

Abstand halten

Distanz und Fremdheit in der Seelsorge¹

Michael Klessmann

1. Die Problemstellung

Das kennen wir noch aus den Zeiten der Corona-Pandemie: Abstand halten, einander nicht zu nahe kommen, nicht die Hand geben, schon gar nicht einander umarmen – und jetzt, wo die Pandemie weitestgehend hinter uns liegt, soll diese Aufforderung schon wieder gelten, noch dazu für die Seelsorge? Ist mit dieser Themenstellung irgendetwas durcheinander geraten?

Jahrzehntelang haben wir gelernt und gelehrt, dass Seelsorge mit emotionaler Nähe zu den Menschen zu tun hat: Einfühlung, Mitgefühl, Empathie, Annahme, Begleitung. Wir haben Gesprächsprotokolle von seelsorglichen Gesprächen daraufhin untersucht, ob die Seelsorgerin der ratsuchenden Person nahe gekommen ist, sich eingefühlt hat, ob es ihr gelungen ist, sich vorübergehend in deren frame of reference hineinzubegeben, wie Carl Rogers das genannt hat (also gleichsam in die Schuhe der anderen Person zu schlüpfen) oder eben nicht – und letzteres galt als korrekturbedürftig. Wir haben in der Persönlichkeitstypologie von Fritz Riemann darauf hingewiesen, dass vorwiegend depressiv strukturierte Personen (die sog. Nähe-Typen) besonders gute Seelsorgende sein können, weil sie in der Lage sind, Nähe zu anderen anzubieten und herzustellen, während die Schizoiden, die Distanz-Typen, eher zu weniger hilfreicher Distanz und emotionaler Kühle neigen. Und wir haben Nähe und Berührung *eo ipso* als heilend und heilsam eingeschätzt und sogar theologisch aufgewertet und qualifiziert: In der Nähe zwischen Menschen kann sich etwas von Gott, von der Liebe Gottes abbilden und erfahrbar werden.

Und nun das plötzlich das Gegenteil? Abstand, Differenz und Fremdheit in der Seelsorge? Beobachten, kritisch auf die Beziehung sehen, sich nicht identifizieren, Abstinenz, Konfrontation? Stellt das unsere bisherigen Vorstellungen von Seelsorge auf den Kopf? Müssen wir Vieles neu lernen? Ich glaube nicht! Ich kann sie beruhigen, falls Sie entsprechende Befürchtungen hatten. Ich glaube, dass die Betonung der Nähe nach wie vor wichtig und richtig ist, ich werde das gleich entwicklungspsychologisch entfalten, aber sie braucht eine Ergänzung, eine Erweiterung und stellenweise tatsächlich auch eine Korrektur. Denn Nähe

¹ Leicht überarbeiteter Text eines Vortrags vor dem „Forum Seelsorge in Bayern“ in Nürnberg am 18.10.2023.

allein muss durchaus nicht immer richtig und heilsam sein; man sieht nicht nur mit dem Herzen gut, wie der berühmte Satz von Saint Exupery im „Kleinen Prinzen“ gern und oft zitiert wird, sondern auch mit dem (kritischen) Verstand; und gerade in kirchlichen Kontexten wurde und wird zwischenmenschliche Nähe häufig überschätzt bzw. ihre potentiell negativen Seiten werden ignoriert: Nähe kann Ausgangspunkt für übergriffiges Verhalten seitens der professionellen Person werden; sie kann abhängig machen, sie kann ein Wohlgefühl erzeugen, das der Situation nicht angemessen ist; sie kann dazu führen, dass man als professionelle Person den Überblick verliert und sich in die Geschichten der anderen Person verwickeln lässt; sie kann einer Vertröstung gleichkommen; sie kann Konfrontation verunmöglichen; sie kann dazu führen, alles zusammengenommen, dass jemand die notwendige Professionalität verliert.

Mit diesen einleitenden Sätzen habe ich die Problemstellung umrissen, die ich nun genauer ausführen will.

2. Nähe und Distanz aus entwicklungspsychologischer Perspektive

Am Anfang eines jeden Lebens steht (oder sollte stehen) die Nähe des neugeborenen Kindes zur Mutter. Die Psychoanalytikerin Margret Mahler hat eine anfängliche Symbiose zwischen Mutter und Kind angenommen, und sie als Voraussetzung für eine erfolgreiche spätere Ablösung von der Mutter verstanden². Die sog. Bindungstheorie, die der britische Kinderarzt und Psychoanalytiker John Bowlby (1907 – 1990) entwickelt hat, spricht von der notwendigen sicheren oder stabilen emotionalen Bindung zwischen Kind und Mutter; sie entsteht dadurch, dass die bemutternde Person (das muss nicht immer die leibliche Mutter sein), feinfühlig und sensibel auf die Bedürfnisse des Kindes eingeht, so dass das Kind ein Urvertrauen in die Verlässlichkeit der Mutter und symbolisch dann auch in die Verlässlichkeit des Lebens und der Welt insgesamt entwickeln kann. Der Mensch kommt, im Unterschied zu den allermeisten Säugetieren, völlig unfertig auf die Welt, er ist eine „physiologische Frühgeburt“, wie es der Zoologe Adolf Portmann genannt hat. Dieser Mangelzustand muss durch eine jahrelange intensive Zuwendung der Eltern zum Kind langsam ausgeglichen oder wettgemacht werden. Und da spielt eine stabile, verlässliche emotionale Bindung an die Eltern die zentrale Rolle, während unsichere oder ambivalente oder gar chaotische Bindungsmuster Kinder verunsichern und u.U.

² Vgl. Martin Dornes, Art. Symbiose. Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe. Stuttgart ²2002, 690 – 695.

lebenslang negative Konsequenzen für die Beziehungsfähigkeit eines Menschen nach sich ziehen.

