

# Seelsorge als Kommunikationsprozess – Pastoralpsychologische Perspektiven

## I. Einleitung

Den Ausgangspunkt für meine Ausführungen<sup>1</sup> nehme ich bei folgendem Verständnis von Seelsorge: Seelsorge bezeichnet ein niedrigschwelliges Angebot der Kirche zur zwischenmenschlichen Begleitung, Begegnung und Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens mit dem Ziel, Lebens- und Glaubensgewissheit von Menschen in verschiedensten Lebenslagen zu stärken.

Um diese Definition zu entfalten, könnte und müsste man viele unterschiedliche Aspekte genauer betrachten: Was bedeutet »niedrigschwellig«? Was ist mit »Horizont des christlichen Glaubens« gemeint? Was bedeuten die genannten Ziele »Lebens- und Glaubensgewissheit«? usw. Ich lasse diese Fragen jedoch beiseite und konzentriere mich auf das Stichwort Kommunikation: Denn Begleitung, Begegnung und Lebensdeutung bezeichnen kommunikative Vorgänge. Um diese Vorgänge besser zu verstehen, erweist sich eine pastoralpsychologische Perspektive als hilfreich: Pastoralpsychologie stellt den Versuch dar, kirchliches Handeln aus psychologischer Sicht kritisch zu analysieren und weitergehende Perspektiven zu entwickeln. Auch damit ist ein sehr breites Spektrum angedeutet, das hier aus Zeitgründen nicht annähernd zur Sprache gebracht werden kann.<sup>2</sup> So lasse ich die Vielfalt psychotherapeutischer Perspektiven, die für Seelsorge relevant sind, beiseite und fokussiere ausschließlich auf die kommunikationstheoretischen Perspektiven.

## II. Was ist Kommunikation?

Seelsorge gehört in den Bereich der Kommunikation zwischen Anwesenden (face to face) und ist damit zu unterscheiden von Mas-

1 Der Beitrag stellt eine überarbeitete und gekürzte Fassung des § 4 »Seelsorge als Kommunikationsgeschehen« aus meinem Buch: Seelsorge. Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens, Neukirchen-Vluyn 2008, 117ff. dar.

2 Vgl. dazu Klessmann, Michael, Pastoralpsychologie. Ein Lehrbuch, Neukirchen-Vluyn<sup>3</sup>2006.

senkommunikation oder medialer Kommunikation. (In der Telefonseelsorge oder Internet-Seelsorge wird die Bedeutung der technischen Medien für den Kommunikationsprozess gesondert reflektiert.)

»Kommunikation ist die Bedeutungsvermittlung zwischen Lebewesen.«<sup>3</sup> Ein weit gefasster Kommunikationsbegriff unterstellt allem Verhalten eine kommunikative Dimension. Paul Watzlawick hat das in die berühmte These gefasst: »Man kann nicht nicht kommunizieren.«<sup>4</sup> Das soll heißen: Jedes Verhalten, gleichgültig, ob das bewusst intendiert ist oder nicht, teilt etwas mit.

Ein eng verstandener Begriff dagegen bindet Kommunikation an Intentionalität: Zwei Menschen wollen sich verständigen. Dann muss Kommunikation definiert werden als »wechselseitig stattfindender Prozess der Bedeutungsvermittlung«<sup>5</sup>. Die beiden in dieser Definition enthaltenen Kriterien sind:

**Wechselseitigkeit:** Die an einer Kommunikation beteiligten Personen erfahren Einwirkungen von der jeweils anderen Seite. Das traditionelle Kommunikationsmodell Sender → Empfänger ist also unbedingt um die Rückwirkung Empfänger → Sender zu erweitern.

Es muss zu einer tatsächlichen Bedeutungsvermittlung, zu einer Verständigung kommen.

Die allgemeine Intention eines Kommunikationsvorgangs besteht darin, verstanden zu werden; die spezielle Intention möchte, dass die mit der Mitteilung verbundene Intention auch befolgt oder umgesetzt wird.

Beispiel: Wenn ein kranker, bettlägeriger Mensch zu einer Besucherin sagt »Ich habe Durst«, hofft er nicht nur, dass sie diese Mitteilung versteht, sondern ihm etwas zu Trinken anbietet.

Um in Kommunikation zu treten, bedarf es eines Mediums: In der Seelsorge ist das in der Regel die mündliche Sprache mit ihren nonverbalen Akzentuierungen, in der Brief- oder Internetseelsorge ist es die geschriebene Sprache, in der Gehörlosenseelsorge die Gebärdensprache. Sprache setzt sich zusammen aus Zeichen, denen eine Bedeutung zugeordnet wird. Für jede Verständigung ist es zentral, dass die Kommunikationspartner die den verwendeten Zeichen zugeschriebene Bedeutung im Großen und Ganzen kennen und miteinander teilen. Viele Wortzeichen haben innerhalb eines

3 Maletzke, Gerhard, Kommunikationswissenschaft im Überblick. Opladen/Wiesbaden 1998, 37.

4 Watzlawick, Paul / Beavin, Janet H. / Jackson, Don D., Menschliche Kommunikation, Bern/Stuttgart<sup>3</sup>1972, 50ff.

5 Burkart, Roland. Kommunikationswissenschaft, Wien/Köln<sup>3</sup>1998, 33.

Kulturkreises eine feststehende Bedeutung (Beispiel: Tisch, Hund); Symbolzeichen haben im Vergleich zu den einfachen Zeichen einen großen und variablen Bedeutungshof (Beispiele: »Sonne« wärmt und verbrennt; »Freiheit« wird ersehnt oder gefürchtet; »Liebe« gilt den einen als höchstes Glück, anderen als romantischer Kitsch etc.). Deswegen enthält Kommunikation im Sinn einer tatsächlichen Bedeutungsvermittlung immer einen Aushandlungsprozess darüber, wie eine Mitteilung bzw. ein Zeichen verstanden werden soll – oder es kommt zu Missverständnissen.

Wenn man miteinander kommunizieren will, muss es Überschneidungen geben, sowohl was den Zeichenvorrat als auch was die Zeichenbedeutung angeht.

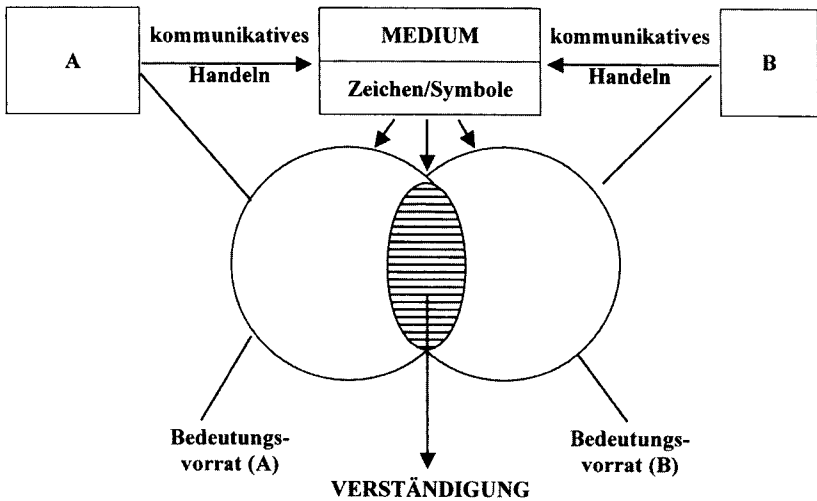


Abb. aus Burkart, Kommunikationswissenschaft, 56.<sup>6</sup>

Ein Problem der Beratung oder Seelsorge eines akademisch gebildeten Menschen mit Personen beispielsweise aus einem bildungsfernen Milieu liegt an diesem Punkt: Zeichenvorrat und Zeichenbedeutung weisen u.U. nur geringe Überschneidungen auf. Die Soziolinguistik hat das in den 70er Jahren mit der Unterscheidung von elaboriertem und restringiertem Code erklärt.<sup>7</sup> In jüngerer Zeit

6 Burkart, ebd., 56.

7 Vgl. Burkart, ebd., 101f.; vgl. das Themenheft der Zeitschrift »Wege zum Menschen«, H. 8/9, Aug./Sept. (27) 1975: Zur Praxis der Unterschichtberatung, 305–384; Koschorke, Martin, Beratung armer Familien. Kleine Texte aus dem Institut für Familienberatung, Nr. 48, Berlin 2006.

spricht man von »Kommunikation zwischen Angehörigen aus verschiedenen Diskurswelten«. <sup>8</sup>

Hinter dieser lapidaren Formulierung steckt für die Seelsorge durchaus Brisanz: Die theologisch-akademische Bildung kann erhebliche Sprachschwierigkeiten produzieren; Ziemer spricht von der Sprachnot der Anfänger und der Sprachüberlegenheit der Routiniers. <sup>9</sup> Beides kann Verstehen erschweren und verhindern. Deswegen gehört Arbeit an der eigenen Sprach- und Verstehensfähigkeit unbedingt zur Seelsorgeausbildung.

