

Stefan Blarer

# Das Seelsorgegespräch

## *Ein heil(ig)endes Gespräch*

**Seelsorgliche Gespräche haben gegenüber therapeutischen oder betreuenden Gesprächen ihren eigenen Charakter und ihre eigenen Chancen. Entscheidend dafür ist letztlich die spirituelle Grundhaltung der Seelsorgerinnen und Seelsorger.**

● Eine Frau, Mitglied einer reformierten Freikirche, welche ich während ihrer Scheidung begleitet hatte, wünschte anschließend zwei- bis dreimal jährlich weiter zu einer Art Seelsorgegespräch kommen zu dürfen. Dieses Anliegen hatte ich gerne angenommen. Als sie einer Freundin von unseren Seelsorgegesprächen erzählte, fragte diese, ob wir denn jeweils miteinander beteten. Sie verneinte dies. Da meinte die Freundin, dann seien das keine Seelsorgegespräche.

Was macht ein Gespräch zu einem Seelsorgegespräch? Gehört dazu ein bestimmter Inhalt, eine bestimmte Form oder eine bestimmte Haltung?

Wenn man das Seelsorgegespräch Jesu mit Nikodemus nachliest (Joh 3,1-13), findet man darin keine Andeutung, dass dabei auch gebetet wurde. Betrachtet man hingegen die Abschiedsreden Jesu (Joh 13ff), fällt auf, wie diese Reden nahtlos ins Gebet übergehen (Joh 17).

### Heilende Gespräche

● Um das Spezifische des Seelsorgegesprächs besser zu erfassen, möchte ich vorerst einige Charakteristika anderer Gesprächsformen skizzieren. Jedes heilende Gespräch, und somit auch das Seelsorgegespräch, enthält verschiedene Elemente der anderen Gesprächsformen. Je nach Art gibt es aber unterschiedliche Akzentsetzungen in Inhalt, Form und Grundhaltung.

● *Das therapeutische Gespräch* verläuft in der Regel nach bestimmten methodischen Vorgaben. Klare Diagnose und Zielsetzungen bestimmen die Art des Gesprächs ebenso wie der Methode entsprechende Verhaltensregeln des Therapeuten. C.R. Rogers<sup>1</sup> bezeichnet Grundhaltungen wie Empathie (Einfühlung), Wertschätzung und Kongruenz (Echtheit) als entscheidende Faktoren im therapeutischen Gespräch. Im psychoanalytisch orientierten Gesprächsverlauf<sup>2</sup> spielt die Zurückhaltung, die »Abstinenz« des Analytikers, eine wichtige Rolle. Je nach therapeutischer Richtung prägen unterschiedliche Methoden wie freies Assoziieren, Traumarbeit, Konfrontationstechniken, Einstellungsmodulation, Paradoxe Intervention, sogar

Meditation etc. den Sitzungsverlauf. Therapeutische Gespräche arbeiten gezielt am Kompetenzaufbau und am Aufbau der Ich-Stärke. Sie verbessern die Kommunikationsfähigkeit, versuchen persönliche Ressourcen zu aktivieren und zielen auf Heilung von bestimmten Krankheiten oder Symptomen.

- *Das beratende Gespräch* spricht in erster Linie die bewussten Schichten des Menschen an. Es gilt, die aktuelle Situation besser zu verstehen, Zusammenhänge zu erkennen, Möglichkeiten abzuschätzen, Entscheide zu fällen und Schritte zu wagen. Das Potenzial des Ratsuchenden wird ausgelotet und seine Ressourcen werden geweckt. Auch die Kenntnisse und der Erfahrungshintergrund der beratenden Person werden bereichernd eingebracht. Gerade im Bereich der Prävention können beratende Gespräche oft von großer Bedeutung sein.

