Abschlussarbeit des Anfangsdienstes als Pastor im Bund Evangelisch-Freikirchlicher Gemeinden in Deutschland (K.d.ö.R.)

Relevanz pastoraler Begleitung von Paaren im Jugend- und Junge-Erwachsenenalter

Pastor Manuel Linke
EFG Gelsenkirchen-Buer

Vikariatsbegleiter: Kai Bienmüller

Gelsenkirchen, Mai 2019

Inhaltsverzeichnis

Einleitung 3

1. Das Ich im Wir –
Welche Rolle Persönlichkeitsstrukturen in einer Beziehung spielen 4

1.1. Beziehung ist kein Statussymbol –
die Balance zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe 4

1.2. Persönlichkeitsstrukturen wahrnehmen
und die Sprachen der Liebe sprechen 7

1.3. Eine positive Einstellung füreinander finden 11

2. Die Zukunft beginnt jetzt 12

2.1. Hürdenjäger – mit äußeren Faktoren lernen, umzugehen 12

2.1.1. Spannungsgeladene Beziehung zur Familie 13

2.1.2. konfessions- und religionsverschiedene Beziehungen 13

2.2. Eine starke Beziehung bauen – das Prepare Enrich-Konzept 14

2.3. Privileg Ehe – Welche Prioritäten Paare setzen sollten 15

3. Seelsorgliche Begleitung von Paaren – ein starkes Privileg 17

3.1. Chancen und Grenzen eines / einer Paarbegleiters/ -begleiterin 17

3.1.1. „Wo kann ich über meine Fragen sprechen?“ 17

3.1.2. Chancen 18

3.1.3. Grenzen 19

3.2. Möglichkeiten zur konkreten Umsetzung
von Paarbegleitung im Gemeindeleben 20

3.2.1. Vertrauensvolle Beziehung aufbauen
als Grundlage für Paarbegleitung 20

3.2.2. persönliche Paargespräche 20

3.2.3. Gruppengespräche 21

3.2.4. Forum „Beziehungen gestalten“ 22

3.2.5. Paarabende in Form einer Gemeindeveranstaltung 23

Fazit 23

Anhang 25

Anlage 1 25

Literaturverzeichnis 26

Einleitung

„Ihr Lieben, lasst uns einander lieben, denn die Liebe ist von Gott, und wer liebt, der ist aus Gott geboren und kennt Gott.“ (1. Johannes 4,7)

Gott ist das Zentrum und Quelle der Liebe und somit ist die Liebe, die wir für andere Menschen empfinden, ein Geschenk Gottes.

Im Schöpfungsbericht wird das Verhältnis der Lebewesen auf der Erde beschrieben: Gott stellt den Menschen als Herrscher (und Verwalter) über Natur und Tiere (Gen 1,26), in die Beziehung zu sich selbst und er stellt uns in zwischenmenschliche Beziehungen: „Und Gott der HERR sprach: Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei; ich will ihm eine Hilfe machen, die ihm entspricht.“ (Gen 1,18). Im Neuen Testament bekräftigt Jesus die dreifache Liebe des Menschen – zu Gott, zu den Mitmenschen und zu einem selbst – als höchstes Gebot (Lukas 10,27).

Das Thema Beziehungen sollte daher auch im Gemeindekontext thematisiert werden. Die Gemeinde ist ein Ort, wo Beziehungen nach biblischen Prinzipien gelebt werden.

