



Unsicherheiten und Fehler in der ganzheitlichen Seelsorge

Erste Hilfe bei seelischen Problemen

Kannst du dich noch erinnern, als du den Führerschein bekommen hast? Welche Freude! Doch der Erhalt des „Lappens“ hatte einiges gekostet – an Geld, an Zeit; theoretische Prüfung, praktische Prüfung und ein Erste-Hilfe-Kurs. Durch ihn haben wir gelernt, wie wir anderen bei einem Unfall die Hilfe geben können, die sie dringend brauchen: ob Seitenlagerung, Beatmung und Herzmassage – um dann auch die eigenen Grenzen der Hilfe zu akzeptieren und den Rettungsdienst zu rufen.

Doch wie kann ich „erste Hilfe“ bei Freunden, Bekannten oder Glaubensgeschwistern leisten, wenn es sich um seelische Nöte handelt?

„Erste Hilfe“ ist auch hier möglich – und oftmals entscheidend nötig.

Warnsignale und unsere Wahrnehmung

Seelische Nöte zeigen sich häufig durch Warnsignale: Die Betroffenen ziehen sich häufiger zurück oder ihre Leistungsfähigkeit lässt nach. Schlafprobleme, extreme Anspannung, Konzentrationsstörungen, Schwarz-Seherei oder starke Freudlosigkeit können solche Warnsignale sein. Manchmal von körperlichen Symptomen begleitet wie Verdauungsbeschwerden, Magen- oder Kopfweh.

Hier sehen wir schon: Beistehen können wir nur jemandem, den wir kennen – je besser, desto mehr können wir Warnsignale bemerken. Wer nur selbstbezogen durch die Welt geht und kein Interesse an anderen hat, kann keine Warnsignale erfassen...

Von vornherein sollte klar sein: Es geht um Wahrnehmung, nicht um das Erstellen einer psychologischen Diagnose oder gar Therapie! Hier müssen wir uns auch der Grenzen der eigenen Kompetenz und der eigenen Verantwortung klar sein. Es ist nämlich keine Hilfe für ein Unfallopfer, wenn der Erste-Hilfe-Leistende versucht, Rippenbrüche oder innere Blutungen zu diagnostizieren und sogar beginnt zu „therapieren“, statt den Arzt zu rufen, bzw. das Unfallopfer ins Krankenhaus zu bringen. Eine Schürfwunde dagegen kann man in Eigenverantwortung behandeln.

Ewald war gefangen von seinen Lebenslügen und sein „Lebensklima“ war zerstörerisch. Statt eine gesunde biblisch-ganzheitliche Seelsorge zu suchen, versuchte er mit „frommen Seelsorgengruppen“ und mit „geistlichen Übungen“ und entsprechenden Fachbüchern Herr der Lage zu werden. Bis er endlich konkrete Hilfe in Anspruch nahm, dauerte es lange – seine Ehe ging derweilen kaputt, und seine Firma hat ihn entlassen, weil er seine Arbeit nicht mehr zufriedenstellend erledigen konnte.

Nach der Wahrnehmung von Warnsignalen kann es eine entscheidende „Erste Hilfe“ sein, den Betroffenen zu ermutigen, rechtzeitig seelsorgliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Ein kompetenter Seelsorger weiß, wann es nötig ist, eine Fachperson hinzuziehen zu müssen (z.B. bei schwerer posttraumatischer Belastungsstörung).

Wie spreche ich jemanden an?

Doch jetzt ergibt sich noch eine hohe Hürde bei der „seelsorglichen Erste-Hilfe“: Die Unsicherheit, wie man jemanden ansprechen kann, bei dem wir Warnsignale wahrnehmen. Lieber nichts sagen als etwas Falsches sagen. Oder man sagt tatsächlich Falsches, um als Christ „seelisch befriedigt“ zu sein, weil man ja helfen wollte. Dabei kann es sich wirklich um eine „Zwangsbeglückung“ handeln.

Zuerst sollte man beachten, dass beim Ansprechen einer betroffenen Person die Basis von LAW gilt: Liebe, Annahme, Wertschätzung.

Dies könntest du beispielsweise ausdrücken, indem du viel Interesse investierst und Fragen stellst (*„Irgendwie mache ich mir Sorgen um dich, ob es dir wirklich gut geht. Ich sah dich öfters so traurig dasitzen...“*). Vermeide dabei „neugierig“ zu sein und vermeide auch deine Aussagen ermahmend oder vorwurfsvoll klingen zu lassen. Bedenke, dass dieses Gespräch dem Betroffenen nicht leichtfällt, deshalb habe Geduld und nimm dir Zeit! Gib dem andern auch Raum, um zu überlegen, bevor er antwortet.

Menschen mit seelischen Problemen gelten verbreitet als schwach oder gar minderwertig. Doch das sind sie definitiv nicht (nicht in Gottes Augen, deshalb sollten sie es auch nicht in den unseren sein.). Daher brauchen diese Menschen in besonderer Weise Wertschätzung und Annahme.