- *Das begleitende Gespräch* hat primär stützende Funktion in einem bestimmten Lebensprozess. Es geht weder um Therapie noch um Beratung im eigentlichen Sinn. Vielmehr wird ein Ort angeboten, an welchem im Dialog bestimmte Prozesse oder Entwicklungsvorgänge

### »Entwicklungsvorgänge fördern und unterstützen«

gefördert und unterstützt werden. So hat z.B. ein Mensch im Trauerprozess oft weder Beratung noch Therapie nötig. Doch ist ein begleitendes Gespräch eine Art Gefäß, in welchem alle Phasen dieses Leidensweges aufgefangen werden. Es ist ein Ort, wo Schmerz, Aufruhr, Niedergeschlagenheit etc. ernst genommen und mitgetragen werden. – Auch so genannte »therapie-resistente« Menschen, die manchmal in der Psychiatrie und Psychotherapie zwischen Stuhl und Bank fallen, können sich durch begleitende Gespräche im Alltag oft besser zurechtfinden.

- *Das Lehrgespräch* zielt auf Vermittlung von Wissen und Erkenntnissen. Lebensfragen, moralisch-ethische Probleme, philosophische oder theologische Fragestellungen etc. werden erörtert. Solche Gespräche dienen aber bei weitem nicht nur dem Erkenntniszuwachs. Durch Einsichten, Aha-Erlebnisse, durch das Erkennen von Zusammenhängen etc. können Lebenskräfte aktiviert werden. Neue psychophysiologische Untersuchungen konnten sogar belegen, dass dadurch das Immunsystem gestärkt wird.<sup>3</sup>

### Adressaten des Seelsorgegesprächs

- Es versteht sich von selbst, dass ein gutes Seelsorgegespräch ebenfalls heilende, klärende, stützende und Erkenntnis vertiefende Funktion hat. Der Kreis der Adressaten resp. der Menschen, die ein Seelsorgegespräch wünschen, ist völlig offen. Jesus hatte keinerlei Berührungangst. Er sprach mit glaubensstarken Pharisäern und mit therapieresistenten Besessenen, mit vertrauten Freunden und mit der fremden Frau am Jakobsbrunnen, mit solchen, die ihn suchten, und solchen, die ihn ablehnten oder ihm eine Falle stellen wollten.

So ist auch das Seelsorgegespräch offen für Gesunde und Kranke, für seelisch stabile und seelisch gestörte Menschen. Dieser Dienst wird in Anspruch genommen von echt Suchenden und von Besserwissern, von Zweifelnden und im Glauben Gefestigten. Das Angebot richtet sich an Menschen in existenziellen Schwierigkeiten, Sackgassen oder Übergängen, aber auch an Menschen, die einfach in freundschaftlicher Verbundenheit Stärkung für ihren Alltag erfahren möchten. Es kann sich ergeben bei konkreten Anlässen z.B. bei einem Tauf- oder Ehevorbereitungsgespräch, aber auch eine Ratssitzung oder

ein Elternabend können zu einem echten Seelsorgegespräch werden.

Müssen Seelsorger folglich »Allrounder« sein, sowohl Theologen, als auch Psychologen, Therapeuten und Philosophen? Sind Gespräche mit derart unterschiedlichen Menschen und Erwartungen nicht schlicht eine Überforderung?

Selbstverständlich sind Kenntnisse in verschiedenen Disziplinen der Humanwissenschaft äußerst wertvoll. Auch wenn ein Seelsorgegespräch z.B. keine Diagnosestellung nötig macht, kann es doch von Nutzen sein, Symptome und seelische Störungen zu erkennen und

*»Ein gutes Gespür  
kann hellhörig und  
weitsichtig machen.«*

zu verstehen. Ein gutes Gespür für systemische Zusammenhänge oder für die Entwicklungsdynamik kann hellhörig und weitsichtig machen.

Manchmal können (Halb-)Kenntnisse aus diesen Disziplinen aber auch dazu verleiten, sich als Hobby-Therapeut oder Populärpsychologe in einem Methoden-Dschungel zu verlieren und das spezifische Potenzial des Seelsorgegesprächs aus den Augen zu verlieren.

## **Akzente im Seelsorgegespräch**

● Im Rahmen dieses Artikels können nicht das Wesen und das Spezifische des Seelsorgegesprächs umfassend dargelegt und begründet werden. Im Folgenden werden einfach einige Elemente skizziert, welche im Seelsorgegespräch eine bedeutende Rolle spielen. Selbstverständlich werden im konkreten Gespräch nie alle Akzente sofort sichtbar, doch von der Grundtendenz her sind sie mitbestimmend.

