). Im Gegensatz dazu gebe es aber viele Situationen, in denen nicht das individuelle Leid das einzige Problem sei, das der Geduld bedürfe (ebd.). Häufig seien auch weitere „Umstände“ (ebd., S. 138) mit zu ertragen, wie etwa berufliche und familiäre Nachteile für Mitbetroffene und Familienmitglieder, was als zusätzliche Sorge empfunden werden könne (vgl. ebd.). Für Schwierigkeiten, die im mitmenschlichen Umgang entstehen, empfiehlt *von Sales*,

---

45 Vgl. Kongregation der Oblaten des hl. Franz von Sales (Deutschsprachige Provinz) 2019; Sales 2015, S. 395–397; Stöhr 2014, S. 176–183.

46 *Philothea – Anleitung zum frommen Leben* (Sales 2015) erscheint erstmals im Jahr 1609, geht direkt weltweit in Druck und ist auch in heutiger Zeit populär. Sie versteht sich als eine Form der spirituellen Lebensanleitung im Stil von *Exerzitien im Alltag*, die Franz von Sales der *Madame de Chamoisy* in Form von Briefen als Empfehlung gibt, dann aber auch für eine allgemeine Öffentlichkeit als Orientierung publiziert.

47 Herbert Winklehner, Kongregation der Oblaten des hl. Franz von Sales, deutschsprachige Provinz in Kongregation der Oblaten des hl. Franz von Sales (Deutschsprachige) Provinz 2019.

48 Anmerk. BSB: „Langmut“ wird hier stellvertretend als Formulierung für „Geduld“ gewählt.

sich bei falschen Anschuldigungen mit Ruhe zu verteidigen und die Schuld zu verneinen (vgl. ebd., S. 139). Für den Umgang mit Krankheiten betont er, dass der Beginn eines langsamen Heilungsprozesses „Mut und Geduld“ (ebd., S. 36) erfordere. Bei Krankheiten rät er dazu, die Heilmittel und Heilkunst eines Arztes zu akzeptieren. Sollte keine Heilung möglich sein, so sei die Krankheit Gott in Geduld zu „opfern“ (ebd., S. 139; ebd., S. 141).

### 2.3.5 *Geduld in der Industrialisierung*

Die Phase der Industrialisierung zeichnet durch eine Spanne kreativer Entwicklungen neuer technischer Möglichkeiten in der gleichzeitigen Anforderung starker sozialer Umbrüche ab, für die die Geduld eine Orientierung gegeben hat.

#### 2.3.5.1 William Bernhard Ullathorne

*William Bernhard Ullathorne* (1806 bis 1889)<sup>49</sup> wird als ältestes von zehn Kindern in England geboren. Nach einer kurzen Schulzeit und Ausbildung im familiären Betrieb entscheidet er sich für die Seefahrt, spürt dann aber den Wunsch, Priester zu werden. *Ullathorne* wird Benediktinermönch, Priester und im Jahr 1846 zum katholischen Bischof von Birmingham gewählt. Zeitweise übernimmt er die Funktion als Generalvikar von Australien. *Ullathorne* setzt sich als Kirchenmanager für den Ausbau der katholischen Kirche in England ein und überzeugt *Papst Gregor XVI.*, dies auch in Australien verstärkt zu verfolgen. (vgl. Ullathorne 1891; Serle 1949)

Im Jahr 1912 erscheint *Ullathornes* Monografie *Mehr Geduld! Die christliche Geduld* (Ullathorne 1912). Die herausgebenden Benediktinerinnen betonen, dass *Ullathornes* Werk in die Umbruchszeit der Industrialisierung fällt, die durch den technischen und kulturellen Wandel von einer Zerrissenheit zwischen dem Erleben von Hektik und dem Wunsch nach Ruhe und Geduld geprägt sei (vgl. Ullathorne 1912). In seinen Ausführungen zur Geduld definiert *Ullathorne* Geduld als ein „Zeugnis für die Echtheit unserer Liebe“ (ebd., S. 10), die „nur durch anstrengendes Ringen, durch Selbstbeherrschung und Verleugnung des eigenen Ich erlangt“ (ebd.) werden könne, dann aber zu großem Frieden führe. Den Ursprung der Geduld sieht er in einem festen Glauben an Gott. Geduld ist für ihn ein Mittel, um die Liebe Gottes zu erfahren. Die Aufgabe der Geduld sei es dabei, alle menschlichen Regungen zu züchtigen und sie der Liebe unterzuordnen (vgl. ebd.). Die „starke, männliche Tugend“ (ebd., S. 11) der Geduld helfe mit disziplinarischer Strenge gegen alle Schwächen.

49 Vgl. Cheney 2013, <http://www.catholic-hierarchy.org/bishop/bulla.html>, abgerufen am 26.04.2020.

### 2.3.5.2 Mahatma Gandhi

Der indische Anwalt und Menschenrechtler *Mahatma Gandhi* (1869 – 1948, vgl. Borchert und Zulauf 1994, S. 217) setzt sich für Freiheit, Frieden, den interreligiösen Respekt und für Toleranz besonders unter Hindus und Moslems, gegen die Rassentrennung in Südafrika und für die Unabhängigkeit Indiens ein. *Gandhi* stirbt 1948 in Folge eines Attentats (Bauschke 2018, S. 31). Er wird durch seinen gewaltfreien Widerstand, den er „Nicht-Gewalt“ (Otto 1984, S. 7) nennt, weltweit bekannt. Für *Gandhi* sind Geduld und Gewaltlosigkeit, die ihm zufolge erlernbar sind, eng mit einer Haltung der Toleranz von Andersdenkenden verbunden.<sup>50</sup> Sein ethisches Verständnis reicht jedoch weit über ein reines Ertragen schwieriger Umstände, Bedingungen und Beziehungen hinaus (Schmidt-Salomon 2017, S. 78), indem er „Selbstverwirklichung“ (Wessler 2019, S. 771–780) sowie eine „unerschöpfliche Geduld“<sup>51</sup> als Basis einer „Selbstzucht“ (ebd.) fordert. Diesen hohen Anspruch legt er auch bei sich selbst an, wobei er sich der Geduld und des „Nicht-Widerstandes“<sup>52</sup> als „Methode“ (ebd.) bei der Erledigung schwieriger Aufgaben bedient. Die aktuelle innenpolitische Anerkennung *Gandhis* in Indien ist ambivalent und politisch brisant: Mit seiner Haltung ist er weltweit ein Vorbild für viele Freiheitsbewegungen bis in die heutige Zeit. In Indien wird er einerseits als Nationalheld verehrt. Andererseits wird er in Anbetracht der Tatsache, dass die Bevölkerungszahl wächst und das Land von Konsum und Kapitalismus geprägt ist, als nicht mehr zeitgemäß betrachtet. Zugleich werden seine Ansichten von fundamentalistisch-hinduistischen Kreisen wegen ihrer interreligiösen Offenheit abgelehnt (vgl. Wessler 2019, S. 771–780; Bauschke 2018, S. 31).

### 2.3.5.3 Rainer Maria Rilke

Im Jahr 1903 rät der Dichter<sup>53</sup> *Rainer Maria Rilke* (1875 – 1926, vgl. Zimmermann 2011, S. 112) in einem Brief an den jungen Dichter *Franz Xaver Kappus* zu der Aussage: „*Geduld ist alles*“ (Rilke 2009, S. 18–19). Eindringlich ermutigt er *Kappus*, seiner inneren Stimme und der kommenden Zeit als Kraftquellen für seine kreative Entwicklung zu trauen. *Rilke* betont, dass anstehende menschliche und künstlerische Reifungsprozesse nicht mit der Zeit zu messen seien. Damit will er den jungen Mann ermutigen, sich Ruhe für seine Vorhaben zu gönnen und darauf zu verlassen, dass sich die von ihm gewünschten Ergebnisse mit der Zeit zeigen. *Rilke* zieht den Vergleich mit einem Baum, der über die Jahreszeiten hinweg dem Rhythmus der Natur

---

50 Vgl. Gandhi in *Young India*, 22.7.1929, zitiert in Otto 1984 S. 41.

51 Gandhi aus *Self-restraint v. self-indulgence*, 1928 zitiert in Otto 1984, S. 90.

52 Ebd.

53 Vgl. Rilke 2009; Rilke 2013; Rilke Gesellschaft, abgerufen am 26.04.2020; <https://www.schoenherz-fleer.de/rilke-projekt>, abgerufen am 26.04.2020.

folgt. Künstler bräuchten das Vertrauen, dass sich der „Sommer“ (ebd.) – hier zu verstehen als Symbol für Leichtigkeit nach anstrengenden Phasen – mit Geduld von selbst zeige. Ein geduldiger Mensch orientiere sich an der Ewigkeit, die „sorglos still und weit“ (ebd.) vor ihm liege. *Rilke* empfiehlt *Kappus*, sich den eigenen Fragen und dem Leben mit Liebe zuzuwenden, statt nach schnellen Antworten zu suchen (vgl. *Rilke* 2009, S. 24–25).

#### 2.3.5.4 Maria Montessori

*Maria Montessori* (1870–1952, vgl. *Waldschmidt* 2015, S. 9) erlangt in Italien als eine der ersten Frauen einen akademischen Abschluss in Medizin (vgl. *Montessori* 2014, S. 5; *Ludwig* 2010). In der Sozialpädagogik und Pädagogik haben Fachbücher zur Geduld bisher eine geringe Bedeutung. Der Grund dafür ist unklar, zumal schon *Montessori* bei der Entwicklung ihres pädagogischen Ansatzes betont, wie essenziell die Geduld für die individuelle Entwicklung des Kindes sei. In ihre Empfehlungen zur Geduld in der Pädagogik lässt sie ihre beruflichen Erfahrungen als Direktorin eines heilpädagogischen Institutes der Psychiatrischen Universitätsklinik in Rom sowie als Leiterin des ersten reformpädagogischen Kinderhauses in San Lorenzo ebenfalls in Rom einfließen (ebd.). Die auf sie zurückgehende Montessori-Pädagogik prägt viele Einrichtungen der gegenwärtigen Primär- und schulischen Erziehung sowie Bildung. Über die Reflexion ihrer Praxiserfahrung gibt *Montessori* Anregungen für die Begleitung junger Menschen in Orientierungsphasen unter der Berücksichtigung der Geduld. Der pädagogische Ansatz von *Montessori* zur Geduld zeichnet sich durch folgende Kriterien aus: *Montessori* definiert die Geduld als eine Tugend,<sup>54</sup> die mit Anstrengung<sup>55</sup> verbunden ist, in der das Erreichen von Zielen<sup>56</sup> aber zu Glück,<sup>57</sup> Würde (ebd.) und Bewunderung<sup>58</sup> führt. In der Geduld zeigten sich ein Glauben<sup>59</sup> und eine Lebensphilosophie (ebd.). *Montessori* schreibt der Geduld des Lehrers<sup>60</sup> Grö-

54 Aus: Die Natur in der Erziehung – landwirtschaftliche Arbeiten Jahr 1909, in *Ludwig* 2010, S. 448–449 sowie Die Entdeckung des Kindes X Die Lehrerin, in *Ludwig* 2010, S. 180.

55 Aus: Die Entdeckung des Kindes – XXII Die religiöse Erziehung, in *Ludwig* 2010, S. 343–344.

56 Aus: Die Entdeckung des Kindes – XXIII Die Disziplin im Kinderhaus, in *Ludwig* 2010, S. 367.

57 Aus: Die Entdeckung des Kindes – XXII Die religiöse Erziehung, in *Ludwig* 2010, S. 343–344.

58 Aus: Die Entdeckung des Kindes XXIII Die Disziplin im Kinderhaus, in *Ludwig* 2010, S. 352–353.

59 Aus: Die Natur in der Erziehung – landwirtschaftliche Arbeiten Jahr 1909, in *Ludwig* 2010, S. 448–449.

60 *Montessori* differenziert in ihren Artikeln nicht zwischen den pädagogischen Berufen der Lehrkraft und der Erzieherin. Sie trifft keine Genderbeschreibung, wie sie in der heutigen Pädagogik Standard ist.

ße<sup>61</sup> zu und der Geduld des Kindes Unendlichkeit.<sup>62</sup> Die Fähigkeit,<sup>63</sup> Geduld zu lernen, sieht sie als Ressource, die in der Persönlichkeit des Kindes schon angelegt ist und die von diesem sowohl durch Alltagserfahrungen als auch durch die Beobachtung von Vorbildern instinktiv geübt werden kann.<sup>64</sup> Die Entwicklung von Geduld kann nach *Montessori* über positive Impulse von außen gefördert werden.<sup>65</sup> Lernen versteht *Montessori* insgesamt als einen Selbstbildungsprozess, der durch geduldiges Üben gekennzeichnet ist.<sup>66</sup> Kinder können nach *Montessori* somit Geduld trainieren und ihren Willen, ein Ziel zu erreichen, prüfen.<sup>67</sup> Für Pädagog\*innen empfiehlt sie, Geduld als eine Haltung zu sehen, in der die Entwicklung eines Kindes situativ zwischen Beobachtung<sup>68</sup> und Eingreifen<sup>69</sup> in einen Prozess gefördert wird. Gerade für Lehrer\*innen sei diese Methodik anspruchsvoll, da sie sich weniger im Reden, sondern vielmehr im tugendhaften Handeln in der Praxis bewähre.<sup>70</sup>

### 2.3.6 *Geduld* in der Gegenwart

Die Erfahrungen aus der Zeit des Nationalsozialismus, der Nachkriegsjahre des zweiten Weltkrieges sowie des Aufbaus einer freiheitlich-demokratischen Gesellschaft werfen existenzielle Sinnfragen auf, wie mit der Erfahrung von Leid, von Ungerechtigkeit und dem Erleben von Ohnmacht auch in der Beratung einzelner Menschen umzugehen ist. Die Geduld als eine Ressource wird in dieser Phase besonders in den Werken einzelner Theolog\*innen, Pädagog\*innen, Sozialarbeiter\*innen sowie Künstler\*innen sichtbar. Exemplarisch werden im Folgenden Aussagen zur Geduld von Personen dargestellt, die für ein (sozial-)pädagogisches Coaching relevant sind.

---

61 Aus der Zusammenfassung der Didaktik-Vorlesungen 1900, in Ludwig 2010, S. 527.

62 Aus: Die Entdeckung des Kindes – XXIII Die Disziplin im Kinderhaus, in Ludwig 2010, S. 352–353.

63 Aus: Die Entdeckung des Kindes V Erziehung der Bewegungen, in Ludwig 2010, S. 113.

64 Aus: Die Entdeckung des Kindes V Erziehung der Bewegungen, in Ludwig 2010, S. 115–116.

65 Aus: Die Entdeckung des Kindes III In den "Kinderhäusern" angewandte Unterrichtsmethoden, in Ludwig 2010, S. 63.

66 Aus: Montessoris erstem Ausbildungskurs in Città di Castello (1909), in Ludwig 2010, S. 593.

67 Aus: Die Entdeckung des Kindes – XXIII Die Disziplin im Kinderhaus in Ludwig 2010, S. 367.

68 Aus: Die Entdeckung des Kindes III In den "Kinderhäusern" angewandte Unterrichtsmethoden, in Ludwig 2010, S. 63.

69 Aus: Die Entdeckung des Kindes III In den "Kinderhäusern" angewandte Unterrichtsmethoden, in Ludwig 2010, S. 67.

70 Aus: Die Entdeckung des Kindes X Die Lehrerin, in Ludwig 2010, S. 180.



### 2.3.6.1 Romano Guardini

Das Wirken *Romano Guardinis* (1885–1968, vgl. Guardini 1985)<sup>71</sup> erstreckt sich über die Jahrhundertwende und die beiden Weltkriege bis in die Nachkriegszeit sowie den Aufbau der Bundesrepublik Deutschland als demokratischen Staat. Während einer Zeit der psychischen und beruflichen Neuorientierung zwischen seinem Studium und seiner Priesterweihe wird *Guardini* von einem Ehepaar, das er als „geistige Eltern“ (Guardini 1985, S. 94) beschreibt, mit „Geduld und Sorge“ (ebd.) unterstützt. *Manfred Wolferstorf* betont, dass *Guardini* das Krisenerleben von depressiven Menschen mit der Erfahrung eines Gotteserlebens verbindet und ihnen ein intensives spirituelles Gefühl zuspricht (vgl. Wolfersdorf 2011, S.145). Für Menschen, die an einer Depression erkrankt sind, seien Geduld sowie ein wertschätzendes Warten auf kleine Veränderungen notwendig (vgl. ebd., S. 114). Im *Lesebuch der Lebensweisheiten* (Guardini 2013), das Empfehlungen im Jahreskreislauf enthält, führt *Guardini* die Idee einer ruhigen, beständigen, aber auch neue Lebensimpulse integrierenden Begleitung von Menschen fort, die er in der Geduld verankert: *Guardini* betont, dass das christliche Gottesbild von einem Gott ausgehe, der der Welt treu ist. Gottes Haltung gegenüber der Welt sei die Geduld. In einem Vergleich zwischen dem Tier und dem Menschen kommt *Guardini* zu dem Schluss, dass nur der Mensch Ungeduld zeigen könne, da er eine Idee von einer Zukunft habe und sich dafür entscheiden könne, einer Entwicklung Zeit zu geben. Geduld besteht für *Guardini* darin, sowohl die Geschehnisse in der Welt, die Eigenheiten anderer Menschen, besonders der Menschen, mit denen über Jahre eine Verbundenheit entstanden sei, als auch die eigenen anstrengenden Eigenschaften zu akzeptieren und auszuhalten. Geduld beginne immer wieder neu, auch wenn etwas schwierig sei. Dabei sei die Geduld mit einem tiefen Verständnis und mit Akzeptanz der eigenen Person und der Mitmenschen verbunden. In diesem Sinne zeige sich die Geduld als Weisheit (vgl. Guardini 2013, S. 61–65).

71 Nachdem Guardinis Lehrstuhl in Berlin durch die Nationalsozialisten aufgelöst wird, zieht er sich ins Allgäu zurück und verfasst dort seine *Berichte über mein Leben* (Guardini 1985) als eine Form persönlicher Aufzeichnungen. Hierin beschreibt er, wie er auf Wunsch seines Vaters ein Chemiestudium aufnimmt, mit dem er aber unglücklich ist. Im Denken, es dem Vater recht machen zu wollen, ringt *Guardini* intensiv über die Wahl seiner Berufung. *Guardini* verfällt in eine depressive Krise. Phasen der „Schwermut“ (Guardini 1985, S. 77) wie er diese Zeiten nennt, holen *Guardini* im Laufe seines Lebens immer wieder ein. Indem er seine seelischen Krisen als eine Form seiner „schöpferischen Veranlagung“ (ebd.) und als eine Haltung der „Güte für andere“ (ebd.) interpretiert, gelingt es ihm diese Phasen positiv zu verarbeiten. Seinen späteren Auftrag als Professor sieht er darin, die Studierenden auch darin zu lehren, unlösbare Dinge in Ruhe zu tragen (Guardini 1985, S. 90).

