

Ute Horn • Winfried Hahn

Worüber man nicht spricht

Tabus in Seelsorge und Gemeinde

SCM Hänssler

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	11
Zur Entstehungsgeschichte	19
Den Ort der Trauer finden – Ich habe fehlgeboren	21
Die Wiege füllen – Ich bin (noch) kinderlos	33
Aus dem Albtraum erwachen – Ich habe abgetrieben	47
Dem Schweigen der Männer Worte geben – Mein Kind wurde abgetrieben	57
Den Grauschleier ablegen – Ich wurde sexuell missbraucht	63
Neu Vertrauen finden – Ich wurde geistlich missbraucht	81
Fair streiten lernen – Ich bin nicht konfliktfähig	95
Frei werden von der Abhängigkeit – Ich bin (porno)süchtig	107
Durch den Tunnel bis zum Licht – Ich bin depressiv	117
Den Weg zu neuer Kraft finden – Ich bin im Burn-out	129
Chancen in der Schwachheit entdecken – Ich bin krank (trotz Gebet)	143
Vorfreude auf den Himmel – Sterben macht mir Angst	157

Vorwort

»Der Untertitel ›Tabus in Seelsorge und Gemeinde‹ klingt vielversprechend«, hörten wir oft, wenn wir Menschen von den Plänen zu dem vorliegenden Buch erzählten. *Tabus* wecken Neugierde wie alles, was verboten oder geheimnisvoll ist. Was macht Tabus so attraktiv?

Jean-Paul Sartre¹ soll gesagt haben: »Vieles auf dieser Welt wäre völlig uninteressant, wenn es nicht verboten wäre.« Tabus reizen auch den modernen Menschen noch.

Welche Themen kommen Ihnen spontan in den Sinn, wenn Sie an Tabus denken? Unfruchtbarkeit, sexueller Missbrauch, Depressionen?

Einige Tabus kann man daran erkennen, dass über diese Themen ironisch gesprochen wird wie zum Beispiel beim Thema Finanzen: »Über Geld spricht man nicht, Geld hat man!«

Menschenfurcht ist oft der Motor hinter den Tabus. Was machen Bekannte, Freunde, Nachbarn und Verwandte mit mir, wenn sie herausbekommen, dass ich AIDS oder Krebs habe? Geben sie mir dann noch eine Chance, am Leben teilzuhaben? Oder werde ich aussortiert und bekomme das Etikett »Nicht mehr tragbar«?

In kirchlichen und gemeindlichen Kreisen können noch andere Themen hinzukommen, die mit dem Glauben zusammenhängen. Wenn eine Gemeinde immer wieder predigt, dass Jesus Christus auch heute noch Kranke heilt und man für sich beten lassen kann, wäre es vielleicht ein Tabu, darüber zu reden, dass man trotz Gebet krank geblieben ist.

Möge dieses Buch dazu dienen, dass Tabus keine Macht mehr im Leben von Menschen entfalten und sie dadurch davon abhalten, Wege der Heilung zu finden. Mögen Menschen Seelsorger finden, denen man *alles* anvertrauen kann. Mögen die Gemeinden Orte sein, an denen man über alles reden kann, Orte, wo man versteht und verstanden wird.

Ihre Ute Horn und Ihr Winfried Hahn

PS:

Dieses Buch ist keine wissenschaftliche Abhandlung. Wir erheben keinen Anspruch auf statistisch evaluierte Daten. Es ist ein Buch aus der Praxis für die Praxis und basiert auf vielen Beobachtungen, Selbsterfahrungen und Gesprächen mit Betroffenen.

Die in diesem Buch zur Illustration unserer Ausführungen beschriebenen Erlebnisse sind wirklich passiert. Wir haben jedoch zum Schutz der einzelnen Personen die Namen und Orte geändert.

Noch ein kleiner Hinweis: Um eine gute Lesbarkeit zu gewährleisten, wurde auf die Doppelnennung der Geschlechterbezeichnungen weitgehend verzichtet. Die männliche oder weibliche Form steht in diesen Fällen als »neutrale« Variante für beide Geschlechter.

Einleitung

Bevor wir uns damit beschäftigen, welche Tabus es in Seelsorge und Gemeinde gibt, wollen wir zunächst die Begriffe »Tabu«, »Seelsorge« und »Gemeinde« erklären und uns fragen, zwischen welchen Strategien der Mensch im Allgemeinen auswählt, um mit Traumata, Verletzungen und Konflikten fertigzuwerden.