● *Aktives Zuhören und Anteilnahme* zu erwähnen, bedeutet im Zusammenhang mit heutigem Kommunikationsverständnis so viel wie Wasser ins Meer zu tragen. Doch wer angeregte Gespräche führt und sich selber dabei beobachtet, wird immer wieder feststellen, wie leicht er oder sie ins Debattieren abgelenkt, zwar das Gesagte hört (was nicht identisch ist mit »Zuhören«), aber allzu schnell mit Antworten, Erklärungen oder Hilfestellungen reagiert.

Das Zuhören im Seelsorgegespräch könnte man am besten mit der Kunst der Anteilnahme beschreiben, einer Kunst, welche Seelsorgerinnen und Seelsorger nie genug üben und entfalten können. Echte Anteilnahme beginnt mit aufmerksamem Zuhören mit Ohr, Auge und Herz. Alles Mitgeteilte wird aufgenommen, geachtet und ernst genommen, so wie es anvertraut wird. Zu dieser Kunst gehört unbedingt die Fähigkeit, das Achten und Ernstnehmen verbal mitteilen zu können und mit der ganzen Haltung spürbar zu machen. Es gilt, das Vernommene möglichst zu verstehen, auch wenn es vielleicht ungewohnt, scheinbar unglaubwürdig oder lästig erscheint. Bei solchem Anteilnehmen darf ein Gesprächspartner sich wirklich so zeigen, wie er

*»sich so zeigen,  
wie man sich sieht und fühlt«*

sich sieht und fühlt. Er muss sich nicht aus Furcht vor Bewertung, Kritik und Ablehnung so geben, wie er glaubt, dass es besser ins Konzept des Seelsorgers passe. Diese Zuwendung und Anteilnahme ist oft eine entscheidende Basis für Heilprozesse, welche durch Seelsorgegespräche in Gang gebracht oder unterstützt werden.

● *Zeugnis geben* ist ein alter und ziemlich abgenutzter Begriff im religiösen Umgang. Für viele Menschen hat Zeugnis-Geben den Beigeschmack von Aufdringlichkeit, Bekehrungsab-

sicht oder gar Schwärmerei. Doch im Tiefsten bezeichnet es ein Verhalten, das auch im Seelsorgegespräch seinen Platz hat. Viel deutlicher als in den meisten therapeutischen Verfahren darf und soll ein Seelsorger sein Erleben und Erfahren, seine Tiefe, sein Suchen, sein Staunen, auch seine Erschütterungen ins Gespräch einbringen.

Dass dies sehr diskret und zurückhaltend geschehen soll, ist selbstverständlich. Es geht ja nicht um Selbstdarstellung, sondern darum, dass dadurch im Gesprächspartner Erfahrungen und Ahnungen induziert werden, die aus dessen eigener Tiefe kommen.

Jesus selber hatte frei und deutlich von seinen innigen Erfahrungen mit dem Vater geredet und damit Gottes liebende Gegenwart erfahrbar gemacht. Auch der Verfasser des Jakobusbriefes hatte erfahren, wie heilsam das eigene Zeugnis ist. So konnte er schreiben: »Darum bekennet einander eure Sünden, damit ihr geheilt werdet« (Jak 5,16).

- *Mystagogie* und Seelsorgegespräch durchdringen einander wie Wein und Wasser. In diesem Gespräch wird ein Raum geschaffen, in welchem man sich vor den Augen des bedingungs-

### »Ahnungen, die aus der eigener Tiefe kommen«

los liebenden Gottes weiß. Dadurch kann ein vertrautes und schonungslos offenes Gespräch mit Gott gewagt werden. Dies wiederum löst heilende Prozesse aus.

Selbst edelste Therapeuten, liebevollste Eltern, geduldigste Berater und Begleiter können nie totale Annahme und bedingungslose Liebe vermitteln. Im Seelsorgegespräch können Seelsorger im Annehmen und in der Zuwendung zum Ratsuchenden transparent werden auf den bedingungslos liebenden und annehmenden

Gott hin.<sup>4</sup> In dieser transparenten Haltung können Menschen hingeführt werden zum Geheimnis, zum Unfassbaren, zum je Einmaligen der Beziehung zwischen Mensch und Gott. »Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen« (Mt 18,20).

