

Wahl der Methoden und ihre theologische Rechtfertigung

Quellen: Ziemer, Seelsorgelehre; Möller, Praktische Theologie; Unterlagen Predigerseminar Wuppertal.

1. Gesprächsführung nach Carl Rogers

Das Gespräch geschieht nicht-direktiv und ist geprägt von **drei Grundhaltungen**.

- 1) **Empathie**, die sich in die Welt des Gegenübers und Wertvorstellungen einfühlt ohne zu bewerten.
- 2) **Echtheit**, die sich nicht versteckt und zu den eigenen Gefühlen steht, ohne zu überfordern.
- 3) **Wertschätzung**, die nicht an Bedingungen geknüpft ist und die nicht verändern will.

2. Aktives Zuhören

Die Haltung beim Aktiven Zuhören signalisiert: „Ich bin wirklich an Ihnen interessiert und nehme mir Zeit für Dich.“ Wichtig ist die eigene Zurückhaltung, das Beachten der Körpersprache, das Einfühlen und das Verbalisieren der Emotionen („spiegeln“). Mit Beziehungsebene (Ich bin „ganz Ohr“), Inhaltsebene (Kernaussagen „auf den Punkt bringen“) und Gefühlsebene (dem anderen „aus dem Herzen sprechen“) bezeichnet **Schultz von Thun drei Stufen des Aktiven Zuhörens**.

Generalisieren, Bagatellisieren, Moralisieren, Drängeln, etc. gilt als gesprächstörendes Verhalten. Unangebracht ist das Aktive Zuhören, wenn subjektive Grenzen überschritten werden, und bei einem konfrontativen Angriff.

3. Problemlösungsgespräch

Das Problemlösungsgespräch ist ein lösungsorientierter Ansatz. Der Partner wird als **Experte seines Problems** ernst genommen. Im Gespräch geht es darum, eine „Vision von Gesundheit“ zu entwickeln.

Das Problem eines Dritten kann nicht gelöst werden. Hilfreiche Interventionen sind u.a. Reframing, Komplimente, Distanzfragen, zirkuläre Fragen. **Leitfragen** für das Gespräch sind:

- 1) Welche Schwierigkeit(en) hast Du?
- 2) Was an den Schwierigkeiten ist das Problematische für Dich? Einkreisen des Problems!
- 3) Was ist Dein Ziel? Welche Lösung strebst Du an? Frage nach „Ausnahmen“ oder „Wunderfrage“.
- 4) Was hast du bisher getan, um dein Ziel zu erreichen? Was war schwierig, was hilfreich?
- 5) Gemeinsame Suche nach einer (kleinen) Veränderung: Welches ist der nächste Schritt auf dem Weg zum angestrebten Ziel bzw. Lösung?

4. Systemischer Ansatz

„Der Mensch ist kein Wägelchen“ (**Watzlawick**), deshalb wird nicht mechanisch nach Ursache – Wirkung gefragt, sondern lösungsorientiert nach der **Funktion des Problems im System** (z.B. bei Streit: „Wie funktioniert der Streit?“ ≠ „Wer hat angefangen?“). Dem konstruktivistischen Ursprung entspricht es, dass die moralische Frage und die Frage nach der Wahrheit nicht berücksichtigt werden.

Der Ansatz hat bei offensichtlichem Fehlverhalten (z.B. Vergewaltigung, Kindesmißbrauch) seine Grenze.

5. Theologische Rechtfertigung

Da „der Heilige Geist der beste Freund des Menschenverstandes ist“ (**Karl Barth**), ist bei der Wahl der Methoden das Kriterium der **Wissenschaftlichkeit** und die **methodische Übertragbarkeit** nicht zu unterschätzen. Entscheidend sind aus theologischer Sicht v.a. das **Menschenbild** und die **weltanschauliche-religiöse Offenheit**.

Die Therapierichtungen haben anthropologische Aktzentuierungen, die bei Vereinseitigung Gefahren mit sich bringen: So kann der Mensch zu deterministisch verstanden werden (Psychoanalyse) oder zu idealistisch-positiv (Humanistische Therapien). Seine Bedeutung als unverwechselbares Einzelwesen kann unterbetont werden (Systemischer Ansatz). Es kann der Eindruck einer beliebigen Manipulierbarkeit entstehen (Verhaltenstherapie).

Dagegen hält die biblische Anthropologie fest, dass der **Mensch Gebender und Empfangender**, aktiv und passiv, geprägt und offen, gebunden und frei, nach Luther Sünder und Gerechter zugleich ist. In der **Geschöpflichkeit und Gottoffenheit**, wird seine Grenze und Größe sichtbar.

In der Seelsorge ist **zwischen Gott und Mensch zu unterscheiden**, die unbedingte Zuwendung zum Menschen z.B. im Sinne Rogers kann theologisch in der Unterscheidung von Person und Werk und in der Zuwendung Gottes aufgenommen werden. So kann die Ressourcenorientierung auch mit der Einstellung des Seelsorgers in Einklang gebracht werden, der „den Gegenüber im Licht des Evangeliums neu erfindet“ (Bukowski).

Das Seelsorgegespräch unterscheidet sich von der Psychotherapie dadurch, dass **der Glaube immer bereits im Spiel ist** und von Zeit zu Zeit auch explizit auftaucht.