Von dem englischen Psychoanalytiker und Kinderarzt Donald Winnicott stammt der witzig klingende, aber durchaus ernst gemeinte Satz: „there is no such thing as a baby“³, soll heißen: Man kann sich ein Baby niemals allein vorstellen, es wäre allein nie überlebensfähig, man muss es immer und von vornherein und grundlegend in der Beziehung zur Mutter (bzw. der „mothering person“) sehen, und zwar in doppelter Hinsicht: Zur Nahrungsaufnahme ist die Mutter unverzichtbar, das ist offensichtlich, aber, mindestens genauso bedeutsam, wenn auch weniger sichtbar, ist sie zur Konstitution eines sich langsam bildenden eigenständigen Selbst im Säugling. Ein Selbst, eine Identität entsteht nicht einfach von allein, sondern ist auf die Beziehung zur bemutternden Person, auf ihre emotionale Resonanz, auf ihre haltende Fähigkeit („holding“) angewiesen; Kaspar Hauser und vergleichbare aus der Hospitalismusforschung bekannte gewordene Kinderschicksale haben auf erschreckende Weise gezeigt, was geschieht, wenn ein verlässlicher *emotionaler* Kontakt zwischen Mutter und Kind ausbleibt. Die Hilfestellung zur Selbstwerdung geschieht „in, mit und unter“ der physischen Zuwendung: Die leibliche Präsenz der Mutter (und natürlich auch des Vaters) ist immer zugleich eine psychisch-symbolische; in der Art und Weise, wie die Mutter das Kind hält, stillt, wickelt, trägt, wie sie spricht, singt und kuschelt wird für das Kind die Ausprägung ihrer Liebe, Nähe und Hingabe erfahrbar. Die physischen Vorgänge sind immer „mehr“ als rein physiologische Abläufe. Die emotionale Nähe der Mutter ist also gerade am Anfang des Lebens grundlegend und absolut überlebenswichtig.

Aber das beginnt, sich im Lauf der Jahre zu ändern: Die schon genannte Psychoanalytikerin Margret Mahler hat auf der Basis von intensiven empirischen Untersuchungen von einem notwendigen Prozess der Loslösung und Individuation des kleinen Kindes in Bezug auf die Mutter gesprochen. Wenn Kinder ein wenig älter werden, suchen sie neben der Nähe zur Mutter zunehmend auch Distanz von ihr. Besonders schön beobachten kann man das, wenn die Kinder anfangen zu krabbeln, wie sie gerne von der Mutter weg krabbeln, aber sich zwischendurch immer wieder umdrehen und den Blick der Mutter suchen, um sich zu vergewissern, ob die Verbindung zur Mutter noch da ist: Wenn sie das Gefühl haben, dass der Kontakt zur Mutter nicht abreißt, trauen sie sich auch, weiter weg zu gehen. Es gilt also die Paradoxie: Wer sich sicher gebunden weiß, kann

³ Donald Winnicott, Die Theorie von der Beziehung zwischen Mutter und Kind. In: Ders., Reifungsprozesse und fördernde Umwelt. München 1974, 47 – 71.

auch besser auf Distanz gehen. Das gilt im Übrigen nicht nur für kleine Kinder, sondern ein Leben lang. Die Fähigkeit zur Distanzierung ist deswegen so zentral wichtig, weil das Kind ein eigenständiges Wesen werden und nicht, wie es heutzutage der Begriff „Helikoptereltern“ nahelegt, ständig überbehütet werden soll; damit bleibt es tendenziell unselbstständig und abhängig. Identität erwächst aus Nähe, das ist unzweifelhaft, zeigt sich dann aber auch in der Fähigkeit zur Distanzierung bzw. im Aushalten von Distanz. Oder, noch mal anders: Identität gibt es nicht ohne Trennung! Das mag schmerzlich sein, ist aber unbedingt notwendig (Sie kennen das alle aus der Erfahrung, wie es ist, wenn kleine Kinder zum ersten Mal in die Kita oder in die Schule gehen oder zum ersten Mal bei Freunden übernachten oder auf Klassenfahrt gehen).

Sie sehen hier an der entwicklungspsychologischen Perspektive, in welchem komplizierten Verhältnis Nähe und Distanz zueinander stehen. Auf jeden Fall ist deutlich, dass nicht Nähe allein in der Beziehung zu den Eltern für das Aufwachsen von Kindern ausschlaggebend ist. Darin kann man ein Modell auch für psychotherapeutische, beraterische und seelsorgliche Beziehungen sehen.

3. Abstinenz und Nähe in professionellen Beziehungen

Seelsorge, Beratung und Psychotherapie leisten *professionelle* Beziehungsarbeit – und die findet unter Bedingungen von Abstinenz statt. Der Begriff Abstinenz kommt ursprünglich aus dem Suchtbereich, bedeutet dort, sich von Suchtmitteln zu enthalten, sich zurückzuhalten, zu verzichten. Sigmund Freud hat diesen Begriff auf die psychotherapeutische Situation angewandt⁴ und meinte damit zunächst die emotionale Abstinenz der therapeutischen Person auf die in Therapien häufig entstehende Übertragungsliebe. Da sitzen zwei Menschen über Wochen und Monate, manchmal Jahre regelmäßig zusammen und sprechen u.U. über die intimsten Dinge, über Liebe und Hass, Enttäuschungen, Kränkungen und Scham, Ängste, Wünsche und Begehren – und die beratende Person erscheint gleichbleibend freundlich und zugewandt, versucht zu verstehen und sich einzufühlen, im Unterschied zu Partner*innen, Geschwistern oder Freund*innen, die meistens nicht wirklich zuhören oder gleich Partei ergreifen oder mit Ratschlägen kommen. Da kann es leicht passieren, dass die beratende Person idealisiert wird, dass man sich in sie verliebt, am liebsten eine Freund-

⁴ S. Freud, Bemerkungen über die Übertragungsliebe (1915). Studienausgabe Ergänzungsband Frankfurt 1975, 217 – 230.