### 2.3.6.2 Dietrich Bonhoeffer

*Dietrich Bonhoeffer* (1906–1945, Schäfer 2020c) setzt sich als Jungsekretär des Weltbundes christlicher Studenten, als Pfarrer und als Hochschullehrer bewusst für ein Leben in Frieden und in Gerechtigkeit mit einer Orientierung an der Bergpredigt ein. Schon frühzeitig engagiert er sich im politischen Widerstand gegen das Regime der Nationalsozialisten. Kurz vor Ende des Krieges stirbt er auf Befehl Hitlers im Konzentrationslager Flossenbürg in Bayern. Bis in die heutige Zeit wird er als Märtyrer und als ein Befürworter der Ökumene verehrt (ebd.). In seinem Gedicht *Jedes Werden braucht Geduld* (Bonhoeffer 2015, S. 7) beschreibt *Bonhoeffer* vergleichbar mit *Rilke* (vgl. Kapitel 2.3.5.3), wie sich alle Lebensprozesse durch eine wartende Haltung, Geduld und Zeit hin zu einem „Blühen“ (ebd.) als gewünschtem Zustand entwickeln.

### 2.3.6.3 Madeleine Delbrêl

Aufgewachsen in bescheidenen Verhältnissen entscheidet sich die überzeugte Atheistin (vgl. Georgens und Delbrêl 2004) *Madeleine Delbrêl* (1904–1964, vgl. Voigt 2010) für ein Studium der Philosophie und Kunst. Als sie in eine familiäre Krise gerät, erlebt sie eine Begegnungserfahrung, in der sie Gott für sich entdeckt (ebd.). Sie schließt sich einer Pfarrgemeinde in Paris an, lässt sich als Sozialarbeiterin ausbilden und übernimmt zusammen mit einer Freundin die Leitung einer Sozialstation während des Zweiten Weltkrieges und entscheidet sich für das Leben in einer spirituellen Gemeinschaft mit anderen Frauen (vgl. Georgens und Delbrêl 2004). *Delbrêl* setzt sich als „Mystikerin der Straße“ (Delbrêl und Schleinzer 2007, S. 36–38) in dem kommunistisch geprägten Pariser Vorort Ivry für die Anliegen der Arbeiter\*innen sowie die Wahrnehmung der Lebenssituation der ärmeren Bevölkerung in einem Christentum in einer säkularisierten Welt ein (vgl. Delbrêl 1991; Delbrêl und Schleinzer 2007). Aufgrund dieser Erfahrungen wird sie als Beraterin für das *Zweite Vatikanische Konzil* tätig (vgl. Voigt 2010, S. 183–184; Georgens und Delbrêl 2004). Auch die 1993 als „Dienerin Gottes“ (Voigt 2010, S. 183–184) selig gesprochene *Delbrêl* (2007) wird durch die Erfahrung von Leid während des Zweiten Weltkrieges intensiv geprägt. In ihrem Gedicht *Die kleinen Übungen der Geduld* (Delbrêl 2010, S. 197–198) beschreibt *Delbrêl*, wie anstrengend die Menge der Aufgaben und Belastungen des Alltages besonders aus Sicht einer Frau sind (vgl. Delbrêl und Schleinzer 2007, S. 36–38; Delbrêl in Voigt 2010, S. 183–184). Diese Erfahrungen definiert *Delbrêl* als „kleine Geduldübungen“ (ebd.), die als „Partikel“ (ebd.) zu einer „großen Passion“ (ebd.) als Sinnbild einer einzigartigen Leidenschaft oder einem Lebensziel hinführten. Sie erfüllten sich jedoch nicht in persönlichem Ruhm, auch nicht im individuellen Überleben, sondern einzig in der „Ehre“ (ebd., Anm. BSB: gemeint ist die Ehre Gottes). *Delbrêl* vergleicht die „kleinen Übungen der Geduld“

(ebd.) mit einem „Martyrium“ (ebd.) und einem „Opfer“ (ebd.), die auf diesem Weg zu erweisen seien.

#### 2.3.6.4 Dorothee Sölle

*Dorothee Sölle* (1929–2003)<sup>72</sup> setzt sich mit den Themen der Friedens- und Ökologiebewegung, der Schöpfung, den Rollen von Frauen sowie den Fragen der Macht und der Gerechtigkeit auseinander (vgl. Sölle 1999). Ihr Werk steht für eine intensive Verbindung von Mystik, Widerstand und Befreiung. In ihrem Gedicht *Ich kann dich nicht mitteilen* (Sölle 1982, S. 9) klagt Sölle darüber, wie kräftezehrend es für sie ist, als Frau und als Theologin weder in der Kirche noch privat respektiert zu werden, wenn sie von ihrem Glauben spricht. Sie zieht dabei einen Vergleich zwischen ihren „klügeren“ Freunden (ebd.),<sup>73</sup> mit denen sie ihre gebildeten Freund\*innen meint, die ihr zu einem Richtungswechsel raten, ihren „dümmeren“<sup>74</sup> Freunden, mit denen sie ihre bodenständigen Freund\*innen bezeichnet, deren Rat zur Geduld ihr vertrauenswürdiger erscheint, „weil sie alles teuer bezahlen würden“ (ebd.) und ihren „feinden“ (sic, ebd.),<sup>75</sup> die sie im klerikalen Kontext verortet sieht. Sölle zeichnet in ihrem Gedicht das Bild einer Geduld, die nicht intellektuell verstehbar, sondern nur im praktischen Alltag erfahrbar sei. Darin berge die Geduld als Alltagsressource aber auch die Gefahr, dass sie einen hohen Preis haben könne (vgl. ebd.). Für Sölle äußert sich in jeder Erfahrung und jedem Handeln des Menschen immer ein Wirken Gottes, das als mystisches Erleben beschrieben werden kann (vgl. Voigt 2010, S. 223–224; vgl. Kapitel 2.2.9). Damit positioniert sie sich in inhaltlicher Nähe zu *Karl Rahner*, der davon ausgeht, dass jeder Mensch zu einer erfahrungsorientiert-mystischen Theologie fähig sei (vgl. Sölle 1997, S. 31–37), was sich auch in seinem Verständnis der Geduld widerspiegelt.

#### 2.3.6.5 Karl Rahner

Im Jahr 1982 erklärt *Karl Rahner* (1904–1984)<sup>76</sup> an der Universität Tübingen in seinem Vortrag *Über die intellektuelle Geduld mit sich selbst* (Rahner 1983), dass die Geduld mit der eigenen Person besonders schwierig sei, obwohl sich in ihr über die Gelassenheit die Freiheit zeige (vgl. Rahner 1983, S. 42). In seinen Ausführungen geht er

72 Kley-Olsen 2019, <https://www.dorothee-soelle.de/%C3%BCber-dorothee-s%C3%B6lle/biographisches/>, abgerufen am 26.04.2020.

73 Sölle spricht hiermit ihre wissenschaftlich gebildeten Freund\*innen an.

74 Sölle bezieht sich hiermit auf ihre weniger gebildeten Freund\*innen, gleichwohl sich die Bezeichnung *dümmer* in der heutigen Zeit entwertend verstehen ließe.

75 Sölle wählt in dem Gedicht durchgehend die Kleinschreibung. Mit *Feinden* meint an dieser Stelle *Priester*.

76 Schöndorf SJ, <https://karl-rahner-archiv.de/>, abgerufen am 26.04.2020.

auf das Verhältnis der stark gewachsenen Wissensbestände zur beschränkten Möglichkeit des Menschen ein, diese in einem Leben durchdringen zu können. Provokativ verfolgt er die These, dass der einzelne Mensch verglichen mit dem Menschheitswissen immer „dümmer“<sup>77</sup> (Anm. BSB: In der Wortwahl *Rahners*) geworden sei, da er die Welt nicht mehr in übersichtlichen Kategorien beschreiben könne. Dies verlange im interdisziplinären Dialog, mit dem *Rahner* besonders die wissenschaftlichen Zuhörer\*innen anspricht, einen respektvollen Umgang mit dem Wissen bzw. Nichtwissen der eigenen Person sowie anderer Personen (vgl. Rahner 1983, S. 6, S. 53–54). Die Geduld sieht *Rahner* als Bedingung an, um Nichtwissen ertragen zu lernen. Er vergleicht sie mit einer Vorstufe zur „docta ignorantia“ (Rahner 1983, S. 54–55), der Lehre des Nichtwissens, in der östliche wie westliche Mystiker ihre Erfahrung beschreiben, über die sie durch mentale Versenkung mit dem Göttlichen in Berührung kommen. Christliche Verantwortung sei es, in der Orientierung am Leben und Sterben *Jesu* geduldig die Widersprüchlichkeiten des Lebens auszuhalten, die Verantwortung des Mystikers bestehe darin, sich den Bedürfnissen der Armen in ihrem Alltag zuzuwenden (vgl. ebd., S. 54–55). Die Geduld, die *Rahner* als „Ausharren in der heutigen Spannung zwischen rationaler Einsicht und freier Entscheidung“ (ebd., S. 61) definiert, erfordert seiner Ansicht nach, die Fähigkeit des Menschen, mit seinen „Unzulänglichkeiten“ (ebd., S. 62) zurechtzukommen. *Rahner* betont, dass der Mensch „wie in winterlicher Zeit, mit sich Geduld haben müsse“ (ebd. S. 63).

### 2.3.6.6 Eberhard Jüngerl

*Eberhard Jüngerl* (geb. 1934)<sup>78</sup> geht in seinem Vortrag *Gottes Geduld – Geduld der Liebe* (Jüngerl 1983) in der mit *Rahner* gemeinsam veröffentlichten Monografie *Über die Geduld* (Jüngerl und Rahner 1983) von einem leidenschaftlichen Gottesbild aus. Dort heißt es: „Gott ist geduldig – nicht *obwohl*, sondern *weil* er so leidenschaftlich ist“ (Jüngerl 1983, S. 11). Der Mensch ist ihm zufolge durch die Verbindung mit der Liebe Gottes in seiner Geduld und seiner Ungeduld leidenschaftlich. Die Geduld im Speziellen ist für *Jüngerl* „der lange Atem der Leidenschaft“ (ebd., S. 11). Auch die „Leidenschaft der Hoffnung“ (ebd., S. 24) wurzelt aus seiner Sicht in der Geduld. Am Vorbild der Geduld Gottes erfahre der Mensch, wie Gott ihm Raum und Zeit lasse, auch wenn seine Liebe einmal unerwidert sei (vgl. ebd., S. 29). Das Ziel der

---

77 *Rahner* nutzt hier den Begriff *dümmer* als Synonym für *ungebildet*.

78 Evangelisch-Theologische Fakultät, <https://uni-tuebingen.de/fakultaeten/evangelisch-theologische-fakultaet/lehrstuehle-und-institute/systematische-theologie/systematische-theologie-i/mitarbeiter/ehemalige-mitarbeiter/juengel/>, abgerufen am 26.04.2020.

Geduld sei daher die Liebe und deren Triumph, die Zeit sowie Durchhaltevermögen erforderten (vgl. ebd., S. 11).

### 2.3.6.7 Kurt Marti

*Kurt Marti (1921–2017)*<sup>79</sup> setzt sich in seiner Arbeit für ein Christentum ein, das sich sozial engagiert. In seinen Texten reflektiert er wie *Sölle* besonders den Vietnamkrieg, die Globalisierung, die atomare Bedrohung und die gesellschaftliche Verantwortung der Kirche. In seinem Gedicht „*kirche hochzeit zwischen geduld und revolte*“ (Marti 2011, S. 44)<sup>80</sup> wendet er sich kritisch der Organisation Kirche und ihrem Umgang mit Macht zu. In der Formulierung „brüder stiftend in frommen verstecken die hochzeit zwischen geduld und revolte“ (sic, ebd.) äußert er seine Hoffnung auf strukturelle Veränderung in der Kirche über eine revolutionierende politische Eigenschaft der Geduld.

### 2.3.6.8 Johannes Kuhn

*Johannes Kuhn (1924–2019)*<sup>81</sup> zufolge ist Geduld eine – wenn auch nicht geschätzte – Tugend, besonders für krisenhafte Tage. Um wirken zu können, braucht die Geduld *Kuhn* zufolge wie bei *Jüngerl* „einen langen Atem“ (Kuhn 1989, S. 7) und setze damit der Hektik des Alltages eine zeitliche Struktur der Langlebigkeit entgegen. Geduld ist nach *Kuhn* dort sinnvoll, wo das Lebenstempo das Handeln und Erleben zu stark bestimmt. Die Perspektive auf die Geduld ermögliche einen neuen, eigenen „Ausgangspunkt“ (ebd.), von dem aus sich eine als mühsam erfahrene Fragestellung anders betrachten lasse. Anlässe für Geduld können nach *Kuhn* im Leben unerwartet auftreten oder eine Routine unterbrechen. Geduld ereigne sich somit als eine Begegnung, die sich verbunden mit Unerwartetem und Ereignissen, Höhen und Tiefen zeige und in einen „Lernprozeß“ (ebd.), den er mit „Das Leben ist so!“ (ebd.) kommentiert, einbinde (vgl. Kuhn 1989, S. 7).

### 2.3.6.9 Tomáš Halík

*Tomáš Halík* (geb. 1948, vgl. Halík 2010) diskutiert in seiner Monographie „*Geduld mit Gott*“ (Halík 2010) die Frage, warum Gott gerade in persönlichen und gesellschaftlichen Krisen – wie es der Atheismus im Kommunismus ihm zufolge darstellt – als nicht erfahrbar erlebt werde. *Halík* versteht Geduld als Unterscheidungskriterium

79 Kurt Marti Stiftung, <https://kurtmarti.ch/>, abgerufen am 26.04.2020.

80 Marti wählt in seinem Gedicht *kirche hochzeit zwischen geduld und revolte* durchgehend die Kleinschreibung.

81 Deutsche Digitale Bibliothek, <https://www.deutsche-digitale-bibliothek.de/person/gnd/119414376>, abgerufen am 26.04.2020.

zwischen dem Glauben und dem Atheismus. *Halík*s Auffassung nach wirkt Gott oft im Verborgenen und lädt den Menschen dazu ein, mit ihm geduldig zu sein. Dies zeige sich besonders im Glauben, in der Hoffnung und in der Liebe, die er als die drei „Aspekte unserer Geduld mit Gott“ (Halík 2010, S. 10–11) definiert, über die in einer Glaubenskrisen der Einfluss Gottes erfahrbar werden könne (ebd.). Die Aufgabe des Priesters sei es, anderen Menschen mit Geduld und Respekt zu begegnen (ebd., S. 29) und sie unabhängig von ihrem gesellschaftlichen Status orientiert am Vorbild *Jesu* in ihrem Leben und ihrer Suche nach Sinn mit Offenheit in ihren existenziellen Fragen zu begleiten (vgl. ebd., S. 38–40). Am Beispiel der Begegnung von *Zachäus und Jesus* werde deutlich, dass die Figur *Jesu* selbst ein Vorbild in Bezug auf Geduld gewesen sei (vgl. Halík 2010, S. 69).

### 2.3.6.10 Jean-Philippe Toussaint

*Jean-Philippe Toussaint* (geb. 1957)<sup>82</sup> geht von einer Dualität der Kräfte in einem kreativen Prozess des Schreibens aus. Seiner Auffassung nach sind die „Dringlichkeit und die Geduld“ (Toussaint 2012, S. 21–22) die beiden Pole, die einen Schreibprozess maßgeblich bestimmen. Vordergründig scheinen sie nach *Toussaint* nicht vereinbar zu sein. Dennoch bedingen sie einander und sorgen bei jedem Schriftsteller in unterschiedlicher Gewichtung für die Entstehung eines Werkes. Mit der Dringlichkeit kämen der Antrieb und das Tempo hinzu, die Geduld zeige sich im Durchstehen in zähen Phasen, bringe Langsamkeit und Beständigkeit mit sich, meist zu Beginn und im gründlichen Abschluss des Werkes (vgl. ebd.). Bei *Toussaint* heißt es: „Alles beginnt und endet beim Schreiben eines Buches mit der Geduld“ (ebd., S. 23). Die Dringlichkeit entspricht ihm zufolge dem aktiven, anstrengenden Eindringen in den abstrakten Ort eines Inneren (vgl. ebd., S. 33). Erreichbar sei sie als Zustand, in dem alles herausbricht und sich von selbst entwickelt, „nur mit unendlicher Geduld“ (ebd., S. 35) und stelle deren Belohnung dar (vgl. ebd.). Die Geduld zeige sich gerade in den Phasen der „Flaute“ (ebd. S. 36–37) des „Nichtvorankommens“ (ebd.), in denen „Ausdauer“ (ebd.), „Zähne zusammenbeißen“ (ebd.) und „Dranbleiben“ (ebd.) gefordert seien.

---

82 Homepage Jean-Philippe Toussaint, <http://www.jptoussaint.com/allemande.html>, abgerufen 26.04.2020.

### 2.3.7 Zusammenfassung: *Geduld* im historischen Kontext

Über die genannten historischen Kontexte und persönlichen Lebensbedingungen hinweg werden Veränderungen des Verständnisses von Geduld sichtbar (vgl. Abb. 3: Geduld im historischen Kontext).

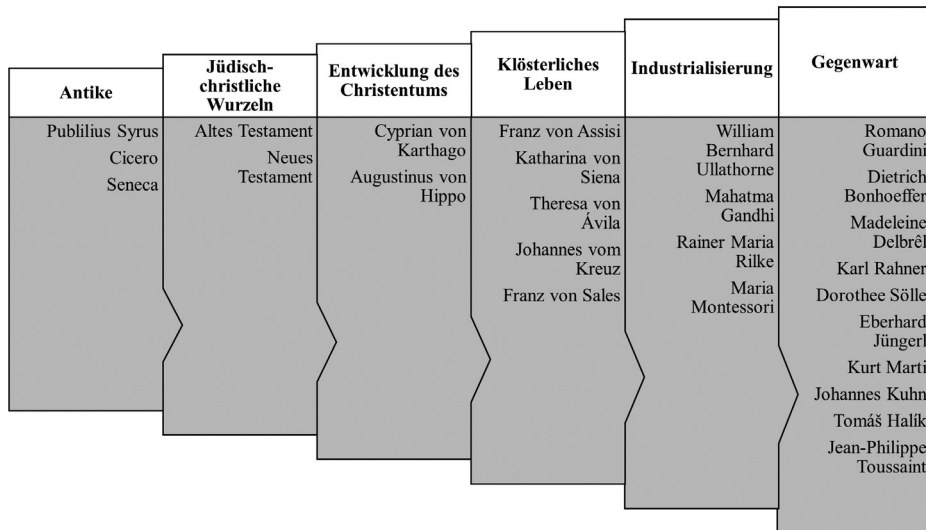


Abbildung 3: Geduld im historischen Kontext, eigene Darstellung (Siebert-Blaesing 2020c)

Bei *Publilius Syrus* und *Seneca* prägt der hohe Stellenwert eines ruhigen und ausgeglichenen Lebens, bei *Cicero* die Ausrichtung auf die Toleranz das Denken über die Geduld. In den jüdisch-christlichen Wurzeln des *Alten und Neuen Testaments* spiegelt sich die Suche des Menschen nach einem Gott, der in Gefahren und Bedrängung unterstützt und als Dialogpartner verfügbar ist, wider. *Cyprian von Karthago* versteht Geduld als eine Tugend, über die sich Christ\*innen in der Diaspora gegen als feindlich verstandene andere Religionen und Ethnien abgrenzen. Hiermit liefert er der Schuldzuschreibungen an ganze Volksgruppen Argumente. Mit *Augustinus von Hippo* kommt eine Unterscheidung zwischen Geduld, die an ethisch guten Zielen ausgerichtet ist, und einer scheinbaren Geduld, die für missbräuchliche andere Ziele genutzt werden kann, hinzu. *Franz von Assisi*, *Katharina von Siena*, *Teresa von Ávila*, *Johannes vom Kreuz* und *Franz von Sales* stehen als Vertreter\*innen einer spirituellen Erfahrung und klösterliches Leben für ein mystisches Verständnis der Geduld, die die plötzliche *Begegnung* mit einer göttlichen Figur in einer krisenhaften Lebenssituation meint und zu einer existenziellen Umkehr im Leben ermutigt. *Wil-*

liam Bernhard Ullathorne, Mahatma Gandhi, Rainer Maria Rilke und Maria Montessori setzen sich durch Entwicklungen der Industrialisierung mit den Herausforderungen und Möglichkeiten eines neuen Zeitalters auseinander, das durch eine zunehmende Klärung sozialer Fragen zu einer Geduld als Orientierung zwischen einem disziplinierten und kreativen Lebensstil aufruft. Romano Guardini, Dietrich Bonhoeffer und Madeleine Delbrêl müssen die Gefahren des Nationalsozialismus in ihrem alltäglichen Leben aushalten sowie hierdurch die eigene persönliche und beruflichen Haltung klären. Geduld sehen sie – trotz aller Bedrängnisse – als eine Stütze in einer spirituell-gesellschaftlichen Neuorientierung für ein entschiedenes Engagement für das Gute, mit dem sie sich aus der Erfahrung einer Verbundenheit und Begegnung mit Gott heraus im Feld der Bildung, der Sozialarbeit und der Kirche für bessere Lebensbedingungen engagieren.