### III. Zum Ablauf von Kommunikation

#### 1. Modelle

Den Ablauf interpersonaler Kommunikation kann man mit Hilfe bestimmter Modelle zu erklären versuchen (dabei ist zu berücksichtigen, dass Modelle immer eine Reduktion vom Komplexität darstellen); deren Kenntnis ist für das methodische Verhalten in der Seelsorge von erheblicher Bedeutung:

a) Ein Kommunikationsmodell aus der medizinischen Ethik unterscheidet drei Ebenen der Kommunikation: <sup>10</sup>

– eine *faktische* Ebene: Um was geht es in der Mitteilung eines Menschen?

– eine *emotionale* Ebene: Wie fühlt er sich dabei?

– eine *existentielle* Ebene: Was bedeutet die Mitteilung für sein Leben?

Bei Themen, die das Leben eines Menschen betreffen (und nicht nur Alltägliches), ist die Berücksichtigung der zweiten und dritten Ebene von besonderer Bedeutung. Seelsorge, die sich Lebensdeutung zum Ziel setzt, wird bevorzugt auf diese Ebenen achten.

b) Paul Watzlawick arbeitet, wie schon erwähnt, mit einem weiten Verständnis von Kommunikation: Alles Verhalten teilt etwas mit. Für die Seelsorge ist es auf der Basis dieser These wichtig, die nonverbalen Faktoren einer Kommunikation aufmerksam zu berücksichtigen (s.u. Nr. 5).

Beispiel: Wenn man in ein Krankenzimmer kommt, vermittelt die aufmerksame Wahrnehmung der kranken Person und ihres Um-

<sup>8</sup> Vgl. Günther, Ralf, Seelsorge auf der Schwelle. Eine linguistische Untersuchung von Seelsorgegesprächen im Gefängnis, Göttingen 2005, 178.

<sup>9</sup> Ziemer, Jürgen, Fremdheit überwinden. Sprache und Verständigung im seelsorgerlichen Gespräch, PTh 1989, 184–195.

<sup>10</sup> Hick, Christian (Hg.), Klinische Ethik, Heidelberg 2007, 16.

feldes bereits eine Menge an Informationen: Wie die Person im Bett liegt oder sitzt, ob sie verschwitzt oder frisch gepflegt aussieht, entspannt oder angespannt, wie es im Zimmer riecht, was auf dem Nachttisch steht etc. Solche Beobachtungen bieten häufig einen besseren Gesprächseinstieg als die stereotype Frage »Wie geht es Ihnen?«

c) Nach Watzlawick hat jede Kommunikation eine Inhalts- und eine Beziehungs- (oder Gefühls-)Ebene,<sup>11</sup> wobei letztere die erstere bestimmt. Die Gefühlsbetontheit einer Aussage ist also entscheidend wichtig zum Verständnis, sie kann die Intention einer Mitteilung verstärken, neutralisieren oder sogar in ihr Gegenteil verkehren.

Beispiel: Der schlichte Satz »Es geht mir gut.« kann durch die Art, wie er ausgesprochen wird, überzeugend wirken oder dem Adressaten geradezu den gegenteiligen Eindruck vermitteln.

d) Friedemann Schulz von Thun hat, Watzlawick weiterführend, die vier Seiten einer Nachricht identifiziert: Danach enthält eine Mitteilung eine *Sachinformation*, eine implizite Aussage über die mitteilende Person (*Selbstmitteilung*), über deren Beziehung zu dem Adressaten (*Beziehungsaspekt*) und möglicherweise auch einen versteckten *Appell* an den Adressaten.<sup>12</sup>

Beispiel: Ein Patient im Krankenhaus sagt in deprimiertem Tonfall zu der Krankenschwester »Mich besucht hier niemand«. Dieser Satz enthält eine sachliche Information, eine Selbstmitteilung [»Ich fühle mich allein und vernachlässigt.«], eine Beziehungsaussage [»Gut, dass Sie wenigstens kommen und ich Ihnen das erzählen kann.«] und einen Appell [»Hoffentlich besuchen Sie mich öfter!«]. Analog zu den verschiedenen Modi der Mitteilung fassen Menschen eine Nachricht unterschiedlich auf: Manche nehmen vor allem die sachliche Information wahr, andere neigen dazu, schnell eine Beziehungsbotschaft oder einen Appell zu hören, wieder andere hören vorrangig die Selbstmitteilung. Je nach Art und Weise der Wahrnehmung fällt die Reaktion unterschiedlich aus.

e) Kommunikation enthält immer eine Fülle von nonverbalen Elementen: Mimik, Gestik, Kinesik (Körperbewegungen und Körperhaltung), Proxemik (Nähe – Distanz), Sprache und Sprechstil sowie der äußere Eindruck leisten einen kaum zu unterschätzenden

11 Watzlawick/Beavin/Jackson, *Menschliche Kommunikation*, 53ff.

12 Schulz von Thun, Friedemann, *Miteinander reden*, Bd. 2: *Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung*, Reinbek 1989 und Delhees, Karl H., *Soziale Kommunikation*, Opladen 2002, 31ff. weisen noch auf weitere Modelle interpersonaler Kommunikation hin, die die Komplexität von Kommunikation noch differenzierter abzubilden suchen.

Beitrag zum Verlauf jeder Kommunikation.<sup>13</sup> Sie unterstreichen und verstärken das Gesagte, sie können es aber auch neutralisieren oder geradezu dementieren. Die These von Watzlawick, dass die Beziehungsebene das Verstehen der Inhaltsebene steuert, wird hier konkret. Darüber hinaus spielt für jede Kommunikation eine wichtige Rolle, an welchem Ort sie stattfindet: ob man sich in der Öffentlichkeit trifft (z.B. auf der Straße oder an der Kirchentür nach dem Gottesdienst) oder in einem Raum, in dem man sicher sein kann, nicht gestört zu werden.

Wenn es im Verlauf eines Kommunikationsprozesses zu Missverständnissen kommt, ist Metakommunikation angesagt, d.h.: Man wechselt das Thema, die Kommunikationsebene, und versucht, sich über das, was gerade im wechselseitigen Austausch geschieht, zu verständigen.

## 2. Seelsorge als professionelle Beziehung

Kommunikation unter Anwesenden impliziert, dass eine Beziehung zwischen den Beteiligten entsteht. Seelsorge stellt eine Form von professioneller Beziehung dar: Professionelle Beziehung meint, dass die seelsorgende Person eine professionelle Rolle einnimmt, also nicht als Privatperson und aus privaten Motiven zu dem anderen Menschen Kontakt aufnimmt.

Zur professionellen Rolle gehört ein gewisses Maß an professioneller Kompetenz, d.h. man darf erwarten, dass die Seelsorgeperson gelernt hat zuzuhören, Grundlagen der Gesprächsführung beherrscht und die Inhalte und Formen der christlichen Tradition der Situation und dem Gegenüber angemessen zu repräsentieren weiß.

Damit ist das Thema der Aus- und Fortbildung in bzw. für Seelsorge angesprochen. Grundsätzlich gilt: Seelsorge beherrscht man nicht einfach so, im Studium setzt man sich eher mit der Theorie als mit der Praxis auseinander; deswegen bedarf es einer gesonderten Seelsorgeausbildung. Zur Seelsorgeausbildung gehört es, Grundlagen der Gesprächsführung einzuüben und sich mit bestimmten Ansätzen aus der Psychotherapie zu beschäftigen, z.B. mit den Therapeutenvariablen von Carl Rogers oder der Kenntnis bestimmter psychoanalytischer Einsichten (Übertragung, Widerstand) oder der Kenntnis bestimmter Methoden aus der systemischen Therapie. Die Seelsorgebewegung der 70er und 80er Jahre hat Seelsorge für die Hypothesen und Methoden der Psychotherapie geöffnet.

13 Vgl. Naurath, Elisabeth, Seelsorge als Leibsorge. Perspektiven einer leiborientierten Krankenhausseelsorge, Stuttgart/Berlin 2000, 180ff.

Zur professionellen Kompetenz gehört auch eine ethische Verpflichtung: Verschwiegenheit zu wahren und auf den sachlichen, in gewissem Sinn neutralen Charakter der Beziehung zu achten: Die Seelsorge-Beziehung darf unter keinen Umständen zur Befriedigung eigener Bedürfnisse, zur Manipulation oder zur vorschnellen Identifikation mit bestimmten Anliegen der ratsuchenden Person benutzt werden.

Eine professionelle Beziehung kann unterschiedlich wahrgenommen und ausgeübt werden, nämlich tendenziell autoritär oder eher partnerschaftlich-emanzipatorisch.

Autoritäre Beziehungsmuster operieren mit nicht hinterfragbaren Rollen- und Kompetenzzuschreibungen (Amtsträger, Spezialist), mit offener oder versteckter Machtausübung, Bevormundung bzw. Forderung nach Gehorsam, Unterwerfung und Akzeptieren von zugeschriebener Unselbstständigkeit.

Partnerschaftliche Elemente sind vom Ansatz her in der von Carl Rogers entwickelten klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie zu finden. Rogers traut dem Menschen zu, dass er im Rahmen einer von Echtheit, Einfühlung, Akzeptanz und Wertschätzung getragenen Beziehung sich selbst auf neue Weise entfalten und entwickeln kann.<sup>14</sup> Der Therapeut oder die Seelsorgerin haben die Rolle des Wegbegleiters.<sup>15</sup> Eine partnerschaftlich-emanzipatorische Haltung und Beziehungsgestaltung schließt jedoch professionelle Asymmetrie keineswegs aus.<sup>16</sup>

Zur Beziehungsstruktur der Seelsorge gehört die Grundannahme, dass die Begegnung – von einigen wichtigen Ausnahmen abgesehen – unter selbstverantwortlichen Erwachsenen abläuft.<sup>17</sup> Das Gegenüber im seelsorglichen Gespräch ist kein Patient, der bestimmte Anordnungen eines Arztes befolgen müsste. Im Unterschied zur psychoanalytischen Psychotherapie arbeitet Seelsorge nicht dem Mittel der Regression (im Prozess des Eintauchens in frühe biographische Erinnerungen regredieren Menschen auf frü-

14 Vgl. Rogers, Carl R., *Entwicklung der Persönlichkeit*, Stuttgart 1973, 47 u.ö.

15 Rogers, ebd., 48. Im englischen Original ist hier von »companion« die Rede.

16 Ziemer, Jürgen, *Psychologische Grundlagen der Seelsorge*, in: Engemann, Wilfried (Hg.), *Handbuch der Seelsorge. Grundlagen und Profile*, Leipzig 2007, 143ff. unterscheidet drei Beziehungsmuster: das amtstheologisch geprägte, das professionsbestimmte und das paritätische Beziehungsmodell.

17 Zu den Ausnahmen zählen Seelsorge mit Kindern, mit geistig behinderten bzw. dementen Menschen, evtl. auch mit schwer kranken und sterbenden Menschen. Eine ernsthafte Berücksichtigung solcher Ausnahmen erweitert den methodischen und theologischen Horizont der Seelsorge. Vgl. Klessmann, *Seelsorge*, § 11.3: *Seelsorge mit Kindern und alten Menschen*, 422ff.

here und einfachere Entwicklungsstufen und Verhaltensweisen). Seelsorge arbeitet in psychoanalytischer Terminologie ganz überwiegend auf der Ich-Ebene, unterstellt also zunächst prinzipiell Selbstständigkeit und Selbstverantwortlichkeit des Gegenübers. In Grenzfällen, z.B. bei Kriseninterventionen, mag die Selbstverantwortlichkeit eines Menschen eingeschränkt sein, so dass dann auch andere, z.B. direktive (die wiederum nicht autoritär sein müssen!) oder rituelle seelsorgliche Interventionen erforderlich und sinnvoll sind. Im Regelfall bildet jedoch die Selbstverantwortlichkeit des ratsuchenden Gegenübers sowohl Ausgangs- als auch Zielpunkt der Seelsorge.

### 3. Merkmale seelsorglicher Beziehungsgestaltung

Seelsorge, die das Ziel verfolgt, Menschen zu begleiten, ihnen partnerschaftlich zu begegnen, ihnen bei der Lebensdeutung zur Seite zu stehen, sollte von dieser inhaltlichen Ausrichtung her bestimmte Strukturierungsmerkmale bevorzugen: Sie sollte gekennzeichnet sein als:<sup>18</sup>

– *Herrschaftsfrei*: Abgesehen von Unterschieden im Blick auf professionelle Kompetenz sind die Gesprächspartner grundsätzlich gleichgestellt, nicht dienstlich oder privat voneinander abhängig. Kriterium für eine solche Gleichstellung ist, ob die ratsuchende Person Widerspruch oder Konflikt mit der beratenden Person riskieren kann, ohne negative Konsequenzen befürchten zu müssen. Aus theologischer Sicht korrespondiert die Haltung der Herrschaftsfreiheit der Glaubenserkenntnis, dass alle Menschen vor Gott gleich sind, die beratende Person aus anthropologischer Sicht also keinen grundsätzlichen Vorsprung vor der ratsuchenden Person hat.

– *Personenzentriert*: Der ratsuchende Mensch steht im Zentrum der Aufmerksamkeit; die Klärung seiner/ihrer Anliegen, Gedanken und Gefühle bilden den Ausgangs- und Zielpunkt des Gesprächs. Gezielte, nicht transparent gemachte Einflussnahme, direktive bzw. manipulative Steuerung von Seiten des Seelsorgers, der Seelsorgerin verbieten sich. Aus theologischer Sicht korrespondiert die personenzentrierte Ausrichtung der Glaubenserkenntnis, dass Gott sich dem einzelnen Menschen zuwendet, ihn ansieht und wertschätzt (z.B. Jes 43,1).

– *Dialogisch*: Seit Sokrates wird der Dialog als Weg auf der Suche nach Wahrheit geschätzt. Auch für die Seelsorge gilt der Satz: »Die

18 Vgl. Ziemer, Jürgen, Seelsorgelehre, Göttingen <sup>2</sup>2000, 153f.



Wahrheit beginnt zu zweit.«<sup>19</sup> Es geht um die gemeinsame Suche nach persönlicher Wahrheit, um die wahren Gefühle (Ängste, Hoffnungen etc.) eines Menschen, und um Wahrheit in einem existentiell-religiösen Sinn: Solche Wahrheiten liegen dem Gespräch nicht voraus, sondern erschließen sich im Prozess. Ihr Charakter als Wahrheit wird darin deutlich, dass hier etwas aufleuchtet, was »unbedingt angeht« (Tillich). Aus theologischer Sicht korrespondiert die Wertschätzung des Dialogischen als Mittel der Wahrheitssuche mit der Glaubenserkenntnis, dass sich dem Menschen die Wahrheit im Hören (»Hören« im umfassenden Sinn verstanden als aufnehmen, sich anrühren und bewegen lassen etc.) auf das Wort (Wort Gottes, der Schrift, des Glaubens anderer Menschen) erschließt.

– *Vertrauensvoll*: Dieses Merkmal ist am wenigsten gezielt herstellbar. Vertrauen wächst oder entsteht zwischen den Beteiligten, hat insofern immer eine Dimension des Unverfügbaren. Gleichwohl kann eine Seelsorge-Person die Bedingungen der Möglichkeit dazu schaffen durch freundliche Zugewandtheit, Einfühlung, Wertschätzung, Authentizität, Verlässlichkeit und Beständigkeit.<sup>20</sup>

Wo solche Merkmale annäherungsweise erfahrbar werden, kommt es zum Aufbau einer tragfähigen Beziehung. Als tragfähig kann man sie bezeichnen, wenn sie ein gewisses Maß an Bindung ermöglicht, wenn ein Mensch in dieser Beziehung Vertrauen fassen kann und sich »gut aufgehoben« fühlt, wenn Dissens und Konflikt möglich sind, ohne dass das Ende der Beziehung befürchtet werden muss. Alle Menschen suchen ein Leben lang Sicherheit bei vertrauenswürdigen Menschen, so sagt es die sog. Bindungsforschung.<sup>21</sup> Auch Seelsorge kann und sollte daran interessiert sein, solche tragfähigen und Sicherheit gebenden Beziehungen aufzubauen. Damit ist ein anspruchsvolles Ziel formuliert, das in sich zweifellos sinnvoll ist und seine Berechtigung hat; gleichzeitig sollten Seelsorgende wissen (und sich damit vom Druck zu hoher Anforderungen entlasten), dass sich dieses Ziel meistens nur ansatzweise realisieren lässt und immer ein Element der Unverfügbarkeit enthält.

19 So der Buchtitel von Moeller, Michael Lukas, *Die Wahrheit beginnt zu zweit*. Das Paar im Gespräch, Hamburg 1997. Der Satz stammt von *Friedrich Nietzsche* (Werke II, hg. von Karl Schlechta, Darmstadt 1973, 158): »Einer hat immer Unrecht: aber mit zweien beginnt die Wahrheit.«

20 Vgl. dazu auch Grawe, Klaus / Donati, Ruth / Bernauer, Friederike, *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*, Göttingen/Bern <sup>3</sup>1994, 775ff.

21 Vgl. Spangler, Gottfried / Zimmermann, Peter (Hg.), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung*, Stuttgart <sup>3</sup>1999.

#### 4. Seelsorge als Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung

Der Begriff der Begleitung ist im Kontext der Seelsorgebewegung außerordentlich populär geworden. Als Synonym wurde von annehmender oder partnerzentrierter Seelsorge gesprochen.

Die Metapher der Wegbegleitung bedeutet zunächst ganz einfach, dass zwei Menschen nebeneinander gehen; dabei soll die begleitende Person Zeit haben, dableiben, zuhören, sich einfühlen, mitfühlen, verstehen, Gefährte sein, dem/der anderen nahe sein. Begleitung heißt auch, mit auszuhalten, was nicht veränderbar ist, beispielsweise vor der Ausweglosigkeit von Leiden und Sterben nicht wegzulaufen. Die Emmaus-Geschichte (Lk 24,13–35) wird gern als biblische Grundlage für ein solches Seelsorgeverständnis herangezogen.

Die ausschließliche Konzentration auf die Metapher der Begleitung steht m.E. jedoch in der Gefahr, zu einem tendenziell »lieben« und harmlosen Angebot zu werden. Deswegen finde ich die Ergänzung durch die Metapher der Begegnung wichtig. In der Begegnung stehen sich, wie es die Wortbedeutung von »gegen« nahe legt, die Beteiligten gegenüber. Die Seelsorgeperson geht nicht nur mit, sondern wird als eigenständiges Gegenüber mit eigenen Gefühlen und Gedanken erkennbar. Das Moment der professionellen Distanz, der bleibenden Fremdheit und auch der sinnvollen Konfrontation (mit anderen, fremden Inhalten im Gespräch) findet hier seinen Platz. Begegnung stellt so gesehen eine wichtige Ergänzung des Bildes von der Begleitung dar.

Im Rahmen von Begleitung und Begegnung vollzieht sich Lebensdeutung: Menschen deuten ständig, was sie tun bzw. was ihnen widerfährt. Soll heißen: Ereignisse sind nicht einfach objektiv anregend oder langweilig, gefährlich oder herausfordernd, sondern wir machen sie dazu, indem wir ihnen diese Bedeutung beilegen. Wenn ein Pfarrer einen Mann besucht, der 70 Jahre alt wird, geht es explizit und implizit darum, wie der sein Alter sieht, ob als Last oder als Freiheit. Wenn jemand vom Besuchsdienst einen Krankenbesuch macht, geht es auch darum, ob die Betroffene die Krankheit als Bedrohung ihrer Integrität und ihres Lebensstils erlebt oder als Wendepunkt, der neue Perspektiven eröffnet. Wenn jemand der Pfarrerin von ihrer Ehekrise erzählt, gilt es herauszufinden, ob sie die Krise als trauriges Ende ihrer Ehe versteht oder als Befreiung oder auch als Herausforderung, es jetzt gerade noch einmal mit verstärkter Anstrengung zu probieren, die Ehe zu halten.

Lebensdeutung ist meistens ein Aushandlungsprozess; es steht nicht immer schon fest, wie jemand die Dinge sieht, sondern das entwickelt und ändert sich. Dazu ist ein Gegenüber wichtig, und

zwar gerade ein Gegenüber, das nicht selber in das Geschehen verwickelt ist, sondern einerseits am persönlichen Leben des anderen Menschen interessiert ist, andererseits aber auch die nötige innere Distanz behält. Zu dieser Rolle als Gegenüber gehört auch, dass die Seelsorgeperson eigene Perspektiven ins Spiel bringt, persönliche Beobachtungen und theologische Einfälle (vgl. dazu den Beitrag von Peter Bukowski). Einerseits ist es wichtig, dass die Seelsorgeperson durch ihre Fremdheit, durch ihre andere Sicht der Dinge den Horizont der ratsuchenden Person erweitert, andererseits gilt es, diese Sicht »gesprächsgerecht« (Helmut Tacke) ins Spiel zu bringen (sodass es nicht zu einem Abbruch des Gesprächs kommt) und zugleich deren Eigenständigkeit zu respektieren.

## 5. Seelsorge als Gespräch

Das freie Gespräch gilt als wesentliches Charakteristikum der Seelsorge (im Unterschied zur öffentlichen Rede in der Predigt, zum zielorientierten Gespräch im Unterricht oder zum diakonisch-sozialen Handeln der Kirche).

Das seelsorgliche Gespräch enthält Elemente des Alltagsgesprächs, des freien, absichtslosen Gesprächs und auch des therapeutischen Gesprächs. Darüber hinaus finden seelsorgliche Gespräche in sehr unterschiedlichen Settings statt: im Wohnzimmer einer Familie aus Anlass eines Trauerbesuchs, am Krankenbett im Krankenhaus, in der Sakristei im Anschluss an einen Gottesdienst, auf der Straße durch ein zufälliges Zusammentreffen, am Telefon, ausgelöst durch eine sachliche Anfrage, die plötzlich in ein persönliches Anliegen übergeht.

### a) *Der äußere Rahmen des Gesprächs*

Ein professionell geführtes Gespräch braucht einen festgelegten Rahmen:

- Notwendig ist ein *Raum*, in dem man in Ruhe und störungsfrei miteinander sprechen kann.
- Ein festgelegter *Zeitrahmen* ist für die ratsuchende Person entlastend: Sie weiß dann, dass sie nicht schon nach fünf Minuten den Raum wieder verlassen muss, und ebenso, dass das Gespräch nicht unbegrenzt verläuft. Ein Zeitrahmen von 30 bis 45 Minuten ist in den meisten Fällen ausreichend. Wenn diese Zeit nicht genügt, ist es sinnvoll, einen zweiten Termin zu vereinbaren. Gespräche, die länger als eine Stunde dauern, sind, außer in bestimmten Krisensituationen (Begleitung von Sterbenden, Präsenz bei Trauernden etc.) nicht zu empfehlen, da sie alle Beteiligten ermüden, so dass dann kaum noch etwas Neues geschehen kann.

- Seelsorge beginnt häufig unstrukturiert, vielleicht zwischen Tür und Angel, vielleicht mit einem eher informellen Kontakt ohne Zielvereinbarung und Zeitabsprache. Wenn sich jedoch abzeichnet, dass eine längere seelsorgliche Begleitung von der ratsuchenden Person gewünscht wird, ist dringend zu raten, *Abspraken* über Zielsetzung und Abstände der Termine etc. zu treffen.
- Zum Rahmen gehört, dass in der Regel der Seelsorger / die Seelsorgerin das Gespräch eröffnet und beschließt, deutlich und erkennbar die *Verantwortung für den äußeren Ablauf* übernimmt, also das Gespräch »führt« und es nicht einfach laufen lässt.
- Schließlich ist darauf zu achten, dass die Beteiligten *nicht in beruflicher Abhängigkeit* zueinander stehen: Dienstvorgesetzte sollten nicht gleichzeitig die Funktion von Seelsorgern oder Seelsorgerinnen ausüben wollen. Das gilt für Pfarrer und Pfarrfrauen, die Dienstvorgesetzte von haupt- oder nebenamtlich Mitarbeitenden in einer Gemeinde sind; es gilt für Superintendenten, die Dienstvorgesetzte der Pfarrer und Pfarrfrauen ihres Bezirks sind, ebenso wie für Bischöfinnen oder Präses. Wenn eine Seelsorge suchende Person befürchten muss, dass private Informationen (z.B. Eheprobleme, Umgang mit Alkohol, Unzucht mit Abhängigen) dienstrechtliche Konsequenzen haben werden, ist kein offenes Gespräch möglich.<sup>22</sup>

#### b) *Zur Struktur des Gesprächs*

Jedes professionelle Gespräch weist eine grundlegende Struktur auf, eine Eröffnungsphase, einen Mittelteil und eine Schlussphase; in manchen Situationen kommt noch eine rituell gestaltete Phase dazu.<sup>23</sup> Die Seelsorge-Person steuert den Gesprächsverlauf entscheidend mit (auch wenn die ratsuchende Person in der Regel das Thema vorgibt und durch ihr Verhalten bewusst und unbewusst den Gesprächsverlauf zu lenken sucht), deswegen sollte sie sich Rechenschaft über Strukturierungsmöglichkeiten und -notwendigkeiten geben:

- *Vorbereitungsphase*: Die Vorbereitung auf einen Besuch kann kurz sein, sollte aber nicht unterbleiben. Sich einen Moment der Stille und der Konzentration zu nehmen, um zu bedenken: Ich besuche jetzt einen fremden Menschen bzw. ein fremder Mensch kommt zu mir. In welcher Verfassung bin ich z. Zt. als Seelsorger/

22 Die Kirchenordnungen der deutschen Landeskirchen halten trotzdem an der Regel fest, dass die Superintendenten zugleich die Seelsorger ihrer Pfarrer und Pfarrfrauen sein sollen (z.B. Art. 121 in der KO der EKdR).

23 Vgl. auch Naurath, Seelsorge als Leibsorge, 179ff. Eine sehr detaillierte Analyse der Gesprächssequenzen legt aus Sicht der Linguistik Günther, Seelsorge auf der Schwelle, 38ff. vor.

Seelsorgerin? Wenn es sich um die Fortsetzung eines früheren Gesprächs handelt: Was war bisher das Thema? Was ist mir besonders in Erinnerung? Welche Chancen und Schwierigkeiten sehe ich im Blick auf den weiteren Prozess voraus? (Dazu ein Blick in evtl. gemachte Notizen.) Eine kurze Bitte um Geistesgegenwart kann die Vorbereitung beschließen.

– *Eröffnungsphase*: Die Pfarrerin macht einen Hausbesuch, ein Mitglied eines Besuchsdienstkreises besucht ein Gemeindeglied im Krankenhaus, jemand sucht einen Pfarrer in dessen Dienstzimmer auf: Fast jede Begegnung beginnt damit, dass zwei Menschen einander anschauen und in Sekundenschnelle einen Eindruck voneinander gewinnen. Der erste Eindruck prägt den Verlauf des weiteren Kontakts in erheblichem Maß, denn hier entscheidet sich bereits, ob sich jemand willkommen oder deplatziert oder gar abgewiesen fühlt, und wie man die Rollen, in denen man sich begegnet, ausfüllen kann und will.

Es folgt eine *ritualisierte Begrüßung*, zu der in Deutschland meistens der Händedruck gehört; damit einher geht eine Selbstvorstellung, an die sich die Nennung des Zwecks des Besuches anschließt. Die Selbstvorstellung ist besonders wichtig, weil dadurch deutlich wird, dass die Seelsorgeperson nicht aus privaten Motiven, sondern im Auftrag der Kirche kommt und damit eine Symbolfigur repräsentiert. Folgt darauf eine bestätigende Reaktion (verbal oder auch nonverbal, etwa durch Kopfnicken), kann das als eine Art Verabredung oder Kontrakt verstanden werden, auf dessen Basis das weitere Gespräch ablaufen kann.<sup>24</sup> Die Verabredung wird äußerlich besiegelt, z.B. indem die besuchende Person aufgefordert wird, Platz zu nehmen. In manchen Situationen kann es sinnvoll sein (etwa wenn jemand zu einem verabredeten Termin ins Pfarrhaus kommt), am Anfang auf den Zeitrahmen zu verweisen.

– *Gesprächsphase*: Die Gesprächsphase im engeren Sinn, in der ein Thema oder mehrere Themen im Vordergrund stehen, beginnt entweder, indem die ratsuchende Person von sich aus anfängt zu erzählen, mit welchem Anliegen sie kommt, oder indem der Seelsorger / die Seelsorgerin fragt: »Was möchten Sie gerne mit mir besprechen?« Oder: »Welches Anliegen führt Sie zu mir?« Ein solcher Gesprächseinstieg ist schwieriger in einer Institution (Krankenhaus, Altenheim), wo ein Seelsorger von sich aus einen Besuch macht und sich ein Gesprächsthema erst entwickeln muss. Am An-

24 Zur Notwendigkeit und gleichzeitigen Schwierigkeit einer Kontraktbildung in der Seelsorge vgl. Kreitzschek, Dagmar / Neuendorff, Frank, Was willst du, dass ich dir tue? Über die Notwendigkeit der Arbeit mit inhaltlichen Kontrakten in der Klinikseelsorge, WzM 56 (2004), 407–420.

fang eines Gesprächs, wenn die Unsicherheit noch relativ groß ist, sollten keine zu langen Pausen entstehen. Im weiteren Verlauf des Gesprächs dagegen können Pausen ausgesprochen wichtig sein, um dem Gegenüber Zeit zum Nachdenken und Entscheiden zu geben. In dieser Phase entwickelt sich parallel zum Sachthema die Beziehung zwischen den Beteiligten: Die Qualität der Kommunikation, die u.a. durch aktives Zuhören und intermittierenden Blickkontakt («Aufmerksamkeitssignale«!) hergestellt und verstärkt wird, trägt entscheidend dazu bei, dass das Gegenüber sich ermutigt fühlt, seine Geschichte zu erzählen. Der Seelsorger / die Seelsorgerin sollte immer darauf aufmerksam sein, um was es dem Gegenüber *eigentlich* geht. Häufig sind Anliegen schambesetzt, werden deshalb nicht direkt, sondern eher andeutend und auf Umwegen vorgetragen; da ist es besonders wichtig, dass die Seelsorge-Person auf die emotionalen Schwingungen achtet und sie benennt. Auch die Rückfrage («Geht es Ihnen darum ...?« »Habe ich das richtig verstanden?« o.ä.) kann wichtig und weiterführend sein. Eine Zusammenfassung oder Zwischenbilanz anzubieten, hilft, das Gespräch zu fokussieren und zu strukturieren.

– In manchen Seelsorgegesprächen kommt es gegen Ende der Begegnung zu einer *Ritualphase*, in der Gebet, Segen, Abendmahlsfeier oder Salbung ihren Platz finden. Eine Ritualphase bewegt sich auf einer anderen kommunikativen Ebene, hat eine andere Dynamik als ein Gespräch. Die Einführung eines Rituals bedarf der wechselseitigen Verständigung zwischen den Beteiligten (z.B.: »Ist es Ihnen recht, wenn ich ein Gebet spreche?«). Sie wird durch einleitende Worte des Seelsorgers / der Seelsorgerin eröffnet und geht dann einher mit spezifischem Verhalten (beim Gebet etwa: Stille, Schließen der Augen etc.).

– Das Gespräch wird beendet durch eine *Schluss- und Verabschiedungsphase*: Meistens gibt es nonverbale Signale, die auf ein gewünschtes Ende des Gesprächs hinweisen (Zeichen von Müdigkeit, verstohlener Blick auf die Uhr, der Eindruck, dass das Thema erschöpft ist und sich zu wiederholen beginnt). Es kann sinnvoll sein, wesentliche Aspekte des Gesprächs zusammenfassend noch einmal zu benennen oder Möglichkeiten der Fortsetzung des Gesprächs bzw. welche Konsequenzen sich daraus ergeben, anzusprechen. Die Verabschiedung wiederum verläuft weitgehend ritualisiert: Abschiedsgruß, vielleicht verbunden mit guten Wünschen oder einem Segenswort, Händedruck, letzter Blickkontakt.

Bei länger andauernden seelsorglichen Begleitungen wird das Thema der *endgültigen* Verabschiedung und Trennung wichtig und sollte explizit bearbeitet werden: Die Gesprächspartner sind über einen längeren Zeitraum hin auf intensive Weise miteinander in

Kontakt gekommen, die Seelsorge-Person ist für den Ratsuchenden wichtig geworden, die Trennung fällt möglicherweise nicht leicht und wird infolgedessen vielleicht vermieden – vor allem, wenn Trennungs- und Abschiedsvermeidung zu den biographischen Mustern eines Menschen gehören.<sup>25</sup>

– *Nachbereitungsphase*. Die Seelsorge-Person lässt das Gespräch noch einmal Revue passieren: Um was ging es? Welchen Eindruck habe ich von der Person und ihrem Anliegen gewonnen? Was lief gut? Was war schwierig? Worauf sollte ich in Zukunft besonders achten? Es kann sinnvoll sein, sich ein paar Notizen zumachen, um bei einer Fortsetzung des Gesprächs oder einer späteren Wiederaufnahme an Vorangegangenes anknüpfen zu können. Ein kurzes Gebet für das Gegenüber und sein Anliegen kann die Nachbereitung abschließen.

### c) *Förderliche Verhaltensweisen im Gespräch*

Eine professionelle Beziehung als tragfähige und vertrauensvolle Kommunikation zu gestalten und dadurch dazu beizutragen, dass Menschen sich gut aufgehoben fühlen und sich mit ihrem Anliegen öffnen können, stellt einen erheblichen Anspruch an die Kompetenz eines Seelsorgers / einer Seelsorgerin dar. Eine grundlegende Sensibilität für emotionale Prozesse und Interaktionen bildet in jedem Fall eine notwendige Voraussetzung für Seelsorge, sie reicht aber oft nicht aus, sondern bedarf der Vertiefung und Differenzierung.

Carl Rogers, der »Erfinder« der personzentrierten Gesprächspsychotherapie, hat auf der Basis seiner langjährigen therapeutischen Erfahrung drei Verhaltensweisen des Therapeuten identifiziert (»Echtheit/Authentizität«, »emotionale Wertschätzung / Annahme« und »Empathie«), die wesentlich dazu beitragen, dass ein Klima, das der Entwicklung der ratsuchenden Person förderlich ist, in der therapeutischen Situation entstehen kann. Ich erweitere im Folgenden diese Verhaltensweisen um zusätzliche Aspekte. Als förderlich für die Entstehung eines vertrauensvollen Gesprächs kann gelten:

1. Eine *grundlegende Freundlichkeit, Offenheit und Neugier* gegenüber anderen Menschen. Es geht darum, dass man fremden Menschen so begegnet, dass die sich eingeladen fühlen, sich auszusprechen und sich zu öffnen. Die Metapher von der »Seelsorge als Gastfreundschaft«<sup>26</sup> gibt dieser Haltung Ausdruck.

25 Mögliche Muster der Trennung und Trennungsvmeidung benennen Morgensthaler, Christoph / Schibler, Gina, Religiös-existentielle Beratung. Eine Einführung, Stuttgart/Berlin 2002, 173.

26 So Zerfaß, Rolf, Menschliche Seelsorge, Freiburg i.Br. 1985, 11ff.

2. Eine *aufmerksame und differenzierte Wahrnehmung* der Gesprächssituation und ihres Kontextes, des Gegenüber und der eigenen Person. Wer nicht wahrnimmt, dass die andere Person traurig wird, oder sich unter Druck gesetzt zu fühlen scheint, kann nicht angemessen reagieren, ist in seinen Möglichkeiten eingeschränkt. Fremdwahrnehmung und Selbstwahrnehmung sind dabei eng verstrickt: Was mir selbst fremd ist oder Angst macht, nehme ich auch bei einem anderen Menschen nicht wahr bzw. ich weiche unbewusst davor aus.

3. Wahrnehmung ist Voraussetzung für *Einfühlen und Verstehen*: Diese Verhaltensweisen richten sich vor allem auf die Emotionen der anderen Person und bei einem selbst. Die das Gespräch begleitenden Emotionen bestimmen die Interaktion. Sie werden häufig nicht explizit benannt, sind aber für die Beteiligten sehr real und wirksam. Deswegen ist es von besonderer Bedeutung, sich in die in einer Gesprächssituation virulenten Gefühle einzufühlen und ihnen nachzuspüren. Es gilt, sich in die Lage des anderen Menschen hineinzusetzen, sich vorübergehend und begrenzt mit ihm zu identifizieren und von daher die Situation aus seiner Sicht nachzuerleben. Dadurch wird eine Vertiefung in der Auseinandersetzung mit dem gerade aktuellen Thema angeregt (Rogers hat das die Verbalisierung emotionaler Erlebnisinhalte genannt).

Beispiel: Eine Patientin im Krankenhaus sagt zur Seelsorgerin: »Der Arzt war eben hier und hat mir gesagt, dass ich noch mal unters Messer muss.«

Wenn die Seelsorgerin nur auf die Inhaltsebene achtet, wird sie fragen: »Warum das denn ...?«, und dann dürfte sich ein an medizinischen Fakten orientiertes Gespräch entwickeln, das mit Seelsorge nicht mehr viel zu tun hat.

Wenn sie dagegen versucht, sich in die Gefühlslage der Frau einzufühlen, könnte sie sagen: »Ich stelle mir vor, dass die Auskunft des Arztes Ihnen Sorgen macht. Ist das so?« Oder auch: »Und was ist Ihr Gefühl auf diese Mitteilung des Arztes hin?«

Der Begriff des *aktiven Zuhörens* ist in diesem Zusammenhang zu nennen. Der Begriff macht deutlich: »Zuhören ist etwas anderes ..., als wenn man etwas auf Band aufnimmt ... Zuhören ist ein schöpferischer Vorgang.«<sup>27</sup> Zuhören bezeichnet ein aktives Suchen nach dem, was in der Äußerung der anderen Person das Zentrale und eigentlich Wichtige ist, was sie wirklich umtreibt, welche Gefühle sie dabei bewegen. Denn das, was einen Menschen wirklich beschäftigt, hat der oft selber nicht gleich präsent, sondern nähert sich seinem Anliegen mal mehr, mal weniger. Deswegen braucht er einen

27 Yalom, Irving, Die Reise mit Paula, München 2000, 227.



anderen Menschen, der sein Thema gewissermaßen heraus-hört und ihn auf dem Weg zu seinem Thema voranbringt. In der Psychoanalyse hat man in diesem Zusammenhang auch von einem Hören mit dem, »dritten Ohr« gesprochen, einem Hören, welches das wahrnimmt, was nur nebenbei gesagt, oder nur mehr gefühlt als ausgesprochen wird, sich vielleicht aber gerade deswegen als besonders wichtig erweist.<sup>28</sup>

Einfühlen und Verstehen enthalten allerdings auch die Gefahr (das wird beim Stichwort »heraus-hören« deutlich), dass es die andere Person vereinnahmt, die Fremdheit und Andersartigkeit von deren Erleben übergeht. Der Seelsorger / die Seelsorgerin stülpt das eigene Verstehen der anderen Person über, übergeht die vorhandene Fremdheit und Differenz. Deswegen ist es wichtig, sich immer wieder fragend zu vergewissern, ob man richtig verstanden hat.

Fragen sind ein selbstverständlicher Teil jedes Gesprächs. Allerdings sollte man sich darüber im Klaren sein, dass Fragen eine starke Steuerungsfunktion haben können; möglicherweise drängen sie das Gegenüber in eine bestimmte Richtung und beschneiden damit dessen Eigenaktivität. Letzteres geschieht vor allem durch informative Fragen oder geschlossene Fragen (die nur mit »ja« oder »nein« beantwortet werden können). Offene Fragen dagegen können anregend wirken und die Selbstexploration des anderen Menschen vorantreiben.

4. *Annahme und Wertschätzung* bezeichnen einen grundsätzlichen Respekt vor dem anderen Menschen. Das Denken und Empfinden des anderen Menschen mag uns merkwürdig und befremdlich vorkommen: Zunächst einmal begegnet Seelsorge diesem Menschen mit der notwendigen Achtung vor seiner Würde als Mensch, vor seiner Einzigartigkeit, vor seiner Freiheit. Der Seelsorger / die Seelsorgerin bewerten die andere Person und ihr Verhalten nicht als gut oder schlecht, als erwünscht oder unerwünscht, als vertretbar oder nicht vertretbar. Sie versuchen, die Person anzunehmen, sie gelten zu lassen, die besondere Art ihres Soseins wertzuschätzen. Es gibt eine Fülle von Gründen, warum jemand so und nicht anders lebt und auftritt – und erst wenn die Seelsorge dies respektiert, bekommt sie Zugang zu dem Menschen. Wenn der im Gegenteil spürt, dass er den Maßstäben des Seelsorgers nicht genügt, sondern heimlich beurteilt und abgewertet wird, wird er sich nicht öffnen.

Annahme und Wertschätzung schließen das (begrenzte) Mit-Aushalten ein: Seelsorge kann häufig nichts »machen«, nicht aktiv ein-

28 Vgl. Reik, Theodor, Hören mit dem dritten Ohr. Die innere Erfahrung eines Psychoanalytikers, Zürich 1979, 165ff.

greifen, nichts verändern. Ihre Wirksamkeit besteht paradoxerweise häufig darin, dass sie die Ohnmacht eines Menschen mit auszuhalten versucht und darin ein Erleben von Solidarität und Nicht-allein-gelassen-Werden ermöglicht.

Annahme und Wertschätzung durch die Seelsorgeperson kann man auch verstehen als fragmenthaftes Abbild der Annahme, der Rechtfertigung des sündigen, schuldigen und leidenden Menschen durch Gott. Rechtfertigung wird hier nicht verkündigt, sondern erfahrbar.

5. *Echtheit/Authentizität*: Eine Beziehung ist umso hilfreicher, »je ehrlicher ich mich verhalten kann«<sup>29</sup>. Der Seelsorger / die Seelsorgerin legt die sonst übliche professionelle oder gesellschaftlich erwünschte Fassade wenigstens teilweise ab, akzeptiert die eigene authentische Realität und begegnet damit der ratsuchenden Person. Für den Aufbau einer tragfähigen Beziehung ist dieses Moment der Echtheit von großer Bedeutung, auch wenn klar sein muss, dass sie natürlich nur selektiv praktiziert werden kann.

6. *Hoffnungsvolles und ressourcenorientiertes Verhalten / Möglichkeitssinn*: Oft sind Menschen in der Seelsorge niedergeschlagen und mutlos, sie wissen nicht, wie es für sie weiter geht, sie fühlen sich in der Situation und in sich selbst gefangen. Seelsorge bewegt sich hier auf dem schmalen Grat, einerseits die Menschen in ihrer Befindlichkeit annehmen zu wollen, sich andererseits aber nicht in die Hoffnungslosigkeit verstricken zu lassen und darin mit unterzugehen. Seelsorge sieht den anderen Menschen, symbolisch gesprochen, mit den Augen Gottes, im Licht einer Hoffnung auf die noch unabgeholten Möglichkeiten Gottes (vgl. Ps 8, 5f.).<sup>30</sup> Robert Musil hat in diesem Zusammenhang von dem Möglichkeits-sinn gesprochen.

So gesehen gibt es in der Seelsorge keine hoffnungslosen Fälle. Dieser Satz ist natürlich eine theologische Aussage: Es gibt keine hoffnungslosen Fälle, weil der christliche Glaube darauf vertraut, dass Gott niemanden aufgibt – wengleich auch der christliche Glaube sehr wohl eine Gerichtsperspektive kennt (vgl. Mt 25; Joh 5,29 u.ö.). Wer für die Psychotherapie »austherapiert« erscheint, sollte gerne seelsorgliche Begleitung erfahren dürfen. Seelsorge muss Menschen nicht verändern, keine bestimmten Ziele erreichen – und kann trotzdem für sie und mit ihnen hoffen, dass Leben sich in seiner Begrenzung erfüllt und in der Zuwendung von Anderen sinnvoll wird.

29 Rogers, *Entwicklung der Persönlichkeit*, 47.

30 Vgl. Schmitt-Pridik, Ursula, *Hoffnungsvolles Altern. Gerontologische Bielauslegung*, Neukirchen-Vluyn 2003, 215ff.

Dazu gehört, auf die Ressourcen des Gegenüber zu achten, sie herauszulocken, sie zu verstärken:<sup>31</sup> In Situationen von Niedergeschlagenheit und Mutlosigkeit geht der Blick auf die eigenen Fähigkeiten leicht verloren. Menschen haben individuelle, familiäre, soziale und religiöse Ressourcen; Seelsorge kann einen Beitrag leisten zu einem Netzwerk an Verständnis, Respekt, Fürsorge und gegenseitiger Verpflichtung, das die Problemlösungs- und Bewältigungskapazitäten der Betroffenen unterstützt und stärkt.

7. *Die Fähigkeit, Distanz zu halten.* Seelsorge wird vorwiegend mit Metaphern der Nähe (Freundlichkeit, Wertschätzung, Annahme etc.) beschrieben. Dabei gerät leicht in Vergessenheit, wie sehr Distanz eine grundlegende Voraussetzung ist, und zwar in einem doppelten Sinn: Zum einen ist es unabdingbar, dass die Begegnung auf einer professionell-distanzierten Ebene bleibt, private Belange und Bedürfnisse also nicht ausagiert werden. Zum anderen bedarf es innerer Distanz zu dem, was das Gegenüber erzählt und beschäftigt: Man muss in der Seelsorge fähig sein, sich einerseits vorübergehend und begrenzt mit dem Gegenüber, seinen Gedanken und Gefühlen zu identifizieren, andererseits den anderen Menschen, seine Situation und die Seelsorgebeziehung selbst auch von außen zu betrachten, um realitätsbezogen zu bleiben und nicht im Sog der Emotionalität des Anderen mit unterzugehen. Diese Fähigkeit des Hin-und-her-wechseln-Könnens zwischen Identifikation und distanzierter Beobachtung ist besonders wichtig für hilfreiche Begegnungen.

8. *Fähigkeit zur Konfrontation.* Konfrontation bedeutet nicht in erster Linie Streit und Auseinandersetzung, sondern die Bereitschaft und Kraft, für die ratsuchende Person ein wirkliches Gegenüber zu sein.<sup>32</sup> Wer Distanz halten kann, sieht Verhaltensweisen beim Gegenüber, die dieser selber nicht wahrnimmt. Daraus erwächst die Möglichkeit, Fragen zu stellen oder Beobachtungen mitzuteilen, die für den anderen Menschen einen Anstoß bedeuten, die im ersten Moment vielleicht irritieren und verunsichern können, aber gerade dadurch einen Prozess des Nachdenkens und der möglichen Umorientierung einleiten. Konfrontation muss in eine tragfähige Beziehung eingebettet sein, d.h. die ratsuchende Person muss sich darauf verlassen können, dass der Seelsorger / die Seelsorgerin aus einer Haltung der Annahme und Wertschätzung heraus einen solchen Impuls gibt. Grundsätzlich gilt für die Seelsorge-Person: Wer andere zum Leben anstoßen will, muss auch innerlich

31 Systemische Therapie und Seelsorge praktizieren einen ressourcen- und lösungsorientierten Ansatz; vgl. Morgenthaler, Christoph, Systemische Seelsorge, Stuttgart/Berlin 1999, 215ff.

32 Vgl. Morgenthaler/Schibler, Religiös-existentielle Beratung, 86ff.

bereit sein, anstößig zu wirken. Wer meint, sich bei anderen beliebt machen zu müssen, wird kaum hilfreich sein können.

d) *Schweigen im seelsorglichen Gespräch*

Seelsorge wird vorrangig mit Gespräch, mit Sprechen in Verbindung gebracht; Schweigen stellt einen wichtigen Aspekt jedes Gesprächs dar, das wird häufig übersehen. Ellen Stubbe hat zu Recht angemerkt, dass in der Seelsorge (und man könnte hinzufügen, in der Kirche überhaupt, gerade auch im Gottesdienst!) das Schweigen weitgehend verlernt worden ist.<sup>33</sup>

Aus der Weite des Themas nenne ich für den vorliegenden Zusammenhang zwei besonders bedeutungsvolle Aspekte des Schweigens:

- In der Religionsgeschichte hat Schweigen auf verschiedene Weise eine große Bedeutung: Gegenüber einem redenden, sich im Wort offenbarenden Gott erscheint Verstummen und Schweigen als eine besonders intensive Art des Hörens und Empfangens. Die Majestät Gottes wird im Schweigen geehrt (Gerhard Tersteegen: »alles in uns schweige ...«, EG 165). Schweigen bringt tiefes Ergriffensein und damit eine angemessene Reaktion auf eine Gottesbegegnung zum Ausdruck. Im schweigenden Sich-Versenken, in der Meditation, nähert man sich dem Grund des Seins, überwindet ansatzweise die Subjekt-Objekt-Spaltung. Beten ist Schweigen.<sup>34</sup> Hier berühren sich christliche Mystik und östliche Religionen: Im Buddhismus gehört das Schweigen zum Göttlichen, Buddha schweigt – und der schweigend-meditierenden Person eröffnet sich Zugang zum Göttlichen.

- Psychotherapie und Seelsorge rechnen mit Schweigen als bedeutungsvollem Bestandteil jeder Kommunikation. In der professionell-therapeutischen Kommunikation muss Schweigen methodisch reflektiert und verantwortet werden. Dazu ist zu unterscheiden zwischen einem Schweigen des/der Ratsuchenden und des Seelsorgers / der Seelsorgerin.

Auf Seiten der ratsuchenden Person kann Schweigen Mehreres bedeuten:

- Die Person ist *peinlich berührt*, schämt sich, Hilfe in Anspruch nehmen zu müssen, weiß nicht, wie sie einen Anfang machen und ihr Anliegen zum Ausdruck bringen soll. Ein solches schambesetz-

33 Zum Folgenden vgl. Stubbe, Ellen, *Jenseits der Worte. Gebet, Schweigen und Besuch in der Seelsorge*, Zürich 2001, 10f. Dieser Befund gilt übrigens auch für die Psychotherapie, vgl. z.B. Stumm, Gerhard / Pritz, Alfred, *Wörterbuch der Psychotherapie*, Wien 2000, die nur das Stichwort »Schweigepflicht« aufführen.

34 Vgl. Sören Kiekegaard: »Beten heißt nicht, sich selbst reden hören, beten heißt, still werden und still sein und warten, bis der Betende Gott hört.« (zitiert nach: Loccumer Brevier, München <sup>3</sup>1993, 52).

tes Schweigen sollte man nicht durch eigenes Schweigen noch vergrößern, sondern es taktvoll zu reduzieren suchen.

– Schweigen als *Ausdruck von Widerstand*: Die ratsuchende Person hat Angst, ihr Anliegen zur Sprache zu bringen, weil sie fürchtet, dadurch in ein schlechtes Licht zu geraten und die Beziehung zu belasten. Ein solches Schweigen kann manchmal durch paradoxe Interventionen oder Metakommunikation durchbrochen werden («Was würden Sie jetzt gerne sagen ...?»; «Was befürchten Sie, wenn Sie das aussprechen, was Sie im Moment beschäftigt ...?«). Wenn das nicht möglich ist, ist es zu respektieren. Vielleicht ist die Beziehung noch nicht tragfähig genug, um ein bestimmtes schambesetztes Thema anzusprechen.

– Schweigen als *Ausdruck inneren Engagements*, der Aufmerksamkeit nach innen: Jemand überlegt, wägt ab, spürt in sich hinein, versucht, sich zu erinnern, stellt Verbindungen her, um genauer wahrzunehmen und zu verstehen. Ein solches Schweigen ist unbedingt zu respektieren.

– Schweigen als *Würdigung eines besonderen Augenblicks*: Ein Konfliktknoten ist geplatzt, eine Einsicht hat sich eingestellt, ein tiefes Gefühl ist zum Ausdruck gekommen. Das anschließende Schweigen gibt diesem Erleben Raum, lässt es nachklingen, würdigt seine Bedeutung. Jetzt gleich weiter zu reden hieße, das Gewicht dieses besonderen Augenblicks zu zerreden.<sup>35</sup>

– Schweigen als *Zeichen von Solidarität* gegenüber dem Unabänderlichen: Es ist alles gesagt, es gibt keine »Lösung«, sondern nur die Annahme des Unabänderlichen – z.B. bei sterbenden oder trauernden oder depressiven Menschen. Da tut es gut, wenn ein anderer Mensch noch dableibt und in Solidarität eine Zeit lang mit aushält. Eine entsprechende Ankündigung (etwa »Ich möchte noch eine Weile bei Ihnen bleiben ...«) erweist sich als hilfreich.

Es gehört zur Kompetenz des Seelsorgers, der Seelsorgerin, abzuschätzen, mit welcher Art von Schweigen man es bei dem jeweiligen Gegenüber zu tun hat. Die Seelsorgeperson sollte insgesamt eher zurückhaltend sein und mit eigenem Schweigen einen Raum für das Gegenüber eröffnen, in dem dieser selber aktiv werden und sich auf die Suche nach Verstehenszusammenhängen machen kann. Seelsorge auszuüben setzt also die Fähigkeit voraus, Schweigen zu können, Schweigen mit auszuhalten. Wer es für sich selbst nicht kann, wird es kaum anderen ermöglichen können.

»Wer schweigen lernt, wird andere Menschen innerlich anrühren«, soll Mutter Theresa gesagt haben.<sup>36</sup> Hier berühren sich religiöse

35 Ein Beispiel dazu bei Stubbe, *Jenseits der Worte*, 60ff.

36 Zitiert nach Stubbe, *ebd.*, 64.

und therapeutisch-seelsorgliche Dimension: Vertiefte Selbsterfahrung kann zur Gotteserfahrung werden, Gotteserfahrung gewinnt Gestalt als neue und veränderte Art von Selbsterfahrung.

#### IV. Schluss

Seelsorgliche Kommunikation stellt ein hoch komplexes Beziehungsgeschehen dar; die beschriebenen pastoralpsychologischen Perspektiven verfolgen die Absicht, einen Ausschnitt dieses Geschehens genauer zu beschreiben und methodisch besser handhabbar zu machen. Methodisches Können ist notwendig, aber Seelsorge erschöpft sich nicht in methodischem Können: Seelsorge rechnet, wie alle Kommunikation des Evangeliums, mit der unverfügbaren Gegenwart des Geistes. Deshalb gilt auch für die Seelsorge jene nicht auflösbare Dialektik, die Ernst Lange sinngemäß für das Predigen in Anschlag gebracht hat: Wir müssen uns methodisch so gut auf die Seelsorge vorbereiten, als ob es Gott und den Heiligen Geist nicht gäbe, als ob alles an unserer Kompetenz hänge; und zugleich müssen wir darauf vertrauen, dass unsere Fähigkeiten nichts bedeuten und alle heilsamen Wirkungen auf den Geist Gottes zurückzuführen sind.

#### Literatur

- Burkart, Roland, Kommunikationswissenschaft, Wien/Köln <sup>3</sup>1998  
 Delhees, Karl H., Soziale Kommunikation, Opladen <sup>2</sup>2002  
 Grawe, Klaus / Donati, Ruth / Bernauer, Friederike, Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession, Göttingen/Bern <sup>3</sup>1994  
 Günther, Ralf, Seelsorge auf der Schwelle. Eine linguistische Untersuchung von Seelsorgegesprächen im Gefängnis, Göttingen 2005  
 Hick, Christian (Hg.), Klinische Ethik, Heidelberg 2007  
 Klessmann, Michael, Pastoralpsychologie. Ein Lehrbuch, Neukirchen-Vluyn <sup>3</sup>2006  
 Klessmann, Michael, Seelsorge. Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens, Neukirchen-Vluyn 2008  
 Koschorke, Martin, Beratung armer Familien. Kleine Texte aus dem Institut für Familienberatung, Nr. 48, Berlin 2006.  
 Kretzschek, Dagmar / Neuendorff, Frank, Was willst du, dass ich dir tue? Über die Notwendigkeit der Arbeit mit inhaltlichen Kontrakten in der Klinikseelsorge, WzM 56 (2004)  
 Maletzke, Gerhard, Kommunikationswissenschaft im Überblick, Opladen/Wiesbaden 1998  
 Moeller, Michael Lukas, Die Wahrheit beginnt zu zweit. Das Paar im Gespräch, Hamburg 1997

- Morgenthaler, Christoph, *Systemische Seelsorge*, Stuttgart/Berlin 1999
- Morgenthaler, Christoph / Schibler, Gina, *Religiös-existentielle Beratung. Eine Einführung*, Stuttgart/Berlin 2002
- Naurath, Elisabeth, *Seelsorge als Leibsorge. Perspektiven einer leiborientierten Krankenhauseelsorge*, Stuttgart / Berlin 2000
- Reik, Theodor, *Hören mit dem dritten Ohr. Die innere Erfahrung eines Psychoanalytikers*, Zürich 1979
- Rogers, Carl R., *Entwicklung der Persönlichkeit*, Stuttgart 1973
- Schmitt-Pridik, Ursula, *Hoffnungsvolles Altern. Gerontologische Bibelauslegung*, Neukirchen-Vluyn 2003
- Schulz von Thun, Friedemann, *Miteinander reden, Bd. 2: Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung*, Reinbek 1989
- Spangler, Gottfried / Zimmermann, Peter (Hg.), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung*, Stuttgart <sup>3</sup>1999.
- Stubbe, Ellen, *Jenseits der Worte. Gebet, Schweigen und Besuch in der Seelsorge*, Zürich 2001
- Stumm, Gerhard / Pritz, Alfred, *Wörterbuch der Psychotherapie*, Wien 2000
- Watzlawick, Paul / Beavin, Janet H. / Jackson, Don D., *Menschliche Kommunikation*, Bern/Stuttgart <sup>3</sup>1972
- Yalom, Irving, *Die Reise mit Paula*, München 2000
- Zerfaß, Rolf, *Menschliche Seelsorge*, Freiburg i.Br. 1985
- Ziemer, Jürgen, *Fremdheit überwinden. Sprache und Verständigung im seelsorgerlichen Gespräch*, PTh 1989, 184–195
- Ziemer, Jürgen, *Psychologische Grundlagen der Seelsorge*, in: Engemann, Wilfried (Hg.), *Handbuch der Seelsorge. Grundlagen und Profile*, Leipzig 2007
- Ziemer, Jürgen, *Seelsorgelehre*, Göttingen <sup>2</sup>2000
- Zur Praxis der Unterschichtberatung, *Wege zum Menschen*, H. 8/9, Aug./Sept. (27), 1975