Was ist denn eigentlich ein Tabu?

Der Begriff »Tabu« (*ta pu*) kommt aus Tonga und damit aus der Sprache der Polynesier. James Cook brachte den Begriff »Tabu« von seiner Südseereise (1768–1780) mit nach Europa. In Tonga bedeutet Tabu *Unantastbarkeit von heiligen Handlungen, Sachverhalten und Personen aus der Sakralsphäre*. Die Verletzung eines Tabus war und ist mit Strafen belegt. Tabu ist eines der wenigen Wörter, das aus der Sprache eines Naturvolkes eingedeutscht wurde. Es gibt zahlreiche Ableitungen von dem Wort Tabu: tabuisieren, Tabuzone, Tabubruch, enttabuisieren. Vielleicht fällt Ihnen auch spontan das beliebte Gesellschaftsspiel *Tabu* ein, bei dem Begriffe erklärt werden müssen, ohne bestimmte Worte, sogenannte Tabus, zu benutzen. Schon früh lernt der Mensch Tabus kennen: Handlungen, Themen oder Sätze, die mit den Worten »Das macht man nicht. Das tut man nicht. Das gehört sich nicht.« belegt werden. Soziale, religiöse, kulturelle und psychologische Gründe bilden den möglichen Hintergrund für das Entstehen von Tabus. Tabus sind von Kultur zu Kultur sehr unterschiedlich und auch Wandlungen unterworfen. Die Sexualität war bis ca. 1968 ein absolutes Tabuthema. Mittlerweile ist sie allgegenwärtig in Reklamen, Filmen und Zeitschriften, im Schulunterricht und in Büchern. Trotzdem kann es sein, dass Sexualität in vielen Familien noch weiterhin als Tabuthema besteht: Kinder werden von ihren Eltern nicht aufgeklärt und trauen sich auch nicht, Vater und Mutter etwas zu diesem Thema zu fragen.

Verschiedene Arten von Tabus

- Tabus aus Übereinkunft
- Tabus aus Hilflosigkeit
- Tabus aus Interesse- und Sprachlosigkeit
- Tabus aus Angst
- Tabus aus Scham
- Tabus aus Vermeidungs- und Verleugnungsverhalten

Unter *Tabus aus Übereinkunft* würde der Umgang mit Finanzen fallen. Kaum einer sagt ehrlich, wie hoch sein Kontostand ist oder dass er von Hartz IV lebt. Es ist in unserer Gesellschaft ein unausgesprochenes Gesetz, dass man nicht danach fragt, wie viel jemand verdient.

Unter *Tabus aus Hilflosigkeit* fällt der Umgang mit Krankheit und Behinderung. Menschen mit Handicap in Fröhlichkeit und Natürlichkeit zu begegnen, fällt den meisten schwer. Wer bringt uns bei, einem Menschen, dessen rechter Arm amputiert ist, wie selbstverständlich die linke Hand zur Begrüßung zu reichen? Man kann sich nur schwer in den Behinderten hineinversetzen und weiß nicht, was der andere erwartet. So meidet man ihn lieber, um nur keinen Fehler zu machen.

Unter *Tabus aus Interesse- und Sprachlosigkeit* würden wir den Umgang mit Fehlgeburten rechnen, wobei oft das eine das andere bedingt. Wenn ich sprachlos bin, habe ich wahrscheinlich kein Interesse und wenn mir das Interesse fehlt, mich damit auseinanderzusetzen, werde ich auch keine Worte finden, um zu trösten. Dass ein Kind schon im Mutterleib sterben muss, obwohl es ersehnt, gewünscht und willkommen geheißen wird, erscheint sinnlos.

Unter *Tabus aus Angst* wäre der Umgang mit Sterben und Tod zu nennen. Wer will schon mit der eigenen Vergänglichkeit und Endlichkeit konfrontiert werden? Leben wir nicht meistens so, als ob wir diese Erde nie verlassen müssten? Wenn ein Todgeweihter von der Sehnsucht erzählt, sterben zu dürfen, weichen die meisten von uns aus, plaudern über das Wetter oder erzählen von dem vergangenen Urlaub. Wer traut sich zu, den letzten Weg mit einem Menschen zu gehen? Wer bereitet sich auf seinen eigenen Tod vor?