In den meisten Fällen kommen Paare zu Pastoren, wenn der Wunsch einer kirchlichen Trauung besteht. Einige Pastoren und Pastorinnen nutzen diese Gelegenheit für eine temporäre Paarbegleitung im Sinne der Hochzeitsvorbereitung. Entweder führen sie einen formalen Ehevorbereitungskurs durch oder besprechen zumindest in persönlichen Gesprächen über die Beziehung. Solch eine Vorbereitung ist meines Erachtens wichtig und wertvoll. Allerdings haben die Paare sich durch die Verlobung bereits für einen gemeinsamen Weg entschlossen und stecken parallel dazu in der organisatorischen Hochzeitsvorbereitung.
Mein Wunsch ist es, Paare frühzeitig zu begleiten. Ziel der Begleitung sollte sein, dass die Paare ein festes Fundament legen und bewusst in ihre Beziehung investieren. Je früher dies geschieht, umso besser. Denn eine Trennung ist schmerzhaft und prägt das Leben, oft stärker als es einem bewusst ist.
Durch meine Leitungstätigkeiten in Kleingruppen im Bereich junger Gemeinde stehe ich im regelmäßigen Kontakt zu den Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Ich sehe darin eine Chance, Paare frühzeitig zu begleiten. Das Thema meiner Arbeit bezieht sich die Altersspanne 14-27 Jahren[1], wobei der Fokus stärker auf 17-23 Jährigen liegt.

[1] Vgl. Sozialgesetzbuch.

Die Relevanz einer pastoralen Begleitung ist aus unterschiedlichen Gründen in jedem Falle gegeben. So kann ein Blick eines Außenstehenden helfen, blinde Flecken einer Beziehung aufzudecken und an ihnen zu arbeiten. Zudem können Konfliktthemen durch einen Begleiter oder einer Begleiterin das Gespräch vermittelnd geführt werden. Pastor*innen sind als Begleitung empfehlenswert, da sie aufgrund ihrer Ordination einer besonderen Verschwiegenheit unterliegen und aufgrund ihrer Ausbildung und Berufserfahrung in der Regel erfahrener Seelsorger sind. Ob die Paarbegleitung für das jeweilige Paar relevant ist, liegt ausschließlich in der Entscheidung des Paars. So ist auch nicht jede/r Seelsorger/in für das Paar geeignet, da Menschen unterschiedlich miteinander harmonieren und für manch einen der eigene Pastor / die eigene Pastorin zu nah ist für vertrauliche Paargespräche. Selbstverständlich kann die Paarbegleitung auch durch andere Seelsorger*innen stattfinden, doch die vorliegende Arbeit richtet sich in erster Linie an Pastoren im Gemeindedienst.

In dieser Arbeit werden Aspekte einer Liebesbeziehung beleuchtet. Im ersten Kapitel liegt der Fokus auf dem einzelnen Menschen in einer Beziehung. Im zweiten Kapitel werden Aspekte betrachtet, die das Paar gemeinsam zu bewältigen hat. Im Anschluss daran bietet die Arbeit Anregungen, wie eine pastorale Paarbegleitung gestaltet werden kann.

1. Das Ich im Wir – Welche Rolle Persönlichkeitsstrukturen in einer Beziehung spielen

1.1. Beziehung ist kein Statussymbol – die Balance zwischen Selbstliebe und Nächstenliebe

„Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei“. Dieses Bibelzitat aus Genesis 2,18 gehört zu den bekanntesten Bibeltexten und wird sehr gern bei Hochzeiten verwendet. Bereits in der Schöpfungsgeschichte macht die Bibel deutlich, dass die Gemeinschaft zwischen Menschen von Gott gewollt ist. Es ist zudem schöpfungsgewollt, dass durch das Eins-Werden zweier Menschen neues Leben entsteht. Sozialgeschichtlich betrachtet war wiederum bis zum Ende des letzten Jahrtausends die Gründung einer eigenen Familie überlebensnotwendig. Denn staatlich geförderte Versorgungsmöglichkeiten für Alleinstehende gab es, so wie wir es heute kennen, nicht.

Nicht zuletzt gehört die Sehnsucht nach Sozialität zu den Grundbedürfnissen eines Menschen.[2] All das sind gute und nachvollziehbare Gründe, warum es wertvoll ist, eine Beziehung einzugehen. Die Liebe zwischen Menschen ist definitiv ein Geschenk Gottes, welches die Menschen gegenseitig stärkt. Im 1. Johannesbrief 4,7 heißt es: „…lasst uns einander liebhaben; denn die Liebe ist von Gott, und wer liebt, der ist aus Gott geboren und kennt Gott.“ In der Liebe untereinander spiegelt sich also grundsätzlich der Wille Gottes wider.