Dorothee Sölle, Karl Rahner, Eberhard Jüngerl und Kurt Marti setzen sich – geprägt durch die Kriegs- und Nachkriegszeit – mit den Fragen von Macht und Machtmissbrauch in der Kirche, der Wissenschaft und der Gesellschaft sowie im Umgang mit der Umwelt auseinander. Auch sie verstehen Geduld als eine mystische Kraft, nutzen sie aber im Sinne einer revolutionierend-politischen Haltung. Johannes Kuhn sieht die Geduld als eine Tugend für belastete Tage, über die sich ein Umgang mit den Höhen und Tiefen des Lebens lernen lässt. Tomař Halık versteht die Geduld als eine Kraft, die sich häufig erst im Vorborgenen und in der Krise zeigt. Er wendet den Blick dahin, dass der Mensch Geduld mit einem Gott haben müsse, der sich oft – wie in vom ihm im Kommunismus erfahrenen Atheismus – nicht zeige. Jean-Philippe Toussaint stellt als Schriftsteller das Prozessgeschehen in der Entwicklung eines Buches in den Mittelpunkt. Den Werkprozess beschreibt er zwischen den beiden Polen der Dringlichkeit und der Geduld und gibt darin eine Orientierung für eine Verortung der Geduld im Arbeitsgeschehen. Zusammenfassend wird deutlich, dass die Geduld als Kraftquelle für schwierige, krisenhafte und herausfordernde Lebensaufgaben sowie Lebenssituationen über längere Zeit gebraucht wird und mit der Erfahrung einer Neupositionierung und Wendung einhergeht.

## 2.4 Forschungsansätze zur *Geduld als Ressource*

Das Verständnis von Geduld hat in der Alltagssprache seinen festen Platz, unterliegt aber immer auch einem zeitlichen Wandel (vgl. Bollnow 1958; Klomps 1976). In der christlich-abendländischen Tradition wird Geduld als Hilfe für schwierige und belastende Zeiten gesehen. So erinnert der Theologe Karl Rahner daran, dass der Mensch „wie in winterlicher Zeit mit sich Geduld haben müsse“ (Rahner 1983, S. 63). Auf-



fällig ist, dass Geduld in der (sozial-)pädagogischen Fach- und Ratgeberliteratur nur wenig rezipiert wird, auch wenn Fragestellungen zur Resilienz (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse 2015) und gesundheitlichen Prävention einen hohen Stellenwert gewonnen haben. Die Wissenschaftsentwicklung (Mainzer 2016, S. 14) weist auf die gestiegene Notwendigkeit hin, Forschung interdisziplinär, multidisziplinär und transdisziplinär zu betreiben. In diesem Sinne werden in folgendem Kapitel ausgewählte aktuelle Forschungsansätze gleichwertig in ihrer Bedeutung für ein Verständnis der Geduld im Kontext der Gesundheitsförderung vorgestellt und somit für eine abschließende Diskussion in dieser Arbeit zugänglich gemacht.

## 2.4.1 Burnout und Gelassenheit

Das folgende Kapitel grenzt die Begriffe ‚Burnout‘ (Kapitel 2.4.1.1) und ‚Gelassenheit‘ (Kapitel 2.4.1.2) ein.

### 2.4.1.1 Auftrag aus der Burnout-Forschung

Innerhalb der Gesundheitswissenschaften fordert die Burnout-Forscherin *Ina Rösing* eine, „Aufarbeit »fremder« (außerhalb von Burnout liegender) Forschung, Entwicklung neuer Meßansätze, breite Explorationsforschung, Langwierigkeit, Geduld.“ (Rösing 2014, S. 256) ein, um komplexe psychosoziale Probleme besser deuten zu lernen. Will man die Geduld, jedoch auch als eine Ressource jenseits der bisherigen Burnout-Forschung untersuchen, so braucht es dennoch eine Eingrenzung des Begriffs des ‚Burnouts‘. Es zeigt sich, dass sich teils konträre Ansichten gegenüberstehen. *Stefan Geyerhofer* und *Carmen Unterholzer* verorten etwa die Diskussion um das Thema des ‚Burnouts‘ als Phänomen der Arbeitswelt. Die Ursachen für einen Burnout lägen in den hohen Ansprüchen der Arbeitnehmer\*innen nach Anerkennung sowie dem Druck familiärer Leistungsnormen. (vgl. Geyerhofer und Unterholzer 2009, S. 5–25)<sup>83</sup> *Fritz Helmut Hemmerich* betont, dass ein Burnout-Zustand jeden treffen könne und ursächlich mit dem Verlust an Selbstwirksamkeit, die er als einen „Mangel an Spielräumen“ (Hemmerich 2012, S. 46) sieht, zusammenhänge. *Vikki Reynolds* geht aus einer sozialarbeiterischen Perspektive davon aus, dass schwierige Lebenssituationen, wie ein Burnout, eher durch einen Mangel an Gerechtigkeit verursacht seien (vgl. Reynolds 2012, S. 99). Die Burnout-Forscher *Desart*, *Schauffeli* und *De Witte* belegen, dass es für Burnout- und Belastungssituationen keine Einzelursache gibt, sondern sich hierin ein komplexes, dynamisches Zusammenspiel

83 Vgl. auch den Workshop „Systemische Therapie von Burnout und Erschöpfungssyndrom“, Stefan Geyerhofer, 26.5.2017, Kongress „Was ist der Fall? Und was steckt dahinter?“, Heidelberg 2017.

beruflicher wie privater Faktoren als ein „dynamisches Syndrom“ (Desart et. al., 2017, S. 91) zeige. *Matthias Burisch* unterstützt den Appell von *Rösing* hin zu einer explorativen Forschung zu Burnout, indem er sich eine Forschung wünscht, die die individuellen und kreativen Handlungsmöglichkeiten des einzelnen Menschen im Umgang mit Belastungen intensiver als längeren Prozess untersucht, um Veränderungsimpulsen eine Chance zu geben (vgl. *Burisch*, 2014, S. 195). Indem sich *Burisch* auf die Philosophie der Lebenskunst von *Wilhelm Schmid* (1998) bezieht, wünscht er sich mit der Geduld auch eine Fähigkeit zur Gelassenheit (Kapitel 2.4.1.2), die mehr Zeit für Entwicklungen und Geschehnisse auch in belastenden Situationen lässt (vgl. *Schmid* 1998, S. 394, zitiert auch in *Burisch* 2014, S. 250).

#### 2.4.1.2 Gelassenheit im Wandel

Ein Vergleich der Definitionen von *Heinrich Klomps* und *Wilhelm Schmid* zur Gelassenheit verdeutlicht, wie sich das Verständnis der Gelassenheit sowie der Geduld im zeitlichen Verlauf ändert. *Klomps* definiert die Gelassenheit, als eine nach „nach innen verlegte Ruhe“ (*Klomps* 1976, S. 65–68). Ein gelassener Mensch wisse, dass ihm alle Dinge nur vorläufig widerfahren würden, was mit einem befreienden Gefühl verbunden sei. Ein solch gelassener Mensch begegne anderen Menschen und Erwartungen zwar mit Verständnis, Klugheit und innerer Anteilnahme. Gleichzeitig überlasse er sich aber nicht den Dingen und dem Einfluss anderer (vgl. ebd. 1976, S. 66–67), sondern stelle sich mit innerer Freiheit der Realität (ebd., S. 65–68). Die Geduld versteht *Klomps* im Sinne von *Augustinus* (vgl. Kapitel 2.3.3.2) hierzu im Unterschied als eine „nach innen verlegte Tapferkeit“ (ebd., S. 78–82), die sich durch ein lebenslanges Festhalten am Guten auch unter allen Belastungen auszeichne. Dies benötige Kraft und innere Energie. Von daher kämpfe man in der Geduld primär über ein „Wartenkönnen auf die eigene sittliche Vollendung“ (ebd., S. 78) gegen sich selbst an.

*Wilhelm Schmid* (1998; 2014, S. 42; 2018, S. 43–45) beschäftigt sich fast vierzig Jahre später als *Klomps* mit der „Gelassenheit“ (*Schmid* 2014, S. 42), die ein Mensch auf dem Weg durch sein Leben entwickeln kann. Das Leben sieht er als einen „Weg durch die Zeit“ (*Schmid* 2018, S. 43–45), der sich in unterschiedliche Phasen aufteile. Die Lebensphase des jungen Erwachsenenalters definiert *Schmid* als „Jetztzeit“ (ebd.), gekennzeichnet als eine Phase, in der alle wichtigen Entscheidungen gleichzeitig anstünden. Dies führe zu der Erfahrung von wenig Zeit sowie Ungewissheit, letztlich von Stresserleben. Die Gelassenheit werde in dieser Lebensphase auf ein Später verschoben, so dass das Wollen der Geduld überwiege und die Langsamkeit (vgl. hierzu auch *Hartmut Rosa* 2014) als Problem gesehen werden würde (vgl. *Schmid* 2018, S. 43–45).

## 2.4.2 Kategorien der Ethik

Für *Bernd Birgmeier* erinnere die Ethik insgesamt als praktische Philosophie in der Wissenschaft an das Gute, das Glück, an Übersehenes, an das Tun und an das Hoffen im Leben (Birgmeier 2003, S. 136–137). Die Ethik unterscheidet zwischen den Begriffen der ‚Tugenden‘, ‚Pflichten‘ und ‚Gebote‘ sowie den ‚Gütern‘ und ‚Werten‘ sowie der Kategorie des ‚verantwortlichen Handelns‘. Um die Geduld in der Diskussion dieser Untersuchung in die ethischen Kategorien einordnen zu können, werden sie folgend als Begriffe erläutert.

### 2.4.2.1 Gebot, Tugend, Pflicht

Gemäß der Definition von *Markus Vogt* (2016, S. 15–17) bestimmt sich ein ‚Gebot‘ durch die Erwartungen des Umfeldes. Nach *Christian Schröer* könne ein ‚Gebot‘ auszusagen, was eine ‚Tugend‘ oder eine ‚Pflicht‘ zu tun habe (vgl. Schröer 2016, S. 63). Ein ‚Gebot‘ gebe Auskunft darüber, wie etwas im Einzelfall getan oder gelassen wird. Um ein ‚Gebot‘ zu schaffen, bräuchte man zuvor einen Abwägungsprozess. Dieser könnte sich auch in einem inneren Dialog ereignen oder in einer Beratung (vgl. ebd.).

Eine ‚Tugend‘ zeichnet sich für *Vogt* durch einen willentlichen Prozess der „Lebenskönnerschaft“ (Vogt 2016, S. 15–17) des Individuums aus und trägt zu der Idee eines „gelingenden Lebens“ (ebd.) bei. *Korff und Vogt* vergleichen den Begriff der ‚Tugenden‘ mit dem Begriff der geistigen, körperlichen und seelischen „Tüchtigkeiten“ (Korff und Vogt 2016, S. 21). *Thomas Kesselring* erklärt, dass der klassische Tugendbegriff zurückgehend auf *Aristoteles* „Haltungen mit Exzellenzcharakter“ (Kesselring 2009, S. 52) meine und die Haltungen berücksichtige, für die man gelobt würde. *Schröer* betont, dass eine ‚Tugend‘ das „subjektive Vermögen des Handlungsträgers in den Mittelpunkt“ (Schröer 2016, S. 56–63) stelle, also das, was jemand zu leisten vermag (vgl. ebd.). Nach *Otto Friedrich Bollnow* müsse sich diese Person ungewollt auf ihrem „Pfad“ (Bollnow 1958, S. 24) durch das eigene Leben hin zu einem eigenen Ziel intrinsisch motiviert ständig tugendhaft verhalten. Für *Kesselring* steht die Philosophin *Martha Nussbaum*<sup>84</sup> dafür, dass es ‚Tugenden‘ gäbe, die von jedem Menschen akzeptiert würden. Eine solche utilitaristische ‚Tugend‘ sei für *Nussbaum* auch die Geduld, die zu einem friedlichen Zusammenleben beitrüge (vgl. Kesselring 2009, S. 58). Für *Bollnow* zeigt sich in der Entwicklung des Tugendbegriffes insgesamt, dass es entsprechend des sittlichen Wandels der Gesellschaft zahlreiche Tugendmodelle

84 Vgl. Nussbaum und Pauer-Studer 2014; vgl. auch Nathschläger 2014: Martha Nussbaum und das gute Leben – Der „Capability „Approach“ auf dem Prüfstand. Die aktuelle Entwicklung der Sozialen Arbeit in ihrem Selbstverständnis als Gerechtigkeitsprofession wurde durch Nussbaums Befähigungsansatz entscheidend geprägt.

gegeben habe (vgl. Bollnow 1958, S. 9 –11), die den jeweiligen Zeitgeist (ebd., S. 24–25) widerspiegeln und der Veränderung des Menschseins folgen (vgl. Klomps 1976, S. 9). In der Ethik wurden diese Tugendmodelle in Kategoriensystemen zusammengefasst (vgl. Korff und Vogt 2016, S. 311–395). *Wilhelm Korff* (2016, S. 20–23) ordnet dem Tugendbegriff entwicklungsgeschichtlich folgende prägnanten Phasen zu, die sich jedoch nicht eindeutig voneinander abgrenzen ließen und dadurch geprägt seien, dass sich in ihnen ein verbindender „systemischer Impuls“ (ebd.) als Zusammenhang zeige: Ausgehend von der Hellenisierung in der Antike bildeten sich die Tugendssysteme im „theologisch-ethischen Kontext“ (ebd., S. 21) besonders über die Lehre der Bibel und die Berichte vom Handeln *Jesu* und Erklärungen einzelner ‚Tugenden‘ anschließend über die Gegenüberstellungen von Tugend- und Lasterkatalogen im entwickelnden Christentum weiter. Ihnen folgten spezielle Standes- und Berufsethiken und spirituelle Regeln des Mönchtums. Insbesondere über die Entstehung der Industriegesellschaft stellten sich vielschichtige ethische Fragen zu wirtschaftlichen Prozessen und zur „Sozialen Frage“ (ebd. S. 23), die sich heute in ausdifferenzierten „Bereichsethiken“ (ebd.) wie in der Medizinethik, der pädagogischen Ethik, der politischen Ethik oder Sportethik zeigten. (vgl. Korff 2016, S. 20–23)

Eine ‚Pflicht‘ stellt gemäß *Christian Schröer* im Gegensatz zu den ‚Geboten‘ und den ‚Tugenden‘ den Gegenstand der Handlung ins Zentrum und zeigt auf, was man in einer bestimmten Aufgabe, Rolle oder Tätigkeit zu tun habe (Schröer 2016, S. 56–63).

#### 2.4.2.2 Gut und Wert

Neben den ‚Geboten‘, den ‚Tugenden‘ und den ‚Pflichten‘ führt die Ethik die Begriffe ‚Gut‘ und ‚Wert‘ als weitere Kategorien auf.

*Christian Schröer* (2016, S. 71) erklärt den Unterschied zwischen einem ‚Gut‘ und einem ‚Wert‘ am Beispiel der Gesundheit: Ein ‚Gut‘ ordne die Gegenstände des Handelns. Spräche man also von Gesundheit als ‚Gut‘, so sei die Gesundheit der Gegenstand, der beurteilt werde. Ein ‚Wert‘ biete Kriterien für die Bewertung von Handlungen, Haltungen oder Grundsätzen. Verstände man die Gesundheit als ‚Wert‘, so sei die Gesundheit nur ein Kriterium für Bewertung von etwas anderem (vgl. ebd.).

#### 2.4.2.3 Verantwortliches Handeln

Insgesamt verweist *Christian Schröer* (ebd., S. 39–41) darauf, dass alle ethischen Schulen des Abendlandes eine normative Kategorie in den Vordergrund stellen, wie in der Frage „nach einem höchsten Gut, nach einem obersten Wert, nach einer ranghöchsten Tugend, nach einer ersten Pflicht und nach einem natürlichen Sittengesetz oder nach einer Legitimation einer Instanz, die befugt ist, allgemeinverbindliche Gebote für das menschliche Handeln zu erlassen“ (ebd.). Er betont, dass ethische

Fragen in der heutigen Zeit jedoch primär nicht mehr mit Blick auf ein Sittengesetz, eine ‚Tugend‘ oder eine moralische ‚Pflicht‘, sondern unter dem Fokus des ‚verantwortlichen Handelns‘ einer Person in einem speziellen Ereignis diskutiert werden. Darin gäbe es drei Kriterien der Bewertung: Es bedürfe einer Entscheidung zu handeln oder etwas zu unterlassen. Über das Ereignis bzw. das Ziel müsse Wissen vorliegen. In einer Abschlussbewertung würden die Fragen von Leid und Lust, guten und schlechten nützlichen und schädlichen Handeln bzw. Unterlassen reflektiert werden (vgl. ebd., S. 43).

### 2.4.3 Dimension Zeit

In diesem Kapitel werden komprimiert Erkenntnisse zu den Themen ‚Zeiterleben‘ (vgl. 2.2.4.1), ‚Zeitperspektiven‘ (vgl. 2.2.4.2) und ‚Lebenstempo und Warten‘ (vgl. 2.2.4.3) vorgestellt, um sie in der abschließenden Diskussion in Bezug zur Geduld reflektieren zu können.