Unter *Tabus aus Scham* wäre jahrhundertlang der ganze Bereich der Sexualität einzuordnen. Aber auch heute noch gibt es viele Bereiche der Sexualität, die nur selten thematisiert werden, zum Beispiel sexueller Missbrauch, Inzest oder Dreiecksbeziehungen.

Unter *Tabus aus Vermeidungs- und Verleugnungsverhalten*³ fällt die Auseinandersetzung mit den Folgen der Abtreibung in unserer Gesellschaft. Der Grund hierfür ist, dass der Schwangerschaftsabbruch als Methode der Geburtenkontrolle nicht in Misskredit gebracht werden soll. Man rechtfertigt, leugnet oder verdrängt die Tötung im Mutterleib und tut so, als ob die Beendigung einer Schwangerschaft ein medizinischer Eingriff wie die Entfernung eines Tumors sei. An dieser Auffassung nichts zu verändern, liegt im Interesse einer Jahr um Jahr immer größer werdenden Anzahl direkt Betroffener und indirekt Beteiligter, die inzwischen die Mehrheit bilden.

Was bewirken Tabus?

Tabus können

- einsam machen.
- in Lügen verstricken.
- davon abhalten, richtige Entscheidungen zu treffen.
- den Weg der Vergebung und Heilung verwehren.

Tabus können Menschen einsam machen. Wer begleitet die Frau, die sich sehnsüchtig ein Kind wünscht und gerade eine Fehlgeburt durchleben und durchleiden muss? Wer kann nachempfinden, dass sie um ein Kind, das noch niemand gesehen, von dem vielleicht sogar noch niemand gewusst hat, trauern will. Wenn sie keine Menschen findet, um über ihre Nöte zu reden, wird sie sich einigeln.

Tabus können Menschen in Lügen verstricken. Es gibt Menschen, die so tun, als ob sie genug Geld für große Geschenke und Geburtstagsfeierlichkeiten haben, nur um anerkannt zu werden. Sie geraten dadurch immer tiefer in die Schuldenfalle.

Tabus können mich davon abhalten, richtige Entscheidungen in meinem Leben zu treffen. Wenn ich depressiv bin, es aber verschweige,

kann ich die richtige Entscheidung – Hilfe bei einem Psychologen, Psychiater oder sogar in einer Fachklinik zu finden – nicht treffen.

Tabus können mir den Weg der Vergebung und der Heilung verwehren. Wenn ich mich noch nicht einmal in einem persönlichen Gespräch oder der Seelsorge traue zuzugeben, dass ich abgetrieben habe, wo kann ich dann erleben, dass der Gott der Bibel gerne Schuld vergibt, wenn ich sie bekenne?

Was versteht man unter Seelsorge und Gemeinde?

Unter *Seelsorge* verstehen wir Gespräche zwischen einem Ratgebenden, Seelsorger genannt, und einem Ratsuchenden. Der Ratsuchende erzählt Probleme aus seinem Leben und der Seelsorger hilft, Eigenanteile an der Krise zu entdecken und neue Wege des Miteinanders zu finden. Die Inhalte der Bibel sind dabei oft wegweisend. Im Gespräch mit Gott wird um sein übernatürliches Eingreifen gebeten. Entdeckt der Ratsuchende eigenes Versagen, kann er Gott dafür in Gegenwart des Seelsorgers um Vergebung bitten. Anschließend wird besprochen, ob und wie man den eventuell angerichteten Schaden wiedergutmachen und wie der Weg der Vergebung, Versöhnung und Heilung mit dem Menschen, an dem man schuldig geworden ist, aussehen könnte. Ein Seelsorger ist kein Orakel, sondern ein Mensch, der mir den Weg zu Gott neu zeigt, der mich an die Hand nimmt, mir neuen Mut macht, auch neuen Mut zu glauben, und der mich ein Stück meines Lebens begleitet.

Gemeinden sind im Kontext dieses Buches Kirchengemeinden der verschiedenen Konfessionen, die sich auf den Glauben an Jesus Christus berufen und die Bibel als Gottes Wort bezeichnen.

Schweigepflicht

Allen Tabus gemeinsam ist, dass man als Betroffener oft den Eindruck hat, niemanden zu finden, mit dem man darüber reden kann, ohne be- oder verurteilt zu werden. Man hat Angst vor einem Spießrutenlauf, wenn es andere erfahren und behält das Geschehene deshalb lieber für sich.