Allerdings besteht in der Idealvorstellung, ein Leben in Beziehung zu führen, auch die Gefahr, dass die grundsätzliche Sehnsucht nach einem Partner bzw. einer Partnerin im Vordergrund steht und nicht die Person selbst. Denn dann wird der Partner / die Partnerin zum Objekt einer Sehnsucht, die kein Mensch stillen kann. Das Leben als Single wird dann wiederum als Defizit wahrgenommen. Diese Erfahrungen machen junge Leute heute noch, besonders in Gemeindekontexten.[3] In meinen Erfahrungen waren es oft gut gemeinte, scheinbar wohlwollende Worte, die aber den Eindruck vermittelten, einem fehle etwas als Single.[4] Wenn junge Menschen jedoch den Eindruck bekommen, eine Beziehung wäre ein Lebensziel, auf das man hinzuarbeiten habe, dann werden sie ihren eigenen Wert in der Beziehung mit einem anderen Menschen suchen. Das widerspricht ganz klar dem Evangelium der Bibel. Als Individuum sind wir Menschen wertvoll und eine Bereicherung für Gemeinschaft. Beziehung ist kein Muss, sondern ein Geschenk.

In der Arbeit mit jungen Menschen ist es daher wichtig, ihnen zu vermitteln, dass ihr persönlicher Wert nicht von der Liebe anderer Menschen abhängt. Vielmehr sollte ihnen vermittelt werden, ein Leben nach Gottes Willen, mit ihrer Leidenschaft und mit ihren Begabungen, zu gestalten, unabhängig von einem Beziehungsstatus. Die Annahme der eigenen Person ist ein enorm wichtiger Wert, den junge Leute erst lernen müssen. Der eigene Wert besteht darin, dass wir zuallererst Kinder Gottes sind, geliebt und vollkommen - ohne einen Partner oder einer Partnerin. Grundsätzlich sollte Kirche ein Ort sein, wo diese Zusage der Liebe Gottes vermittelt wird. Die Vermittlung der bedingungslosen Liebe Gottes und die daraus begründete Annahme der eigenen Person ist somit auch ein wichtiger Bestandteil pastoraler Arbeit im Jugendbereich. Eva-Maria Zuhorst drückt diesen Umstand provokant mit ihrem Buchtitel „Liebe dich selbst und es ist egal, wen du heiratest“ aus.

---

[2] In der Bedürfnispyramide von Abraham Maslow wird das Bedürfnis nach Sozialität als das dritte von fünf Grundbedürfnissen aufgeführt.

[3] Rebekka Gohla beschreibt in ihrem Buch „Beziehungsstatus: Ich mag Kekse“ ihre Erfahrungen als Single in einer Gemeinde, Gohla 5.128.

[4] R. Gohla veranschaulicht diese Problematik mit einem persönlichen Erlebnis, dass man für sie beten müsse, was ihr den Eindruck eines Defizits vermittelte, vgl. a.a.O. 5.

Denn die Annahme der eigenen Person ist die Voraussetzung, um eine gesunde Beziehung führen zu können.[5] Mit der Annahme der eigenen Person kommt auch Selbstbewusstsein, das für eine gelingende Beziehung unabdingbar ist. Denn wer Selbstbewusstsein hat, ist sich seiner selbst bewusst. Das bedeutet die eigenen Stärken, Schwächen und Grenzen zu kennen, wie auch seine Eigenschaften und Sehnsüchte.[6] Das gilt natürlich für jeden Menschen unabhängig seines Alters und seiner Lebenssituation. Die Besonderheit bei jungen Leuten besteht in der Regel darin, dass sie mit Umbrüchen und nachhaltigen Entscheidungen, meist zum ersten Mal, konfrontiert und vor besonderen Herausforderungen gestellt werden.[7] Als Beispiel sind hier Fragen nach der beruflichen Zukunft zu nennen, was ggf. mit einem Ortswechsel und somit Veränderungen oder sogar Verlust von gewohnten, langjährigen Beziehungen bedeutet. Für Liebesbeziehungen kann dies auch eine Fernbeziehung bedeuten, was viele vor eine große Entscheidungsherausforderung stellt. Hinzu kommt das Bedürfnis nach räumlicher Trennung zu den Eltern und die Suche nach der eigenen Identität.[8] Sowohl das Jugendalter als auch das Junge-Erwachsenenalter sind von Findungsphasen geprägt und damit verbunden die Frage: „Wer bin ich?“.[9]