#### 2.4.3.1 Zeiterleben

*Marc Wittmann* (2012) untersucht das Zeiterleben von Menschen. In seinem Buch „Gefühlte Zeit“ (ebd.), beschreibt er, dass die menschliche Zeitwahrnehmung durch Rhythmen, wie den Tages- oder Jahresrhythmus, geprägt sei (vgl. ebd., S. 20–22). Die kürzeste Zeiteinheit, die Menschen fühlen können, seien drei Sekunden. Diese „Drei-Sekundeneinheiten“ (ebd., S. 58–60) entsprächen dem Erleben eines Momentes im „Jetzt“ (ebd.), der sich auch in der Wahrnehmung von Kommunikation und von Bewegungsabläufen verdeutliche (vgl. ebd., S. 59). Jedes zeitliche Erleben unter drei Sekunden gehe im Rauschen unter. Der Mensch nehme im Warten die Zeit bewusst wahr (vgl. ebd., S. 71), spüre aber in der Langeweile, dass er sich in der Zeit gefangen und leer fühle (vgl. ebd., S. 131). Die Zeit verlaufe subjektiv langsam, wenn Menschen warten oder gelangweilt seien, und schnell, wenn es Menschen gut gehe (vgl. ebd., S. 76). Im Flow (vgl. Csikszentmihalyi 2017) würde man wie in einem „Zeitfluss“ (Wittmann 2012, S. 77–78) angesichts höchster Konzentration, Motivation und einem passenden, aber anspruchsvollen Leistungsvermögen die Zeit so vergessen, als ob sie nicht da wäre (vgl. ebd.). Der Mensch neige dazu, Dinge, die in der Gegenwart liegen, zu bevorzugen (vgl. Wittmann 2012, S. 20). Ein abwechslungsreiches und emotional erfülltes Leben beeinflusse das Gefühl, ein langes Leben zu haben (vgl. ebd., S. 116). Über die gesellschaftliche Beschleunigung verliere der Mensch den Bezug zu sich selbst und erlebe dies als Kontrollverlust und Zeitstress (vgl. ebd., S. 132–133). Gewinne er aber die Kontrolle über sein Leben und seine Arbeit wieder

zurück, so erhalte er einen „Schlüssel zur Gelassenheit“ (ebd.). Die Wahrnehmung von Zeit erfolge insgesamt über die Wahrnehmung von Veränderung und Bewegung (vgl. ebd., S. 141). Zeit könne der Mensch nur über den Körper wahrnehmen. In diesem Sinne stellt Wittmann die These auf: „Körperpräsenz schafft Bewusstsein von Zeit.“ (ebd., S. 155).

#### 2.4.3.2 Zeitperspektiven

*Philip Zimbardo* und *John Boyd* (2011) reflektieren die unterschiedlichen Perspektiven, aus denen Menschen die Zeit erleben. Die Zeit sei als die wichtigste Ressource zu verstehen, über die der Mensch verfüge. Sie erfahre durch die Begrenztheit des Lebens ihren besonderen Wert und sei eine Ressource für jedes Leben. Wertvoll sei es, die Zeit bedacht für gute Gelegenheiten zu investieren, während sie gleichzeitig niemals käuflich sei (vgl. ebd. 2011, S. 5–13). *Zimbardo* und *Boyd* arbeiten dabei mit dem Bild eines Flusses, in dem sich der Mensch symbolisch in seinem Leben im Strom des Bewusstseins auf ein Ziel hinbewege. Dabei betonen sie, dass die Zeit in den meisten Fällen nicht bewusst wahrgenommen werde, sondern nur in Situationen, die als besonders dicht und berührend empfunden würden, aber auch dort, wo sich die Tiefe des Lebens als Schwere zeige und die Richtung verloren zu gehen drohe (vgl. ebd., S. 8–13). Innerhalb der drei Perspektiven der Vergangenheits-, der Gegenwarts- und der Zukunftsorientierung (vgl. ebd. 13–22) neige jeder Mensch jedoch zu einer Zeitperspektive, die lernbar und damit veränderbar seien (vgl. ebd., S. 361–381).

#### 2.4.3.3 Lebenstempo und Warten

Für *Max Weber* findet Handeln als soziales Handeln auch im Dulden und Unterlassen statt (vgl. Weber und Winckelmann 1990, 1972, S. 12–13). Doch wie lange ist ein Warten darauf, dass etwas geschieht, angemessen?

*Robert Levine* (2016) beschäftigt sich in seiner Forschung zur Wahrnehmung von Zeit, Ruhe und dem Lebenstempo in unterschiedlichen Kulturen. Dabei orientiert er sich an der Arbeit *Kurt Lewins* (vgl. Lewin und Graumann 1982; Stützle-Hebel 2017), der in den 1980er Jahren untersucht, wie die dynamischen Kräfteverhältnisse den Menschen in seinem „Lebensraum“ (Lewin und Graumann 1982) prägen. Der ihm namensähnliche *Robert Levine* (2016, S. 22–27) warnt vor zu viel Gleichmacherei von Menschen, die in einem gemeinsamen Sozialraum leben. Es gäbe immer Tendenzen zur Gemeinsamkeit und gleichzeitig individuelle Unterschiede, die zu respektieren seien. Notwendig sei es vielmehr, „den Reichtum und die Komplexität von Ansichten über Zeit in Kulturen und Städten und bei Menschen auf der ganzen Welt zu begreifen“ (ebd.). Um dieser Idee entgegenzukommen, hat *Levine* das Lebenstempo in einunddreißig Ländern und Städten miteinander verglichen und welt-

weite Regeln im Umgang mit Warten bezogen auf den Umgang mit Macht und Einfluss ausgearbeitet. Insgesamt lehnt auch er sich an das Bild eines „Fluss des Lebens“ (ebd., S. 31) als Symbol für die Zeit und der Idee der prozesshaften „Bewegung der Zeit“ (ebd.) an. Das falsche Tempo könne einen schockierenden Einfluss auf eine Person haben (vgl. ebd., S. 31–32.). Der Umgang der Menschen mit der Zeit sei besonders dadurch geprägt, ob eine Kultur nach dem Takt der Uhrzeit und deren lineare Bestimmung über Anfang und Ende einer Aktivität und der Gleichzeitigkeit vieler Aktivitäten, wie es etwa in der ausgeprägten Form in der Industriegesellschaft so sei, lebe (vgl. ebd. S. 135–139) oder ob eine Kultur in einer Ereigniszeit unterwegs sei, in der sich „Aktivitäten nach ihrem eigenen spontanen Zeitplan entwickeln dürfen“ (ebd., S. 123) und Warten entsprechend als unangenehm oder angenehm erführen.

#### 2.4.4 Systemische Perspektive

In diesem Kapitel wird auf die Grundbegriffe ‚Systemkompetenz, Selbstorganisation und Synergetik‘ (Kapitel 2.4.4.1), den ‚Kontext und die Musterbildung‘ (Kapitel 2.4.4.2) sowie die ‚Komplexität‘ (Kapitel 2.4.4.3) eingegangen, um die Geduld in der Diskussion in das systemisch-dynamische Prozessverständnis von Veränderung einordnen zu können.

##### 2.4.4.1 Systemkompetenz, Selbstorganisation und Synergetik

Günter Schiepek versteht „Geduld, warten können, sich Zeit nehmen, Zeitdruck vermeiden“ (Schiepek 2016, S. 33–53) als Merkmale einer „Systemkompetenz“ (ebd.) über die besonders Therapeut\*innen<sup>85</sup> verfügen müssten, wenn sie in der „Dimension Zeit“ (ebd.) systemisch arbeiten möchten und Selbstorganisationsprozesse bei Klient\*innen fördern wollten. Als Selbstorganisation definiert er die „spontane Emergenz von Mustern“ (Schiepek 2019, S. 152; vgl. auch Kriz und Tschacher 2017), durch die in lebendigen Systemen spezifische, dynamische Ordnungen erzeugt würden. Diese ‚Ordnungen‘ oder ‚Potentiallandschaften‘ veränderten sich über die Zeit zwischen den beiden zeitlichen Zuständen ‚stabil‘ und ‚instabil‘ in einem Wandlungsprozess. Hierbei könne es unterschiedliche Entwicklungsdynamiken geben, die als langsamer Wandel oder als plötzlicher Systemsprung in einen neuen ‚Zustand‘ beschrieben werden könnten. Der Wechsel zwischen unterschiedlichen Systemzuständen könne als ‚Ordnungs-Ordnungsübergang‘ mit ‚kritischen Instabilitäten‘ einherge-

85 Schiepek bezieht sich in seinen Ausführungen auf die Berufsrolle der Therapeuten und Therapeutinnen. Sein theoretisches Modell wird auch im Coaching, in der Supervision wie in der sozial-professionellen-personenbezogenen Beratung angewandt.

hen, die als Krise wie auch als Bereicherung erlebt werden könnten. Der zugrundeliegende selbstorganisierte Prozess stände durch eine synergetische Wechselwirkung systemrelevanter Einflüsse auch in Beziehung zur Umwelt des Systems. (vgl. Schiepek et al. 2013, S. 30; 2019, S. 152–169)

Viele selbstorganisierte Prozesse gingen mit einer hohen Komplexität einher, die eine Vorherhersage über eine Entwicklung unmöglich machten, und gerade deswegen eine intensive Suche nach dahinterliegenden Regeln verlangten (vgl. Strunk und Schiepek 2014, S. 13).

#### 2.4.4.2 Kontext als Muster

*Ulrike Borst* betont, dass eine systemische Haltung allein noch keine Aussagekraft habe, in welcher Form eine Intervention wirksam werde, erst die synergetische Perspektive erlaube eine Einschätzung, wann ein Agieren im richtigen Moment komme. In der Begleitung von psychosozialen Veränderungsprozessen müsse besonders der Umgang mit krisenhaften Phasen sowie die Auflösung und Entstehung neuer Muster bei den zu Beratenden beobachtet werden. (vgl. Borst 2017, S. 28)

*Gregory Bateson* sehe nach *Brigitte Schiffner* besonders den Kontext als ein einflussreiches Muster an, dass sich in der Zeit bilde und verändere. Jede Aussage wie Handlung sei demnach nur in ihrem kontextuellen Zusammenhang in ihrer Bedeutung zu verstehen. (vgl. Schiffner 2017, S. 36; vgl. Bateson 2011 sowie Kapitel 3.1.1.2)

#### 2.4.4.3 Komplexität als Systemverhalten

Anhand der chaostheoretischen Kriterien „einfach, kompliziert, komplex und zufällig“ (Strunk und Schiepek 2014) für Systemverhalten bieten sich Anhaltspunkte zur Reflektion und Veränderung von sozialen Situationen, wie es auch die Therapie, die Beratung und das Coaching darstellen: Ein ‚einfaches‘ Problem kann anstrengend erscheinen und tiefe Sorge bereiten. Meist räumt sich dieses aber schnell wieder aus der Welt. Ein ‚kompliziertes‘ Problem kann schon über eine lange Zeit zu einer aufwändigen Suche führen und den umgangssprachlich ‚langen Atem‘ erfordern. Umgekehrt kann ein ‚komplexes‘ Problem einfach erscheinen und eine schnelle Lösung versprechen, zeigt sich dann aber möglicherweise wieder von einer anderen Seite und wird nicht leicht greifbar. Wird es aber in seinen Regeln verstanden, so lässt es seine Vielseitigkeit und Faszination erkennen. Der ‚Zufall‘ gilt chaostheoretisch als nicht berechenbar. (vgl. Strunk und Schiepek 2014, S. 9–16)



## 2.4.5 Lernen, Entwicklung und Entscheidung

(Sozial-)pädagogisch empfiehlt es sich, ergänzend zu einer differenzierten Sicht auf ein Systemverhalten für eine Einordnung der *Geduld als Ressource* im Coachingprozess die Erkenntnisse aufzugreifen, die aus der Hirnforschung vorliegen, um das Lernen und die Entwicklung von Geduld sowie die Entscheidung mittels Geduld verstehen zu lernen. Der Hirnforschung (vgl. Herrmann 2009, S. 8) kommt in den pädagogischen Kategorien des Lernens und der Bildung ein Erkenntnisgewinn zugute, der die Ausgestaltung aktueller Beratungs- und Coachingkonzepte prägt. Von daher werden relevante Befunde, die insbesondere Aufschluss darüber geben, ob man Geduld lernen kann, verständlich gemacht.

### 2.4.5.1 Gehirn und Lernen

*Manfred Spitzer* erklärt, dass Lernen aus neurobiologischer Sicht nicht auf einem Wissen von Details aufbaue, sondern darin bestehe, Zusammenhänge und Muster bilden zu können, die aus der vernetzten Aktivität vielfältiger Hirnregionen gebildet werden. Hierfür sei es wichtig, langsam durch Üben, Wiederholen und die Anregung mittels Neuigkeiten sowie über Fehlermachen im Alltag lernen zu können. Das Gehirn bündele die wesentlichen Lebenserfahrungen zu allgemeinen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Die Emotionen und der Verstand seien in diesem Prozess gleich wichtig. Starke Belastung könnten individuell unterschiedlich als Stress erlebt werden. Dies zeige sich oftmals auch körperlich. Der Umgang mit Stress würde sich über die Zeit in der Erfahrung von kooperativen und sozialen Verhalten in den Situationen erlernen, die mit intensiven Erfahrungen von Ärger und Strafe, Belohnung und Freude verbunden seien. Hierfür sei es für Kinder und Jugendliche wichtig, dass sie über eine angemessene Teilhabe und Gruppenerfahrungen spielerisch den Umgang mit Regeln üben können und erfahren, was es bedeutet, Verantwortung zu übernehmen. (vgl. Spitzer 2014, S. 49–318)

*Gerhard Roth* und *Nicole Strüber* weisen darauf hin, dass die Psyche und die Persönlichkeit über das Gehirn unter dem Einfluss von Neurotransmitter und Neuromodulatoren in den sechs „psychoneuronalen Grundsystemen“ (Roth und Strüber 2015, S. 188–198) Stressverarbeitung, Selbstberuhigung, Belohnung und Belohnungserwartung (Motivation), Bindungsverhalten, Impulskontrolle, Realitätssinn und Risikowahrnehmung zusammenarbeiten. Diese Grundsysteme ständen vernetzt untereinander und mit der Umwelt in Wechselwirkung. Hierbei seien auch „genetische-

epigenetische“ (ebd., S. 196)<sup>86</sup> familiäre Belastungen sowie frühkindliche traumatische Erfahrungen zu berücksichtigen. (Roth und Strüber 2015, S. 188–198)

Diesen Prozess nennen *Roth* und *Strüber* die „Sprache der Seele“ (Roth und Strüber 2015, S. 372–374), die in ihrem Sinne zuerst bio-chemisch zu verstehen sei. Erkennbar sei eine Balance der Persönlichkeit in einer guten Gewichtung aller sechs psychoneuronalen Grundsysteme, die sich wechselseitig beeinflussen würden und aufeinander aufbauten. Zur Veränderung von psychisch-seelischen Auffälligkeiten und Krankheiten sei zudem eine weitreichende Kooperation unterschiedlichster Fachrichtungen notwendig, die weit über ein naturwissenschaftliches Verständnis des Menschen hinausgingen. (vgl. ebd., S. 381–382)

*Gerald Hüther* grenzt sich von einer rein biochemischen, mechanistischen Erklärung des Gehirns ab. Für ihn lernt das Gehirn in Selbstorganisation dort, wo es die beiden Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Streben nach Herausforderung in einer guten Gewichtung positiv erfährt. Für ein Lernen sei vorrangig die Erfahrung von Freude und Begeisterung auch am Beispiel guter Vorbilder existenziell. (vgl. Hüther und Lama 2013; Hüther 2016)

*Luc Ciompi* geht von einer wechselseitigen Beeinflussung von Gefühlen und Denken im Gehirn aus, schreibt aber dem Gefühl eine führende Funktion in allen psychischen und sozialen Entwicklungen zu (vgl. Ciompi 2013, S. 16. S).

Für *Anna Buchheim* ist besonders das Fehlen einer frühen, sicheren Bindungsperson der größte Stressor, der einen langfristigen Einfluss auf das psychische und körperliche Wohlbefinden und die Entwicklung nimmt (vgl. Buchheim 2004, S. 339).

#### 2.4.5.2 Hirnentwicklung und moralische Entscheidungen

Für alle moralischen Entscheidungen ist nach *Manfred Spitzer* (2014) der präfrontale Kortex als zentraler Ort im Hirn aktiv. Hierüber ließen sich Handlungen über die schon verarbeiteten Erfahrungen aus anderen Handlungen steuern. Der präfrontale Kortex reife ab der Pubertät aus. Somit könnten ethische Entscheidungen in ihrer ganzen Tragweite erst ab dieser Zeit durchdacht werden. Sie vorher intensiv zu trainieren, würde keinen Sinn machen, sie in einem Alltag von früher Kindheit an zu erfahren aber schon. Bevor sich ein/e Jugendliche\*r mit ethischen Entscheidungen bewusst auseinandersetzen würde, hätte er/sie aber viele andere Lernleistungen – wie etwa das Lernen der Sprache oder der Grammatik – erbracht. Dies bedeute etwa, dass ein Kind zwar ethische Begriffe als Wort kennen und sie im Zusammenhang einer Formulierung verstehen könne. Man könne aber nicht erwarten, dass

---

86 ‚Epigenetisch‘ meint den Einfluss genetischer Prägungen, die durch die Generationen zuvor entstanden sind und eine Bedeutung in der Entwicklung und im Umgang mit heutigen Belastungen/ Krankheiten haben können.

ein Kind einen Wert in seiner ganzen ethischen Tragweite verstehen könne. Dennoch sei es wichtig, Werte früh in Handlungen erlebbar zu machen, denn nur, was im Handeln erfahren werde, könne wirklich verstanden werden. Insbesondere das Lernen am beispielhaften Handeln von Bezugspersonen als Vorbild und im „Probehandeln“ (ebd.) bei Jugendlichen zusammen mit Gleichaltrigen sei wichtig (vgl. Spitzer, 2014, S. 354), genauso wie eine möglichst hohe Unterschiedlichkeit eigener Erfahrungen, Emotionen, Verhaltens- und Denkweisen, die in Bezug zu einer eigenen Handlung stehen. Hierüber würden sich Bewertungserfahrungen im Kortex abbilden und seien als Bewertungskriterium in späteren Situationen abrufbar. (vgl. Spitzer 2014, S. 339–359)

*Gerhard Roth* und *Nicole Strüber* betonen als Antwort auf eine Kritik an einer einseitig naturwissenschaftlichen Sicht der Hirnforschung, dass der Mensch in seinem moralischen Handeln niemals von Naturgesetzen abhängig sei, sondern sich metaphysischen hierüber erheben könne. (vgl. Roth und Strüber 2015, S. 42)

Die Vermittlungsverantwortung (vgl. Hattie 2014) für die Freude am Lernen – insbesondere im Schulkontext – spricht *Gerald Hüther* Pädagog\*innen, Berater\*innen und Lehrer\*innen zu. Gleichsam kritisiert er das häufige Fehlen einer „Begeisterungsfähigkeit“ (Hüther 2016) und wertschätzenden und lobenden Haltung seitens vieler Lehrkräfte im aktuellen Schulsystem und versteht dies als Hindernis in einem gelingenden, Selbstorganisation fördernden Lernprozess junger Menschen (vgl. ebd.).

## 2.4.6 Verhalten zwischen Handeln und Warten

Die Verhaltenswissenschaft (Batra et al. 2013) stellt die Bedeutung des Handelns und Lernens für psychosoziale Veränderungen in den Mittelpunkt. Verhalten wird als eine Lernleistung verstanden, die ein Mensch in seinem Leben erbracht hat, erneut abrufen kann und individuell in einer Situation zeigt. *Serge Sulz* betont, dass jedem Verhalten von Geburt an eine Entwicklung vorrausgeht, die oft nicht äußerlich erkennbar wird. Indem ein Mensch aber lerne, eine für ihn schwierige bzw. krisenhafte Situation zu überwinden, gewinne er auch die Fähigkeit neue Fähigkeiten zu zeigen (vgl. Sulz 2013). Die in diesem Lernprozess entstehenden Fragestellungen können zum Gegenstand von Therapie, Beratung und Coaching werden. *Gerhard Buckremer* und *Anil Batra* betonen, dass dabei eine „tragfähige emotionale Beziehung“ (Buckremer und Batra 2013, S. 22) die Wirksamkeit einer Therapie (wie einer Beratung und eines Coachings) fördert. Kennzeichnend für die Verhaltenswissenschaft ist ihr störungsspezifisches Behandlungswissen (vgl. Batra et al. 2013, S. 29). Verhaltenswissenschaftlich arbeitende Therapeut\*innen und Coaches bieten ihren Klient\*innen in

einem vertrauensvollen und geschützten Rahmen symptom-spezifische *Behandlungen* an, in denen Klient\*innen bisherige Verhaltensweisen reflektieren und in Richtung der Verbesserung eines Verhaltens lernend üben können.