Diese kannst du beispielsweise sehr gut zeigen, indem du nicht zwischen „gesund“ und „krank“ oder „gesund“ und „gestört“ unterscheidest. Eine solche Einteilung – auch wenn sie unausgesprochen nur im Herzen geschieht – würde die betroffene Person intuitiv erfassen. Vor dir sitzt eine wertvolles, wundbares Geschöpf Gottes!

Hilfreich ist auch (wenn eine Vertrauensbeziehung aufgebaut ist und wenn man die kausalen Zusammenhänge erkennen kann) dem Betroffenen mögliche Ursachen seiner Probleme zu erklären – eingehüllt in Verständnis und einem absoluten Angenommensein. Wer würde sich schließlich nicht gerne öffnen...?!?

Der geistliche Bereich

Außerdem führt eine gesunde „Erste Hilfe“ in der biblisch-ganzheitlichen Seelsorge direkt oder indirekt auch zum „pneumatischen“, zum geistlichen Bereich. Ob nun ein Betroffener seine Beziehung zu Gott fördert oder sich dieser Bereich für jemanden überhaupt erst erschließt ist zweitrangig. Die Zahl an psychischen Leiden, die wir wahrnehmen ist jedenfalls auch eine Möglichkeit, das heilbringende Leben mit Gott näher zu bringen.

Schlechte „Erste Hilfe“

- Bibelverse (ohne die Grundlage von LAW – Liebe, Annahme, Wertschätzung) – so gut und „richtig“ sie auch sein mögen. Sie können als kalt, herzlos und abweisend rüberkommen, z.B. „Es muss dir alles zum Besten dienen“ (Hinweis auf Röm. 8,28). Das löst oft aggressive Reaktionen aus und ist völlig kontraproduktiv!
- Losgelöste „geistliche Wahrheiten“, z.B. „Ach, muss Jesus dich liebhaben“ (und oft kommt: „...dass er dir solch ein Leid auferlegt“). Für die Seele des Betroffenen völlig kontraproduktiv! Das ist einem Freund von mir passiert, der seine jüngste Tochter bei einem Skiunfall verloren hatte...
- Aufruf zu „biblischem Handeln“. „Du musst nur mehr beten und glauben – und mehr an den Gemeindeversammlungen teilnehmen...“ Diese „Ermutigung“ zum leistungsorientierten Christsein ist genauso kontraproduktiv wie der
- Aufruf zum gesetzlichen Christsein: „Du musst dich nur mehr an die Gebote Gottes halten, denn wird es dir besser gehen“ (Und meist werden die entsprechenden Gebote sogar noch artikuliert.)
- Dich mit dem Täter befassen, statt mit dem Ratsuchenden als Opfer, der sich an dich gewandt hat. „Diagnosen“ über den Täter können dann zum besseren Verständnis der Situation später erfolgen.
- Gleich von deinen eigenen Erfahrungen erzählen, so als ob diese „die wahre Antwort“ seien. Sie können später erfolgen, um einerseits dem Ratsuchenden in gleicher Höhe zu begegnen oder den ganzheitlichen Weg zu illustrieren.

Bitte versuche diese gravierenden Fehler strikt zu vermeiden. Halte dich stattdessen an LAW: Liebe (erforsche und treffe die wahren Bedürfnisse des Leidenden), Annahme (umarme ihn in Gedanken mitsamt seinem Versagen, seinen Sünden, Fehlern und Schwächen), Wertschätzung (zeige ihm, dass er in deinen Augen wertvoll, kostbar und einzigartig wundervoll ist).

Fehler, die wir vermeiden sollten

Doch auch die „Anfangs-Seelsorge“, die nach der „Ersten Hilfe“ kommt ist wesentlich und entscheidend. Bob Kelleman spricht von „Zehn Fehlern, die wir in der Seelsorge vermeiden sollten“*

Er schreibt unter anderem:

1. Wir bewerten die Anamnese zur Person als wichtiger als unsere Beziehung zu ihr. „Das Sammeln von Informationen ohne Verbindung von Seele zu Seele kann dazu führen, dass Ebenbilder Gottes wie Laborproben behandelt werden, die analysiert und seziiert werden müssen. Es kann unnahbar, unpersönlich und lieblos werden – es kann sogar als Gegensatz zur Christusähnlichkeit interpretiert werden.“
2. Wir erzählen Gottes ewige Geschichte, ohne die irdische Geschichte des Ratsuchenden gehört zu haben.

„In 1.Thess. 2 stellt Paulus die wichtige Verbindung zwischen der Botschaft, dem Boten und dem Empfänger der Botschaft dar. Paulus teilt nicht einfach nur Fakten mit. Er teilt die Schrift und die Seele mit, indem er sich zu ihnen wie ein Bruder, eine Mutter, ein Vater, ein Kind, eine Waise und ein Mentor verhält.“