Diese besondere Lebensphase stellt junge Leute vor Herausforderungen und sorgt zugleich dafür, dass sie sich viele Gedanken um sich persönlich machen, da viele Fragen offen sind, die sie in späteren Lebensphasen eventuell schon längst für sich geklärt haben. In einer gesunden Liebesbeziehung sollte der Fokus dennoch auf dem Partner bzw. der Partnerin liegen. Als Begleiter/in kann es unter Umständen sinnvoll sein, auf diese Spannung hinzuweisen und den Fokus bei Paaren auf den jeweils anderen zu legen. Da ist allerdings eine gesunde Balance notwendig, denn junge Leute können auch stark dazu neigen, sich selbst in ungesunder Weise zu negieren und eigene Wünsche dem Partner bzw. der Partnerin zuliebe zu unterdrücken. Solche Problemfelder können in Gesprächen wertschätzend aufgezeigt werden, damit eine Beziehung auf Augenhöhe gelingen kann.

Denn das Ich bleibt in der Beziehung bestehen – aber es verändert sich. Beziehungen erfordern Opferbereitschaft, denn der Fokus sollte auf dem Anderen liegen.[10] Das gelingt (in gesunder Art und Weise) nur dann, wenn das eigene Ich gefunden ist und man weiß, wer man ist. Hier liegt der Wert einer Beziehung in der Bereicherung gegenseitiger Unterstützung und Verschmelzung.

---

[5] Vgl. Becker, begabt 36.
[6] Vgl. Bochmann 69.73.
[7] Vgl. Chapmann, Sprache 10.
[8] Vgl. a.a.O. 13.166.
[9] Vgl. a.a.O. 32.
[10] Vgl. Nitsche, 20.24.

Das biblische Idealbild der Liebe steht im ersten Korintherbrief 13 und zeigt, dass die Liebe grundsätzlich den anderen meint.[11]

Die besondere Herausforderung liegt demnach darin, die Bedürfnisse des Anderen zu entdecken und danach zu streben, sie zu stillen und die eigenen Bedürfnisse zu äußern.[12] Ein liebender Mensch will in erster Linie nicht glücklich werden, sondern glücklich machen. Es hilft der Beziehung, wenn ein Paar diesen Wert gespiegelt bekommt und ihn für sich als Fundament festlegt.

1.2. Persönlichkeitsstrukturen wahrnehmen und die Sprachen der Liebe sprechen

Menschen sind bekanntlich unterschiedlich. Verschiedene Temperamente, Prägungen und Grundimpulse prägen den persönlichen Charakter und führen zu einem ganz persönlichen Verhaltensmuster. Das kann natürlich zu Konflikten in der der Kommunikation führen. Ein Einblick in unterschiedliche Persönlichkeitsstrukturen soll helfen zu verstehen, warum Menschen zu bestimmten Verhaltensweisen neigen. In der Paarbegleitung kann das Wissen um verschiedene Strukturen helfen, Paare bei Spannungen auf typische Verhaltensmuster hinzuweisen, um den Anderen besser zu verstehen. Wenn Paare die Unterschiedlichkeit voneinander wissen, dann können sie mit größerem Verständnis auf die Bedürfnisse des Anderen eingehen.