schaft oder sogar Liebesbeziehung mit ihr beginnen möchte. Der Klient / die Klientin erlebt sich als bedürftig und schwach, fühlt sich abhängig und ausgeliefert, öffnet sich, zeigt die innersten Gefühle, liefert sich aus – gegenüber jemand, der Hilfe und Heilung in Aussicht stellt. Je zurückhaltender die beratende Person bleibt, desto eher bietet es sich an, ihr alle möglichen Projektionen und Idealisierungen zuzuschreiben. Aber diese Projektionen speisen sich in der Regel aus Mangelerfahrungen und Sehnsüchten aus früheren Phasen der Biographie, die in der aktuellen Situation neu belebt werden. Man nennt eine Übertragung deswegen auch eine *Verkennung der Situation*: Da verhält sich ein Klient gegenüber der Beraterin, *als ob* sie seine warmherzige Mutter oder eine ideale Geliebte wäre. Wenn die beratende Person diese ihr entgegengebrachten Gefühle und Erwartungen als auf sich persönlich gerichtet beantwortet, darauf eingeht, (weil sie sich geschmeichelt fühlt, ihre eigenen Bedürfnisse nach Zuwendung und Wertschätzung befriedigen und / oder (unbewusste) Machtgelüste ausleben möchte!), begeht sie einen schweren Kunstfehler, begeht emotionalen und / oder sexuellen Missbrauch, der der anderen Person schwer schaden kann. Die „Liebe“ des Klienten / der Klienten entspringt ja, noch mal, aus deren emotionaler Bedürftigkeit, die jetzt in der therapeutischen Situation neu getriggert wird. Therapie oder Seelsorge muss ein Raum sein, in dem man unbedingt geschützt ist und sich in der ganzen Verletzlichkeit und Bedürftigkeit zeigen kann. Umgekehrt kann die Seelsorgerin / der Therapeut natürlich genauso eigene Bedürfnisse oder Wünsche auf eine Klientin übertragen (Gegenübertragung), weswegen es unbedingt empfohlen wird, regelmäßig Kontrollsupervision zu machen, um Distanz zum Klienten / zur Klientin zu gewinnen und den eigenen Mustern und Schemata auf die Schliche zu kommen.

Der Begriff der Abstinenz – im Englischen übrigens mit „neutrality“ übersetzt – enthält noch weitere Dimensionen: Der Therapeut/ die Beraterin / die Seelsorgerin halten sich generell mit eigenem Material, mit eigenen Geschichten und Gefühlen stark zurück, sie lassen sich nicht in die emotionalen Probleme des Patienten / der Klientin verwickeln; sie nehmen zwar Anteil, und identifizieren sich *vorübergehend*, um ein Gespür dafür zu bekommen, was mit der anderen Person innerlich los ist. Aber sie ergreifen nicht emotional Partei, identifizieren sich nicht *dauerhaft* mit deren Sichtweisen und Positionen, erfüllen, wie schon gesagt, nicht direkt die Wünsche und Bedürfnisse der anderen Person und auch nicht die eigenen. Natürlich will die Beraterin, dass es dem Klienten besser geht – aber was dieses „besser“ konkret bedeutet, welche Einstellung, welches Verhalten damit gemeint ist, kann die Beraterin nicht von sich aus festlegen, sie muss es mit dem Klienten und dessen Vorstellungen zusammen erarbeiten, und

nicht die eigenen Ziele durchsetzen wollen (nach dem Motto: „Ich weiß, was für dich gut ist“). Entscheidend ist, noch mal: Es kann in der therapeutischen oder seelsorglichen Beziehung über alles, auch über die persönlichsten Dinge, gesprochen werden – nichts davon wird in Handeln zwischen den beiden Beteiligten umgesetzt. Die Beraterin begegnet dem Klienten „mit wohlwollender Neutralität“, sie wahrt die Distanz, unbedingt. Inzwischen haben alle Fachgesellschaften ethische Richtlinien veröffentlicht, in denen bestimmte Verhaltensweisen ausdrücklich verboten werden⁵. Zur Abstinenz gehört übrigens auch die absolute Verschwiegenheit der beratenden Person.

Mit dem Stichwort Abstinenz entsteht also eine Situation, die man durchaus paradox nennen könnte und die deshalb so anspruchsvoll zu handhaben ist: Innerlich-emotional kommen sich die beiden Personen, die beratende und die zu beratende, sehr nahe, viel näher, als das in vielen alltäglichen Beziehungen sonst der Fall ist. Nach einer gewissen Zeit kennt die Seelsorgerin oder der Therapeut die Klientin so gut wie wenige andere Personen sie kennen. Trotzdem bleiben sie äußerlich und innerlich auf Distanz, bleiben in der Anrede in der Regel beim „Sie“, wahren das professionelle Gefälle, treffen sich nicht außerhalb der vereinbarten Termine, verabreden keine gemeinsamen Unternehmungen. Um dieses komplexe Verhältnis von Distanz und Nähe in der Situation der Beratung noch mal anders zu beleuchten, will ich etwas sagen zu den Begriffen *Verstehen, Empathie, Beziehung, Begegnung und Konfrontation*.

Häufig sagen wir im Alltag – und auch in der Seelsorge – „ich verstehe dich“ oder „ich verstehe, was Sie sagen“. Gemeint ist damit, dass wir nachvollziehen können, was jemand ausgedrückt hat. Wilhelm Dilthey hat von einem „erlebendem Nachvollzug“ gesprochen, der Verstehen ermöglicht.⁶ Spätere haben das eine „Hermeneutik des Einverständnisses“ genannt (also eine Auslegungsmethode, die auf Einverständnis abzielt), die jedoch zweierlei übersieht: Mein Gegenüber im Gespräch ist und bleibt in einem letzten Sinn immer ein fremder Mensch, der in vieler Hinsicht anders ist als ich. Insofern ist der erlebende Nachvollzug häufig eine Täuschung, vor allem auch deswegen, weil jede Rezeption nicht einfach passiv abläuft, sondern zugleich immer aktive und subjektive Konstruktion ist. Bei allem, was ich wahrnehme, tue ich etwas Eigenes hinzu, Eigenes aus meiner Gefühlswelt, aus meiner Biografie. Wahrnehmen ist immer

⁵ Vgl. die ethischen Richtlinien z.B. der Deutschen Gesellschaft für Pastoralpsychologie (DGfP). Zu den berufsethischen Verpflichtungen vgl. auch ausführlicher Michael Klessmann, *Seelsorge. Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens*. Göttingen ⁶2022, 313f.

