

Wolfgang Winter

Wiederkehr des Schuldprinzips? Pastoralpsychologische Perspektiven

Vortrag auf der Nordelbischen Tagung ehrenamtlicher Seelsorgerinnen und Seelsorger
am 15.9.2012 in Sankelmark

Sehr verehrte Kolleginnen und Kollegen,
ich freue mich, dass ich heute hier sein kann und hoffentlich etwas beitragen kann zu Ihrem Thema. Ich spreche aus meiner Erfahrung als Leiter einer psychologischen Beratungsstelle in kirchlicher Trägerschaft und aus meiner Arbeit mit „Kriegskindern“ des 2. Weltkriegs.

Ich beginne mit einer Begegnung, die mich nachdenklich gemacht hat:

Frau A. kommt zu mir zur Supervision. Sie ist vom Gericht bestellte Betreuerin eines alkoholkranken und geistig behinderten älteren Mannes. Die Betreuung sei unproblematisch gewesen, bis eine Mitarbeiterin des Wohnheims des Mannes sich eingemischt habe. Sie, die Betreuerin, verwalte das Vermögen des Mannes und habe einen auskömmlichen, aber auch sparsamen Ausgabenplan mit ihm und der Sparkasse vereinbart. Der werde nun plötzlich von dem Betreuten und dieser Mitarbeiterin in Frage gestellt. Neulich habe er sogar zu der Mitarbeiterin gesagt, er wolle in Zukunft lieber von ihr betreut werden. Sie habe ihn darauf hin zur Rede gestellt und da habe er alles abgestritten. „Natürlich wolle er bei ihr bleiben.“ Sie sei aber trotzdem beunruhigt, schlafe schlecht und müsse viel grübeln. Der alte Schwung in der Arbeit sei ihr verloren gegangen.

Im weiteren Verlauf der Gespräche stellte sich heraus, dass sie sich weit über ihre berufliche Rolle hinaus in ihrer Gesamtperson angegriffen und abgewertet fühlt. Sie berichtet von schlimmen Bildern, die sie quälen: dass sie in den Augen des Familienrichters nicht genüge, dass da ein Makel sei, weil sie eben keine akademische Ausbildung vorweisen könne (sie ist gelernte Landwirtin und hat, um nicht ganz an den Hof und an das Zuhause gebunden zu sein, einige Fortbildungen besucht und ist in die Liste der Betreuer vor einigen Jahren aufgenommen worden), und dass man sie nur dulde etc.

Kurz: ihr Selbstwertgefühl war stark beeinträchtigt und Reflexionen über ihr berufliches Verhalten in diesem Fall waren ihr nicht möglich – etwa so: wie ist das zwiespältige Verhalten des Mannes näher zu verstehen? Welchen Anteil hat sie selbst daran? Sind beide in ein bestimmtes Beziehungsmuster verstrickt, bei dem sie ihm vielleicht auch etwas schuldig geblieben ist? Statt dessen lag der Focus der Aufmerksamkeit zunächst auf ihr.

Zuerst also Bearbeitung eines Selbstwertproblems, danach Bearbeitung des beruflichen Handelns, das auch immer eine ethische Dimension hat und damit nach möglicher Schuld fragen lässt.

I Zur Unterscheidung von Selbstwertzweifeln und Schulterleben

Die Verlagerung des emotionalen Schwerpunkterlebens vom Schulterleben zum Selbstwerterleben, vom Tun (was habe ich getan?) zum Sein (was bin ich wert?) scheint eine gesamtgesellschaftliche Entwicklung zu sein. Vor gut 30 Jahren erschien ein Buch des