Das Modell der *Grundformen der Angst* von Fritz Riemann ist ein bekanntes Modell, das Persönlichkeitsstrukturen klassifiziert. Es bezieht sich auf Grundimpulse des Menschen. Das Modell beschreibt wichtige Wesensmerkmale vier verschiedener Persönlichkeitstypen. Wichtig ist dabei zu wissen, dass jeder Mensch von jedem Typen Anteile in sich trägt. Es ist eine Hilfe, Verhaltensmuster besser zu verstehen, aber es ist nur selten möglich, Menschen eindeutig einem Typus zuzuordnen. Fritz Riemann adressierte sein Modell an Ärzte und orientierte sich bei der Begrifflichkeit an die Neurosenlehre. Er klassifiziert die unterschiedlichen Grundtypen als *schizoid, depressiv, zwanghaft* und als *hysterisch*[13]. Die Typen sind aber grundsätzlich nicht als Krankheitsbild zu verstehen, sondern vereinen sowohl Stärken als auch Schwächen. Wenn das Positive gelebt wird, dann nimmt das Negative ab.

In seinem Buch „Typen und Temperamente“ legt Reinhold Ruthe u.a. typische Verhaltensmuster der jeweiligen Persönlichkeitstypen in Beziehungen dar.

---

[11] Vgl. Nitsche 20.
[12] Vgl. Nitsche 20.
[13] Dieser Begriff ist mittlerweile veraltet und wird seit wenigen Jahren als histrionisch bezeichnet. Deshalb werde ich im Folgenden die neuere Bezeichnung verwenden.

Schizoide Persönlichkeitstypen in der Beziehung

Schizoide Persönlichkeitstypen werden auch als sachlich und rational bezeichnet. Menschen mit einem schizoiden Persönlichkeitstypus sind sehr eng mit sich selbst in Kontakt. Sie kennen sich selbst gut, schätzen Situationen oft sachlich und realistisch ein. Die Sachlichkeit ist eine ihrer Stärken.[14] Außerdem arbeiten sie gern isoliert und unabhängig von anderen Menschen. Von Lob und Anerkennung anderer sind sie kaum abhängig.[15] In einer Beziehung kann das bedeuten, dass diese Persönlichkeitstypen persönliche Themen und Entscheidungen stark mit sich selbst ausmachen ohne mit ihrem Partner intensiv darüber sprechen.[16] Sie diskutieren nur ungern. Für andere Persönlichkeitstypen ist es wertvoll, diese Eigenschaften des Partners zu kennen und ihm Freiraum zu geben.[17] Sich mitzuteilen ist für schizoide Menschen oft eine größere Herausforderung als zum Beispiel für depressive Persönlichkeitstypen. Schizoide Menschen zeigen sich oft gefühlsärmer als andere Typen und haben ein geringes Bedürfnis nach Zärtlichkeit. Ihre Zuneigung drücken sie stärker durch handelnde Taten aus als durch Worte. Zärtlichkeit und Zweisamkeit sind ihnen ebenso wichtig. Sie gelten wiederum als treu und zuverlässig, zeigen sich oft tolerant und geben dem Anderen einen großen Freiraum, sich zu entfalten.[18]

Depressive Persönlichkeitstypen in der Beziehung

Depressive Persönlichkeitstypen neigen meistens dazu, andere Menschen in den Mittelpunkt zu stellen und sind um Harmonie in der zwischenmenschlichen Beziehung bemüht. Fürsorge und Achtsamkeit sind daher große Stärken ihres Wesens. Anderseits stecken sie dadurch oft zurück und es fällt ihnen schwer, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. Bei Entscheidungsfragen wird der Partner stets um Rat gefragt.[19] Die Meinung des Partners nimmt in der Beziehung einen hohen Stellenwert ein. Das äußerst sich auch in einer sowohl körperlichen als auch emotionalen Nähe.[20] Das kann ggf. zu einer ungesunden Unterordnung führen. Wenn es dem Partner oder der Partnerin selbst schlecht geht, fühlen sich Menschen mit einem depressiven Persönlichkeitstypen oft verantwortlich dafür und haben Schuldgefühle.[21]

---

[14] Vgl. Ruthe 53.
[15] Vgl. a.a.O. 47.
[16] Vgl. ebd.
[17] Vgl. a.a.O. 48.
[18] Vgl. a.a.O. 49.
[19] Vgl. a.a.O. 72.
[20] Vgl. ebd.
[21] Vgl. a.a.O. 71.73.