⁶ Zitiert nach Michael Klessmann, *Pastoralpsychologie. Ein Lehrbuch*. Neukirchen ⁵2014, 42f.

auch Wahr-Geben, ist interesse-geleitet, an vorgängige biografische Erfahrungen gebunden. Zufällig bin ich auf den spannenden Satz des Jazz-Trompeters Miles Davis gestoßen: *If you understood everything I said, you'd be me*.⁷ In jedem Verstehen bleibt eine Differenz, die durchaus keinen Mangel darstellt, sondern produktiv genutzt werden kann, indem man versucht, sie genauer zu explorieren – während vorschnelles, vermeintliches Verstehen den Prozess der Kommunikation stillstellt. Insofern ist der Satz „Ich verstehe dich“ im strikten Sinn immer falsch, es kann sich immer nur um eine Annäherung handeln.

Empathie definiert Carl Rogers als die Fähigkeit, „den inneren Bezugsrahmen des anderen möglichst exakt wahrzunehmen, mit all seinen emotionalen Komponenten und Bedeutungen, gerade so, als ob man die andere Person wäre, *jedoch ohne jemals die ‚als-ob-Position‘ aufzugeben*“⁸. Empathie ist also deutlich von Identifikation zu unterscheiden und meint nicht einfach nur emotionale Nähe: Es bezeichnet eine Art Mitgefühl, das aber nie völlig die Differenz zur anderen Person, jenes „als ob“ aufgibt. Ich bin nicht du, ich empfinde nicht wie du, es gibt, bei aller wünschenswerte Nähe und Einfühlung, eine bleibende Differenz zwischen uns. Als Beispiel: Jemand erzählt von der Trauer um die verstorbene eigene Mutter. Die beratende Person kennt Trauer um die Mutter aus ihrer eigenen Biographie und könnte nun meinen, sie wüsste, um was es geht. Das stimmt jedoch nur teilweise: Denn die spezifischen Nuancen der Trauer dieser Person sind garantiert anders als die eigenen. Jeder Mensch trauert auf seine ganz besondere Weise! Dessen muss man sich immer bewusst sein.

Ähnliches gilt für den Begriff der *Beziehung*. Eine Beziehung aufzunehmen heißt, miteinander in Kontakt zu treten, einander mit allen Sinnen wahrzunehmen, aufeinander zu reagieren mit Worten, Mimik, Gesten, Körperausdruck, Nähe und Distanz, sich auf den verschiedenen Kommunikationsebenen bewusst und unbewusst einander mitzuteilen und im Zuge dieser Kontaktaufnahme eine gewisse Verlässlichkeit und Erwartbarkeit aufzubauen. Beziehung braucht Kommunikation, geschieht durch Bedeutungsvermittlung, ist narrativ und mimisch-gestisch verfasst. Entscheidend in unserem Zusammenhang: Beziehung ist nicht Symbiose, in der die Differenzen zwischen den Beteiligten verschwimmen und man die Fähigkeit zum Beobachten verliert. Beziehung ist aber auch nicht so große Distanz, dass beispielsweise die nonverbalen Dimensionen

⁷ Zitiert bei Igor Levit und Florian Zinnecker, Hauskonzert. München ³2021, 7.

⁸ Zitiert nach Christiane Burbach, Handbuch Personzentrierte Seelsorge und Beratung, Göttingen 2019, 33.

der Kommunikation gar nicht mehr wahrnehmbar sind, man also nicht mehr sehen kann, wie jemand schaut, wie jemand lacht oder weint. Beziehung ereignet sich *zwischen* Nähe und Distanz, sie ereignet sich, so wird es in der Gestalttherapie formuliert, auf der *Kontaktgrenze* zwischen den Beteiligten. Wer sich professionell in Beziehung zu einer anderen Person begibt, sollte in der Lage sein, die eigene Position, von der aus wir zu verstehen suchen, die eigene Emotionalität, wahrzunehmen (z.B. ob ich im Moment entspannt und präsent sein kann oder ob ich durch eine Krise im eigenen Leben abgelenkt und emotional stark besetzt bin) und sich gleichzeitig in die der anderen Person einzufühlen, ohne dabei die hilfreiche Differenz zwischen Ich und Du aufzugeben. Die bleibende Fremdheit anzuerkennen und der anderen Person die Freiheit zuzugestehen, in und mit dieser Fremdheit in der jetzigen Beziehung zu sein, gehört zentral dazu – das ist natürlich besonders für interkulturelle und interreligiöse Begegnungen von Bedeutung. Wer diese Differenz verliert, gibt die Chancen einer Hilfestellung auf⁹. Wer sich in das emotionale Durcheinander der ratsuchenden Person hineinziehen oder verwickeln lässt, verspielt die Chance, dass das Gegenüber in der Differenz lernt, sich zu unterscheiden, seine eigene Stimme zu finden, sich abzugrenzen, zu widersprechen (wenn eine Klientin in der beraterischen Situation widerspricht, kann das ein Zeichen von Widerstand, aber auch von wünschenswerter Unabhängigkeit sein!) und darin Autonomie (in Beziehung) zu erfahren oder zu stärken. Autonomie zu stärken ist ein häufiges Ziel von Beratung. Therapeutische oder seelsorgliche Beziehung aufzunehmen, lässt sich mit gemeinsamem Musizieren vergleichen: Man muss sowohl die eigene Stimme als auch die der anderen hören und in der Unterschiedlichkeit das gemeinsame Musikstück entwickeln.

