

INTEGRIERTE GESAMTSCHULE
AURICH-WEST

Facharbeit

im Seminarfach Nr. 221

***Zur Bedeutung von Chaos, Angst und
Ordnung im menschlichen Leben***

Verfasser: Frederik Werner
Fachlehrer: Alfons Heuermann

Nichts kann existieren ohne Ordnung – nichts kann entstehen ohne Chaos.

-Albert Einstein

Inhaltsverzeichnis	Seite
1. <u>Einleitung</u>	1
2. <u>Definition und Bedeutung</u>	2
3. <u>Chancen und Grenzen von Chaos und Ordnung</u>	3
3.1. Negative Aspekte: Angst und Zwang	3
3.2. Positive Aspekte: Selbstverwirklichung und Schutz	4
3.3. Symbiose: Balance und Wechselspiel	5
4. <u>Beispiele</u>	6
4.1. Zu viel Freiheit	6
4.1.1. <i>Zerbrochene Beziehungen</i>	6
4.1.2. <i>Das eigene Zimmer</i>	7
4.2. Zu feste Strukturen	7
4.2.1. <i>Festgefahrene Beziehungen</i>	7
4.2.2. <i>Volksmusik</i>	8
4.3. Symbiose	9
4.3.1. <i>Brainstorming und Mindmapping</i>	9
4.3.2. <i>Mandalas</i>	10
5. <u>Fazit</u>	11
6. <u>Literaturverzeichnis</u>	12

1. Einleitung

Unser Alltag wird heutzutage von vielen Faktoren beeinflusst und bestimmt. Drei dieser Faktoren sind Chaos, Angst und Ordnung. Während Angstgefühle in der Regel sehr bewusst wahrgenommen werden, so zeigen Chaos und Ordnung ihre Wirkung doch eher im Unbewussten. Dennoch tangieren sie unseren Alltag und die Gestaltung desselben sehr stark. Immer wieder zu erkennende Muster und Schemata machen dieses Thema aktuell und interessant, da sie sich so stets auf das eigene Leben anwenden lassen und sich nahezu überall wiederfinden. Die Prägnanz für den Alltag möchte ich in dieser Arbeit aufzeigen und zu erklären versuchen, wobei der Schwerpunkt dieser Ausarbeitung eher auf Chaos und Ordnung liegt als auf der Angst. Dazu werde ich beispielhaft einige Szenen aus dem Alltag im Hinblick auf diese Aspekte beleuchten und daran die Bedeutung von Chaos und Ordnung aufweisen. Im Wesentlichen werde ich mich auf ein Werk von Jürgen Kriz stützen, ergänzend auf weitere literarische und im Internet frei verfügbare Quellen. Diese werde ich analysieren, interpretieren und anhand von eigenen Erfahrungen erweitern.

Durchaus bin ich mir der Bedeutung der Emanzipation in unserer Zeit bewusst. Aus Gründen der sprachlichen Kompaktheit und Ästhetik werde ich jedoch in dieser Ausarbeitung auf ein permanentes Anhängen der weiblichen Wortvariante verzichten. Die weibliche Form ist im kreativen Prozess stets mitgedacht worden.

2. Definition und Bedeutung

Chaos und Ordnung. Was hat man sich unter diesen zwei im Alltag so häufig auftretenden Begriffen vorzustellen? In dieser Ausarbeitung wird das Chaos als Gegenpol zur Ordnung angesehen, gleichzeitig untrennbar zusammengehörig wie das Yin und Yang, gut und böse, hell und dunkel, Tag und Nacht. Zum Verständnis erläutere ich im Folgenden zunächst den Begriff des Chaos, woraus sich die Definition der Ordnung ableitet.

Das Chaos. Was ist das Chaos? So man sich einer Enzyklopädie bediene, so definiert der wohl prominenteste freie Vertreter¹ das Chaos als einen nicht greifbaren Zustand der absoluten und vollständigen Unordnung. Doch diese Definition birgt ein Problem in sich: Jenes der Ungreifbarkeit. Deshalb ziehe ich eine weitere Begriffsbestimmung aus dem Internet² hinzu, welche einige interessante neue Aspekte beifügt: Grenzenlosigkeit, Unvorhersehbarkeit und das Fehlen von Strukturen. Diese Beschreibungsaspekte sind besser auf die Realität zu übertragen, weshalb ich im Folgenden von dieser Definition ausgehen werde, da sie von vielen weiteren Quellen wie gängigen Lexika gestützt wird. Ausgehend von dieser Erklärung ist im Gegenzug die Ordnung als etwas Begrenztes, Vorhersagbares und Strukturiertes anzusehen.