amerikanischen Historikers *Christopher Lasch* mit dem Titel: *Das Zeitalter des Narzissmus*.. Hier wird beschrieben, wie im Amerika der 70iger Jahre das Vertrauen vieler Amerikaner in eine gesicherte ökonomische und soziale Zukunft zerbröckelt. Hintergrund dafür sind der verlorene Vietnamkrieg, die hohe Arbeitslosigkeit und der sozial nicht mehr verantwortliche shareholder-Kapitalismus. Bei Vielen tritt nun an die Stelle eines selbstverständlichen Pflichtgefühls (ich bin nicht nur für mich da, sondern auch für andere) die Sorge um sich selbst (wie schaffe ich es, mir mein Ansehen bei anderen und meinen sozialen Status zu erhalten?). Zentrale Angst ist nicht mehr, anderen etwas schuldig zu bleiben, sondern die Angst um sich selbst: vor Entwertung, Ausgeschlossenheit und sozialem Abstieg. Diese Analyse ist m. E. noch heute gültig und inzwischen auch für Deutschland bestätigt (*Ulrich Beck*, Risikogesellschaft). Der Kasseler Soziologe *Heinz Bude* hat kürzlich eine „Statuspanik“ in der Mittelschicht konstatiert, die trotz Ressourcen wie Vermögensrücklagen, Vernetzung in Familien und Freundeskreisen, Bildungstiteln das Vertrauen in eine akzeptable Zukunft verliert.

Auf der individuellen Ebene hat die Psychoanalyse die „narzißtische Persönlichkeit“ (*Heinz Kohut*) beschrieben. Damit sind Menschen gemeint, die früh erlebt haben, dass sie nicht wichtig genommen wurden. Um der basalen Verletzung des Nicht-wichtig-genommen-Werdens zu entgehen, ziehen sie sich in die Phantasie eigener Größe und Autarkie zurück, wozu auch gehört, dass alle Personen ihrer Umgebung als Wesen mit eigenem Wert nicht wichtig sind. Sie werden nur als Funktion benötigt, nämlich narzisstische Zufuhr in Gestalt von Lob und Bewunderung zu liefern. Im Gespräch mit ihnen fühlen wir uns meist unwohl, weil wir uns in die Rolle von Statisten bei dem Auftritt eines Hauptdarstellers versetzt fühlen. Menschen, die sich narzisstisch verhalten, sei es situativ bedingt, sei es charakterlich bedingt, haben es schwer, akzeptiert zu werden. Sie gelten als Egoisten. Die dahinter liegende Not wird ja kaum sichtbar.

Eine moralisierende Beurteilung des narzisstischen, um den eigenen Selbstwert sich sorgenden Menschen liegt also nahe. Sie findet sich auch in kulturkritischen Schriften wie etwa dem „Lob der Disziplin“ von *Bernhard Bueb* (2006, viele Auflagen). Hier ist im Gestus des „Wir müssen wieder zurück zu den alten Tugenden“ viel die Rede von der „natürlichen“ Macht der Autorität, von Ordnung, Disziplin, Gehorsam und Strafe für Ungehorsam. Auffällig ist, dass auf die erziehenden Autoritäten selbst keine Reflexion verschwendet wird: Wie gehen sie selbst mit ihren narzisstischen Wünschen nach Bewunderung um? Wie mit ihren sexuellen Wünschen? Wie mit ihren Wünschen nach Beherrschung anderer durch Machtausübung? M.a.W.: Die Beziehung zwischen Lehrer und Schüler wird auf ein schlichtes Verhältnis von Autorität und Gehorsam reduziert. Kritische Reflexion unerwünscht.

Gegenwärtig sind Viele fasziniert von solchen Rezepten. In ihnen kehrt das alte *Schuldprinzip* als zentrales Deutungsmuster für die menschliche Lebensführung wieder: Alle Äußerungen von Eigen-Sinn, von Autonomiestreben und Selbstentfaltungswünschen stehen hier unter dem Verdacht, das Leben der Gemeinschaft zu stören, ja zu zerstören. Die Älteren unter uns fühlen sich vielleicht erinnert an die auch in den christlichen Kirchen der Nachkriegszeit verbreitete Abwehr gegen alles Sich-mit-sich-selbst-Beschäftigen. Theologisch gesehen grenzte das an Sünde – die psychologische Erkundung des eigenen Inneren ohnehin. (Wir 68iger stürzten uns nicht ohne Grund dann auf Psychologie und Psychoanalyse. Da war ein riesiger Nachholbedarf.)

Wohin eine christlich verbrämte Schuldkultur führen kann, nämlich zu Machtmissbrauch, Grenzverletzungen und Demütigungen und stiller Wut, das zeigt der vielbeachtete Film von Michael Haneke, *Das weiße Band* - eine ergreifende Geschichte aus einem deutschen Dorf kurz vor dem ersten Weltkrieg.

Die biblische Überlieferung vermittelt ein anderes Bild der Autorität: nicht das finstere Gesicht des kontrollierenden Despoten-Vaters, sondern das freundliche Antlitz des zugewandten Gottes. Martin Luther hat bewusst in seiner Reform der katholischen Messliturgie am Ende des Gottesdienstes den aaronitischen Segen eingeführt: „Der Herr segne dich und behüte dich. Der Herr lasse *leuchten sein Angesicht* über dir und sei dir gnädig. Der Herr erhebe sein Angesicht auf dich und gebe dir Frieden.“ Der Psychoanalytiker *Erik H. Erikson* hat in seinem Buch „Der junge Mann Luther“ (1970, 130f.) auf die Parallele dieses Segens mit dem freundlich-zugewandten Lächeln der Mutter über dem Kind aufmerksam gemacht. Wir kennen wohl alle diese Szene: Mutter oder Vater beugen sich freundlich über das kleine Kind – und das Kind wird lebendig, gerät beim Wickeln sogar in einen Bewegungssturm hinein. Wie der Blick der Mutter oder des mütterlichen Vaters leistet das Segensritual der Religion ein ähnlich Zweifaches: es versichert uns einer tragenden Verbundenheit mit einer guten Macht - und würdigt uns zugleich als herausgehobene Einzelwesen, die „Ich“ sagen dürfen und sich als Individuen entfalten dürfen.

Auch in der Seelsorge steht nach meiner Überzeugung am Anfang die Etablierung eines fassungskräftigen und tragfähigen (Gesprächs-)Raumes, in dem Menschen alles unterbringen und artikulieren können, was sie umtreibt und beschwert, alles Gute und alles Schlimme, alle Selbstzweifel und alle Schuld - ohne den Hauch einer Verurteilung. Vor allem näheren Befassen mit dem Tun eines Menschen geht es also um das Anerkennen und Wichtig-Nehmen eines Menschen. Kurz: Vor dem Tun geht es um das Sein. Wieder Luther: Vor dem Werk geht es um die Person.

Vielleicht war Frau A. zu einem Pfarrer in die Supervision gekommen, um ihrer selbst wieder gewiss zu werden vor aller Beschäftigung mit beruflicher Praxis?

Nach dieser grundlegenden Differenzierung im Blick auf das Thema Schuld in der Seelsorge möchte ich im Folgenden weitere Differenzierungen im Blick auf Schuld, Schuld erleben und Umgang mit Schuld vorschlagen, um in der seelsorgerlichen Begegnung dem betroffenen Menschen möglichst weitgehend gerecht zu werden.

II Schuld erleben

1. Schuld und Schuldgefühle

Was ist *Schuld*? Schuld ist Schädigung eines anderen Menschen in böser Absicht. Es gibt auch Schädigung eines anderen ohne böse Absicht. Dann handelt es sich um Verursachung. Im Verhältnis von Eltern zu ihren Kindern sind beispielsweise Schädigungen unvermeidlich. Aber nicht alle sind schuldhaft. Eine perfekte Elternschaft gibt es nicht. Wer etwa Beruf und Familienarbeit zu bewältigen hat, schädigt meistens auch ungewollt die Kinder. Der englische Psychoanalytiker *Donald W. Winnicott* meinte, eine „good enough mother“ sei völlig ausreichend für ein förderliches Miteinander.

Schuldgefühle sind etwas Subjektives. Sie betreffen die innere Welt eines Menschen. Was jemand in seiner inneren Welt als eigenes schuldhaftes Verhalten erlebt, stellt sich in der äußeren Welt manchmal ganz anders dar.

Ein Mann beklagte sich im Beratungsgespräch über seinen Freund. Wenn er mit ihm zusammen sei, spiele sich immer wieder das Gleiche ab: der Freund rede viel und rede lang. Er höre dann zu, aber das werde bald unbehaglich. Er wolle ja auch sprechen.

Aber immer, wenn der Impuls in ihm auftauche, Stop! zu sagen - jetzt rede ich, melde sich eine innere Stimme, die ihm sage: das tut man nicht, jemanden zu unterbrechen! Bei näherem Hinhören stellte sich heraus, dass er ein aktives Sich-Einmischen in ein Gespräch gleichsetzte mit einem verletzenden Beiseitedrängen des Freundes. Diese Unterscheidung im Bereich der Aggression – nämlich ein aktives Herangehen im Sinne von ad-gredi im Gegensatz zu einem aggressiven Verletzen half ihm weiter. Er war dann erstaunt und erleichtert, als sein Freund ihm bestätigte: Wenn Du aktiver im Gespräch bist, empfinde ich das gar nicht als störend, sondern eher als Belebung.

Schuldgefühl, im Gegensatz zu Schuld, ist ein inadäquates, unrealistisches Gefühl von Schuld. Das Bewusstsein realer Schuld kann man auch als Schuldbewusstsein bezeichnen.

2. Schuldgefühle, Werte und Persönlichkeitsstrukturen

Unsere innere Welten sind verschieden. Was den einen als Schuldgefühl beschwert, hat für den anderen mit Schuld nichts zu tun. Schuld empfindet er möglicherweise in einem ganz anderen Zusammenhang. Dies unterschiedliche Empfinden hängt mit unterschiedlichen tragenden Überzeugungen und Werten zusammen.

Bei einem Paar kam es öfter zu Streitigkeiten über das von beiden für äußerst wichtig gehaltene gegenseitige Vertrauen. Die Frau verstand darunter eine rückhaltlose Offenheit. Der Mann verband damit eine bestimmte Fürsorglichkeit, in der auch etwas verschwiegen werden konnte, um den anderen zu schonen. Ich komme später auf diesen Fall zurück.

Schuldgefühle haben etwas mit der Persönlichkeit und deren Struktur zu tun. So kann jemand sich schuldig fühlen, wenn er gegen die für ihn tragenden Werte Verbundenheit und Harmonie verstößt. Er fühlt sich dann schnell als Störenfried, wenn er Eigenes geltend macht. Jemand kann aber auch Pflichtbewusstsein und Prinzipientreue besonders wichtig finden und sich dann schuldig fühlen, wenn er sich zu „weich“ oder zu inkonsequent verhält.

Manchmal wird bei Paaren ausführlich darüber gestritten, ob man einem Bettler in der Fußgängerzone spontan etwas geben sollte oder gerade nicht – jeweils aus „guten Gründen“.

3. Schuldgefühle und Lebensgeschichten

Wenn wir Menschen näher verstehen wollen, die sich mit Schuldgefühlen abmühen, liegt es nahe, über das Gesagte hinaus sich für ihre prägenden Erfahrungen zu interessieren. Wie hängen Schuldgefühle und (frühe) lebensgeschichtliche Erfahrungen zusammen? Hier kann die Psychoanalyse weiterhelfen.

Für *Sigmund Freud* ist das Schuldgefühl der Preis, den die Menschheit zahlen muss, wenn sie von der Triebgebundenheit zur Kultur fortschreiten will. In einer späten kulturtheoretischen Schrift (*Das Unbehagen in der Kultur*, 1930) schreibt er: An die Stelle der sofortigen Triebbefriedigung habe der Triebverzicht zu treten, um soziales Zusammenleben zu ermöglichen. Ursprünglich erzwingt den Triebverzicht die Macht der Eltern, die mit Liebesentzug drohen. Diese äußere Autorität wandert später ins Innere des Kindes und wird dort zu einer seelischen Struktur: dem *Gewissen (ÜberIch)*. Schuldgefühl meint dann: sich vor dieser inneren Instanz schuldig fühlen. Das tut man nicht! spricht das Gewissen in unserem Innern. Es ist sozusagen alles in einem: Gesetzgeber, überwachender Polizist, Ankläger und Richter – eine wahrlich mächtige Instanz.

Der Preis also für Kultur ist das Schuldgefühl. Wer Schuld nicht empfinden kann, ist für Kultur noch nicht reif, nimmt noch nicht teil an der Lebensaufgabe des erwachsenen Menschen: dem ständigen Kampf zwischen Natur und Kultur, in der eigenen Person und im sozialen Leben - eine tief skeptische Sicht auf das menschliche Leben.

Ich kann jetzt die verschlungenen Wege der psychoanalytischen Erforschung des Schuldgefühls nicht im Einzelnen nachzeichnen. Aber auf zwei differenzierende Beiträge möchte ich noch aufmerksam machen.

Ging es bei Freud schwerpunktmäßig um einen bewusst vollzogenen Triebverzicht im Dienste eines möglichst gewaltfreien Miteinanders, so geht es in der weiteren Geschichte der psychoanalytischen Forschung – hier ist vor allem *Donald W. Winnicott* zu nennen - um den aktiven Beitrag schon des kleinen Kindes zur Regulation der Mutter-Kindbeziehung einschließlich deren Konflikte. Die Fähigkeit, Schuldgefühle zu erleben, ist hier in engem Zusammenhang mit der *Gelegenheit zur Wiedergutmachung* gesehen. Eltern ist es ja vertraut, wie entlastend es für Kinder sein kann, wenn sie Gelegenheit bekommen, einen Schaden wieder gut zu machen, z.B. die Scherben des zerbrochenen Glases selber vom Boden aufzukehren, statt ohnmächtig-passiv eine Strafrede über sich ergehen lassen zu müssen. Das Erleichterungserleben tritt allerdings nur ein, wenn Vater und Mutter diese Wiedergutmachungsgeste auch annehmen, d.h. dass das Wohlwollen den Ärger überwiegt. Kinder fühlen sich dann zunehmend fähig, mit schuldhaftem Verhalten aktiv umzugehen und zunehmend dafür selbst Verantwortung zu übernehmen.

Diese beziehungsorientierte Sichtweise von Schuld und Schuldgefühlen hat, so scheint es mir, dazu beigetragen, dass zwischenmenschliche Konflikte in Partnerschaft, Familie, Schule, Beruf heute von Vielen als „normal“, als dazugehörig angesehen werden (nicht mehr als Katastrophen, die es auf jeden Fall zu vermeiden gilt), eben weil sie darauf setzen, dass sie Konflikte auch durch ihren eigenen aktiven Beitrag lösen helfen können. Wir sollten miteinander sprechen, heißt es dann.

Schuldgefühle entstehen nicht nur beim Zusammenstoß gegensätzlicher Impulse und Wünsche zwischen Kindern und Eltern. Sie können auch „von außen“ in die menschliche Innenwelt eindringen. Es macht sich dann ein fremdes Schuldgefühl im eigenen Innern bemerkbar.

Das nähere Verständnis dieses *entlehnten Schuldgefühls* (S. Freud) erfordert eine erweiterte Sichtweise: die familiendynamische Perspektive und die Trauma-orientierte Perspektive. Ich kann sie jeweils nur kurz andeuten.

In der beziehungsorientierten Linie von Winnicott steht auch der Heidelberger Familientherapeut *Helm Stierlin* und sein Konzept der *Delegation*. An der Entwicklung von Jugendlichen zeigt er, dass delegierte Jugendliche einerseits ermutigt werden, sich aus dem elterlichen Feld herauszubewegen, andererseits gleichzeitig an der „langen Leine“ gehalten werden. Beide Bedeutungen sind in dem Wort „delegare“ enthalten.

In einer Übung mit Theologiestudierenden habe ich einmal gefragt: Wer war bei Euch zu Hause besonders froh über diese Wahl des Studienfaches? Es folgte eine lebhaft Diskussion über die Frage: Steckt hinter meiner Studienwahl eigentlich mein eigener oder letztlich ein fremder Wunsch? Manchmal brauchen Jugendliche längere Zeit, um sich über diesen Unterschied klar zu werden, nicht immer zur ungetrübten Freude der (zahlenden) Eltern.

Nicht nur eigene, oft unerreichte Ideale verlagern Eltern in ihre Kinder hinein, sondern auch eigene Schuldgefühle. Indem Kinder als Delegierte elterliche Schuld übernehmen, entlasten sie Eltern von eigenen Schuldgefühlen.

Ein Beispiel sind deutsche Studenten, die sich freiwillig für schwere Arbeiten in

israelischen Kibbuzim zur Verfügung stellten, um für die Schuld ihrer Eltern in der NS-Zeit und im 2. Weltkrieg zu büßen. Ihre Eltern konnten dann die Auseinandersetzung mit eigener Schuld vermeiden.

Auch in der Folge eines traumatischen Erlebnisses können im Opfer Schuldgefühle entstehen. Ein Trauma ist die Erfahrung völliger Ohnmacht und Hilflosigkeit – alle gewohnten Möglichkeiten der Selbsterhaltung (Gegenwehr, Flucht) sind blockiert. So kann der Täter oft auch in die innere Welt des Opfers eindringen und dort zu einer mächtigen Instanz werden. Das Opfer übernimmt dann das Bild des Täters von ihm ins eigene Innere und beschuldigt und verachtet sich dann selbst ebenso, wie es der Täter mit ihm tut - etwa deswegen, weil es sich zu wenig gewehrt habe. Diese *Identifikation mit dem Aggressor* kommt häufig vor, etwa bei Opfern sexueller Gewalt, und wirkt zunächst unverständlich. Bei näherem Hinsehen handelt es sich aber um einen ersten Versuch, der Katastrophe völligen passiven Ausgeliefertseins aktiv zu entkommen.

Die Traumaforschung der letzten Jahre hat die Entstehung dieser fremden Schuldgefühle weiter geklärt mit wichtigen Folgen für den Umgang damit in Therapie, Beratung und Seelsorge. Zu nennen ist hier *Luise Reddemann* mit ihrem ressourcenorientierten Verfahren. Dazu gehört etwa das Finden und aktive Aufsuchen von (inneren und äußeren) „sicheren Orten“, die Schutz bieten - vor allem Sich-Einlassen auf die Auseinandersetzung mit dem traumatischen Erlebnis.

Zusammenfassend lassen sich Schuldgefühle grob einteilen in solche, die von „innen“ kommen und solche, die von „außen“ kommen.

Von innen kommende Schuldgefühle rühren her von Triebwünschen und Beziehungswünschen, die mit der realen oder phantasierten Umwelt in Konflikt geraten. Wenn es um Vitalität geht (wachsen wollen, stark sein wollen, haben wollen), kann bei restriktiver Familienkultur das dauerhafte *Schuldgefühl aus Vitalität* entstehen. Wenn es sich um Trennungs- und Autonomiewünsche handelt, kann ein dauerhaftes Gefühl der *Trennungsschuld* entstehen.

Von außen kommende Schuldgefühle sind keine eigenen, sondern fremde Schuldgefühle, die von den Betroffenen auf gewaltsamen oder subtilen Druck hin eingelassen und übernommen werden. Man kann dann von *entlehnten Schuldgefühlen* sprechen. Es kann dann lange dauern, bis der Zugang zu eigenem Erleben, Denken und Handeln wieder möglich wird.

III Zum Umgang mit Schuld und Schuldgefühlen in Seelsorge und Beratung

1. Hilfe zur Auflösung von inadäquaten Schuldgefühlen und zur Wahrnehmung von realer Schuld

Verschiedene Studien aus den letzten Jahren – hier ist vor allem der Kasseler Psychoanalytiker *Hartmut Radebold* zu nennen - zeigen, dass die „Kriegskinder“ des 2. Weltkriegs sich häufig bis ins Alter mit entlehnten Schuldgefühlen abmühen.

Beispiel aus einer Gesprächsgruppe: Eine 67jährige Frau, pensionierte Lehrerin. Den Tränen nahe berichtet sie von heftigen Auseinandersetzungen mit der erwachsenen Tochter. Die habe ihr kürzlich wieder vorgeworfen: „Du hörst mir nie zu. Du willst immer bloß schenken, und dafür soll ich dann dankbar sein. Ich weiß gar nicht, ob Du Dich für mich überhaupt interessierst. Von mir selbst weißt Du ja gar nichts!“ Die Frau hatte als Kind eine panische Flucht der Mutter mit zwei Kindern aus Pommern erlebt. Sie erinnerte sich,

dass Mutter immer wieder einschärfte: Seid still! Nicht weinen! Macht mir das Leben damit nicht noch zusätzlich schwer! So hatte sie gelernt, sich angenehm und pflegeleicht zu machen und klaglos ihre Aufgaben zu erfüllen. Vor einer wirklichen Begegnung mit ihrer Tochter fürchtete sie sich, vor allem davor, ihr offen zu sagen, dass es ihr gar nicht gut gehe und sie mit dem Verlust der bisherigen Aufgaben seit der Pensionierung nicht zurecht komme.

In dem sich anschließenden sehr engagierten Gruppengespräch berichteten Andere von ähnlichen Konflikten mit den erwachsenen Kindern.. Es wurde deutlich, dass eher in diesem Vermeiden einer offenen Begegnung Schuld liege im Sinne von: den Kindern etwas Wichtiges schuldig bleiben - und nicht im Verstoß gegen das altvertraute ÜberIch-Gebot: Du sollst Dich anderen angenehm machen.

2. Annehmen eigener Schuld

In Paarberatungen kommt es vor, dass die Wahrnehmung der eigenen Schuld Partnern und Kindern gegenüber in ein Schuldgefühl umgedeutet wird und vom Berater darin Unterstützung erwartet wird.

Ein getrennt lebendes Paar streitet heftig, nachdem die Frau eine Absprache nicht eingehalten und damit die gemeinsame fünfjährige Tochter durch ihr Ausbleiben in Angst versetzt hatte. Sie wehrt sich gegen seine ärgerlichen Vorhaltungen: Ich möchte nicht, dass Du mich schon wieder in die Position der Schuldigen bringst. Ich weiß, wie leicht ich mir Schuldgefühle machen lasse, und das will ich nicht! Hier ging es offenkundig darum, die eingetretene Schuld gegenüber Partner und Kind als Schuldgefühl umzudeuten und so loszuwerden. Im weiteren Gespräch stellte sich heraus, dass die Frau in einem einengenden und für aggressive Äußerungen des damaligen Kindes nicht tragfähigen Milieu aufgewachsen war. So konnte das Kind kaum lernen, zunehmend selbst Verantwortung für seine Vitalität zu übernehmen. Auch in der Partnerschaft und auch zunächst mir gegenüber in der Beratungsbeziehung konnte sie erst allmählich die Zuversicht entwickeln, dass das Eingeständnis von Schuld nicht in Verurteilung und Demütigung ihrer Person enden müsse.

3. Schuld und Vergebung

Der Theologe und Pastoralpsychologe *Michael Klessmann* schreibt: „Der Begriff der Vergebung kommt aus einem juristisch-forensischen Kontext und meint ein Verzichten auf eine Buße oder Strafe, die aufzuerlegen man berechtigt wäre. Eine erlittene Verletzung z.B. wird nicht vergessen, aber sie wird dem Anderen/der Anderen nicht mehr entgegengehalten. Sie wird innerlich losgelassen.“ (Seelsorge, 2008,240f.) Vergebung ist hier mit Recht als sowohl innerer wie auch zwischenmenschlicher Prozess gesehen.

In einer Paarberatung kam zur Sprache, dass der Mann seit längerer Zeit zu einer anderen Frau fremdging. Das hatte er seiner Frau verschwiegen, um sie zu schonen und ihr eine Kränkung zu ersparen, wie er sagte. Die Frau war aber dahinter gekommen und empfand das Verhalten ihres Mannes als fundamentalen Vertrauensbruch. „Es wird nie wieder so wie vorher werden“, sagte sie verzweifelt. Er dagegen verstand ihre tiefe Verletztheit nicht. Das Fremdgehen sei letztlich gar nicht gegen sie gerichtet, die tragende Beziehung zu ihr sei überhaupt nicht in Frage gestellt. In weiteren Gesprächen fanden dann Beide Zugang zu bisher verdeckten Seiten ihrer Selbstbilder und Beziehungsvorstellungen. So konnte der Mann sehen, dass in seiner

Fürsorglichkeit ein hoher Machtanspruch steckte, mit dem er seiner Frau wehtat: „In meiner Beziehung habe ich alles im Griff.“ Die Frau konnte sehen, dass in ihrer Verzweiflung die Enttäuschung eines spezifischen Beziehungswunsches eine Rolle spielte: sich nämlich von einem starken, väterlichen Partner führen zu lassen und ihn für sie mitdenken und mitfühlen zu lassen. Beide konnten dann in ihre allzu einseitigen Selbst- und Beziehungsvorstellungen mehr Realität einlassen. So konnte der Mann wahrnehmen, dass er seine Frau tatsächlich sehr verletzt hatte. Und die Frau konnte sehen, dass sie seit geraumer Zeit ihre Unzufriedenheit mit der Beziehung geflissentlich übersehen hatte, um der Mitverantwortung für das Zusammenleben aus dem Weg zu gehen. Auf der Grundlage dieser neuen Einsichten und Bereitschaften konnte die Frau nun auch dem Mann vergeben und der Mann seinerseits die Vergebung annehmen.

Ich breche hier ab. Vieles konnte ich nur andeuten. Meine Absicht war, Sie zu ermuntern, in jeder Begegnung genau hinzuschauen und sich für die jeweils ganz individuelle Innen- und Außenwelt eines Menschen zu interessieren. Nach meiner Überzeugung nehmen wir einen Menschen nur dann ernst.

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.

Literatur

- Heinz Bude*, Die Ausgeschlossenen. Das Ende vom Traum einer gerechten Gesellschaft, München 2008.
- Michael Klessmann*, Seelsorge, Neukirchen-Vluyn 2008.
- Heinz Kohut*, Narzissmus, Frankfurt 1974 (mehrere Auflagen).
- Hartmut Radebold*, Die dunklen Schatten unserer Vergangenheit. Ältere Menschen in Beratung, Psychotherapie und Pflege. Stuttgart 2009..
- Luise Reddemann*, Imagination als heilsame Kraft. Zur Behandlung von Traumafolgen mit ressourcenorientiertem Verfahren, Stuttgart 2001 (mehrere Auflagen).
- Helm Stierlin*, Von der Psychoanalyse zur Familientherapie, Stuttgart 1992 (mehrere Auflagen).
- Donald W. Winnicott*, Reifungsprozesse und fördernde Umwelt, München 1974 (mehrere Auflagen).

Wolfgang Winter. Pastor i.R.
Pastoralpsychologe (DGfP). Supervisor (D3G, DGfP, EKfL)
Emil Nolde Weg 27
D 37085 Göttingen
Tel. 0551 704679
E-Mail wolfgang-winter@gmx.de
www.wolfgangwinter.net