Ihr Ziel ist es, den Anderen rundum glücklich zu machen. Der Blick für den Anderen kann zu einer großen Stärke, aber eben auch zu einem Konfliktpunkt werden. Durch das Spiegeln der Stärken und Schwächen der Fürsorglichkeit kann unter Umständen das Paar davon profitieren ohne dass sich einer eingeengt und seiner Freiheit beraubt fühlt.

Zwanghafte Persönlichkeitstypen in der Beziehung

Der zwanghafte Persönlichkeitstyp ist ordnungsbewusst und perfektionistisch. Klare Absprachen sind sehr wichtig. Diese Menschen sind daher auf Sicherheit bedacht brauchen in der Beziehung eine deutliche Gewissheit, dass der Partner bzw. die Partnerin sie liebt.[22] Mit spontanen Aktivitäten hat dieser Persönlichkeitstyp große Schwierigkeiten. Ihm sind klare Absprachen sehr wichtig. Werte wie zum Beispiel eine Eheschließung könnten ihm daher wichtiger als für andere Typen sein. Ordnungsbewusste Menschen suchen so nach Bestätigung in der Beziehung, brauchen viel Lob und Anerkennung.

Histrionische Persönlichkeitstypen in der Beziehung

Histrionische Persönlichkeitstypen werden auch als Abenteurer und als flexibel bezeichnet. Sie brauchen Abwechslung und sind daher oft sehr innovativ. Allerdings wird dabei Konstanz eher zu einer Herausforderung. Sie brauchen besonders viel Freiraum.[23]

Konfliktgesprächen gehen sie gern aus dem Weg und müssen solche Gespräche als fruchtbaren Nährwert für die Beziehung erst lernen.[24] Das kann zum Beispiel bei Konflikten mit warmherzigen Nähetypen zu einer Schwierigkeit werden, welche, wie gerade beschrieben, Diskussionen brauchen.

Eine der Stärken dieses Typus liegt in ihrer Großzügigkeit. Andere zu beschenken fällt ihnen sehr leicht.[25] Ebenso lieben sie es, Komplimente zu verteilen. Besonders in der Anfangsphase einer Beziehung bzw. in der Kennlernphase können solche Typen natürlich besonders gut punkten.

[22] Vgl. Ruthe 94f.
[23] Vgl. a.a.O. 124.128.
[24] Vgl. a.a.O. 130.
[25] Vgl. a.a.O. 129.

Diese Darstellung zeigt, dass sich die verschiedenen Persönlichkeitstypen ganz unterschiedlich, meist sogar gegenteilig zueinander verhalten. Während beispielsweise ein schizoider Mensch Diskussionen vermeidet, möchte ein depressiver Mensch über Spannungen direkt sprechen.

Wenn von einem zwanghaften Menschen Spontanität gefordert wird, dann wird wesentlich mehr von ihm abverlangt als beispielsweise von einem typisch histrionischen Menschen. Ein Verständnis für diese Persönlichkeitstypen gibt Orientierung über die Art und Weise der Kommunikation innerhalb einer Beziehung.

Als Paarbegleiter/in kann es hilfreich sein, die Unterschiedlichkeiten aufzuzeigen, um gegenseitiges Verständnis dafür aufzubringen, dass das Arbeiten an Spannungen für den einen eine größere Aufgabe ist als für einen anderen Persönlichkeitstypus. Jede Eigenschaft kann zu einer Schwächung, aber auch zu einer Stärkung der Beziehung führen. Schwächen können von der Begleitperson daher als Wachstumspotentiale hervorgehoben werden, um an der Stabilität der Beziehung zu arbeiten.

