

KUNST

Hungerkrise

Fleisch gab es bei vielen Familien nur sonntags – wenn überhaupt. Von allem gab es zu wenig! In der Weimarer Republik herrschte oft Hunger. Künstler wollten helfen.

Seite 6

THEMA

Biographische Wendepunkte

Fehlen dem Menschen in einer belastenden Situation die passenden Strategien, um diese zu bewältigen, kann er in eine Krise schlittern. Ohnmachtsgedanken, Unruhe, Angst und Gefühle von Ausweglosigkeit können sich einstellen und unbearbeitet ernste Folgen nach sich ziehen.

Seite 8

THEMA

Die neue Angst vor der Zukunft

Alles wird besser, demokratischer, fortschrittlicher.

Das war einmal. Heute ist das vorherrschende Gefühl, dass wir in zunehmend finsternen Zeiten leben. Doch Pessimismus ist keine Lösung.

Seite 13

INTERVIEW

Die Kraft aus der Krise
Ob Klimawandel, Flüchtlingskrise, Ressourcenmangel, Urbanisierung oder Stress am Arbeitsplatz – Resilienz wird als ein Konzept gehandelt, das erfolgversprechende Antworten für unterschiedliche Herausforderungen und Krisen in sich birgt. Ein Gespräch mit Donya Gilan vom Leibniz-Institut für Resilienzforschung in Mainz.

Seite 16

THEMA

Optimismus kann man lernen

Glück haben oder Pech? Das ist oft einfach eine Frage der Statistik und überhaupt nicht eine von höheren Mächten.

Psychologen sagen: »Wie glücklich wir Menschen sind, hängt maßgeblich davon ab, was wir denken und wie wir mit Situationen umgehen.«

Seite 20

PHILOSOPHIE

Können Krisen eine Chance sein?

Was eine Krise für die Menschen bedeutet, beschäftigt Denker seit jeher. Aber nicht alle Philosophen kommen zum gleichen Schluss.

Seite 22

ESOTERIK

In Krisenzeiten

anfälliger für Esoterik
Viele Menschen haben einen Hang zu Übernatürlichem. Ob Heilsteine oder Horoskope: Der Markt mit vermeintlich Übersinnlichem boomt. Doch aus harmlos kann schnell gefährlich werden, sagen die Autorinnen Katharina Nocun und Pia Lamberty.

Seite 26

GLOSSE

In der Krise

Wenn es kriselt ist sie da: die Krise. In einer Krisensituation werden Krisenstäbe eingesetzt, um die Krise zu lösen, nur in der »Midlife-Crisis« nicht. Da heißt es dann oft: »Ich glaub', ich krieg' die Krise!«

Seite 28

PUBERTÄT

Die größte Krise des Lebens

Die Pubertät wird von Entwicklungspsychologen als die größte Erschütterung in der menschlichen Biographie bezeichnet.

Seite 30

PILGERN

Zu Fuß zu innerer Klarheit finden

Hunderttausende pilgern jedes Jahr auf kräftezehrenden Strecken wie dem Jakobsweg durch Europa. Mit Religion hat das oft wenig zu tun: Das Pilgern dient vielen als Übergangsritual in Lebenskrisen.

Seite 37