Begegnung hat schon von der Begrifflichkeit her mit „gegenüber sein“ zu tun¹⁰. Seelsorge wird traditionell mit Begleitung assoziiert, die beiden Personen gehen, wenn man sich das bildlich vorstellt, nebeneinanderher und schauen beide nach vorne. In der Begegnung stehen sie einander gegenüber und sind erst jetzt in der Lage, einander wirklich wahrzunehmen, hinzuschauen und zu be-

⁹ Der Begriff der Empathie wird in verschiedenen Therapieschulen unterschiedlich verwendet, etwa bei Heinz Kohut oder Carl Rogers. Heidi Maiboom, *Empathy*, New York 2020, 5ff. unterscheidet emotionale Ansteckung, affektive Empathie, kognitive Empathie (oder die Perspektive des anderen einnehmen) und Sympathie. Auch der inzwischen vielzitierte Begriff der Resonanz ist von Empathie abzugrenzen. Spiegelneuronen bilden die neuronale Basis für Resonanzphänomene, sie stiften Resonanzfähigkeit, aber nicht deren kulturspezifische Inhalte (vgl. Hartmut Rosa, *Resonanz*. Berlin ³2016, 254ff.).

¹⁰ Vgl. Klessmann, *Seelsorge*. ⁶2022, 35ff. (Anm. 5).

obachten. Aus der Kommunikationstheorie wissen wir, wie wichtig die nonverbale Dimension jeder Kommunikation ist – Blicke, Mimik, Gesten, Körperhaltung, Nähe und Distanz: Diese Aspekte und ihre Bedeutung nimmt man erst wahr, wenn man einander gegenübersteht oder -sitzt. Oft kriegt man erst durch das Hinschauen und Anschauen mit, wie eine verbale Mitteilung gemeint ist, ob jemand sachlich, oder zuversichtlich oder traurig gestimmt ist. Während im sog. Personalismus von Martin Buber die sog. „echte Begegnung“ zwischen zwei Menschen sehr hochgeschätzt wurde, hat der Psychiater Klaus Dörner vor Jahren nüchtern angemerkt: „In der Begegnung begegnen sich Gegner“ – das ist der Ursprungssinn des Wortes. Man ist einander im ersten Moment fremd – und Fremdheit löst oft Unsicherheit und Angst aus. Und noch weitergehend: Selbst Menschen, die einander vertraut sind, die einander gut kennen, bleiben sich in einer letzten Weise fremd. Es gibt das Sprichwort, dass man niemandem hinter die Stirn gucken kann: Letztlich bleiben auch Menschen, die einander nahe sind, die sich lieben, die seit Jahren in einer Partnerschaft leben, einander fremd – das wollen viele nicht gerne wahrhaben, aber es ist so. Das ist z.B. die Illusion der Verliebtheit, dass zwei Menschen im Überschwang ihrer Gefühle annehmen, sie seien eins und könnten einander in ihren Gefühlen sofort und völlig verstehen. Irgendwann folgt unvermeidlich die Enttäuschung, dass die andere Person eben doch anders ist als ich. Um Vieles mehr gilt das natürlich für Menschen mit einem anderen kulturellen oder religiösen Hintergrund. Da ist es besonders wichtig, die Fremdheit der anderen Person zu respektieren, sie sogar wertzuschätzen, zum einen, um der anderen Person ihre Würde und ihre Eigenständigkeit zu lassen; zum anderen, weil man auf diese Weise auch etwas Neues für sich selbst lernen kann.

Innere Distanz bietet die Voraussetzung für *Konfrontation*: Konfrontation kann, wie es das Wort nahe legt, etwas Aggressives beinhalten, deswegen tun sich viele Christ*innen in der Seelsorge ausgesprochen schwer damit.

Eine junge Pfarrerin erzählt in der Supervision von einer Trauergruppe, die sie leitet. Bereits in der Anfangsrunde dominiert ein Mann die Runde von 11 weiteren Mitgliedern, indem er lange und sehr ausführlich von dem Tod seiner Frau erzählt. Die Pfarrerin spürt, dass dieser Mann die Gruppe als Bühne benutzt, um sich und seine Trauer darzustellen, und damit die anderen instrumentalisiert; sie spürt ihren aufkommenden Ärger. Aber sie traut sich nicht, den Mann zu unterbrechen. „Als Seelsorgerin muss ich doch empathisch sein, muss ihn doch annehmen so wie er ist, gerade in dieser Situation seiner Trauer“, sagt sie.

Konfrontation kann bedeuten, jemanden freundlich, aber bestimmt zu unterbrechen, damit er oder sie zum Eigentlichen kommt und sich nicht im Kleinklein

von Geschichten verliert; in dem genannten Beispiel hat sie das Ziel, den anderen in der Gruppe das gleiche Recht zum Erzählen ihrer Geschichte zu ermöglichen. Konfrontation kann auch bedeuten, die ratsuchende Person auf etwas aufmerksam zu machen, das diese im Moment nicht wahrnimmt, nicht wahrnehmen kann. Dem Beobachter fällt etwa die Gestik und Mimik der ratsuchenden Person auf: Dass sie beispielsweise einen insgesamt gehetzten Eindruck macht oder von Trauer über den Tod des Vaters spricht, aber keinerlei Traurigkeit spüren lässt. Wer Abstand hält, dem kann das auffallen, der kann die Person darauf aufmerksam machen, in diesem Sinn konfrontieren und damit vielleicht ein wichtiges Thema vertiefen. Konfrontation kann weiter bedeuten, in einem Gespräch Differenzen ausdrücklich zu benennen, etwa wenn jemand sein persönliches Schicksal als Strafe Gottes versteht oder wenn jemand eine politische (z.B. rechtsradikale) Ansicht vertritt, die ich als Seelsorger nicht nachvollziehen kann und will. Eine knappe, aber deutliche Abgrenzung kann hier wichtig sein, um endlosen und letztlich fruchtlosen Debatten vorzubeugen¹¹. Konfrontation kann auch bedeuten, ein Bild ins Gespräch zu bringen, das die bekannte Situation in einem neuen Licht erscheinen lässt. In jedem Fall gehört Konfrontation zum professionellen Handwerkszeug in der Seelsorge: Sie setzt eine Distanz zum Gegenüber und Einsicht in die Chancen, die hier liegen, voraus.