In diesem Kapitel wird im nächsten Schritt ein Überblick über das Thema ‚Handeln und Kommunikation‘ gegeben, um dann den ‚Belohnungsaufschub‘ und das ‚Lernen am Modell‘ als relevante verhaltenswissenschaftliche Ansätze zu einem Verständnis der Geduld einzuführen und unter Kapitel 4 in der Diskussion für die Berücksichtigung der Geduld im Coaching junger Erwachsener zu interpretieren.

#### 2.4.6.1 Handeln und Kommunikation

Im Jahr 2010 findet das populärwissenschaftliche Buch *Das Ende der Geduld – konsequent gegen jugendliche Gewalttäter* (Heisig 2017) durch den Selbstmord der Jugendrichterin *Kirsten Heisig* mediale Aufmerksamkeit. Ihr früher Tod wird mit ihrer Verzweiflung in Verbindung gebracht, ohnmächtig im Berliner Stadtteil Neukölln als Vertreterin der Justiz gegen eine familiäre Bandenkriminalität anzukämpfen. *Heisig* appelliert dahin, einzelne Jugendliche durch ein schnelleres Gerichtsverfahren mit den Folgen der eigenen Tat zu konfrontieren. Einsicht gelänge bei Jugendlichen in der hier beschriebenen extremen Situation des kriminellen Handelns nicht durch Warten und Geduld, sondern nur mittels eines baldmöglichen Spürens der Verantwortlichkeit für das eigene Handeln sowie über möglichst sofortige Kommunikation. Ihr Buch lässt sich auf den Appell *nicht warten, sondern handeln* zusammenfassen. Doch wie lässt sich ein angemessenes Handeln auch angesichts einer noch ausstehenden Diskussion zur Geduld einordnen?

*Max Weber* untersucht das ‚soziale Handeln‘ und differenziert gemäß der vier Kriterien des Zweckes, des Wertes, des Affekts sowie der Tradition. In sein Handlungsverständnis integriert er nicht nur die aktive, erkennbare Handlung, sondern auch das Unterlassen und Dulden sowohl in der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft. (vgl. Weber und Winkelmann 1990; Weber 1972, S. 11–13)

*Thomas Luckmann* differenziert zwischen dem Tätigkeitseins des Handelns, das in wichtigen menschlichen Lebensvollzügen vorkäme und dem Warten als „Unterbrechung“ (Luckmann 1992, S. 3), die immer dort notwendig werde, bis ein Handeln als sinnvoll wahrgenommen werde oder Hindernisse beseitigt seien (vgl. ebd.).

*Jean Piaget* versteht schon den Prozess des Erkennens als einen inneren Handlungsprozess (vgl. Kron, Friedrich W., Jürgens, Eiko, Standop, Jutta 2013, S. 136–152).

Für *Niklas Luhmann* geht die Kommunikation dem Handeln voraus (vgl. Luhmann 2015; Honneth 2009; Reese-Schäfer 2005).

*Jürgen Habermas* stellt das „Kommunikative Handeln“ (Habermas 2001) mit dem Ziel des „Konsenses“ (ebd.) in den Mittelpunkt jeder mitmenschlichen Interaktion.

Für *Hannah Arendt* zeigt sich der Mensch individuell als sprechendes und handelndes Wesen. Arendt setzt Handeln mit Neuanfangen, Beginnen gleich und begründet dies im Geborensein des Menschen. Der Mensch sei ein nicht planbares bzw. berechenbares – im Sinne eines Entwicklungsplanes – sondern zur Freiheit und damit auch zur Verantwortlichkeit berufenes Wesen (vgl. Arendt 1967, S. 213–219).

*Friedeman Schulz von Thun* versteht Kommunikation als einen energetischen, nicht kontrollierbaren Begegnungsprozess zwischen Menschen. Er warnt davor, das von ihm entwickelte „Kommunikationsquadrat“ (Pörksen und Schulz von Thun, 2014, S. 32–33) in den vier Ebenen der Sachaussage, der Selbstoffenbarung, des Appells und der Beziehung rein technokratisch handelnd anzuwenden. In der Kommunikation seien besonders die indirekte Kommunikation für ein wechselseitiges Verständnis wichtig (vgl. ebd.).

*Theodor Dierk Petzold* geht davon aus, dass sich im Handeln und Kommunizieren Autonomie entwickelt (vgl. Petzold 2010, S. 162).

*Karl Rahner* betont im Verhältnis von Kommunikation und Handeln den Wert der Entscheidung. Der Versuch, sich einer Entscheidung zu entziehen, sei meist die schlechtere und nicht erklärbare Wahl (vgl. Rahner 1983, S. 6).

*Manfred Spitzer* erklärt, dass Handeln schwieriger als Sprechen sei, aber auch stärker Folgen nach sich zöge (vgl. Spitzer 2014, 347).

Für *Bernd Birgmeier* zeigt sich explizit in der Beratungsmethode des Coachings ein Ineinanderwirken von Selbstreflexion, Handlungswissen und Handlungskompetenz, das eine Integration vielschichtiger Einflüsse aus unterschiedlichsten Lebensbezügen möglich macht. Von den prozessbegleitenden Coaches verlange dies ein umfangreiches wissenschaftliches und fachliches Wissen, wie auch Lebenserfahrung. (vgl. Birgmeier 2011a, S. 17–30; vgl. Birgmeier 2003; Birgmeier und Mührel 2013)

Die in diesem Kapitel eingeführten Handlungsansätze verdeutlichen, dass die Bewertung, ob die Geduld ein angemessenes Handeln darstellt, aus unterschiedlichen Perspektiven erfolgen kann. Hierauf wird interpretierend unter Kapitel 4 in der Diskussion eingegangen.

#### 2.4.6.2 Belohnungsaufschub

Im Ansatz des ‚Belohnungsaufschub‘ zeigt sich ein in der Pädagogik, Psychologie und Wirtschaft etabliertes Modell, um Warten und Geduld zu verstehen:

*Walter Mischel* wird durch das von ihm und seiner Forschungsgruppe durchgeführte „Marshmallow-Experiment“ (Mischel und Schmidt 2015) bekannt, in dem er Kindergarten- und Grundschulkindern experimentell entscheiden lässt, ob sie jeweils eine Süßigkeit sofort haben wollen oder bei längerem Warten eine größere Belohnung erhalten möchten. Ziel seiner Forschung ist es, zu untersuchen, wie

Kinder mit Versuchungen, Selbstkontrolle und dem Aufschub bzw. dem Warten auf eine Belohnung umgehen und wie die Art ihrer Entscheidungsfindung ihren späteren Lebenslauf beeinflusst. Er kommt zu dem Schluss, dass Kinder über die Fähigkeit verfügen, Belohnungen trotz attraktiver Anreize auf einen späteren Zeitpunkt zu verschieben. Die Kinder, die in jungen Jahren auf eine Belohnung gewartet hätten, seien in ihrer späteren beruflichen Laufbahn erfolgreicher. (vgl. ebd., S. 93)

In seiner weiteren Forschungsarbeit kommt er nun im Einklang mit der Hirnforschung zu der Erkenntnis, dass in der Entscheidung für das Warten auf eine Belohnung zwei Systeme im Hirn relevant sind: Einerseits gäbe es das ‚heiße, emotionale System‘, das sich im limbischen System besonders in der Amygdala – dem Mandelkern – verorte und bei Schmerz, Angst und Lust getriggert werde sowie für Stress und Fluchtimpulse zuständig sei. Das ‚kühle, kognitive System‘ befände sich im präfrontalen Kortex. Es sei für Kognition, Reflektion, Selbstkontrolle, Kreativität und Zukunftsplanung zuständig. Im Unterschied zum ‚heißen, emotionalen System‘ sei es aber langsamer zu aktivieren und reife erst mit etwa zwanzig Jahren aus. Beide Systeme ständen in Wechselwirkung zueinander. Eine frühe Form der Selbstkontrolle sei nach dem Modell von *Mischel* leichter zu lernen als ein späterer Zugang. (vgl. *Mischel* und *Schmidt* 2015., S. 64)

*Alexandra Logue* und *Angelika Hildebrandt* (1996) lehnen sich an das Bild der Selbstkontrolle stellvertretend für Geduld an, betonen aber, dass Personen dann lieber warten, wenn ihnen etwas wichtig sei und sie ein wirkliches Bedürfnis hätten.

*Otto Friedrich Bollnow* weist schon 1958 darauf hin, dass die Sparsamkeit (als Synonym für Selbstkontrolle, Anm. BSB), ein „verfügbarer Vorgriff auf die Zukunft“ (*Bollnow* 1958, S. 42–44) darstelle, die der Nichtplanbarkeit der Zukunft durch den Menschen widerspreche, da immer unvorhergesehene Dinge passieren könnten.

*Matthias Sutter* erforscht, indem er sich auf die Arbeit von *Mischel* stützt und Geduld mit Warten gleichsetzt, im Schulkontext das Verhalten von Kindern bei ökonomischen Entscheidungen. Er geht davon aus, dass Kinder, die früh warten gelernt haben, auch später im Beruf erfolgreich seien. Die Grundlage für Erfolg im Sinne einer beruflichen Karriere werde in der frühen Kindheit gesetzt. Unterstützend sei das Ruheverhalten der jeweiligen Mütter: Kinder mit ruhigeren Müttern seien später erfolgreicher. (vgl. *Sutter* 2014a; *Sutter* 2014b; *Sutter* 2015)

### 2.4.6.3 Lernen am Modell

Auf den Ansatz eines ‚Lernen am Modell‘ wird in den Sozialwissenschaften verwiesen, wenn der Begriff des ‚Vorbildes‘ genutzt wird. Von daher wird das ‚Lernen am Modell‘ in diesem Kapitel kurz erklärt.

Wiedemann unterscheidet mehrere Lernformen: ‚Respondentes Lernen‘ ereigne sich als Konditionierung über Signale, die automatisch wahrgenommen werden. ‚Instrumentelles Lernen‘ geschehe dadurch, dass eine Person aus Konsequenzen, aus Irrtum und Erfolg lerne. Das ‚deklarative‘ bzw. ‚explizite Gedächtnislernen‘ baue auf Fakten und Ereignisse auf. Das ‚prozedurale Gedächtnislernen‘ finde als ‚implizites Lernen‘ häufig unbewusst im Anlauf einer Handlung statt. Das ‚Modelllernen‘ bzw. ‚soziale Lernen durch Beobachtung‘, welches dem Begriff des ‚Lernen am Modell‘ entsprechen, sei das leichteste Lernen. (vgl. Wiedemann 2013, S. 40)

Das ‚Lernen am Modell‘ geht dabei auf *Albert Bandura* (1976) zurück. In seinen empirischen Untersuchungen kommt *Bandura* zu dem Schluss, dass das ‚Lernen am Modell‘ durch Beobachtung und Nachahmung anderer Menschen möglich werde, wie aber auch Effekte festgestellt werden könnten, die das Verhalten einer beobachtenden Person hemmen können, wenn sie wahrnehme, dass die beobachtete Person für ihr Handeln sanktioniert wird (ebd. S. 13).

*Bogart et al* (2013, S. 65–66) betonen die „soziale Macht“ (ebd.) des Modells, die „Ähnlichkeit mit dem Modell“ (ebd.) sowie die Verstärkungsfunktion für den Beobachter bzw. das Modell als förderliche Bedingungen für ein ‚Lernen am Modell‘.

Der Ansatz des ‚Lernens am Modell‘ ist für die Frage relevant, ob Geduld gelernt werden kann und ob Vorbilder für Geduld wahrgenommen werden. In der Befragung *Geduld als Ressource* geht diese Frage dahin in die Untersuchung mit ein, ob junge Erwachsene davon ausgehen, dass Geduld gelernt werden könne. Die Ergebnisse werden in der Diskussion dargestellt.

#### 2.4.6.4 Integrative Methodenvielfalt

In der neuen Entwicklung der Verhaltenswissenschaften wird zunehmend methodenintegrativ gearbeitet. Dabei werden in den Verhaltenswissenschaften und der Verhaltenstherapie neben kognitiven Interventionen (vgl. Hautzinger und Pössel 2017) und motivationsfördernden Methoden (vgl. Noack und Beiling 2019) auch tiefenpsychologische, systemische Perspektiven, emotionsbasierte und körperorientierte Verfahren (vgl. Hauke et al. 2017) sowie Methoden aus der Achtsamkeit berücksichtigt. Hierin, wie auch in der Schaffung eines schulen übergreifenden Masterstudiums der Psychotherapie in Deutschland, zeigt sich die Entwicklung, zukünftig verstärkt in einer Vielfalt in den Methoden (vgl. *Batra et al.* 2013, S. 29) beratend, therapeutisch und coachend zu arbeiten. Dieser Methodenmix beeinflusst auch die unterschiedliche Perspektive auf die Geduld.

## 2.4.7 Achtsamkeit und Resonanz

Im folgenden Kapitel wird besonders auf die Achtsamkeit als mentalen und körperorientierten Ansatz eingegangen sowie diese kritisch durch die Resonanzforschung hinterfragt.

### 2.4.7.1 Eine Säule der Achtsamkeit

Geduld wird in der ‚Achtsamkeit‘ als eine Haltung verstanden, die durch Übung mental trainiert werden kann (vgl. Alidina 2011, S. 72). Über die Achtsamkeit eröffnet sich Menschen in Stress- und Krisensituationen ein meditativer Weg, auf dem sie ihre Konzentration auf einen Gegenwartswahrnehmung lenken können.<sup>87</sup>

Der Psychotherapeut *Jon Kabat-Zinn* ist einer der führenden Lehrer der Achtsamkeit<sup>88</sup> und Gründer der Methode der ‚Mindful-Based-Stress-Reduction‘ (MBSR)<sup>89</sup>, in der Achtsamkeit in Gruppen gelehrt wird (vgl. Kabat-Zinn 2013a, 2013b; Williams et al. 2009; Eßwein 2012). Nach *Kabat-Zinn* geht Achtsamkeit von den sieben Haltungen Nicht-Urteilen, Geduld, Anfänger-Geist, Vertrauen, Nicht-Streben, Akzeptanz und Loslassen aus. Würden diese Haltungen regelmäßig geübt, so könnten sich weitere Stärken der Achtsamkeit wie Großzügigkeit, Dankbarkeit, Nachsicht, Vergebung, Güte, Mitgefühl, empathische Freude und Gleichmut entwickeln (vgl. Kabat-Zinn 2013a, S. 135). *Kabat-Zinn* sagt, in der Haltung der Achtsamkeit „lernen wir, wie wir aus der messbaren Zeit heraustreten können, wie wir in die zeitlose Qualität des Jetzt fallen können.“ (Kabat-Zinn 2013a, S. 136). Dies führe zu einer besseren Wahrnehmung des Momentes, zu weniger Eile sowie zu einer Erinnerung von Vergangenen in Geduld. Für *Kabat-Zinn* sind die Geduld und für ihn ihr Gegenteil, die Ungeduld, stark mit der Emotion, besonders der Wut, und der Haltung des Menschen zu seiner Situation verbunden. Geduld sieht er von daher als eine „eine stets mögliche Alternative zu notorischer Ruhelosigkeit und Ungeduld des Geistes“

---

87 Vgl. exemplarische Praxisbücher zum Thema *Lernen von Geduld in pädagogischen Kontexten*: (Kaltwasser 2008: *Achtsamkeit in der Schule*; Kaltwasser 2013: *Persönlichkeit und Präsenz*; Verlag Herder GmbH 2016: *Die Fühl-dich-Mappe "Geduld & Achtsamkeit"*; Snel 2013: *Stillsitzen wie ein Frosch*; Long 2010: *Die 7 Geheimnisse der Schildkröte*; Bailey 2014: *Das Geräusch einer Schnecke beim Essen*; Weiss et al. 2016: *Das Achtsamkeitsbuch*; Berzbach 2016: *Die Kunst ein kreatives Leben zu führen*).

88 Achtsamkeit wird in vielen Kulturen gefördert, um Besinnung und Kontemplation zu praktizieren. Achtsamkeit kommt als Begriff aus dem Sanskrit, geht auf das Wort ‚Sati‘ im Sinne eines ‚Erinnern‘ an den „gegenwärtigen Moment“ (Michalak et al. 2012, S. 8).

89 Mindfulness-based Stress Reduction-Programm (MBSR): Die MBSR- Methode wird erfolgreich bei Depressionen, Burnout, Belastungsstörungen eingesetzt (vgl. Michalak et al. 2012, S. 8–9; Kohls et al. 2013; Weiss et al. 2016); MBSR-MBCT Verband e. V. <http://www.mbsr-verband.de/>, abgerufen am 26.04.2020).



(Kabat-Zinn 2013b, S. 52). Er betont, dass das Leben durch Wechselwirkungen geprägt sei: „Aus der Perspektive der Geduld geschehen Dinge, weil andere Dinge geschehen. Nichts existiert unabhängig und isoliert voneinander. Es gibt keine letzte Ursache, auf die sich etwas zurückführen lässt“ (ebd., S. 52). *Kabat-Zinn* erklärt, dass Achtsamkeit für ihn jedoch kein Glaubenssystem<sup>90</sup>, sondern primär eine Prozessmethode der Selbstbeobachtung, der Selbsterforschung und des achtsamen Handelns sei, in der der Mensch mit der Ganzheit seines Seins in Berührung komme (vgl. ebd., S. 52).

Folgt man dem buddhistischen Verständnis der Achtsamkeit, so versteht sich die Meditation und die Sinneswahrnehmung als empirische Erfahrung (vgl. Dalai Lama 2005).

*Michalak, Heidenreich* und *Williams* weisen darauf hin, dass es in vielen Kulturen Formen gibt, um Achtsamkeit zu leben, auch wenn diese nicht so bekannt seien (Michalak et al. 2012, S. 8).<sup>91</sup> Zentral für die Erfahrung von Achtsamkeit sei aber, „die eigene geduldige Praxis unter der Anleitung eines erfahrenen Lehrers.“ (Michalak et al. 2012, S. 3)

#### 2.4.7.2 Resonanz als Weltverhältnis

*Hartmut Rosa* versteht Achtsamkeit lediglich als eine „individuelle Strategie zur Stressbewältigung“ (Rosa 2018).<sup>92</sup> Kritisch wendet er sich damit gegen eine zu starke Vermarktung der Achtsamkeit, deren fehlende politische Haltung und einseitige Ausrichtung auf das subjektive Wohl (vgl. ebd.). In der von ihm entwickelten ‚Resonanztheorie‘ unterscheidet er zwischen einer Welt, die auf eine Ausnutzung von Ressourcen und Beschleunigung (Rosa 2014) aufbaue und einer Welt, die auf Kreativität, Öffnung und Schwingung setze (vgl. Rosa 2018).<sup>93</sup> Resonanzbeziehungen versteht er als Beziehungen im Gleichklang, als ein „Weltverhältnis“<sup>94</sup>, das berührt. Die beschleunigte Gesellschaft leide unter mangelnder Empathie, was zu Depression und Burnout führe. Resonanz hingegen ermögliche ein Glücksgefühl und Selbstwirksamkeit. Besonders Lehrkräften käme die Verantwortung zu, Resonanzfähigkeit

90 Viele Achtsamkeitspraktiker\*innen sehen die Wurzeln der Achtsamkeit vorrangig im buddhistischen Glaubenssystem. Andere Vertreter suche eine weitgehende interreligiöse und transdisziplinäre Zusammenarbeit (vgl. Alidina 2011; Kohls et al. 2013; Dalai Lama 2014).