### »Gottes Gegenwart in der Begegnung«

Ob Gottes Gegenwart in der Begegnung erahnt und erfahren wird, ob also die seelsorgliche Liebe transparent wird auf die göttliche Liebe hin, hängt – wie später noch auszuführen ist – wesentlich von der Seelsorger-Persönlichkeit, von ihrer Grundhaltung, von ihrer persönlichen, sozialen, fachlichen und spirituellen Kompetenz, aber auch von der Vorbereitung und Nachbereitung der Seelsorgegespräche ab.

Vor diesem Hintergrund ist es naheliegend, dass solche seelsorgliche Gespräche gelegentlich explizit ins gemeinsame Beten, in Zeichen der Liebe und des Segens, in Rituale der Annahme, der Vergebung oder der Sendung etc. münden können.

Der psychotherapeutische Blickwinkel ist auf Heilung von Störungen, auf das Lösen von Schwierigkeiten und Problemen ausgerichtet. In der therapeutischen Optik erscheint das Unheilbare, Unlösbare und Therapie-Resistente als Defizit, vielleicht sogar als Versagen des Therapeuten oder Klienten. Nicht so beim Seelsorgegespräch: Hier wird deutlich, dass Gott seine Heilzusage nicht an einen gelungenen Lebens- und Entwicklungsverlauf bindet. Auch am Lebensende muss nicht ein fixes Entwicklungsziel erreicht sein. Die menschliche Würde ist vorgängig allem eigenen Leisten, Gelingen oder Misslingen. Gottes Liebe umfängt in besonderer Weise das Kranke, Schwache, Unlösbare und Unvollkommene. Auch das Misslingen und Versa-

gen gehören in Gottes Plan. Die Gnade »erweist ihre Kraft in der Schwachheit« (2 Kor 12,9).

- *Die Sinnsuche und die Wertfrage* haben – ähnlich wie z.B. in der Logotherapie nach Viktor E. Frankl<sup>5</sup> – einen zentralen Stellenwert im Seelsorgegespräch. Es gilt, in jeder Lebenssituation die Sinnmöglichkeiten je neu zu entdecken. Sinnsuche ist wichtig für Gesunde und Kranke und in jeder Lebensphase. Im Entdecken, Vertiefen und Stärken der Sinnorientierung wird deutlich, dass gerade in Notsituationen oder in unüberwindbarem Leid besondere Reifechancen liegen. So paradox es tönen mag, aber nicht selten entdeckt man im scheinbar Sinnlosen erst den tieferen Sinn, und daraus können entscheidende Lebenswenden entstehen. Im Seelsorge-

**»dass es auch Sinn gibt,  
wo die reine Vernunft  
kapitulieren muss«**

gespräch wird offenbar, dass es auch Sinn gibt, wo die reine Vernunft kapitulieren muss. Im Blick auf Christus, auf den Gekreuzigten und Auferstandenen, kann der Mensch nicht nur handeln, sondern auch erleiden, nicht nur leben, sondern auch sterben. Erfolg und Misserfolg, Wohlergehen und Leid sind von einem größeren Sinnanzug umfasst.

Es versteht sich von selbst, dass beim Erörtern von Sinn- und Wertfragen alles Dogmatische fehl am Platz ist. Seelsorgegespräche sind auch keine Lehrgespräche, in welchen ethisch-moralische Richtlinien aufgestellt und Wertkategorien debattiert und zementiert werden. Es geht darum, jene Forderungen und Einladungen, die in jeder je einmaligen Lebenssituation innewohnen, herauszuhören und ernst zu nehmen.

Auch das, was nicht verstanden werden kann, wird in seiner Unbegreiflichkeit geachtet. Das Geheimnis, das Unfassbare und das Unver-

fügbare in der Beziehung zwischen Gott und Mensch kann nur mit Ehrfurcht angenommen werden. Wenn das gelingt, wird ein solches Gespräch zu einer großen Hilfe für die Lebensbewältigung.