4. Abstand und Selbstfürsorge

Beratung und Seelsorge sind Aufgaben, die ein hohes inneres Engagement der beratenden Personen fordern. Man teilt ja keine Gebrauchsanweisungen aus, sondern lässt sich von dem Schicksal eines Menschen betreffen, nimmt Anteil, fühlt mit, spürt jedes Mal etwas von dem Schmerz, der Traurigkeit, der Ratlosigkeit oder auch Freude des/der anderen Person. In diesem Sinn stellt jede Seelsorge oder Beratung eine persönliche Herausforderung dar, die einen insgesamt bereichern kann, aber im Konkreten auch oft stark belastet und beschwert, weil man es ja überwiegend mit den Problembereichen und Abgründen anderer Menschen, mit Leid, Schuld, Krankheit und Tod zu tun bekommt.

Ein besonders drastisches Beispiel: Eine Krankenhausseelsorgerin arbeitet seit vielen Jahren mit dem Schwerpunkt in der Neonatologie einer großen Klinik. Es geht in ihrer Arbeit ständig um Totgeburten oder um Spätabtreibungen bei schwer missgebildeten

¹¹ Ausführlicher zum Thema Konfrontation vgl. Michael Klessmann, Konfrontieren und Position beziehen in Seelsorge und Beratung. Transformationen Heft 22, Frankfurt a.M. 2015, 3 – 30.

Kindern, d.h. um extreme Trauer und Konflikte der Eltern, um Bestattungsgottesdienste, Trauergruppen mit verwaisten Eltern und Begleitung des Personals, die natürlich auch unter diesen Begegnungen leiden. Irgendwann in der Supervision sagt die Seelsorgerin: „Ich bin erschöpft, mich belastet das Thema so stark, ich kann mich dem nicht mehr entziehen, ich muss aus diesem Arbeitsfeld raus. Ich tue schon viel dafür, mich jeden Tag nach der Arbeit mit anderen Dingen zu beschäftigen, aber ich merke nach so vielen Jahren, dass ich mir diese Thematik nicht mehr wirklich vom Leib halten kann.“

Hier kommt das Stichwort von der Selbstfürsorge ins Spiel: Selbstfürsorge meint eine wache Aufmerksamkeit auf die eigene Person, ihre Ressourcen und Fähigkeiten, aber vor allem auch ihre Grenzen und Belastungen; so wie man Aufmerksamkeit und Einfühlung auf sein Gegenüber richtet, so sollte man sie auch auf die eigene Person lenken. Das hat nichts mit Egoismus zu tun, sondern bezieht sich auf die Entfaltung und Erhaltung der eigenen Potentiale und Ressourcen – mit dem Ziel, arbeitsfähig zu bleiben und damit auch den Klienten optimal helfen zu können. Die Notwendigkeit der Selbstfürsorge ist ein wesentlicher Grund dafür, warum man bei dieser Tätigkeit Supervision oder Coaching nehmen sollte, also nicht nur, um aktuelle Konflikte in der Beratung zu bearbeiten, sondern auch, um insgesamt immer wieder entlastende Reflexionen anzustellen. Reflexion schafft Distanz, und Distanz ist in diesem Zusammenhang, also was die Belastung in einem psychosozialen Beruf angeht, besonders wichtig.

Bei mangelnder Selbstfürsorge und Selbstreflexion kommt es leichter und schneller zum Ausbrennen, zum Burnout. Wobei die Ursache für einen Burnout eben nicht nur im persönlichen Überengagement zu suchen ist, sondern eben auch in den Strukturen und Eigentümlichkeiten eines bestimmten Arbeitsfeldes. In Situationen emotionaler Überlastung kann es dann dazu kommen, dass die professionelle Person aus Gründen des Selbstschutzes eine *übergroße* Distanz zur ratsuchenden Person aufbaut, sich gar nicht mehr wirklich einlassen kann, vielleicht sogar zynisch und abwehrend wird. Das wird dann eine destruktive Form der Distanz.

Und auch für die Klienten / die Klientin ist Abstand ein wichtiges Thema: Heilung geschieht durch Erfahrung von Nähe, das ist richtig, aber doch auch durch den Aufbau einer neuen, anders gearteten Distanz als vorher. Distanz des Klienten heißt z.B.: Ich bin nicht mein Problem, sondern ich habe ein Problem. Ich empfinde im Moment Angst oder Traurigkeit, aber ich gehe in diesen Gefühlen nicht völlig auf, ich habe und spüre auch andere Emotionen, andere Seiten, an-

dere Stärken. Bereits der Prozess des Erzählens schafft innere Distanz, im Ausprechen stellt man das Thema/die Angst quasi aus sich heraus, so dass man sie wie von außen betrachten kann. Man kann sie, etwa mit Hilfe der Gestalttherapie, auf einen Stuhl gegenüber setzen und mit ihr in einen Dialog treten. Sie wird kommunizierbar und damit besser handhabbar. Man kann ein Bild, eine Metapher für das Problem finden und damit eine neue Perspektive gewinnen. Zusätzlich verändert die Resonanz der Seelsorgeperson den Blick, weil sie fremde Deutungen einspielt, die die bisher als selbstverständlich und alternativlos gehaltenen Sichtweisen auflockern.

Schließlich gehört zur Selbstfürsorge, sich von Übergriffigkeiten von Klienten (überwiegend Männer gegenüber Frauen in der Rolle der Beraterin!) abzugrenzen, „nein“ zu sagen, sich gegen sexualisierte Sprache und Verhalten zu verwahren und evtl. auch den Kontakt abzubrechen, wenn sie sich benutzt und beschmutzt fühlen (was z.B. bei sog. „Sexanrufern“ in der Telefonseelsorge nicht selten vorkommt). Es gilt, die eigenen Grenzen zu kennen, sie ernst zu nehmen, aber sie auch im Gespräch mit anderen (in Supervision oder Intervision) zu reflektieren und immer wieder zu überprüfen.