91 Vgl. Küng 2004a, S. 154–189, S. 161, S. 308–309, Abschnitt ‚theologische Grundlagen und Grundeinsichten; Wechselseitiger Respekt als grundlegende Haltung einer interreligiösen/ agnostischen Verständigung‘.

92 Vgl. <https://ethik-heute.org/achtsamkeit.loest-unsere-probleme-nicht/>, abgerufen am 26.04.2020.

93 Vgl. ebd.

94 <https://ethik-heute.org/gegen-verstummen-der-welt/>, abgerufen am 26.04.2020.

im Sinne eines guten Einklangs und als pädagogische Spannung, die er „Knistern“ (Rosa und Endres 2016) nennt, erlebbar zu machen.<sup>95</sup>

## 2.4.8 Mystik und Spiritualität

Auch die Perspektive der Mystik und der Spiritualität ist relevant, um die Geduld in ihrer aktuellen Funktion für das Coaching junger Erwachsener zu verstehen. Die Phase der christlichen Klostergründungen im Mittelalter sowie die Zeiten, in denen sich Menschen mit Krieg, Verfolgung und Leid auseinandersetzen, erweisen sich als reichhaltig für Geduldszeugnisse und begründen sich oft in einer langjährigen spirituell-mystischen Suche einer Person, die in widrigen Lebensumständen oder schwierigen Beziehungen nach tiefem Sinn und Bestimmung fragt. Zu einem Verständnis der in der geschichtlichen Recherche genannten Personen wird von daher auf die Begriffe der ‚Mystik‘ und der ‚Spiritualität‘ eingegangen, um sie für die Deutung ausgewählter Textstellen zur Geduld nutzbar machen zu können.

### 2.4.8.1 Mystische Begegnung

Für *Ulrike Voigt* liegt der besondere Wert einer mystischen Erfahrung darin, dass Menschen in ihrer Suche nach Sinn und spirituellen Bedeutung Antworten über eine direkte Begegnung erhalten. In einer mystischen Begegnung würden Menschen die Erfahrung machen, einem Gott oder einer transzendenten Figur wie *Christus* persönlich gegenüber zu treten und sich mit dieser zu vereinigen. Diese Erfahrung der Begegnung geschehe direkt über eine offene und hörende Haltung für Spiritualität und eine Umgebung mit spiritueller Faszinationskraft. Mystiker\*innen würden von einem Realitätsgefühl und „einschneidenden Gotteserfahrungen“ (Voigt 2010, S. 7–10) berichten, die als „transzendentes Ereignis“ (ebd.) über jede Alltagserfahrung hinausgingen. Möglich sei dies nur dadurch, dass die betroffenen Menschen das körperliche Leben als begrenzt verstanden. Diese mystische Erfahrung würden sie als beeindruckendes Handeln *Gottes* erleben und den Drang verspüren, hiervon berichten zu wollen, was vielfach in poetischen Werken seinen Niederschlag fände. (ebd.)

*Bruno Borchert* und *Hugo Zulauf* erklären, dass es in allen Religionen und Kulturen mystische Elemente gäbe. Verbindend sei die gemeinsame Erkenntnis, dass Menschen „aus Erfahrung wissen, daß (sic) alles irgendwie zusammenhängt, daß (sic) alles im Ursprung eins ist.“ (Borchert und Zulauf 1994, S. 9) Die mystische Sprache sei „ein Versuch, das Unsagbare zu sagen“ (ebd., S. 16–17) und erinnere an die

---

95 Vgl. <https://ethik-heute.org/gegen-das-verstummen-der-welt/>, abgerufen am 26.04.2020.

bildhafte und oft ambivalente Sprache der Verliebten und der Poesie, die scheinbar Paradoxes miteinander in Verbindung zu bringen vermöge. Diese tiefe Erfahrung der Begegnung mit einer inneren Stimme könne für einen Menschen mit starken Emotionen verbunden sein, die sowohl als erschreckend wie auch beglückend und beruhigend erlebt werden können, insgesamt aber als „dynamische Kraft in einem Befreiungsprozess“ (Borchert und Zulauf 1994, S. 11–12)<sup>96</sup> nachhaltig die Entwicklung der Persönlichkeit beeinflussen können. Zu unterscheiden sei zwischen einem Glauben, der eine Autorität anerkenne und einem mystischen Glauben, der sich als intimes inneres Wissen zwischen dem/der Mystiker\*in und einer anderen Wirklichkeit aufzeige (ebd., S. 12).

#### 2.4.8.2 Spirituelle Erfahrungen

Es stellt sich die Frage, in welcher Form ‚Religiosität‘ und ‚Spiritualität‘ für junge Erwachsene in der heutigen Zeit relevant sind und für eine Gesundheitsförderung – etwa auch über eine enge Beziehungserfahrung mit Geduld – unterstützen können.

*Arndt Büssing* erklärt, dass das Verhältnis von Religiosität und Spiritualität differenziert gesehen wird (Büssing et al. 2016, S. 262).

*Wunibald Müller* etwa, der sich intensiv mit den Fragen von ‚Burnout‘ und dem Umgang mit ‚Macht und Machtmissbrauch‘ in der Institution Kirche beschäftigt, geht von der Notwendigkeit einer „geerdeten Spiritualität“ (Müller 2016, S. 383) aus. Darunter versteht er einen Spiritualitätsbegriff, der die Wahrnehmungen der Menschen umfassend und ohne Abschwächen und Entwerten hört und ernst nimmt.

*Dirk Schliephake* betont, dass jeder Mensch ein ‚Geheimnis‘ habe, das ihn besonders mache und über dessen Sichtbarmachen die Person selbst entscheide (vgl. Schliephake 2013, S. 10; 2015, S. 36–46).

*Niko Kohls* kommt zu dem Schluss, dass viele Grenzerfahrungen mit tiefen spirituellen Erfahrungen verbunden seien (vgl. Kohls 2004, S. 384–499). Zusammen mit *Arndt Büssing* und *Harald Walach* verweist er auf einen zunehmenden Bedarf und auf eine gesteigerte Forschungstätigkeit, um den Zusammenhang von Spiritualität und Gesundheit transdisziplinär zu untersuchen (Büssing und Kohls 2011; Walach und Kohls 2008). Insbesondere der Ansatz der ‚Achtsamkeit‘ sei eine angemessene Haltung, über die Spiritualität als Einzelperson methodisch durch Meditation oder in der Zusammenarbeit auf Organisationsebene als gesundheitliche Prävention praktiziert werden könne (vgl. Kohls et al. 2013).

<sup>96</sup> Vgl. Exemplarisch wird auf die Erfahrung Mose als Mystiker und politischen Führer Bezug genommen.

Für *Janusz Surzykiewicz* und *Kathrin Maier* stellen die ‚Hoffnung‘ und die ‚Spiritualität‘ zwei Ressourcen dar, die bisher in der Forschung „vernachlässigt“ (Surzykiewicz und Maier 2015) wurden.

*Ralf Gaus* ordnet Spiritualität als eine universelle, beziehungsorientierte und den Lebensstil prägende „Erfahrungs- und Bewusstseins-ebene“ (Gaus 2016) ein. Viele junge Menschen würden sich als spirituell, nicht aber als religiös bezeichnen. Einerseits würden sie Spiritualität bejahen und sich andererseits von Regeln, Dogmen und Traditionen organisierter Religiosität wie etwa der kirchlichen Institutionen abwenden. (vgl. ebd. S. 254)

In seiner Definition bezieht sich *Gaus* auf *Anton Bucher*, der die Spiritualität in enger „Verbundenheit“ (Bucher 2014, S. 12) mit allem, mit der Natur und der Achtsamkeit sieht. Kinder sind für *Bucher* von Beginn an spirituelle Wesen, die sich an den Erwachsenen als Vorbild für Spiritualität orientieren. Ein positives Erleben von Spiritualität sei eine stärkende Ressource für das Leben (Bucher 2007). Die Popularität der Spiritualität zeichnet sich für *Bucher* gerade in ihrem Charakter aus, die Gesundheit und das Wohlbefinden zu fördern sowie in Krisensituationen als Coping-Ressource zu wirken (Bucher 2014, S. 13–14).

Die Forschergruppe um *Büssing*, *Rodrigues Rechhia*, *Surzykiewicz* und *Baumann* belegt in einer Befragung zur Spiritualität von Jugendlichen und jungen Erwachsenen, einen Unterschied zwischen einer spirituellen und einer religiösen Sicht junger Menschen. In ihrer Befragung von 2468 achtzehnjährigen Schüler\*innen, in der sie Einstellungen zum sozialen Verhalten und Engagement untersucht, zeigt sie, dass die befragten Teilnehmer\*innen alltagsnahe, konkrete und sozial erwünschte Themen für wichtiger halten, als abstrakte Themen wie religiöse Literatur, Rituale und das Bemühen, das Göttliche mit der Schöpfung zu verbinden. (vgl. Büssing et al. 2016, S. 271)

#### 2.4.9 Zusammenfassung: Forschungsansätze zur *Geduld als Ressource*

Die inter-, multi- und transdisziplinäre Forschung weist auf die Notwendigkeit der Verknüpfung der wissenschaftlichen Disziplinen in der Untersuchung wichtiger Forschungsfragen hin. In diesem Sinne lassen sich zur Geduld eine Bannbreite an Forschungsansätzen (vgl. Abbildung 4 unten ‚Forschungsansätze zur Geduld‘) erschließen, die die Geduld als eigenen Gegenstand untersuchen bzw. ein Erklärungsmodell liefern, um die Geduld als Ressource für das Einzelcoaching verstehend einzuordnen.



Abbildung 4: Forschungsansätze zur Geduld, eigene Darstellung (Siebert-Blaesing 2020c)

Exemplarisch fordert die ‚Burnout-Forschung‘ auf, die Sicht auf psychosoziale Belastungssituationen mit neuen Ansätzen, zu denen auch die Geduld zählt, zu erkunden. Im Vergleich zur ‚Gelassenheit‘ versteht sich die Geduld noch in den siebziger Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts als eine „nach innen verlegte Tapferkeit“ (Klomps 1976) auf dem Weg der inneren Vollendung des Guten, während sie in der Gegenwart mit der Fülle und Gleichzeitigkeit von wichtigen Entscheidungen konkurriert. Die ‚ethische Perspektive‘ auf die Geduld zeigt auf, dass sie innerhalb des geschichtlichen Wandels in den Kategorien der ‚Gebote‘, ‚Tugenden‘, ‚Pflichten‘ und den ‚Gütern‘ und ‚Werten‘ eingeordnet werden kann, wobei die heutige Zeit das Kriterium des ‚verantwortlichen Handelns‘ bei Entscheidungen heranzieht. Die ‚Zeitforschung‘ geht insbesondere auf das Zeiterleben, die unterschiedlichen Zeitperspektiven sowie die kulturell variierenden Erfahrungen mit dem Lebenstempo und dem Umgang mit Warten ein. Für die ‚Systemforschung‘ ist die Bedeutung von Systemkompetenz, Mustererkennung und Kontextreflexion in einem synergetisch-selbstorganisierten beratenden Verständnis unter den Fragen der Gestaltung von Zeit und Geduld generell sowie in der Begleitung von Krisen speziell zentral. Die Hirnforschung geht unter den Themen ‚Lernen, Entwickeln und Entscheiden‘ besonders auf die Schritte des Lernens, die Hirnentwicklung und die Entstehung einer ethisch-moralischen Haltung ein. Aus der Perspektive der ‚Verhaltensforschung‘ sind die Bedeutung des ‚Handelns und Kommunizierens‘, des ‚Lernens am Modell‘ sowie

des ‚Belohnungsaufschubs‘ für ein Verständnis der Geduld relevant. Sie verbindet die mentale Sicht auf Entwicklungen mit körperorientierten Wahrnehmungen der Gegenwart. Die ‚Achtsamkeit‘ sieht die Geduld als eine ihrer wichtigen Säule an, die geübt werden muss. Sie versteht Geduld in der Verbundenheit aller Dinge, gleichwohl ihr dieses als Fehlen von der ‚Resonanztheorie‘ als Kritik entgegengebracht wird. Die ‚Mystik‘ und der ‚Spiritualität‘ betonen ihrerseits die Bedeutung der mystischen und spirituellen Begegnung und Einbeziehung der Alltagserfahrung quer durch alle Kulturen und Epochen.

## 2.5 *Geduld* in Studien

Das folgende Kapitel geht auf die Studienlage zur Geduld in den Jahren 2010 bis 2/2020 ein.

### 2.5.1 Rechercheziel

Auch wenn die Idee der Gesundheitsförderung gesellschaftlich eine zunehmende Bedeutung erhält, findet die Geduld als eigener Untersuchungsgegenstand bisher wenig Beachtung. Ziel des Kapitels ‚Geduld in Studien‘ ist es von daher, relevante Studien, die unter den Stichworten ‚Geduld‘ und ‚Patience‘ aus den Jahren 2010 bis 2/2020 an der Schnittstelle zwischen Psychologie und Pädagogik recherchiert wurden, vorzustellen und orientiert an den oben dargestellten Forschungsansätzen zur Geduld einzuordnen.

### 2.5.2 Schlagwörter

Die Recherche von Studien zur Geduld berücksichtigt die Verbindung zu folgenden Begriffen: Geduld; Resilienz; Sozialpädagogik; Soziale Arbeit; Ethik; Coping; Lebensbewältigung; Bildung; Wirtschaft; Zeit; Prozess; systemisch; Komplexität; Entscheidung; Unterschied; Partizipation; Teilhabe; Stress; Kontext; Herausforderung; Gesundheit; Erfolg; Burnout; Psychopädagogik; Gesundheitspädagogik; Lernen; junge Erwachsene; Leistung; Arbeit; Therapie; Beratung; Coaching; Begleitung; Angehörige; Psychologie; Pädagogik; Spiritualität.

### 2.5.3 Recherchemethode der Studien

In einer Recherchearbeit wurden unter den Stichworten ‚Geduld‘, ‚geduldig‘, ‚Patience‘, ‚patient‘ Studien sowie Dissertationen aus den Jahren 2010–2/2020 gesichtet. Als Auswahl wurden Publikationen über Pubpsych, peDOCS, google scholar, www.jugendhilfeportal.de, www.sowiport.gesis.org und www.fachportal-paedagogik.de berücksichtigt. Überprüft wurden die Abstracts bzw. die Originalstudien, soweit sie über Opac und elektronische Zeitschriftendatenbanken und Internetpublikationen zugänglich waren. Begrifflichkeiten wurden in elektronisch zugänglichen Lehrbüchern über den Server der Bayerischen Staatsbibliothek (BSB) überprüft. Ratgeber, Literatur und Lehrbücher wurden nur bei ausgewiesenem empirischem, aktuellem Bezug zur Pädagogik, Psychologie und Gesundheit recherchiert. Theologische Werke, Prosa und Lyrik, Projektbeschreibungen und Reden wurden nicht hinzugenommen, da der Fokus auf empirischen Forschungsergebnissen lag. Die Studien wurden möglichst fachbezogen gesichtet. Ziel war es, neue Forschungsergebnisse zu finden. Es wurde davon ausgegangen, dass nicht alle Ergebnisse in ihrer Fülle in einer Studie darstellbar sind, sich aber eine exemplarische Auswahl an aussagekräftigen Studien finden lässt.

### 2.5.4 Resultate Forschungsfelder in Studien



Abbildung 5: Forschungsfelder, eigene Darstellung (Siebert-Blaesing 2020c)

Die aktuellen Forschungsstudien mit Befunden zur Geduld bündeln sich in den fünf Forschungsfeldern: ‚Lebensbewältigung/Coping‘, ‚Bildung/Ausbildung‘, ‚Partizipation/Teilhabe‘, ‚Wirtschaft/Arbeit‘ und ‚Sport‘, die in der vorangehenden Abbildung ‚Forschungsfelder‘ visualisiert werden.

Die meisten der untersuchten Studien berühren gemäß der Komplexität des beobachteten Phänomens (vgl. Strunk und Schiepek 2014) der Geduld mehrere dieser fünf ‚Forschungsfelder‘ und bilden entsprechend des ‚Kriteriums des verantwortlichen Handelns‘ (vgl. Schröer 2016) einen Schwerpunkt rund um ein besonderes Gut wie etwa ‚Bildung‘ oder ‚Teilhabe‘. Der Übersichtlichkeit wegen werden die relevanten Studien folgend nur in einem Feld aufgeführt, gleichwohl sie meist vernetzende Aussagen möglich machen.

#### 2.5.4.1 ‚Geduld‘ im Forschungsfeld Lebensbewältigung/Coping

##### Studien zum Umgang mit körperlichen und mentalen Beeinträchtigungen

Qualitative Einzelinterviews mit Herzinfarktpatient\*innen zeigen in einer Studie von *Petriček et al.* (2017), dass Geduld und Beständigkeit nach einem Infarkt zu den wichtigsten Bedürfnissen für Patienten gehören. Auch Schädel-Hirn-Trauma-Überlebende und deren Angehörige sehen Geduld und Verständnis, Unterstützung und professionelle Hilfe nach *Deana Adams* und *Marie Dahdah* (2016) als zentrale Bedürfnisse an. *Carlozzi et al.* (2018) kommen in einer qualitativen Fokusgruppenuntersuchung von Betreuer\*innen (N = 32) von Personen mit leichter mentaler Beeinträchtigung zu dem Schluss, dass die Fachgespräche der Betreuenden überwiegend die psychische Gesundheit insbesondere des Erlebens von Wut, wie aber auch die Anforderung zur Geduld seitens der Pflegenden sowie Sorgen mit der Pflege selbst, thematisieren. In der Stammzellentherapie erwachsener iranischer Leukämiepatient\*innen gehört der Umgang mit Geduld entsprechend einer Studie von *Farsi et al.* (2010) zu einem der wesentlichen Themen in der Bewältigung der umfangreichen körperlichen und seelischen Belastungen. Nach *Klassen et al.* (2012) erleben Eltern die Auswirkungen der Pflege eines krebserkrankten Kindes neben den vielfältigen Belastungen der Situation auch als Bereicherung. Sie erfahren nun mehr familiäre Wertschätzung, Geduld, Mitgefühl, innere Stärke und neue Perspektiven. *Sheshukova et al.* (2018) empfehlen, Kinder in der Zahnheilkundebehandlung für ihre Geduld und ihren Mut mit kleinen Geschenken zu belohnen.

*Jennifer Hillman* und *Connie Anderson* (2019) belegen mit der Auswertung einer amerikanischen Onlinebefragung von Großeltern von Kindern mit Autismus-Spektrum-Störung (ASD) neben der Lebensfreude die Ressource der Geduld als ein Kriterium von Weisheit und Einsicht in der Begleitung der eigenen Enkel. Das



Ergebnis einer Befragung von autistischen, aber nicht selbstverletzenden Erwachsenen (N = 103) von *Moseley et al.* (2019) verweist auf die Empfehlung der Teilnehmenden, „Mitgefühl, Geduld, Urteilslosigkeit“ (ebd.) als wesentliche Kriterien zur Unterscheidung von selbstverletzend autistischen Personen anzusehen. *Müller et al.* (2019) verstehen Geduld als einen der Schlüsselbegriffe, der im Prozess des Trauerns von Trauernden geübt werden kann.