Ergänzend sei gesagt, dass das Chaos im Folgenden als Übergang zwischen zwei Ordnungszuständen angesehen wird, folglich natürlich Ordnung auch als Übergang zwischen zwei Chaoszuständen. Dabei ist die von Menschen geschaffene Ordnung dem Chaos oft nur mit Aufwand abzurufen und zu erhalten³, wie ich später zeigen werde. Nach Kriz stellt dabei das häufig erlebte Unvermögen Ordnung ins Chaos zu bringen, Sinn und Struktur ins Leben zu finden, eine zentrale Angstquelle im menschlichen Leben dar⁴.

¹ Wikipedia Chaos

² Denkmodelle Definitionen

³ Kriz, 1998, S. 30ff

⁴ Kriz, 1998, S. 11ff

3. Chancen und Grenzen von Chaos und Ordnung

Doch welche Entwicklungspotentiale ergeben sich sowohl aus Chaos als auch aus Ordnung?

3.1. Negative Aspekte: Angst und Zwang

Heutzutage ist Chaos in unserer Gesellschaft deutlich negativer besetzt als sein Pendant, die Ordnung. Jemand, der ein Leben führt, das für Dritte nachvollziehbaren Strukturen entbehrt, wird oft abwertend als „Chaos“ bezeichnet. Auch ein „chaotischer Zustand“ ist selten im Zusammenhang mit etwas Positivem zu finden. Vor allem die Medien spielen gern mit der einschüchternden, Angst machenden Wirkung des Chaos. Dabei spielt gerade die Unvorhersehbarkeit von Ergebnissen eine große Rolle. So wird die Angst der Menschen vor dem Chaos häufig mit Sensationsmeldungen genutzt, wenn über Krisengebiete berichtet wird, in denen laut Medien die genannten „chaotischen Zustände“ herrschen, dort Überhand gewonnen haben und nicht oder nur mit erheblichem Aufwand in den Griff zu bekommen seien. Das Chaos dient hier dann als gezielt Angst erzeugendes Instrument im Sensationsjournalismus.⁵

Doch auch die Ordnung birgt negative Aspekte in sich, auch wenn die Medien dies gerne anders darstellen.⁶ Jemand, der versucht, alles in seinem Leben in eine Ordnung zu bringen und dieses Ziel durch permanente Kontrollen zu erreichen, gilt häufig als „Kontrollfreak“, der sich selbst und andere einengt und durch seine vielschichtigen Kontroll- und Ordnungssysteme keinen Raum zur Entfaltung lässt. Auch ein totalitärer Polizeistaat wäre zwar ein äußerst geordnetes gesellschaftliches System, doch gerade deshalb wirkt diese Vorstellung eher einschüchternd als anzustreben, da sie jedwede Chance zu

⁵ Google News zu Chaos

⁶ Google News zu Ordnung

individuellen und vor allem unkonventionellen Entwicklungen in der Bevölkerung bereits im Keim erstickt.

3.2. Positive Aspekte: Selbstverwirklichung und Schutz

Dieses eben genannte totalitäre Ordnungssystem wäre ein System des Stillstandes. Denn wie schon Einstein wusste: Nichts (Neues) kann entstehen ohne Chaos. Der kreative Prozess, der etwas neu zu Schaffendem vorausgeht, bedarf eines gewissen Chaos und dem Aufbrechen alter Strukturen. Jedoch muss man sich dazu auf die Unvorhersehbarkeit der Ergebnisse einlassen, die dafür wiederum nahezu unbegrenzte Möglichkeiten zur Entfaltung bieten⁷.

Aber ohne Ordnung geht es dann eben doch nicht. Man stelle sich unseren heutigen Straßenverkehr ohne feste und überall geltende Regeln und Gesetze vor. Jeder würde tun und lassen können, was er wollte, ohne dafür zur Rechenschaft gezogen zu werden. So verlockend diese Vorstellung zwar im ersten Moment ist, so ist sie auf lange Sicht jedoch schädlich für einen selbst und andere. Zum Schutz vor sich selbst und anderen ist Ordnung also sinnvoll und notwendig.