5. Das Dilemma von Distanz und Nähe in der Gemeindeseelsorge

Kontexte und Verlauf von Seelsorge in der Gemeinde (auch noch mal zu unterscheiden von Krankenhaus- oder Gefängnisseelsorge) haben einen sehr anderen Charakter als Beratung oder Therapie; der andere Kontext macht eine gesonderte Reflexion notwendig¹². Kirchengemeinde (Parochie) ist immer auch Gemeinschaft, das ist eine ihrer speziellen Ressourcen: Von anderen wahrgenommen und wertgeschätzt werden, sich aufgehoben fühlen, sich umeinander kümmern ist etwas, das sich viele Menschen wünschen und das sie brauchen und das eine Kirchengemeinde mal mehr, mal weniger intensiv zur Verfügung stellen kann. Und die Pfarrerinnen und Pfarrer leben mitten drin (das gilt, in etwas anderer Form, auch für ehrenamtlich Seelsorgende): Sie sind die Amtsträger*Innen, die wesentliche Impulse für Gestaltung und Organisation der Gemeinde geben. Als solche haben sie eine Amtsautorität, die erst einmal eine gewisse Distanz schafft. Im Lauf ihrer Tätigkeit lernen sie viele Menschen ziemlich gut kennen, erfahren von Einzel- und Familienschicksalen, mit manchen werden sie vertraut, im engeren Kreis der Kerngemeinde duzt man sich vielleicht,

¹² Vgl. ausführlich Wolfgang Drechsel, Gemeindeseelsorge. Leipzig 2015.

manche Gemeindeglieder werden zu Freunden und Freundinnen der Pfarrperson. Pfarrer*Innen suchen genauso Nähe und Wertschätzung zu und von anderen in der Gemeinde: Sie wollen nicht nur als geistliche Rollenträger wahrgenommen werden, sondern auch als Individuen mit persönlichen Eigenschaften und Bedürfnissen wertgeschätzt werden.

Zu diesen kontextuellen Faktoren kommt hinzu: Seelsorgegespräche haben eine größere Nähe zum Alltagsgespräch verglichen mit Beratung und Psychotherapie: Seelsorgegespräche sind tendenziell eher kurz, sie finden meistens nicht in einem formell festgelegten Rahmen statt, sondern z.B. im Mehrbettzimmer eines Krankenhauses, bei Trauergesprächen im Wohnzimmer zusammen mit anderen Familienmitgliedern oder „bei Gelegenheit“ zwischen Tür und Angel nach dem Gottesdienst, wo andere u.U. sogar mithören können; sie arbeiten nicht mit Diagnosestellung und der Planung eines Therapieverlaufs, sind also insgesamt deutlich informeller: Da kann man den professionellen Charakter leichter schon mal vergessen und entsprechend die eigentlich notwendige Distanz aufgeben. Es kann sein, dass man sich auch außerhalb der Gesprächssituation begegnet (z.B. beim Einkaufen) und dann damit umgehen muss, dass man u.U. sehr persönliche Details der anderen Person kennt. In solchen Fällen ist für die Pfarrperson oder die Ehrenamtliche eine selbstkritische Prüfung unabdingbar: Wenn so ein Mensch mit einem seelsorglichen Anliegen kommt, von Problemen in der Partnerschaft oder mit einer Krankheit erzählt: Bin ich (falls sich daraus eine längere Begleitung entwickeln könnte) der oder die richtige und geeignete Gesprächspartnerin, bin ich vielleicht zu nah dran, neige dazu, parteiisch zu sein, spüre aus der vorhergehenden Bekanntschaft eine besondere Sympathie oder Antipathie und sollte ich dann evtl. die ratsuchende Person an einen Kollegen / eine Kollegin weiter verweisen? Solche Überlegungen stellen keinen Makel dar, sondern sind eher Ausdruck von Kompetenz: Zur Kompetenz gehört, dass man weiß, was man kann, aber eben auch, wo die eigenen Grenzen liegen. Und die können in so einem vorgestellten Fall gerade darin liegen, dass man nicht genügend Abstand hat. Deswegen empfiehlt sich Seelsorge bekanntermaßen zwischen Familienmitgliedern oder miteinander befreundeten Menschen in der Regel nicht: Man ist zu nah dran, ist emotional involviert, ergreift Partei, – das fühlt sich im Moment vielleicht ganz gut an, ist langfristig gesehen aber wenig hilfreich, weil Interventionen, die Abstand brauchen, nicht mehr gut funktionieren.

6. Der nahe und der ferne Gott

Nähe ist in Theologie und Kirche ein ausgesprochen positiv besetztes Wort¹³, es wird mit Harmonie und Liebe assoziiert: Gott ist die Liebe, eine der besonders wirksamen Gottesvorstellungen, die dann entsprechend auf das Verhalten von Christenmenschen übertragen worden ist: Du sollst Gott, deinen Herrn, lieben, von ganzem Herzen, und deinen Nächsten wie dich selbst (Mk 12, 30f.). In den sog. Haustafeln in den Briefen an die Galater und Epheser werden die Werke des Fleisches denen des Geistes gegenübergestellt. Dort wird die „Frucht des Geistes“ charakterisiert als „Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut...“(Gal 5, 22f.). Einprägsam formuliert der 1. Johannesbrief: „Dieses Gebot haben wir von ihm, dass, wer Gott liebt, dass der auch seinen Bruder liebe“ (1 Joh 4, 21). Entsprechend gehören Zorn, Streit und Zank zu den Werken des Fleisches, die ausdrücklich verdammt werden.

Daraus ist in den christlichen Gemeinden eine Kultur der Liebe und Harmonie, eine Kultur der erwünschten und quasi vorgeschriebenen Nähe geworden: Wir reden einander mit „Bruder und Schwester“ an, die Hierarchien sollen besonders flach sein, Entscheidungen im Kirchenvorstand sollen „einmütig“ gefällt werden. Das hat dazu geführt, dass sich viele Christinnen und Christen ausgesprochen schwer tun damit, Distanz, Differenzen und Fremdheit überhaupt wahrzunehmen und entsprechend Konflikte anzusprechen und auszutragen. Verbreitet ist eine Konfliktvermeidungsstrategie, die – als Kehrseite – mit Klatsch und Tratsch hinter dem Rücken der Betroffenen das Klima unterschwellig vergiftet und langfristig die in Rede stehende Problematik nur verschlimmert.