### Studien zum Umgang mit psychischer Belastung

Zur Vermeidung von Pflegebedürftigkeit bei schwer psychisch kranken Menschen sind nach *Schout et al.* (2010) Geduld, Flexibilität, Optimismus, Diplomatie, Kreativität und Stressresistenz seitens der Pflegedienste als Basis für einen vertrauensvollen und empathischen Kontaktaufbau zentral. Nach *Jo Becker* (2013) empfiehlt sich in der Begleitung von schwer psychisch kranken Menschen eine kooperative Zusammenarbeit der Fachleute unter dem Fokus der Geduld, der Zuversicht und des Triologes. *Cottencin* (2014) zeigt auf, dass ein behandelnder Arzt viel Geduld und Offenheit braucht, wenn er einen Patienten mit einer „Konversationsstörung/Hysterie“ (ebd.) zu einem stationären Aufenthalt in der Psychiatrie motivieren möchte. *Julia Arnhold* (2015) verweist darauf, dass Geduld in der psychotherapeutischen Behandlung von Psychosen ein Kriterium für den Erfolg der Therapie ist. *Georg Juckel* (2018, S. 317–332) betont die Notwendigkeit von „Geduld und Sympathie haben“ (ebd.) als eine verstehende Haltung für eine „pragmatische Psychotherapie in der Psychiatrie“ (ebd.), die konträr zu jeder Ausrichtung an einer Zweckhaftigkeit und medizinisch-erklärender Professionalität auf die Förderung von Mitmenschlichkeit und ein subjektorientiertes Zusammenleben sowie Solidarität zielt.

### Studien zur Demenz- und Alzheimererkrankung

In der Begleitung von Demenz- bzw. Alzheimerkranken empfiehlt *Huub Buijssen* (2016), Geduld, Kreativität, Humor und ein Wissen über eine wertschätzende Form der Kommunikation zu berücksichtigen. *Christina Endler* und *Solveig Bachlehner* (2013) unterstreichen, wie wichtig der Umgang mit Geduld und Gegenwärtigkeit in der Begleitung von Angehörigen demenzkranker Menschen sind. *Turner et al.* (2015) untersuchen das Coping-Verhalten von spanischsprechenden Latino-Betreuenden demenzkranker Familienangehöriger. Diese beschreiben Liebe, Akzeptanz, Geduld, Anpassungsfähigkeit und Routine in der Pflege als die fünf „indigenen“ (ebd.) Ansätze, mit denen die Betreuenden auf belastendes Verhalten reagieren.

### **Studien im Kontext ‚Depression und ‚Schizophrenie‘**

Nach *Hamann et al.* (2016) können Patient\*innen mit Depression und Schizophrenie den Entscheidungsfindungsprozess in der Therapie durch Geduld aktiv mitgestalten. Eine Interviewstudie mit 26 depressiven Jugendlichen von *Mccann et al.* (2012) zeigt, dass Geduld, Toleranz, Verständnis und Ermutigung seitens der Familienmitglieder und weiterer Helfer\*innen Jugendliche darin unterstützen, die Depression zu bewältigen, auch wenn diese Haltung bei vielen Hausärzt\*innen, Klinikmitarbeiter\*innen und Familienmitglieder\*innen vielfach vermisst wird.

### **Studien im Kontext ‚Gender‘**

Nach *Sarah Morgan* und *Patricia Stevens* (2012) braucht die Erforschung der Transgender-Identität aufgrund der Komplexität ihrer Lebenserfahrungen „Zeit, Energie, Geduld und Fürsorge“ (ebd.).

### **Studien im Kontext ‚Kinderschutzarbeit‘ und ‚Kindeswohlgefährdung‘**

*Jörg Fegert* (2015) betont, dass Geduld in der Kinderschutzarbeit bei sexuellem Missbrauch eine Strategie der beruflichen Selbstfürsorge ist, die generell einen sehr langen Atem braucht. *Olga Themeli* und *Maria Panagiotaki* (2014) beschreiben die zentrale Bedeutung von Empathie, Geduld, Ruhe, Sensibilität und Wärme durch den/die Interviewer\*in in Kindesmissbrauchsverfahren für die gesamte Kommunikation und die Beziehung zum Kind. Die Begleitung von in früher Kindheit emotional vernachlässigten Klient\*innen, erfordert gemäß *Wilfried Callenius* (2019, S. 40–53) auf Seiten der behandelnden Therapeut\*innen Geduld und Empathie.

### **Studien zu Trauma, Flucht und Migration**

*Marlene Pfaffenzeller* (2014) kommt zu dem Ergebnis, dass in der Behandlung schwer traumatisierter Menschen – besonders mit Fluchterfahrung – Geduld ergänzend zu einer empathischen Haltung, Erfahrung und einer wohlwollenden Distanz wichtig ist. Eine qualitative, semistrukturierte Interviewbefragung von *Shala et al.* (2019) mit albanisch-stämmigen Einwander\*innen aus der Schweiz zu ihrem Umgang mit Notsituationen zeigt auf, dass viele psychische Probleme mit sozial-migrationsbedingten Problemen einhergehen, gleichzeitig aber Vorbehalte bei den Befragten gegenüber einer Psychotherapie bestehen und die Haltung prägend sei, dass Leid mit Geduld zu ertragen sei.

### **Studien zum therapeutischen Prozess**

*Stéphanie Hofmann* (2015) verweist darauf, dass Geduld, Willensstärke, Kritikfähigkeit sowie Selbstverantwortung für die Erfüllung wichtiger Wünsche im therapeuti-

schen Prozess wichtig sind. *Leonhard Reul* (2018) betont die Bedeutung der ausreichenden Zeit für den passenden Moment (Kairos) der Veränderung in einer durch Zeitdruck und Geld dominierten Gesellschaft für die Gestaltung einer tragenden Beziehung zwischen dem/der Klient\*in und dem/der Therapeut\*in während einer systemischen Therapie. *Stefancic et al.* (2019) belegen über eine qualitative Auswertung von Interviews mit Fachexpert\*innen die Bedeutung von Geduld neben Empathie, Beständigkeit, Zuhören, unstrukturierter Zeit sowie der Klienten-Zentrierung als Grundbestandteil klassischer Selbsthilfearbeit.

*Meghan Butler* (2014) beschreibt aus Sicht einer Doktorandin, wie sich ihre eigene Haltung zur Geduld in der Begleitung eines therapeutischen Prozesses entwickelt hat. *Paul Grossman* und *Luise Reddemann* (2016) verweisen darauf, dass sich in allen psychologischen, psychotherapeutischen und medizinischen Schulen in den letzten drei Jahrzehnten eine Praxisform entwickelt hat, in der die Achtsamkeit gepflegt wird, über die auch Geduld neben Freundlichkeit, Toleranz, Großzügigkeit, Mitgefühl und Mut als eine „neue (und uralte) Dimension der Pflege von ethischen Haltungen“ hinzukomme. *Felix Wettstein* (2016) betont, dass im Ansatz des Empowerments die „Brennende Geduld“ (ebd.) eine Prozessphase sei. Nach *Vodopyanova et al.* (2017) zählen Geduld, Ausdauer, Eifer, Beharrlichkeit neben Hoffnung und Optimismus als Eigenschaften zur Zielerreichung sowie Selbstsicherheit, Situationsmanagement und Problemlösungsfähigkeit als persönliche Eigenschaften zu den wesentlichen Ressourcen der beruflichen Praxis von Ärzt\*innen. *Froneman et al.* (2016) zeigen in einer qualitativen Studie auf, dass sich Krankenpflegeschüler\*innen von ihren Lehrer\*innen Geduld zur Unterstützung ihrer Resilienz sowie des Verhältnisses zwischen der Lehrkraft und dem/der Schüler\*in wünschen. *Ester Kühn* (2016) bezieht sich auf eine Studie von *Amad et al.* (2017), die nachweist, wie das Gehirn im „Resting-State-Network“ (ebd.) nach einem Trommelkurs über Tag nachts in Ruhe weiterhin aktiv ist und Impulse aus Handlungsphasen fortführt. *Kühn* betont, dass das Trainieren neuronaler Netzwerke ergänzend zur Arbeit in der Burnout-Prävention etwa durch Sport und Musik, Zeit und Geduld brauche.

### Studien im islamischen Kontext

In einer im Islam verwurzelten Studie von *Hosseini et al.* (2016) zur Wirkung von Spiritualität in der Behandlung von Brustkrebspatientinnen ist Geduld – neben Vertrauen, Selbstaufopferung und Vergebung, Altruismus und Freundlichkeit, Vergebung und Reue, Dankbarkeit, Mantra, Meditation und Tod – eines der Behandlungskriterien. Eine qualitative Studie von *Nasrabadi et al.* (2011) mit 23 iranischen Krebspatient\*innen zu ihrer Wahrnehmung des Lebens mit ihrer Krankheit kommt zu dem Schluss, dass Geduld wesentlich für das Ertragen von Leid, Stress und Bitterkeit ist.

Eine Studie von *Renani et al.* (2014) mit schwer asthmatischen Kindern sieht die Erfindung eines Glaubenssystems, das auf Vorherbestimmung, Ritualen und dem islamischen Verständnis von Geduld baut, neben einer intellektuellen-organisatorischen Herangehensweise als Hilfe an. Für islamische Klient\*innen sind nach *Arozullah et al.* (2018, S. 1–8) für einen therapeutischen Heilungsprozess neben der Erkenntnis der Schulmedizin auch die Berücksichtigung der islamischen Tugenden „Vertrauen auf Gott [tawakkul] und Geduld [sabr]“ (ebd.) wichtig. *Imani et al.* (2018) kommen in einer qualitativen Befragung von zehn Krankenschwestern aus einem iranischen Krankenhaus zu dem Ergebnis, dass Krankenschwestern die Geduld als einen Wert der „intelligenten Belastbarkeit“ (ebd.) nutzen, um mit den hohen Anforderungen ihres Berufes leichter umgehen können.

#### 2.5.4.2 ‚Geduld‘ im Forschungsfeld Bildung/Ausbildung

##### Studien im Kontext ‚Schule‘

Indem Kinder in der Phase der Vorschule die Feinmotorik trainieren, üben sie nach *Michelle Huffman* und *Callie Fortenberry* (2011) die Verbindung von Muskelkontrolle, Geduld, Urteilsvermögen und der Koordination des Gehirns. Schüler\*innen der Sekundarschule für Sozialkunde aus den USA, die an einem Freiwilligenprogramm teilgenommen haben, bewerten nach *Sara Cranford* (2011) Geduld als Lernerfahrungen zur Entwicklung inter- und intrapersonaler Einstellungen. Für *Sabine Schomäcker* (2011) braucht die Schule zwischen einem „Turbo-Abitur und verstärkt ökonomisierten Bildungsprozessen“ (ebd.) aktuell „den Mut zu mehr Muße, Geduld und Ritualisierung“ (ebd.). *Brian Housand* und *Angela Housand* (2012) untersuchen Geduld im Zusammenhang von Motivation und Nutzen neuer Technologien bei hochbegabten Schüler\*innen als Fähigkeit, Herausforderungen zu bewältigen. *Patrick Böhler* (2010) zeigt die Auseinandersetzung Jugendlicher mit dem Toleranzbegriff am Beispiel der Analyse der Bibelstelle Eph. 4. „Seid demütig, friedfertig und geduldig, ertragt einander in Liebe“ (ebd.) für den Religionsunterricht in der Oberstufe auf. Dabei zieht er den Schluss, dass Jugendlichen der Begriff Geduld „suspekt“ (ebd.) sei.

*Lee et al.* (2018, S. 23–25) verweisen auf die Herausforderung an Schulpsycholog\*innen, um mit Jugendlichen in krisenhaften Situationen über Ausdauer und Geduld eine stabile Beziehung aufzubauen. Hierzu beschreiben sie mittels einer Befragung von Schulpsycholog\*innen wie reale Jugendliche am Beispiel von fiktiven jugendlichen Figuren der ‚Harry Potter Welt‘ durch deren exemplarische Lösungsversuche in herausfordernden Lebenssituationen einen resilienten Nutzen ziehen.

*Gustav Keller* (2016) rät dazu, Geduld als eine schulische und häusliche Hilfe in der Förderung von Schüler\*innen mit Motivationsstörungen zu sehen. *Teresa Wason-*

ga (2010) untersucht in einer Studie das Führungsverhalten in Schulen und misst Geduld als einen Faktor in den Kontexten ‚Demokratie‘, ‚Qualitätsbeziehungen‘ und der sich ‚entwickelnden Macht‘.

### Studien im Kontext ‚Lernförderung und Lernbegleitung‘

*Peer van der Helm* und *Stijn Vandevelde* (2019) verweisen auf die Herausforderung, in betreuenden, erziehenden und therapeutischen Kontexten mit grenzüberschreitendem Verhalten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen professionell umzugehen. Geduld sehen die beiden Autoren als ein Kriterium an, um die Selbstbestimmung der Klient\*innen angemessen zu unterstützen und für ein lernförderliches Umfeld zu nutzen.

*Jonathan Glazzard* und *Kirsty Dale* (2013) zeigen am Beispiel eigener Erfahrung mit Legasthenie auf, wie sie als Kinder von Lehrer\*innen als geduldige oder ungeduldige Vorbilder in ihrem Selbstvertrauen motiviert oder demotiviert wurden, und wie sich dies auf die Wahl des eigenen Lebensweges als Lehrer\*in ausgewirkt hat. *Corinne Syrnyk* (2018) kommt in einer Fallstudie mit psychosozial spezialisierten Lernbegleiter\*innen in einer Grundschule zu dem Ergebnis, dass die Befragten besonderen Wert auf Empathie, Resilienz und Geduld als Fähigkeiten legen, während die kooperierenden Lehrkräfte das Wissen der Lernbegleiter\*innen besonders schätzen. *Doug Campbell* (2012) empfiehlt Geduld für eine stressfreie Klassenleitung.

### Studien im Kontext ‚Achtsamkeit‘

*Sarah Hraha* (2012) beschreibt, dass Vorschul- und Grundschullehrkräfte von erhöhter Geduld und Geschicklichkeit nach einem achtsamkeitsbasierten Training berichten. Orientiert an der Arbeit von *Kabat-Zinn* (2013b; vgl. Kapitel 2.4.7.1) entwickelt *Caryn Wells* (2015) ein Modell zur achtsamen Führung von Schulleiter\*innen, das dem Ziel der Stressreduzierung folgt und Geduld als einen Faktor hierfür integriert. *Cornelia Löhmer* und *Rüdiger Standhardt* (2018) beschreiben in einem MBSR-Übungsbuch die Bedeutung der Geduld und der Gelassenheit in der Achtsamkeit zur Fokussierung des gegenwärtigen Augenblicks sowie zur Förderung einer humorvollen Außenperspektive auf die eigene Situation. *Andreas Traeger* (2012) geht davon aus, dass Geduld in der pädagogischen Arbeit eine Kernanforderung ist, die auch in der Anleitung angehender Pädagog\*innen berücksichtigt werden muss. *Solhaug et al.* (2016) zeigen auf, dass sich die Einstellung zur Geduld bei Psychologie- und Medizinstudierenden im ersten Semester nach einem siebenwöchigen Achtsamkeitstraining ändert.

### **Studien im Kontext ‚Aus- und Weiterbildung sowie Studium‘**

Nach *Susan Lynn Snider* (2010) betonen Teilnehmende des „General Educational Development GED[R] Tests“ (ebd.), einem Programm in den USA zum Schulabschluss auf dem zweiten Bildungsweg, welchen Wert Geduld, Flexibilität und Respektes durch die Lehrkräfte für den Erfolg des Kurses hatten.

*Sharp et al.* (2015) beschreiben, dass Geduld – neben der Zeit, der Herausforderung und der Konzentration – ein Kriterium ist, mit dem Langeweile bei Studierenden gemessen werden kann. *Britton et al.* (2013) verweisen darauf, dass kontemplative Bildung im Studium Studierenden Eigenschaften wie Geduld, Offenheit und Gleichmut vermitteln kann.

Für *Nathan Charles Anderson* (2013) zählt Geduld – neben dem Zweck, der Leidenschaft und der Ausdauer – zu den internen Faktoren, die den Erfolg der Ausbildung von Doktorand\*innen mitbestimmen. Für *Siskind et al.* (2015) ist Geduld in der Forschung sowohl für lernende als auch erfahrene Forscher\*innen überlebenswichtig. *Erich Otto Graf* (2010) versteht Forschung als sozialen Prozess, der „Ausdauer, Geduld und eine gute Portion Leidenschaft“ (ebd.) braucht.

### **2.5.4.3 ‚Geduld‘ im Forschungsfeld Partizipation/Teilhabe**

#### **Studien zur Beteiligung Jugendlicher**

*Sevasti-Melissa Nolas* (2011) weist darauf hin, dass es in der Partizipation Jugendlicher in Forschungsvorhaben wichtig ist, Kriterien wie Intuition und Einbildungskraft, Ausdauer und Geduld sowie eine Urteilsfähigkeit unter unsicheren Bedingungen über die Geschichten der Beteiligten stärker zu berücksichtigen.

#### **Studien zur sozialräumlichen Entwicklung**

*Werner Pichlmeier* und *Gerd Rose* (2010) zeigen am Beispiel der Entwicklung der ‚sozialräumlichen Jugendhilfe‘ in der Stadt Rosenheim auf, dass ein solcher Prozess neben Zeit und dem langen Atem der Beteiligten Geduld braucht, da es keine vorgefertigten Lösungen gäbe. *Karen Therese D’Alonzo* (2010) beschreibt, dass Geduld und Flexibilität für Projekte, die auf die Bewältigung ungleicher gesundheitlicher Bedingungen zielen, zwischen Gemeinden und Hochschulen wichtig sind.

#### **Studien zur inter- und crosskulturellen Entwicklung**

Für *Reinhold Popp* und *Markus Pausch* (2011) braucht die Entwicklung von nationalstaatlichem Denken hin zu einer gemeinsamen europäischen Kulturlandschaft viel Zeit und Geduld. *Witruk et al.* (2013) argumentieren, dass Geduld auch verstärkt im cross-kulturellen anthropologischen Kontext gesehen werden muss. In einer experi-

mentellen Studie von *Güss et al.* (2018) wurde das Warteverhalten als Merkmal von Geduld bei 835 Personen aus Deutschland, Frankreich und Rumänien in unterschiedlichen Alltagskontexten und Städten miteinander verglichen. Das Forschungsteam kommt zu dem Schluss, dass Personen aus Deutschland zwar geduldiger und mit mehr Selbstkontrolle gewartet hätten, das Warteverhalten jedoch ansonsten nicht verstärkt durch den generellen Lebensrhythmus, sondern eher situativ und kulturell bedingt geprägt sei. *Anwar et al.* (2018) weisen darauf hin, dass Geduld neben „Demut, Achtung vor anderen, Liebe und Fürsorge, Vergebung“ (ebd.) wesentliche Bedingungen für ein friedvolles Zusammenleben seien.