Feste Regeln und Strukturen geben unserem Leben notwendigen Halt. Eine Welt ohne erkennbare Ordnungssysteme ist für uns nicht begreifbar und ohne Angst aushaltbar. Beispielsweise richten wir unser Leben nach dem Tag/Nachtwechsel. Schon diese einfache aber notwendige Reduktion⁸ der sich stetig ändernden und nie gleichen Naturvorgänge bietet eine Basis, nach der die Menschen schon in der Frühzeit ihr Leben ausgerichtet haben. Auch fiel den Menschen schnell auf, dass es auf der Erde mal warm und mal kalt, mal unterschiedlich lange hell und dunkel ist. Es ist zwar nie exakt gleich, ob, wann und wie diese Ereignisse eintreten, jedoch traten und treten sie doch regelmäßig und ähnlich ein. Reduziert man also immer verschiedene Phänomene so stark, dass sich eine Regelmäßigkeit feststellen lässt,

⁷ Spitzer, 2007, S. 51ff

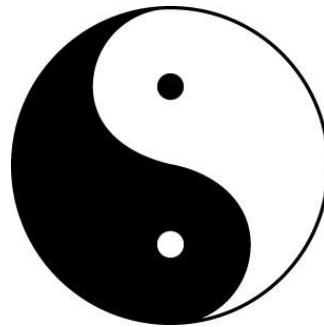
⁸ Vereinfachung und Verallgemeinerung von Ereignissen

so kann man die scheinbar chaotisch auftretenden Begebenheiten in eine Ordnung bringen, die das Leben rhythmisiert und überschaubar macht. Die oftmals aus dem Chaos resultierende Unsicherheit wird also gebannt, wodurch wir uns selbst sicherer fühlen, uns vorbereiten und uns damit auch vor bestimmten Einflüssen (z.B. Wetter, Hunger) schützen können⁹.

3.4. Symbiose: Balance und Wechselspiel

Die zwangsläufige Zusammengehörigkeit, die Symbiose von Chaos und Ordnung kannten schon die alten Chinesen: Dargestellt wird sie im Yin-Yang Symbol.

Dieses Symbol verdeutlicht zudem, dass in allen Polen bereits auch ein Teil des Gegenpols steckt. So findet sich im Chaos bereits Ordnung und in der Ordnung bereits das Chaos, im Hellen das Dunkle und im Dunklen das Helle, im Guten des Bösen und



umgekehrt. Nur die Symbiose und die Ausgewogenheit von beiden Anteilen führen nach dieser Auffassung zur persönlichen Harmonie. Ein Mensch, dessen Leben von zwanghaften Regeln bestimmt wird, wird genauso wenig zu einem glücklichen Dasein finden, wie der, in dessen Leben ausschließlich Chaos herrscht¹⁰.

Auch überall in der Natur lassen sich geordnete Systeme finden, auch wenn sich uns die Ordnung nicht auf den ersten Blick offenbaren mag.

⁹ Kriz, 1998, S. 16f

¹⁰ Kriz, 1998, S. 7

4. Beispiele

An Beispielen werde ich nun verdeutlichen, welche Einflüsse und Folgen die extreme Ausbildung der Phänomene Chaos und Ordnung auf unser Leben haben kann.

4.1. Zu viel Freiheit

Als erstes folgen Beispiele für ein Leben, das von zu viel Freiheit geprägt ist.

4.1.1. Zerbrochene Beziehungen

Für die meisten Menschen gehören ihr Umfeld und Beziehungen in ihrem Leben zu den konstanten und Halt gebenden Faktoren, z.B. Freundschaften, die Familie, der Beruf oder ihr Zuhause. Wenn eine Kündigung droht oder beispielsweise eine Beziehung zerbricht, wird schnell klar, dass die bis dahin so unumstößlich als fest erlebten Konstanten in Wahrheit nur Variablen sind, die sich ändern oder ganz wegfallen können. Das Fundament, auf dem man sein Leben aufbaut und lebt, erweist sich dann schnell als Kartenhaus. Sieht man das Leben als Gleichung an, welche sich aus Konstanten und Variablen zusammensetzt, so wird das Ausmaß dieser Erkenntnis deutlich: Die gesamte Gleichung stimmt nicht mehr, das Leben folgt keiner festen Logik. Eins und Eins sind plötzlich nicht mehr Zwei sondern nur noch Eins. Es bedarf also einer Neustrukturierung, einem Neuordnungsprozess, um das sich mit dem Wegbrechen der Konstanten ausbreitende Chaos einzudämmen. Gleichzeitig bietet das mit der Auflösung der alten Strukturen verbundene Chaos jedoch auch die Möglichkeit, wieder völlig neue Strukturen für sich selbst festzulegen: neue Beziehungen zu knüpfen, sich selbst wieder neu und in anderem Kontext zu erleben. Da das Ergebnis dieser Neustrukturierung aber wiederum nicht vorhersehbar ist, machen diese Prozesse vielfach Angst und können, sucht man Veränderung wegen der darin

wohnenden Ungewissheit zu vermeiden, einem im Grunde positiven Prozess durchaus auch im Wege stehen¹¹.

4.1.2. Das eigene Zimmer

Ein weiteres Beispiel für zu viel Freiheit bzw. fehlende Strukturen findet sich im eigenen Zimmer. Jeder kennt das Phänomen, sei es auch nur aus der Jugendzeit, dass man von Zeit zu Zeit sein an und für sich wohl geordnetes Zimmer in einem Zustand vorfindet, der mit erkennbarer Ordnung nur noch wenig zu tun hat. Das Chaos hat sich, schleichend und scheinbar von selbst, einen Weg in die eigenen vier Wände gebahnt und dort eingeknistert. Wiederum bedarf es eines Ordnungsprozesses, um das sich scheinbar selbstständig ausbreitende Chaos einzudämmen oder aufzulösen¹². Auch hier bietet sich stets die Chance auf ein neues, möglicherweise sogar effizienteres Ordnungssystem an, dass jedoch nicht zwingend besser und beständiger sein muss als das vorausgehende und im Zweifelsfall die Lage vor allem während des Schaffensprozesses ab und an sogar verschlimmern kann.

4.2. Zu feste Strukturen

Doch auch zu prägnante bzw. feste Ordnungen und Strukturen, die oftmals einer Reduktion entstammen, führen nicht unbedingt zum Glück, wie ich im Folgenden verdeutlichen werde.

4.2.1. Festgefahrene Beziehungen

Eine Beziehung wird oft dann als festgefahren erlebt, wenn „der Alltag die Beziehung eingeholt hat“. Die Beziehungspartner funktionieren nur noch, haben einander nichts mehr zu sagen, vermögen nichts Neues und Aufregendes aneinander und miteinander zu entdecken oder gemeinsam neue Erfahrungen zu machen. Diese Entwicklung ist durch

¹¹ Kriz, 1998, S. 11ff

¹² Kriz, 1998, S. 30ff

eine zunehmende Reduktion des täglich Erlebten auf vereinfachende Strukturen zurückzuführen. So wird das Verhalten der Partner in Situationen wie beispielsweise Streits oft pauschalisiert und auf gleiche sich wiederholende Verhaltensmuster zurückgeführt. Wenn z.B. der Mann mehrfach erlebt hat, dass seine Partnerin in Streitsituationen persönlich wird und zu weinen anfängt, wird er dieses Verhaltensmuster auch regelhaft immer wieder bei Konflikten entdecken, wobei dann leicht die Beweggründe außer Acht gelassen werden, die von Fall zu Fall stark differieren können. So werden höchst wahrscheinlich völlig andere Ausgangssituation durch immer gleiche Abläufe bestimmt, in ihrer Vielfalt reduziert und enden meist mit dem gleichen und dann entsprechend frustrierenden Ergebnis. Kein Wunder also, dass dieses Paar an sich nichts Neues mehr entdecken wird: Der, der nichts Neues entdecken will, entdeckt meist auch nichts Neues. Eine Paartherapie kann diesem Paar helfen, die selbst erschaffenen Ordnungs- und Reduktionsmuster aufzugeben und sich wieder dem Neuen, immer wieder anderen und damit Chaotischen zu öffnen und darüber sich selbst neu zu entdecken¹³.