- *Der Umgang mit Schuld und Versagen* ist eine Art Nagelprobe für Seelsorgegespräche. Alles menschliche Verstehen und Annehmen, das auch in therapeutischen Sitzungen wichtig ist, kann nicht das Vergebungswort ersetzen, das nur von Gott her kommen kann<sup>6</sup>. Im Seelsorgegespräch wird deutlich, dass Versöhnung mit Gott und von Gott her mit dem Nächsten und mit sich selber auch dort möglich ist, wo Missgeschicke und Vergehen nicht mehr gut zu machen sind.

So werden alle Ausreden und Selbstrechtfertigungen überflüssig. Der »Unschuldswahn«, der immer wieder dazu verleitet, sich zu verteidigen und die (Haupt-)Schuld anderen zuzuschreiben, wird gegenstandslos. Die Sicht wird freigelegt aufs eigene Verhalten, auf die eigenen Stärken und Schwächen und auf die eigenen ehrenwerten oder hinterhältigen Motive.

Umgang mit Schuld weist auch hin auf einen besonderen Aspekt der menschlichen Würde. Die Freiheit, welche als Gabe und Aufgabe verliehen ist und einen zentralen Wert des Menschseins ausmacht, gibt auch die Möglichkeit zum Schuldigwerden, zum Missbrauch der Freiheit, zur Sünde und zum Verursachen von Leid. Darum ist die Geschichte der Liebe Gottes auch eine Leidensgeschichte.<sup>7</sup>

## Grenzen im Seelsorgegespräch

- Im Seelsorgegespräch entsteht eine so vertraute Nähe, dass die Grenzen mit besonderer Wachsamkeit beachtet werden müssen. In der

Haltung gegenseitiger Achtung, im Aussprechen von Wertschätzung, im Teilen von tiefen seelischen Erfahrungen und im echten Verstanden- und Angenommen-Fühlen können starke Liebesgefühle entstehen. Manches wird empfunden wie eine verbale Liebkosung. Gemeinsames Beten oder Segensgesten werden erfahren als geistliche Zärtlichkeit. Solche Empfindungen und Gefühle sind kostbar, sogar heilend. Sie können aber auch leicht abgleiten in blindes Agieren und Grenzüberschreitungen.

Dies verlangt klares Erkennen der Situation, der Gefühle, der offenen und versteckten Wünsche und Bedürfnisse. Nähe und Distanz müssen verantwortungsbewusst eingependelt werden.

Die Verantwortung liegt voll und ganz auf der Seite des Seelsorgers oder der Seelsorgerin. Es gilt, ruhig und mit Bestimmtheit den Rahmen abzustecken und einzuhalten. Wird dieser gesprengt, hört die Transparenz auf Gott hin auf.

### »Nähe und Distanz

#### *verantwortungsbewusst einpendeln* «

Man verliert sich im eigenen Gefühlstaumel. Subjektiv werden anfänglich solche Liebeserfahrungen und der Zärtlichkeitsaustausch wie größere Gottesnähe empfunden, während in Wirklichkeit im eigenen Gefühlsstrudel gebadet wird und Gefühlsdefizite überdeckt werden.

Seelsorger sollten auch die eigenen Kompetenzen und Kompetenzgrenzen, besonders im Umgang mit seelisch gestörten oder kranken Menschen, kennen. Je nach Notwendigkeit sollen den Ratsuchenden nahegelegt werden, sich an entsprechende Fachpersonen zu wenden. Das bedeutet niemals, die Leute abzuschieben. Es kann sogar wichtig sein, den Leidenden klar zu machen, dass der Kontakt nicht abgebrochen werden muss. Wahre Seelsorge kommt mit fach-

licher Psychotherapie nicht in Konflikt, sofern Seelsorger nicht selber hobbymäßig therapeutisch agieren oder kommentierend und wertend in laufende Therapien eingreifen.

## Heil(ig)ende Seelsorgerinnen und Seelsorger

● In keinem anderen Seelsorgebereich wie im Seelsorgegespräch spürt man so deutlich, ob die Seelsorger selber echt, wahr, kompetent und gottverbunden sind. Seelsorger, die auf Gottes Liebe hin transparent sein möchten, können nicht genug die »Kunst der seelsorglichen Liebe«<sup>8</sup> üben, entfalten und vertiefen.