Gleiches betrifft die Sprache der Liebe. Jeder Persönlichkeitstyp favorisiert eine eigene Sprache der Liebe, wie schon in der Darstellung ersichtlich wurde. So legt ein zwanghafter Mensch z.B. viel Wert auf Lob und Anerkennung, was einem sachbewussten Menschen wiederum unwichtig ist und ein histrionischer Persönlichkeitstyp wiederum drückt seine Zuneigung durch Geschenke aus.

Der US-amerikanische Eheberater Gary Chapman spricht von den fünf „Sprachen der Liebe“[26]:

1. Lob und Anerkennung
2. Zärtlichkeit
3. Zweisamkeit
4. Hilfsbereitschaft
5. Geschenke

Junge Leute streben nach Eigenständigkeit und sind im Findungsprozess ihrer Identität. Da spielt auch das Verhältnis der eigenen Eltern eine Rolle. Denn in dieser Lebensphase … Das beeinflusst auch die Beziehung des Paares (nähere Ausführungen dazu in Punkt 2). In Paargesprächen kann es sinnvoll sein, den verschiedenen Liebessprachen Prozentangaben zuzuteilen und darüber gemeinsam ins Gespräch zu kommen. Einen Entwurf dafür ist im Anhang zu finden (Anlage 1).

[26] An dieser Stelle sei nur kurz auf die unterschiedlichen Arten hingewiesen. In seinem gleichnamigen Buch führt Chapman die 5 Sprachen der Liebe ausführlich aus.

1.3. Eine positive Einstellung füreinander finden

Jeder Mensch bringt Erfahrungen über Ehe und Beziehung mit in die eigene Beziehung.[27] So haben Scheidungskinder beispielsweise einen anderen Blick auf ihre eigene Zukunftsplanung als Kinder aus einem traditionellen Familienverhältnis. Jede Erfahrung löst Positives und Negatives bei den jungen Leuten aus. Diese Erlebnisse haben die Biografien geprägt, aber keine den Selbstwert der Menschen beeinflusst. Deshalb sollten die Erfahrungen in der Paarbegleitung wertgeschätzt und deren Stärken als Ressourcen verwendet werden.

Gegebenenfalls werden die Familienhintergründe zu besonderen Herausforderungen in der Beziehung, was im nächsten Kapitel noch zur Sprache kommt. Die Erfahrungen dienen als Ressourcen, wenn das Paar für sich wichtige Erkenntnisse für seine Beziehung zieht und gemeinsam darüber spricht. Denn als Paar gehen sie ihren eigenen Weg in ihrem Tempo.

Das zeigt, dass die Kommunikation ein enorm wichtiges Fundament in jeder Beziehung ist. Besonders für junge Menschen können bestimmte Themenfelder mit viel Scham belegt sein. Außerdem können Gefühle und Sehnsüchte unbewusst vorhanden sein, sodass es eines Prozesses bedingt, sich dies bewusst zu machen und zu lernen, dies dem Partner gegenüber zu äußern.

Der Psychologe Paul Watzlawick beschreibt in seinem Buch „Anleitung zum Unglücklichsein“[28] mithilfe vieler bildhafter Beispiele, welchen Stellenwert und welche Herausforderung die Kommunikation in einer Beziehung spielt. „Die Geschichte mit dem Hammer“ verdeutlicht, dass Menschen dazu neigen, sich im Gedankenspiel zu verlieren, Vorurteile zu bilden und so entweder klärende Gespräche vermeiden oder mit einer negativen, vorbelasteten Einstellung ins Gespräch gehen.

Die Geschichte erzählt davon, wie ein Mann ein Bild an der Wand anbringen möchte. Er hat einen Nagel, aber keinen Hammer. Er überlegt, seinen Nachbarn zu fragen. „Was, wenn der Nachbar mir den Hammer nicht leihen will? Gestern schon grüßte er mich nur flüchtig. Vielleicht war er in Eile. Aber vielleicht war die Eile nur vorgeschützt und er hat etwas gegen mich. […] Ich habe ihm nichts angetan; der bildet sich da was ein. […] Und so stürmt er hinüber, läutet, der Nachbar öffnet, doch noch bevor er ´Guten Tag´ sagen kann, schreit ihn unser Mann an: ´Behalten Sie ihren Hammer, Sie Rüpel!´“[29]

---

[27] Vgl. Giesekus 21f.
[28] Watzlawick 37f.
[29] Ebd.

