

Rainer Matthias Holm-Hadulla  
Die kreative Bewältigung von Verzweiflung, Hass und Gewalt

verstehen lernen

Rainer Matthias Holm-Hadulla

# **Die kreative Bewältigung von Verzweiflung, Hass und Gewalt**

**Was wir  
von Madonna, Mick Jagger und Co.  
lernen können**

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in  
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2023 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen

E-Mail: [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)  
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert  
oder unter Verwendung elektronischer Systeme  
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlaggestaltung: Götz Gramlich, [www.gggrafik.de](http://www.gggrafik.de)

Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-3247-8 (Print)

ISBN 978-3-8379-7968-8 (E-Book-PDF)

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	9
<b>Kreativität – ein Lebenselixier</b>	11
Die »Großen Fünf« der Kreativität	12
Der kreative Prozess	33
Kreative Bewältigungsformen von Verzweiflung, Hass und Gewalt	37
<b>Die schöpferische Verwandlung von Depression und Aggression in der Popkultur</b>	41
Madonna Ciccone: Tanzen um zu leben	42
John Lennon: Der Träumer	53
Amy Winehouse: Der gefallene Engel	65
Jim Morrison: Der Schamane	74
Mick Jagger: Sympathy for the Devil	93
<b>Konsequenzen für eine kreative Lebensgestaltung</b>	113
Kindheit und Jugend	113
Alltags- und politische Kreativität	115
<b>Quellen</b>	119
<b>Personenregister</b>	123

*Everything hurts [...]  
Thus while hate cannot be terminated  
It can be transformed  
Into a love that lets us live.*

Amanda Gorman,  
*Hymn for the Hurting*,  
in *The New York Times*, 27. Mai 2022

# Vorwort

Der in der Ukraine entfesselte Krieg und die endlos erscheinenden Kriege in anderen Weltregionen verleihen diesem Buch eine verstörende Aktualität. Kriege und die damit verbundenen menschlichen Katastrophen machen besonders deutlich, dass es lebensnotwendig ist, sich mit Verzweiflung, Hass und Gewalt auseinanderzusetzen. Dieser Aufgabe begegnen wir immer wieder, sie ist Bestandteil unseres persönlichen und politischen Lebens, ob wir wollen oder nicht. Dabei erscheint die kreative Verwandlung von Destruktivität als unsere einzige Chance, menschliches Zerstörungspotenzial zu bewältigen.

Die allgemeinen Grundlagen menschlicher Kreativität schildere ich im ersten Teil dieses Buches und illustriere sie mit Beispielen aus der Kulturgeschichte. Dabei dienen die »Großen Fünf der Kreativität« – Begabung, Können, Motivation, Widerstandsfähigkeit, Umgebungsbedingungen – als Leitfaden. Deren Zusammenspiel konnte ich im Rahmen von Forschungsprojekten untersuchen und in der Beratung von kreativ Tätigen praktisch anwenden. Entsprechende Referenzen finden sich im Literaturverzeichnis. Im zweiten Teil zeige ich an Leben und Werk von einflussreichen Popstars, wie die kreative Bewältigung von Verzweiflung, Hass und Gewalt gelingen, aber auch misslingen kann. Im dritten Teil ziehe ich Konsequenzen für eine kreative Lebensführung.

# Kreativität – ein Lebenselixier

Kreativität ist ein Lebenselixier, das leider nicht immer leicht zu haben ist. Auch wenn Ratgeber einfache Wege zur Kreativität versprechen, ist eine kreative Lebensführung immer mit anstrengenden Suchbewegungen und Zerreißproben verbunden. Diese beginnen mit der Geburt und begleiten uns bis zum Lebensende. Wie wir aus individuellen und sozialen Krisen kreative Impulse gewinnen werden können, zeigt dieses Buch anhand der Biografien und Werke von außergewöhnlichen Persönlichkeiten und einflussreichen Popstars. Dabei werden wir einem grundlegenden Wechselspiel von konstruktiven und destruktiven Kräften begegnen, das in Natur und Kultur wirksam ist. Traditionelle Mythen und moderne wissenschaftliche Erkenntnisse enthüllen die Fallstricke des Schöpferischen. Sie zeigen, wie kreative Aktivitäten bedroht sind von Missmut und Verzweiflung, die in Hass und Gewalt umschlagen können. Kulturelle Erfahrungen und wissenschaftliche Einsichten lassen aber auch Perspektiven aufscheinen, wie es möglich ist, menschliches Destruktionspotenzial schöpferisch zu gestalten und in konstruktive Bahnen zu leiten.