Wenn sie ihr eigenes Leben ständig in der Beziehung zu Gott nähren, wenn sie »Christus anziehen« (Röm 13,14), werden sie mehr und mehr im Mitmenschen, auch in jenem, der ihnen erst einmal Mühe macht und unsympathisch ist, den Nächsten erkennen. Sie werden fähig zu »frei schwebender Aufmerksamkeit«, zu liebender Zuwendung und verständnisvollem Annehmen. Dadurch schaffen sie den heilenden Raum, in dem Gottes Gegenwart erfahrbar wird.

Weil jeder Mensch seine blinden Flecken hat, ist es unerlässlich, nebst dem vertrauten Gespräch mit Gott auch eine Art Supervision zu pflegen. Hier werden u.a. Erfolg und Misserfolg, Anflüge von Resignation und tiefe Glückserfahrungen zur Sprache kommen. Nicht nur das Problematische, sondern auch die so genannten Erfolgserlebnisse sollen eingehend betrachtet werden. Dabei wird man besonders sensibel für das Größere, das in der Tiefe wirkt. Erfolg wird nicht mehr einfach für sich gebucht. Umso umfassender wird die Freude über dieses Geschenk. »Gott ist es, der das Wollen und das Handeln vollbringt« (Phil 2,13). Auch für das verantwor-

tungsbewusste Einpendeln von Nähe und Distanz leistet Supervision unschätzbare Dienste.

Gute Seelsorgegespräche verlangen vom verantwortungsbewussten Seelsorger auch Vor- und Nachbereitung. Sich im Gebet vorbereiten, innerlich ruhig werden und alles der Führung Gottes anvertrauen, schenkt wahre seelsorgerliche Grundhaltung. Ob ein Gespräch in ein Ge-

### »eine betende Grundhaltung«

bet ausmündet oder nicht, ist weniger wichtig. Ob es aber einer betenden Grundhaltung entspringt, kann entscheidend sein.

Auch nach dem Gespräch soll die geistige Verbundenheit bestehen bleiben. Kurze Gesprächsnotizen sind oft notwendig oder mindes-

tens hilfreich. Beim Aufzeichnen zieht das Gespräch nochmals vor dem inneren Auge vorüber. Viele gnadenhafte Momente werden erst im Nachhinein voll bewusst. Ein Ratsuchender, der weiß, dass sein Leben vom Gebet des Seelsorgers weiter mitgetragen wird, geht viel mutiger und hoffnungsvoller in den Alltag hinein.

Seelsorgegespräche sind sowohl für Seelsorgerinnen und Seelsorger als auch für Ratsuchende etwas sehr Kostbares. Selbstverständlich gibt es Gespräche, welche scheinbar ohne Resonanz bleiben. Auch dies gilt es anzunehmen. Doch immer wieder darf man dankbar erleben, dass solche Gespräche seelische Kräfte mobilisieren, neue Horizonte eröffnen und gelegentlich zu entscheidenden Wendepunkten in einem Leben führen.

<sup>1</sup> C. R. Rogers, Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie. München 1977.

<sup>2</sup> U. Baumann/M. Perrez (Hg.), Lehrbuch Klinische Psychologie – Psychotherapie, Bern 1998,

416-429.

<sup>3</sup> Ebd., 255.

<sup>4</sup> I. Baumgartner (Hg.), Handbuch der Pastoralpsychologie, Regensburg 1990, 482.

<sup>5</sup> E. Lukas, Auch dein Leben hat Sinn.

Logotherapeutische Wege zur Gesundheit, Freiburg 1991, 13-40.

<sup>6</sup> Baumgartner (Hg.), Handbuch, 314.

<sup>7</sup> W. Ausserleitner, In ihm leben wir. Eine beziehungs-theologische Sicht der

religiösen Entwicklung, Bern 1994, 371ff.

<sup>8</sup> S. Blarer, Die Kunst seelsorglicher Liebe, Freiburg i.S. 1996, 68-85.