4.2.2. Volksmusik

Auch in der Musik sind solche Reduktionen bzw. zu festen Strukturen zu finden. Die sogenannte Volksmusik ist dort ein interessantes Phänomen. Schaut man sich zum Beispiel im Fernsehen den „Musikantenstadl“ an, so wird schnell klar, dass sich diese Musik großer Beliebtheit erfreut. Von Experten auf dem Bereich der Musikwissenschaften wird sie jedoch häufig belächelt und als „mindere Kunst“ abgetan. Doch wie lassen sich diese Meinungen erklären?

Die Volksmusik ist, wie der Name schon sagt, „Musik fürs Volk“, also für die breite Bevölkerungsmasse. Um auf diesem Gebiet Erfolg verzeichnen zu können, muss sichergestellt sein, dass ein Großteil der Bevölkerung diese Musik versteht und mit ihr etwas anfangen kann.

¹³ Kriz, 1998, S. 41ff

Dies schlägt sich häufig in einem sehr einfachen Aufbau von Musik und Texten nieder. Beliebte Themen sind die eigene Heimat und die Liebe, also Themen, mit denen jeder etwas anfangen kann. Auch die musikalische Gestaltung bewegt sich häufig im Rahmen enger musikalischer Schemen und Abläufe, jeweils der Zielregion angepasst (Im westlichen Raum sind diese freilich anders als im östlichen).

Und genau diese Einfachheit bewirkt, dass diese Art der Musik häufig bei Liebhabern der komplexeren Musik auf buchstäblich „taube Ohren“ stößt. Während sie sich am 7/8 Takt erfreuen, bleibt die hiesige Volksmusik beim althergebrachten 4/4 Takt, zu dem sich gut schunkeln und tanzen lässt. Die Vorhersehbarkeit des Ablaufs eines typischen Volksliedes (Strophe-Refrain-Strophe-Refrain) langweilt den Anhänger der komplexen Musik oft, da dieser an Unvorhergesehenes gewöhnt ist und auch dieses erwartet. So bleibt jedem Anhänger einer Musiksparte nur, sich in seiner jeweils bevorzugten Umgebung zu bewegen. Der Vorteil, den der Anhänger der komplexen Musik jedoch gegenüber dem hat, der nur Volksmusik an sein Ohr lässt, ist der, dass er in der Lage ist, auch Volksmusik zu verstehen, auch wenn diese ihn langweilt. Diese Möglichkeit bleibt dem Volksmusikliebhaber oftmals verwehrt.

4.3. Symbiose

Eine Symbiose aus Chaos und Ordnung scheint also eine ideale Lösung für den Alltag zu sein, um einerseits kreative Neuordnungen zu ermöglichen und gleichzeitig ausreichend Struktur, Halt und damit Sicherheit zu geben. Dies werde ich jetzt wiederum an Beispielen verdeutlichen.

4.3.1. *Brainstorming und Mind Mapping*

Ein moderner Ansatz zum Erreichen von kreativen Ergebnissen ist das Brainstorming/Mind Mapping-Verfahren. Darüber wird versucht, die

anfangs in den meisten Fällen chaotischen Gedanken in eine Ordnung und Form zu bringen, um sie so zur Weiterverarbeitung aufzubereiten.

In der Brainstormingphase werden erst einmal alle Gedanken und Assoziationen zu einem Thema gesammelt und ungeordnet niedergeschrieben. Es wird also ein vereinfachtes Abbild vielfältiger, auch noch so abwegig erscheinender, chaotischer Gedankengänge erstellt.

Diese Gedanken- und Ideensammlung wird im darauf folgenden Mind Mapping-Verfahren einem Ordnungsversuch unterzogen. Dabei werden die vorher notierten Gedanken zunächst zu Gruppen zusammengefasst und Hierarchien erstellt. Zur Visualisierung dient dabei eine Baumstruktur, bei der der jeweils übergeordnete Begriff oder das Thema zentral notiert werden. Von diesem Zentrum aus erstrecken sich die so genannten „Hauptäste“, auf denen die Überbegriffe eines Gedankenstroms notiert werden und die zu den zuvor herausgearbeiteten Begriffsgruppen führen¹⁴.

Auf diese Weise kann auch dem größten Gedanken-Chaos eine Ordnung abgerungen werden, was jedoch einige Energie erfordert. Das Ergebnis ist hier ein wohl strukturiertes visuelles Abbild der Gedankenwelt, das für eine gute Basis für weitere kreative Prozesse darstellt und insgesamt sehr hilfreich ist.

4.3.2. Mandalas

Ein weiteres Beispiel für die Symbiose aus Chaos und Ordnung findet sich in den vor allem bei Kindern sehr beliebten Mandalas. Sie bestehen aus geometrischen, sich wiederholenden Figuren, die von den Kindern in Eigenregie gestaltet werden können. Meist ist das Muster vorgegeben und muss lediglich coloriert werden. Eine gewisse Ordnung, ein Halt, ist also vorhanden. Die kreative Ausgestaltung mit

¹⁴ Markus Zmija: Alles über Mind Mapping

Farben bleibt den Kindern überlassen und ist an keine Vorgaben gebunden. Sie können also sowohl ein Farbmuster erzeugen oder ein farblich völlig chaotisches Mandala produzieren. Dabei ist weniger das Ergebnis als der Weg dorthin entscheidend. Unruhige Kinder finden beim Ausmalen oft zur inneren und äußeren Ruhe.¹⁵

5. Fazit

In dieser Ausarbeitung ist nun deutlich geworden, dass sowohl Chaos als auch Ordnung allgegenwärtig und dosiert auch notwendig sind. Für mich selbst war das Schreiben dieser Facharbeit eine Selbsterfahrung hinsichtlich des kreativen Prozesses und der Notwendigkeit, eine Ordnung in die chaotischen Gedanken und die vielen Einflüsse und Anregungen zu bringen.

Am Anfang stand das Chaos. Am Ende diese Facharbeit. Auf dem Weg dorthin war häufig eine Neustrukturierung und Überarbeitung des schon geschrieben notwendig. Immer wieder war ich dazu gezwungen, die dem Informationschaos mühsam abgerungenen Strukturen aufzugeben und eine neue Ordnung herzustellen. Dieser Prozess stellte sich als sehr zeit- und arbeitsintensiv heraus, brachte jedoch viele persönliche Erkenntnisse. Dadurch zeigte sich, wie allgegenwärtig die anfangs genannten Schemen und Muster sind, und wie groß die Angst davor sein kann, die mühsam gewonnene Ordnung abermals aufzugeben.

Es stellte sich als schwierig heraus, zu diesem Thema geeignete Literatur außer dem Werk von Kriz zu finden. In Lexika und Internet blieb es meist bei einer knappen Begriffsdefinition. Jedoch beschäftigten sich diese Quellen nicht mit der Bedeutung, weshalb ich mich bis auf eine Ausnahme nur auf Kriz stützen konnte. Für die Definitionen allerdings bot sich mir eine reiche Auswahl, sowohl im Internet als auch in Lexika, auch wenn diese überwiegend deckungsgleich waren.

¹⁵ Kleines 1 x 1 der Mandalas für Eltern, ErzieherInnen und LehrerInnen

6. Literaturverzeichnis

Baldus u.a.: Definitionen.

<http://www.denkmodelle.de/themen/Inhalt/definitionen/alle.htm#c>

Zugriff: 11.05.2008

Buchczik: Kleines 1 x 1 der Mandalas für Eltern, ErzieherInnen und LehrerInnen.

http://www.kidsweb.de/mandala_fuer_kinder/mandala_1x1.html

Zugriff: 13.05.2008

Google News: Suchbegriff Chaos.

http://news.google.de/news?hl=de&rlz=&q=chaos&um=1&ie=UTF-8&sa=X&oi=news_result&resnum=11&ct=title

Zugriff: 13.05.2008

Google News: Suchbegriff Ordnung

<http://news.google.de/news?hl=de&um=1&resnum=11&q=Ordnung>

Zugriff: 13.05.2008

Kriz, Jürgen: Chaos, Angst und Ordnung. Wie wir unsere Lebenswelt gestalten.

Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1998²

Spitzer, Manfred: Vom Sinn des Lebens. Wege statt Werke.

Stuttgart: Schattauer 2007

Wikipedia: Chaos. <http://de.wikipedia.org/wiki/Chaos>

Zugriff: 11.05.2008

Zmija: Alles über Mind Mapping.

<http://www.zmija.de/mindmap.htm>

Zugriff: 13.05.2008