Es hat sich eingebürgert, Kreativität als Erschaffung neuer und brauchbarer Formen zu definieren. Damit ist sie bei genauer Betrachtung eine wesentliche Eigenschaft alles Lebendigen. Sie kann damit wie die Intelligenz schon einfachen Organismen zugeschrieben werden. Menschliche Kreativität hingegen ist ein komplexes natürliches und kulturelles Phänomen, das von einzelnen Spezialwissenschaften nur bruchstückhaft erklärt werden kann. Sie ist zwar

gebunden an bestimmte biologische und psychologische Bedingungen, emanzipiert sich jedoch von diesen durch die Erschaffung von Formen, die sich aus diesen Bedingungen nicht ableiten lassen. So lässt sich die Wirkung eines Musikstücks, eines Gemäldes, einer wissenschaftlichen Erkenntnis, eines Produkts für den Alltag oder einer poetischen Begegnung nicht aus seinen biologischen oder psychologischen Grundlagen ableiten. Nur durch die interdisziplinäre Verbindung von natur-, sozial und kulturwissenschaftlichen Perspektiven mit lebensweltlichen Erfahrungen lässt sich Kreativität verstehen. Dabei stößt man immer wieder auf ein fundamentales Wechselspiel von Ordnung und Chaos, Konstruktion und Dekonstruktion, struktureller Verfestigung und dynamischer Verflüssigung.

Einleitend sei der Unterschied von alltäglicher und außergewöhnlicher Kreativität betont. Es ist keine metaphorische Übertreibung zu sagen, dass schon Säuglinge ihre Welt »komponieren«. Sie verarbeiten aktiv, wenn auch unbewusst, Reize aus dem Körperinneren und aus der Umgebung. Dabei gestalten sie eine immer wieder neue und einzigartige Innen- und Außenwelt. Diese primäre Kreativität bleibt, wenn keine sehr schweren Erkrankungen auftreten, bis ans Ende des Lebens erhalten. Sie ist auch notwendig, denn selbst sehr alte Menschen müssen ihr Leben führen, d. h. kreativ gestalten.

Im Unterschied zur primären oder alltäglichen Kreativität führt die außergewöhnliche Kreativität zu Erkenntnissen und Produkten, die auch für andere von besonderer Bedeutung sind. Dass etwas außergewöhnlich bedeutsam, nützlich und neu oder gar »genial« ist, wird häufig erst nach langer Zeit und manchmal auch erst posthum anerkannt.

## **Die »Großen Fünf« der Kreativität**

In Anlehnung an die von Mihály Csíkszentmihályi (1996) und Mark Runco (2014) zusammengefasste Kreativitätsforschung

lassen sich folgende Grundlagen der Kreativität definieren: Begabung und Talent (1), Wissen und Können (2), Motivation und Disziplin (3), Reizoffenheit und Widerstandsfähigkeit (4), fördernde und fordernde Umgebungsbedingungen (5). Diese fünf Dimensionen sind eng miteinander verflochten. Begabungen und Talente werden nur fruchtbar, wenn sie sich in geeigneten Umgebungsbedingungen verwirklichen lassen. Wissen und Können führen nur zu neuen und brauchbaren Werken, wenn sie motiviert und energisch angewandt werden. Dazu bedarf es Persönlichkeiten, die hinreichend offen, aber auch widerstandsfähig sind, um Unbekanntes zu entdecken und Bekanntes weiterzuentwickeln.

Zum Verständnis der Grundlagen und Erscheinungsformen der Kreativität sind biografische Studien unerlässlich. Empirisch-statistische Untersuchungen machen nur einzelne Aspekte der Kreativität verständlich, wie zum Beispiel die Fähigkeit zum assoziativen Denken. Schon bei der Bewertung kreativer Produkte stößt die neurowissenschaftliche und psychologische Forschung an ihre Grenzen. Sie können die Originalität und Brauchbarkeit eines mathematischen Beweises, einer naturwissenschaftlichen Entdeckung, eines Gedichts oder eines Songs nicht erfassen. Sie sind auf die Bewertungskriterien der einzelnen Wissenschafts- und Lebensbereiche angewiesen. Ein so komplexes Phänomen wie Kreativität ist ohne historische und lebenspraktische Erfahrungen nicht zu erforschen.