3. Wir reden auf die ratsuchende Person ein, anstatt die Bibel gemeinsam mit ihr zu erforschen.

„In rein direkter Therapie ist der Therapeut der Fachmann, der zum Patienten spricht und ihm die Wahrheit nahelegt. ...In rein nicht-direkter Therapie ist der Patient der Experte für sein eigenes Leben. Die Rolle des Therapeuten besteht lediglich darin, die Weisheit aus dem Innern des Patienten herauszuholen. ...In der kooperativen biblischen Seelsorge ist die Bibel der Wegweiser, und der Seelsorger geht mit der ratsuchenden Person sozusagen auf die Reise, um gemeinsam zu versuchen, die Weisheit des Wortes Gottes auf das Leben des Ratsuchenden zu beziehen. Der Seelsorger hat in der Regel immer noch mehr Wissen über das Wort Gottes, aber dieses Wissen wird nicht in der Weise genutzt, wie ein Experte vielleicht auf einen Neuling einredet oder ihn gar heruntermacht. Stattdessen ist dieses Wissen eine Ressource, die zur gemeinsamen Erforschung von Gottes Charakter und Weisheit, wie sie in der Heiligen Schrift offenbart sind, genutzt wird.“

4. Wir konzentrieren uns auf die Sünde und minimieren das Leiden. „Satan will, dass die Leidenden denken, wenn das Leben schlecht ist, ist auch Gott schlecht. Daher wollen wir die Leidenden auf ihrer Suche nach einer am Evangelium orientierten Perspektive begleiten, dass Gott auch dann gut ist, wenn das Leben schlecht ist. Wir helfen leidenden Freunden, Gott zu finden, auch wenn sie keine Erleichterung vom Leid finden.“

5. Wir versäumen es, Seelsorge nach dem Modell der Dreieinigkeit auszuüben. „Als biblische Seelsorger müssen wir nicht nur Sünde konfrontieren, sondern auch dem Vorbild der Dreieinigkeit folgen, um Leidende zu trösten. ... Derselbe heilige Herr ist auch unser liebevoller, allgegenwärtiger, tröstender Ratgeber.“ ... „Der Geist identifiziert sich mit uns in unseren Schwächen, setzt sich für uns in unseren Kämpfen ein und seufzt mit uns in unserem Leid.“

6. Wir betrachten Personen nur aus einem Blickwinkel, anstatt ganzheitlich zu denken. „Das Endziel biblischer Seelsorge ist eine Christusähnlichkeit, die Gott verherrlicht.“

7. Wir entwerten die Bedeutung menschlicher Emotionen, anstatt sie als Gottes Idee zu sehen. „Biblische Seelsorger müssen erkennen, dass Emotionen nicht abgewertet werden dürfen, sondern von großem Wert sind. Emotionen dürfen nicht herabgewürdigt werden, sondern sind von Gott geschaffene Kernaspekte des Bildes Gottes in uns. Biblische Seelsorger schätzen die von Gott gewollte Rolle, die Emotionen in unserem christlichen Leben und in unseren Beziehungen spielen.“

8. Wir spielen die Komplexität der Beziehung zwischen Körper und Seele herunter. „Auch wenn wir Medikamente als ein mögliches Element in einem umfassenden Ansatz der Seelsorge betrachten, versuchen wir immer, den Reichtum der Erlösung durch Christus in das Leben der Menschen zu bringen.“

Sünder werden immer Barmherzigkeit, Gnade, Vergebung und übernatürliche Kraft brauchen, um Gott und ihre Nächsten zu lieben.

Leidende werden immer Trost, Hoffnung und den Willen durchzuhalten brauchen. Letztlich finden sich diese Segnungen nicht in einer Pillenflasche... sondern in der Person von Jesus Christus.“

9. Wir maximieren die Sünde und minimieren die Gnade.

„Ich übersetze Röm. 5,20 so: `Wo die Sünde im Überfluss ist, da ist die Gnade im Superüberfluss!` ... Werden wir in unserem Bestreben, Sünde zu konfrontieren, manchmal ungewollt zu Sündenschnüfflern, Götzenfahndern und Sündenmaximierern? Oder vermitteln wir, wenn wir der Sünde entgegengetreten, bewusst die superüberfließende, erstaunliche unendliche Gnade Christi?“

10. Wir verwechseln die Kompetenz des Seelsorgers mit der All Genügsamkeit der Schrift.

„Weise Seelsorge erfordert andauernde, praktische, theologische Arbeit, um die Schrift, die Menschen und die Lebensumstände zu verstehen (2. Tim 2,15). ... letztlich steht die Demut im Mittelpunkt ... Wir sind in uns selbst inkompetent. Jede Kompetenz unserer Beratung kommt von Christus. Spezifische Seelsorgekompetenz erfordert ständiges Wachstum in den Bereichen des Charakters, der biblischen Inhalte, der Kompetenz und der Gemeinschaft. ... Dieser abgerundete, von Christus abhängige Ansatz für unseren Dienst wird dafür sorgen dass wir uns auf Jesus, die wahre Quelle aller Weisheit und Erkenntnis, konzentrieren.“

*Literaturhinweis:

Das Buch von Bob Kelleman können wir jedem Seelsorger empfehlen. Es erschien unter dem Titel „**Biblische Seelsorge auf dem Prüfstand – 10 Fehler, die wir in der Seelsorge vermeiden sollten**“, 2022 im 3L Verlag, Waldems (Auszug mit freundlicher Genehmigung des Verlags), kostet 14.50 € und ist auch in unserem AsB-Shop erhältlich.