Hinzu kommen Verletzungen aus der Vergangenheit, die jeder von uns mit sich herumträgt, weil viele Personen Anvertrautes nicht für sich behalten können. Die Schweigepflicht des Pastors und Arztes ist ein hohes Gut, das auch Seelsorger, Gemeindeglieder und Freunde sehr ernst nehmen sollten. Manchmal ist es für alle Beteiligten einfacher, wenn man sich Hilfe außerhalb der eigenen Gemeinde sucht. Wer möchte schon jeden Sonntag der Person über den Weg laufen, der man einen Ehebruch gebeichtet hat?

Grundmuster der Konfliktbewältigung

Bevor die einzelnen Themen vorgestellt werden, möchten wir noch etwas über Grundmuster der Konfliktbewältigung⁴ sagen. Diese sind allen Menschen eigen, werden aber durch die Charakterstruktur, die Persönlichkeit, die Erziehung und die religiöse Einbindung individuell geprägt.

Man kann vier Grundmuster entdecken:

- Verdrängung
- Projektion
- Rechtfertigung
- Konfrontation

Anhand der Bewältigung einer Abtreibung wollen wir die vier Reaktionsmuster verdeutlichen.

Bei der *Verdrängung* versucht man die Abtreibung aus der Erinnerung zu verbannen, wann immer sie im Bewusstsein auftaucht. Bei dieser Methode soll es vermehrt zu Schmerzzuständen im Genitalbereich, aber auch im Rücken, der Brust oder dem Kopf kommen. Man spricht von der Wiederkehr des Verdrängten in anderer Gestalt, von der sogenannten Somatisierung. Aufgrund verdrängter seelischer Schmerzen können körperliche Beschwerden auftreten. Da die Seele schweigt, versucht der Körper zu schreien, um auf die Schmerzen des Herzens hinzuweisen.

Bei der *Projektion* findet eine Schuldverschiebung statt. Alle anderen werden für die Abtreibung verantwortlich gemacht: der Partner, die Eltern, die Ärzte und die Umstände. Das kann zu launischem Verhalten, Gefühlskälte bis zu Hass führen sowie auch zu funktionellen Sexualstörungen und Depressionen.

Bei der *Rechtfertigung* äußert man sich in einem öffentlichen Bekenntnis zur Tat. Man solidarisiert sich mit anderen, die auch abgetrieben haben, in der Absicht, das eigene Handeln zu rechtfertigen, also für richtig zu erklären. Dazu gehört auch, dass man die Folgen der Abtreibung negiert, entschieden bestreitet und leugnet.

Bei der *Konfrontation* versucht man, sich mit dem Geschehenen auseinanderzusetzen und mit sich und anderen Beteiligten ins Reine zu kommen. Die betroffene Frau steht gegenüber Vertrauenspersonen zu ihrer Schuld, ihr Kind getötet zu haben, und empfindet Reue. Sie trauert um den Verlust des Kindes und bemüht sich, das Geschehene wiedergutzumachen. Dies kann im Rahmen immer wiederkehrender Trauerphasen ritualisiert werden und zu sozialen, guten Taten führen.

Als Seelsorger sollte man wachsam sein, zu erspüren und zu erfragen, welcher Weg der Konfliktbewältigung gewählt wurde, und helfen, dass der Ratsuchende den Weg der Konfrontation und damit der Heilung gehen kann.

Übersicht der Tabuthemen

Im *Tabuthema* »*Den Ort der Trauer finden – Ich habe fehlgeboren*« möchten wir Ihnen die Tür zum Herzen der betroffenen Personen öffnen und Ihnen zeigen, wie wichtig es auch für Menschen mit Kindstod im Mutterleib ist, trauern zu dürfen, wie man diesen Personen helfen kann, den Weg der Heilung zu gehen, und wie man zusätzliche Verletzungen vermeiden kann.

Anschließend machen wir Sie im *Tabuthema* »*Die Wiege füllen – Ich bin (noch) kinderlos*« darauf aufmerksam, dass nach Schätzungen in Deutschland jedes sechste Paar ungewollt kinderlos bleibt. Viele Frauen und Männer reden jedoch nicht über ihren Frust und ihre Scham. Sie leiden oft still im Verborgenen und kommen nicht selten