## **Begabung**

Als Einstieg, um die Bedeutung von Begabungen für kreative Prozesse zu verstehen, eignet sich die Theorie der multiplen Intelligenzen von Howard Gardner (1983). In Anlehnung an Gardner können wir mindestens acht Dimensionen unterscheiden: logisch-mathematisch, naturwissenschaftlich, sprachlich, musikalisch, motorisch, räumlich-konstruktiv, intrapersonell (z. B. Em-

pathiefähigkeit) und interpersonell (z. B. soziale Resonanz- und Kommunikationsfähigkeit). Als neunte Dimension wird in den letzten Jahren auch von der empirischen Psychologie eine komplexere Form von Intelligenz beachtet, die man unter dem Begriff »Weisheit« zusammenfassen kann (s. Holm-Hadulla, 2021). Die genannten Begabungen kommen selten bis nie isoliert vor, sondern sind auf jeweils sehr individuelle Weise miteinander verflochten. Dennoch existieren Begabungsschwerpunkte, deren Kenntnis für die Kreativitätsförderung wichtig sein kann.

Als eindrucksvollstes Beispiel einer musikalischen Hochbegabung ragt immer noch Wolfgang Amadeus Mozart (1756–1791) heraus. Mit fünf Jahren komponierte er bereits ein erstes Menuett (*KVI*) und trat als Pianist auf. Mit sechs Jahren wurde er in Wien der Kaiserin Maria Theresia vorgestellt und beeindruckte die Hofgesellschaft durch sein solistisches Spiel am Cembalo. Zwischen seinem siebten und zehnten Lebensjahr bereiste er, von Salzburg kommend, samt Mutter, Vater und Schwester Deutschland, die Niederlande, England und Frankreich, später mit dem Vater allein mehrfach Italien, um als musikalisches Wunderkind an verschiedenen Höfen in einem Jahr das 50-fache seines Vaters zu verdienen, der als Hofmusiker in Salzburg tätig war (s. Melograni, 2005).

Doch auch Mozart konnte sich nur entfalten, weil die anderen Faktoren der »Großen Fünf« hinzukamen: Wissen und Können, Motivation und Disziplin, Reizoffenheit und Widerstandsfähigkeit sowie fördernde und fordernde Umgebungsbedingungen. Dank der hingebungsvollen Unterweisung durch den Vater erwarb sich Mozart schon früh ein außergewöhnliches musikalisches Wissen und Können. Hinzu kam eine breite kulturelle Bildung.

In seinem hochmusikalischen Milieu entwickelte sich gleichfalls in frühester Kindheit eine Motivation zum Musizieren, die mit beständigem Üben und Arbeiten einherging. Oft wird übersehen, dass Mozart wie alle anderen Kreativen den »Kuss der

Musen« nur empfangen konnte, weil er seine Begabungen diszipliniert ausbildete. Dabei halfen sich scheinbar widersprechende Persönlichkeitseigenschaften wie Offenheit und Originalität im Zusammenspiel mit Konzentrationsfähigkeit und Hartnäckigkeit. Ebenso wichtig wie die gerade genannten Faktoren waren fördernde und fordernde Umgebungsbedingungen: eine Mutter, die ihm Zuwendung und Liebe schenkte, ein gleichfalls zugewandter, aber auch ehrgeiziger Vater, der seinen Sohn akribisch zum Üben anhielt, und eine inspirierende Schwester.

Doch sein Leben war alles andere als eitler Sonnenschein. Mozarts Kindheit war überschattet durch den Tod von fünf Geschwistern, die seine Mutter und sein Vater vor seiner Geburt verloren hatten. Krankheit und Tod bedrohten ihn und seine Familie immer wieder. Seine großen Kunstwerke, allen voran die Opern *Don Giovanni* und *Die Zauberflöte* sowie sein *Requiem*, sind dramatische Auseinandersetzungen mit Angst, Verzweiflung und Tod. Es gelang Mozart auf einzigartige Weise, die dunklen Seiten des Lebens in Schönheit und Lebensfreude zu verwandeln.

Als Beispiel für Mozarts kreative Transformation von Verzweiflung, Hass und Gewalt möchte ich hier auf *Die Zauberflöte* näher eingehen. Darin drängt die hasserfüllte und rachsüchtige Königin der Nacht ihre Tochter Pamina zur Ermordung ihres Widersachers Sarastro. Andernfalls werde sie ihre Tochter verstoßen:

Der Hölle Rache kocht in meinem Herzen,  
 Tod und Verzweiflung flammet um mich her!  
 Fühlt nicht durch dich Sarastro Todesschmerzen,  
 So bist du meine Tochter nimmermehr!

Durch Text und Musik werden Wut und Zorn in eine kulturelle Form gebannt, die zu einem humanistischen Weltethos führen sollten. Sarastro beantwortet die hasserfüllte Verzweiflung der Königin der Nacht mit liebevoller kultureller Pflichterfüllung: