



Seite 8



Seite 28



Seite 6



Seite 16



Seite 42

Impressum

Herausgeber

› Dipl.-Ing. Falk Stirner  
Trägerwerk Soziale Dienste  
in Sachsen GmbH  
Forststraße 22  
01099 Dresden  
› Prof. Dr. Gunnar Duttge  
Abteilung für strafrechtliches  
Medizin- und Bierecht,  
Juristische Fakultät der  
Georg-August-Universität  
Göttingen  
Platz der Göttinger Sieben 6  
37073 Göttingen  
› Prof. Dr. Raymond Voltz  
Zentrum für Palliativmedizin  
am Universitätsklinikum Köln  
Kerpener Straße 62  
50937 Köln

Erscheinungsweise

LEBEN & TOD erscheint  
viermal im Jahr:  
Januar, April, Juli, Oktober

Chefredakteur (V. i. S. d. P.)

Dipl. sc. pol. Klaus Gertoberens  
c/o Trägerwerk Soziale  
Dienste in Sachsen GmbH

Redaktion

Falk Stirner, Thomas Walther,  
Steffen Giersch, Alexander Walther

Fotos

Wir haben uns bemüht, sämtliche  
Inhaber der Bildrechte zu ermitteln.  
Sollte dem Verlag gegenüber  
dennoch nachgewiesen werden,  
dass eine Rechtsinhaberschaft  
besteht, entrichten wir das bran-  
chenübliche Honorar nachträglich.  
Die Bildnachweise befinden sich  
an den Abbildungen.

Titel

Designpics – stock.adobe.com

Alle nicht gekennz. Fotos

Steffen Giersch

Layout

Thomas Walther, BBK  
Satz, Reinzeichnung, Repro  
Ö GRAFIK | www.oe-grafik.de  
Tauscherstraße 44  
01277 Dresden

Druck

Druckerei Thieme Meißen GmbH  
Zaschendorfer Straße 91  
01662 Meißen

Die Redaktion übernimmt  
keine Haftung für unverlangt  
eingesandte Manuskripte,  
Fotos und Illustrationen.

Kontakt

Trägerwerk Soziale Dienste  
in Sachsen GmbH  
Stichwort »LEBEN & TOD«  
Forststraße 22  
01099 Dresden  
Tel. 0351 8392024  
redaktion@lebenundtod.com  
info@lebenundtod.com

LEBEN & TOD kann über  
www.lebenundtod.com und  
www.berbuch-verlag.de  
als Abo oder Einzelheft  
zum Preis von 4,50 Euro zzgl. Porto  
pro Ausgabe bestellt werden.

Die mit Namen gekennzeichneten  
Beiträge geben nicht unbedingt  
die Meinung der Herausgeber bzw.  
der Redaktion wieder. Für die  
Richtigkeit von Angaben, Daten,  
Behauptungen etc. in den Beiträgen  
können die Herausgeber bzw.  
die Redaktion keine Verantwortung  
übernehmen.

Leserbriefe geben nicht notwendig  
die Ansichten der Redaktion wieder.  
Ein Anspruch auf Veröffentlichung  
besteht grundsätzlich nicht.  
Die Redaktion behält sich vor,  
Zuschriften zu kürzen.

www.lebenundtod.com  
ISBN 978-3-86397-176-2

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. Ohnmachts-  
gedanken, Unruhe,  
Angst und Gefühle von  
Ausweglosigkeit können  
sich einstellen und un-  
bearbeitet ernste Folgen  
nach sich ziehen.

Seite 8

THEMA

Die neue Angst vor  
der Zukunft

Alles wird besser, demo-  
kratischer, fortschrittlicher.

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

Seite 13

INTERVIEW

**Die Kraft aus der Krise**  
Ob Klimawandel, Flücht-  
lingskrise, Ressourcen-  
mangel, Urbanisierung  
oder Stress am Arbeits-  
platz – Resilienz wird als  
ein Konzept gehandelt, das  
erfolgsversprechende Ant-  
worten für unterschiedliche  
Herausforderungen und  
Krisen in sich birgt. Ein  
Gespräch mit Donya Gilan  
vom Leibniz-Institut für Re-  
silienzforschung 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 Übernatür-  
lichem. Ob Heilsteine oder  
Horoskope: Der Markt mit  
vermeintlich Übersinn-  
lichem 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 Krisen-  
situation werden Krisen-  
stäbe 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 Ent-  
wicklungspsychologen als  
die größte Erschütterung in  
der menschlichen Biograp-  
hie bezeichnet.

Seite 30

PILGERN

Zu Fuß zu innerer  
Klarheit finden

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

Seite 37