#### 2.5.4.4 ‚Geduld‘ im Forschungsfeld Wirtschaft/Arbeit

##### Studien zur wirtschaftlichen Entwicklung

Die Ökonomen *Vischer et al.* (2013) gehen davon aus, dass Geduld als wirtschaftlicher Faktor gemessen werden kann. *Read et al.* (2013, S. 573–588) kommen zu dem Ergebnis, dass die Geduld höher ist, wenn der Zinsrahmen eine Belohnung verspricht. *Salvador Cruz Rambaud* und *Maria José Torrecillas Munoz* (2016) belegen, dass abnehmende Ungeduld mit abnehmenden Discountsätzen einhergeht. *Wang et al.* (2016) belegen, dass kulturelle Unterschiede Einfluss darauf nehmen, in welcher Form Menschen geduldig sind, was sich im internationalen Vergleich im wirtschaftlichen und beruflichen Handeln zeige.

##### Studien zur ökonomischen Verhaltensprägung

Der Verhaltensökonom *Matthias Sutter* (2014b, vgl. Kapitel 2.4.6.2) untersucht, wie sich Kinder und Jugendliche bei wirtschaftlichen Entscheidungen verhalten. In seinem Buch *Ausdauer schlägt Talent* kommt er zu dem Schluss, dass Kinder, die Warten früh gelernt haben, auch später im Beruf erfolgreich sind. Die Grundlagen für Erfolg im Sinne einer beruflichen Karriere werden nach Sutter somit in der frühen Kindheit gesetzt. Die Ergebnisse einer Längsschnittstudie von *Sutter* (2015, S. 50–53) mit sechshundert Kindern und Jugendlichen aus Tirol, in der die Investitionsentscheidungen des Taschengelds untersucht wurden, weisen auf einen Zusammenhang zwischen finanzieller Ungeduld und der Wahrscheinlichkeit des späteren Alkohol- und Zigarettenkonsums hin.

##### Studien zur Zukunftsplanung

*Van den Bos et al.* (2015) untersuchen in einer Studie, warum sich Jugendliche im Vergleich zu Erwachsenen oft ungeduldig für die unmittelbare Belohnung entscheiden und Dinge in der Zukunft unattraktiv finden. Mittels einer MRT (Magnetreso-

nanztomographie)-Untersuchung der Konnektivität im Gehirn von 50 Probanden kommen sie zu dem Ergebnis, dass bei Jugendlichen der dorsolaterale präfrontale Kortex, der bei Zukunftsplanungen agiert, noch nicht mit dem Striatum, in dem das Belohnungssystem angesiedelt ist, verbunden ist. Die Ungeduld Jugendlicher sinke, je mehr sie eigene Kontrolle verspüren und zukunftsorientiertes Denken integrieren.

### **Studien zur betrieblichen Gesundheitsförderung**

Nach einem Arbeitsorganisationskonzept von *Norman Castendyck* und *Gregor Wittke* (2015) unterstützt Geduld eine gesundheitsgerechte Zusammenarbeit im Betrieb. *Carsten Hennig* (2018) verweist aus einer systemischen Perspektive auf die Notwendigkeit hin, sich als Berater\*in nicht vorrangig für eine schnelle wirtschaftliche Lösung von Entwicklungen einzusetzen, sondern mit Nachsicht, Beharrlichkeit und Geduld an der Humanisierung der Arbeitswelt mitzuwirken. In einer Fokusgruppenbefragung von *Sean Tucker* und *Nick Turner* (2013) werden junge kanadische Arbeitskräfte darum gebeten, ihre Arbeitsbedingungen hinsichtlich der Sicherheit zu bewerten, wobei die Geduld als ein Kriterium eingeht. Auffallend ist die abwartende Haltung, die die Teenager zeigen, welche durch ihre Sorge vor Jobverlust, ihren geringen Status als Neuling und ein Desinteresse der Vorgesetzten erklärt wird.

### **Studien zur Arbeitsmarktintegration**

*Patricia Darnell* (2012) belegt, dass Geduld für zugewanderte Frauen von Militärangehörigen in den USA eine interne Kraft der Selbstwirksamkeit im Akkulturationsprozess ist. Eine qualitative Studie von *Karl-Trummer et al.* (2010) weist darauf hin, dass der Integrationsprozess von ausländischen Fachkräften in den Arbeitsmarkt oftmals an einer ungeduldigen Haltung und sprachlichen Ausgrenzung durch die Anleiter\*innen scheitert. Eine Studie von *Jörg Lahner* (2017) unter Herausgeberschaft des Deutschen Handwerksinstitutes und des Volkswirtschaftlichen Institutes für den Mittelstand und das Handwerk von der Universität Göttingen zeigt auf, dass die Integration junger Flüchtlinge in das Handwerk sowohl Geduld wie eine Motivation der Beteiligten braucht. *Hintermair et al.* (2018) zeigen in einer Befragung von 32 gehörlosen/schwerhörigen Erwachsenen auf, dass neben der fachlichen Kompetenz besonders „Softskills“ (ebd.) wie „Selbstvertrauen, Geduld, Interesse, Motivation, Kommunikationsfähigkeit und Teamfähigkeit sowie eine positive Lebenseinstellung“ (ebd.) den beruflichen Erfolg der Befragten mitbestimmt haben.



#### 2.5.4.5 ‚Geduld‘ im Forschungsfeld Sport

##### Studien zur strategischen Haltung im Sport

Im Fußball gehört Geduld für Schiedsrichterassistent\*innen nach *Schnyder et al.* (2017) zu einer der wichtigsten Entscheidungskriterien. Für muslimische Athlet\*innen sind Geduld und eine emotionale Vorbereitung parallel zu einer physischen Vorbereitung gemäß *Kirkendall et al.* (2012) wichtige Strategien, um sich während des Ramadans und des damit verbundenen Fastens fit zu halten. *Kosaka et al.* (2016) belegen in einer Kohortenstudie mit dreihundert amerikanischen, fünfzehnjährigen Schülerinnen der High-School, dass athletische Schülerinnen mit Kreuzbandverletzungen nicht mehr Geduld, Selbstkontrolle, Entspannungsfähigkeit, Konzentration, Selbstvertrauen, Entscheidungsfähigkeit und Vorhersagefähigkeit zeigen, als Schülerinnen ohne Verletzungen. Sie zeigen aber mehr Aggressivität, Willen zur Selbstverwirklichung, Wille zum Sieg, Urteil und Kooperation, athletische Schülerinnen mit Kreuzbandverletzungen jedoch nicht mehr Geduld.

##### Studien zur ethischen Haltung im Sport

*Sengul Demiral* (2018) berichtet, dass Kinder zwischen vier und sechs Jahren im Judo-training neben koordinativen Fähigkeiten, Beweglichkeit und den Grundtechniken des Sports gleichzeitig lebenslange Werte wie „Freundlichkeit, Selbstbestimmung, Solidarität, Ehrlichkeit, Freundschaft, Geduld, Mut und Bescheidenheit“ (ebd.) lernen können. In einer weltweiten Befragung anlässlich der Beteiligung junger angehender Marathonsportler\*innen im Alter zwischen 12 und 22 Jahren an einer Spendenaktion, die den Zusammenhang von transzendenter, spiritueller und prosozialer Motivation mit den Tugenden der „Selbstkontrolle, Geduld und der zwischenmenschlichen Großzügigkeit“ (*Schnitker et al.* 2019) untersucht, kommen *Schnitker et al.* zu der Schlussfolgerung, dass für die Entwicklungen von Tugenden ein über die sportliche Aktivität hinausgehendes Engagement wichtig ist.

## 2.5.5 Forschungsthemen der Studien

Die Recherche von Studien über Geduld ergab folgende Themen:

Zum Themenfeld ‚Lebensbewältigung/Coping‘ liegen Studien zur Geduld:

- im Umgang mit Herzinfarktpatient\*innen und Schädel-Hirn-Trauma-Patienten\*innen,
- zur Betreuung mental beeinträchtigter Patient\*innen,
- zur Stammzellentherapie bei Leukämiepatient\*innen,
- zur Pflege krebskranker Kinder,
- zur Kinderzahnheilkunde,
- im Umgang mit Autismus vor.
- Darüber hinaus wurden in diesem Feld Studien zu Migration und Psychotherapie,
- Demenz bzw. Alzheimerpatient\*innen,
- zur Pflege und Pflegebedürftigkeit psychisch kranker Menschen,
- zur Zusammenarbeit in der Pflege und in der medizinischen Behandlung,
- generell zur Geduld in der Psychotherapie,
- zur Therapie und Angehörigenarbeit bei Depression und Schizophrenie,
- zur Selbstfürsorge in der Kinderschutzarbeit,
- zu Kindesmissbrauch, Trauma und Flucht,
- zur sexuellen Identitätsfindung,
- zum Umgang mit emotionaler Vernachlässigung,
- zur Gestaltung therapeutischer Prozesse,
- zum Kairos in der Therapie und Selbsthilfe,
- zur professionellen therapeutischen Selbstreflexion,
- zur Geduld im Studium,
- zur Achtsamkeit als Haltung,
- zur beruflichen Haltung von Ärzt\*innen,
- zur Ausbildung in der Krankenpflege sowie
- zur Burnout-Prävention
- zur Spiritualität bei Brustkrebspatientinnen (islamischer Kontext),
- über Krebspatientinnen (islamischer Kontext),
- asthmatische Kinder (islamischer Kontext) und
- über Glauben sowie Glauben und Belastbarkeit bei Krankenschwestern (islamischer Kontext) untersucht.

Zum Themenfeld ‚*Bildung/Ausbildung*‘ liegen Studien zur Geduld:

- zur Feinmotorik bei Grundschulkindern,
- über Schüler\*innen im Freiwilligendienst,
- zur Schulsituation generell,
- zu Hochbegabung,
- zum Religionsunterricht in der Oberstufe,
- zur Förderung bei Motivationsproblemen bei Schüler\*innen,
- zum demokratischen Führungsverhalten in der Schule,
- zu Grenzüberschreitung und Selbstbestimmung in Kinder- und Jugendeinrichtungen,
- zur Vorbildfunktion von Lehrkräften bei Kindern mit Lese-Rechtschreibschwäche,
- zur Zusammenarbeit mit Lernbegleiter\*innen,
- zur stressfreien Klassenleitung,
- zur achtsamkeitsbasierten Fortbildung für Lehrkräfte,
- zur achtsamen Schulleitung,
- zu Achtsamkeit als Selbstreflexion,
- zur Anleitung pädagogischer Mitarbeiter\*innen,
- zum Beziehungsaufbau in der Schulpsychologie,
- zur Erwachsenenbildung,
- als Kriterium zur Beobachtung der ‚Langeweile‘ bei Studierenden
- als Erfolgsfaktor in der Doktorandenausbildung sowie
- zur Beachtung in der Lehre und Forschung vor.

Zum Themenfeld der ‚*Partizipation/Teilhabe*‘ liegen Studien zur Geduld:

- bei der Beteiligung Jugendlicher an Forschungsvorhaben,
- bei der Beteiligung in der sozialräumlichen Jugendhilfe,
- zur Durchführung von Kooperationsprojekten zwischen Gemeinden und Hochschulen,
- zur Entwicklung einer europäischen Kulturlandschaft jenseits der Nationalstaaten,
- zur cross-kulturellen Arbeit,
- zum interkulturellen Warteverhalten sowie
- zu Ansätzen eines friedvollen Zusammenlebens vor.

Im Themenfeld der ‚*Wirtschaft/Arbeit*‘ gibt es Studien:

- zur Geduld als Kriterium zur Messung eines wirtschaftlichen Faktors,
- zur Zinsbewertung,
- zur Kreditfinanzierung,
- zur interkulturellen wirtschaftlichen und beruflichen Zusammenarbeit,
- zur Einschätzung wirtschaftlicher Entscheidungen von Kindern,
- zur Einschätzung der Ungeduld und Zukunftsplanung bei Jugendlichen,
- zur gesundheitsgerechten Zusammenarbeit im Betrieb,
- zur Humanisierung der Arbeitswelt,
- zur Bewertung der Arbeitsbedingungen junger Arbeiter\*innen,
- zur Zuwanderung von Angehörigen,
- zur Integration junger Flüchtlinge sowie
- zu beruflichen Erfolgskriterien von gehörlosen und schwerhörigen Erwachsenen.

Zum Themenfeld des ‚*Sports*‘ liegen Studien zur Geduld:

- als Entscheidungskriterium für Schiedsrichter\*innen,
- zur Fitnesserhaltung muslimischer Athlet\*innen im Ramadan,
- als Unterscheidungskriterium zwischen verletzten und nichtverletzten athletischen Schülerinnen,
- zum Kriterium der Tugendentwicklung junger Marathonsportler\*innen
- sowie zur Förderung einer lebenslangen Werthaltung durch frühes Judotraining vor.

## 2.5.6 Zentrale Begriffe in Forschungsfeldern zur *Geduld*

Geduld wird in den recherchierten Studien im Forschungsfeld ‚*Lebensbewältigung/Coping*‘ vorrangig in den Kontexten Therapie, Beratung, Klinik, Pflege und Angehörigenarbeit genannt. Zentrale Begriffe sind hier:

- der Umgang mit Krankheit, Behinderung und Leid,
- das Verhältnis zwischen Abhängigkeit und Selbstständigkeit,
- die Ermöglichung von psychischem und physischem Wohlbefinden und Resilienz,
- die Wahrnehmung und Unterstützung wichtiger Bedürfnisse,
- die Deutung schwieriger Emotionen, belastender Verhaltensweisen und dem Erleben von Stress,

- die Klärung/Förderung wichtiger Entscheidungen und Beziehungen,
- die Auswirkung der schwierigen Lebenssituation für die eigene Identität,
- die Frage nach einer passenden Haltung und Ethik auch im Umfeld des Betroffenen,
- die Bedeutung von Spiritualität und Glaube für ein Aushalten oder eine langfristige Verbesserung der Lebenssituation als Prozess.

Studien im Feld der ‚*Bildung/Ausbildung*‘ reflektieren Geduld in den Begriffen:

- Vorschule, Schule, Forschung, Programm, Teilnehmen, Erfahrung, Lernen, Verhalten, Trainieren, Bewerten, Entwicklung, Fähigkeiten, Begabungen, Motivation, Konzentration, Leistungen, Anforderungen, Selbstvertrauen, Freiwilligkeit, Hilfe, Vorbilder, Störungen, Stress, Achtsamkeit, Führung, Zusammenarbeit, Macht, Demokratie, Technologien.

In Studien, die die ‚*Partizipation/Teilhabe*‘ in den Vordergrund stellen, wird Geduld im Zusammenhang mit folgenden Begriffen genannt:

- Beteiligte, Geschichten, Bedingungen, Sicherheit und Unsicherheit, Prozess, Lösungen, Gleichheit, Ungleichheit, Ausgleich, Kultur, ethnologisch.

Studien aus dem Feld der ‚*Wirtschaft/Arbeitswelt*‘ beschreiben Geduld in Verbindung mit den Begriffen:

- Erfolg, Messbarkeit, Belohnung, Warten, Lernen, Entscheidungen, Zeitpräferenzen, Hirnforschung, monetäre Auswirkungen, berufliche Bedingungen, Anforderungen und Kooperation, Kultur, Einfluss, Investition, Zusammenarbeit, Sicherheit, Akkulturation, Selbstwirksamkeit, Integration.

Studien im Kontext des ‚*Sports*‘ zeigen Geduld in einer Beziehung zu den Begriffen:

- Entscheidungsfindung, Kriterien, Vorbereitung, Strategie, Emotionen, Training, Fitness, Verletzungen, Spiel und der Berücksichtigung von Religion in sportlichen Abläufen.

### 2.5.7 Zusammenfassung: *Geduld* in Studien

Die Studien mit Befunden zur Geduld liegen in den fünf Forschungsfelder ‚Lebensbewältigung/Coping‘, ‚Bildung/Ausbildung‘, ‚Partizipation/Teilhabe‘, ‚Wirtschaft/Arbeit‘, und ‚Sport‘ (vgl. Tabelle 1; Themencluster der Studien):

Tabelle 1: Themencluster der Studien zur Geduld; eigene Darstellung (Siebert-Blaesing 2020d)

<i>Forschungsfeld</i>	<i>Themencluster der Studien</i>
Forschungsfeld <i>Lebensbewältigung/Coping</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umgang mit körperlichen und mentalen Beeinträchtigungen und mit psychosozialer Belastung</li> <li>• Demenz und Schizophrenie</li> <li>• Gender</li> <li>• Kinderschutzarbeit und Kindeswohlgefährdung</li> <li>• Trauma, Flucht und Migration</li> <li>• Therapeutischer Prozess</li> <li>• Studien im islamischen Kontext</li> </ul>
Forschungsfeld <i>Bildung/Ausbildung</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontext Schule</li> <li>• Lernförderung und Lernbegleitung</li> <li>• Achtsamkeit</li> <li>• Aus-, Weiterbildung und Studium</li> </ul>
Forschungsfeld <i>Partizipation/Teilhabe</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beteiligung Jugendlicher</li> <li>• Sozialräumliche, inter- und cross-kulturelle Entwicklung</li> </ul>
Forschungsfeld <i>Wirtschaft/Arbeit</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wirtschaftliche Entwicklung</li> <li>• Ökonomische Verhaltensprägung</li> <li>• Zukunftsplanung</li> <li>• Betriebliche Gesundheitsförderung</li> <li>• Arbeitsmarktintegration</li> </ul>
Forschungsfeld <i>Sport</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategische und ethische Haltung im Sport</li> </ul>

Die überwiegenden Studien liegen im Forschungsfeld ‚Lebensbewältigung/Coping‘. Sie zeigen differenziert und tiefgehend auf, wie schwere/krisenanfällige und langwierige (und meist nicht freiwillig gewählte) körperliche, mentale, emotionale und soziale Belastungsfaktoren und Herausforderungen sowohl von Betroffenen oder/und ihrem Umfeld mit Geduld als Stärke getragen werden (können). Die Studien zur Geduld im Feld der ‚Bildung/Ausbildung‘ verweisen primär dahin, wie Personen teils schwierige Bildungsanforderungen individuell mit Geduld kompensieren. Sie

belegen auch, wie Institutionen Geduld nutzen, um mit komplexen Veränderungsprozessen im Bildungs- und Ausbildungssystem umzugehen und um eine (gesundheits-)förderliche Lernumgebung zu gestalten. Die Studien zur Geduld im Feld der ‚Partizipation/Teilhabe‘ verweisen auf die Chancen der Integration und Mitgestaltung spezifischer Zielgruppen sowie der Zusammenarbeit unterschiedlicher Lebens- und Kulturräume als Prozess über die Zeit. Studien aus dem Feld der ‚Wirtschaft/Arbeit‘ zeigen auf, wie Geduld für einen Zweck (be)nutzbar gemacht werden kann. Die Studien aus dem Feld des ‚Sports‘ verweisen auf den mentalen und ethischen Wert der Geduld als Haltung sowie das Anstreben eines gewünschten Ziels.

Die Auffälligkeit der Studien zur Geduld liegt darin, dass es zwar viele Studien gibt, die Geduld als eine wichtige Ressource benennen, diese aber wenig Referenz untereinander im Sinne einer gemeinsamen ‚Geduldsforschung‘ aufweisen. Geduld wird oft als unerwartetes Ergebnis von meist qualitativen Studien neben anderen Ergebnissen genannt. Hierbei bietet es sich an, Geduld zukünftig gezielt und bewusst als eine Ressource forschend qualitativ sowie quantitativ in ihrer Wirkung und ihrem Prozessverhalten zu untersuchen sowie in der Praxis vernetzt als Intervention einzubinden und zu beobachten.