Auch die Gottesvorstellungen sind von dieser Entwicklung tiefgreifend beeinflusst: noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts setzte Karl Barth mit seinem Buch „Römerbrief“ (1922) einen kräftigen Kontrapunkt gegen die damalige These der liberalen Theologie von einer möglichen Versöhnung zwischen Reich Gottes und moderner Kultur. Für Barth ist Gott „der ganz Andere“, er sieht einen unendlichen qualitativen Unterschied zwischen Gott und Mensch, der Mensch kann niemals von sich aus Gott erkennen oder erfahren; nur Gott selbst kann sich dem Menschen in seinem Wort offenbaren. Hier wird der Abstand des Menschen zu Gott deutlich in den Vordergrund gestellt, hier kann auch das Abgründige, Schreckliche und Geheimnisvolle, das mit der Gottesvorstellung eben auch – wenn man es religionsgeschichtlich sieht – verbunden ist, anerkannt und gewürdigt werden. Mit diesem theologischen Ansatz gewann damals die

¹³ Denken Sie an das Lied (EG 170): Komm Herr segne uns, dass wir uns nicht trennen... nie sind wir allein...“

Kategorie der Verkündigung des Wortes Gotte, des Wortes von Gericht und Gnade, für alle kirchlichen Handlungsfelder unbedingte Priorität. Gott offenbart sich in seinem Wort und wir Menschen haben zu hören und gehorsam zu sein! Während der Naziherrschaft war das eine einprägsame Formel, danach verlor diese im Kern autoritäre Struktur des Verkündigungsbegriffs bald an Plausibilität und Relevanz, seit den 1960 Jahren brachte Ernst Lange den Begriff der „Kommunikation des Evangeliums“ in die praktisch-theologische Debatte ein, verstärkt durch die Seelsorgebewegung, die sich nun gezielt um die Praxis von Kommunikation bemüht hat. Während Verkündigung von oben nach unten verläuft, abgebildet in den hohen Kanzeln, von denen die sonntäglichen Predigten gehalten werden, bezeichnet Kommunikation ein *wechselseitiges* Geschehen: In der Kommunikation geht etwas zwischen Menschen hin und her, zwischen den Beteiligten entstehen Resonanzen, und auch das Wort Gottes wird in ein Kommunikationsgeschehen eingebunden. Durch die Rezeption der nondirektiven Gesprächstherapie nach Carl Rogers in die Seelsorge gewann das Moment der Nähe und Einfühlung zwischen Menschen großes Gewicht, es wurde quasi theologisch aufgeladen: Wenn Verstehen zwischen Menschen geschieht, wird möglicherweise etwas von der Liebe Gottes darin erfahrbar. Das Göttliche deutet sich an in der Nähe, in der Liebe, im Verstehen zwischen Menschen. Ich glaube nach wie vor, dass diese These theologisch richtig ist, allerdings ist sie nur die eine Seite der Medaille: Denn Gott oder das Göttliche bleibt qua definitionem und nach der Lebenserfahrung der Menschen doch immer auch der fremde, der ferne, der geheimnisvolle, der rätselhafte Gott. Die häufig zu hörende Gebetsanrede „Guter Gott“ verharmlost m.E. das oder den, den wir mit dem Wort Gott anreden wollen. Die biblischen Traditionen und auch unsere Alltagserfahrungen sind voll davon, dass das Leben, und eben auch die Quelle des Lebens ein Geheimnis ist und bleibt. In Psalm 77 heißt es beispielsweise: „Ich denke und sinne des Nachts und rede mit meinem Herzen...Wird denn der Herr auf ewig verstoßen und keine Gnade mehr erweisen? Ist es denn ganz und gar aus mit seiner Güte, und hat die Verheißung für immer ein Ende? Hat Gott vergessen, gnädig zu sein oder sein Erbarmen im Zorn verschlossen? (Ps 77, 7 - 10). Das ist doch die Erfahrung vieler Menschen, die z.B. mit einer schweren Erkrankung ringen, einen plötzlichen Todesfall oder einen Unfall zu bewältigen haben – von schweren Katastrophen wie Überschwemmungen oder Erdbeben oder den jetzt gerade wütenden Kriegen in der Ukraine oder in Israel ganz zu schweigen. In der Seelsorge wird die Theodizeefrage (Wie kann ein liebender Gott das zulassen?) häufig ausgesprochen oder steht unausgesprochen im Hintergrund. Diese wichtige Erfahrung aus der Seelsorge sollte m.E. deutlicher auf

die Kommunikation des Evangeliums insgesamt abfärben. Es macht einen großen Unterschied, ob man Gottes Transzendenz oder seine Immanenz in den Vordergrund stellt, ob man ihn als den Heiligen (Jesaja) oder als den Liebenden (1 Joh 4) versteht, als den ganz Anderen oder ganz den Unseren.¹⁴ Das sind m.E. keine sich ausschließenden Alternativen, aber notwendige wechselseitige Ergänzungen und Korrekturen. Seelsorgende brauchen die Fähigkeit, beide Seiten zu hören, aufzugreifen und miteinander zu vermitteln.

7. Schluss

Nähe und Distanz haben ein Janusgesicht, stellen zwei Seiten einer Medaille dar. Das „Abstand halten“ im Titel unserer Tagung kann ja auch bedeuten, sich innerlich und emotional distanziert zu verhalten, sich gar nicht einzulassen auf die Emotionen der anderen Person, nicht Anteil zu nehmen, auf der Sachebene zu bleiben, Angst vor Nähe zu haben. Sie haben hoffentlich aus meinem Vortrag herausgehört, dass ich das gerade nicht meine: Nähe und Empathie sind in Seelsorge und Beratung unverzichtbar, aber sie brauchen immer das Bewusstsein, dass dadurch die notwendige Distanz und unveränderliche Fremdheit zwischen Menschen nicht gänzlich aufgehoben wird, und dass darin nicht nur ein Makel liegt, sondern auch eine Chance: Abstand und Differenz als Chance, die auch zur Heilung und Versöhnung, wie sie Seelsorge anstrebt, beitragen kann.

¹⁴ So formuliert Hans Georg Pöhlmann, Abriss der Dogmatik. Gütersloh 2002, 117, 137.