Diese Geschichte zeigt, dass der Nachbar plötzlich durch ein Gedankenspiel unvorbereitet konfrontiert wurde ohne zu wissen, worum es geht. Das kann in Beziehungen grundsätzlich schnell passieren. Deshalb sollten sich Paare Zeit für eine vertrauliche Kommunikation nehmen. Das braucht ggf. aber einen Mentor, der sie darauf hinweist und sie dabei begleitet.

2. Die Zukunft beginnt jetzt

2.1. Hürdenjäger – mit äußeren Faktoren lernen, umzugehen

Im Jugendalter beginnen viele verschiedene Prozesse, in denen Jugendliche lernen, für sich und für andere Menschen Verantwortung zu übernehmen.
Haustiere können auch eine gute Möglichkeit sein, dass junge Menschen bereits im Kindesalter lernen, Verantwortung zu übernehmen. Auch wenn ältere Geschwister sich um ihre jüngeren Geschwister kümmern, lernen sie Verantwortung für andere zu übernehmen. In der Schule wiederum lernen junge Menschen in Gruppenarbeiten, dass ihr Handeln Auswirkungen auf andere Leute hat und sie zugleich von ihnen abhängig sind. Doch sind solche Gruppenarbeiten stets auf ein zeitlich begrenztes Projekt bezogen und es ist eine leistungsorientierte Zweckgemeinschaft. Das sind allerdings alles Beispiele, bei denen Eltern oder Lehrer als Kontrollinstanz im Hintergrund da sind. In ihrer eigenen Beziehung lernen Jugendliche meistens zum ersten Mal, allein Verantwortung für sich und einen anderen Menschen zu übernehmen.[30]
Deshalb ist es hilfreich, dass sie einerseits diesen Freiraum haben und sich ihrer Verantwortung bewusstwerden.
Andererseits brauchen sie Vertrauenspersonen, an die sie sich wenden können, wenn sie es möchten. Hier geht es um das Signalisieren einer Gesprächsbereitschaft und um echtes Interesse für die Person. Meine Erfahrung im Umgang mit jungen Leuten hat mir gezeigt, dass Nachfragen und Zuhören wichtiger ist als Ratschläge zu geben.

[30] Bei jungen Erwachsenen trifft dies je nach Lebenserfahrung nur bedingt zu.

2.1.1. Spannungsgeladene Beziehung zur Familie

Je nach Alter und familiären Verhältnissen haben Eltern noch großen Einfluss auf die eigenen Freiräume junger Menschen. Das beeinflusst auch die Beziehung junger Leute, gibt einen Rahmen vor und kann durchaus zu Spannungen führen.
So erlauben es z.B. die Eltern des einen Kindes, dass das Paar zusammen wegfahren oder bei der Familie zuhause übernachten darf und andere verbieten es. Hier ist es nur zu wünschen, dass die Eltern die Gespräche mit ihren Kindern nicht vermeiden, sondern ihre Werte erklärend vermitteln. Regeln werden dann akzeptiert, wenn der Sinn dahinter verstanden wird. Das wird mit Sicherheit Konflikte zwischen den Eltern und deren Kind dennoch nicht vermeiden. Im Gespräch mit den Jugendlichen liegt die Aufgabe des Begleiters dann darin, die Eltern-Liebe gegenüber ihrem Kind zu verdeutlichen. Dafür kann Chapmans Modell von den fünf Sprachen der Liebe helfen.

Eine weitere Aufgabe der pastoralen Begleitung kann sein, die Verantwortung des Paares, dem Alter entsprechend, zu stärken. Auch Eltern müssen lernen, dass ihre Kinder einen Prozess der Abgrenzung durchleben. Das trifft vor allem auf jüngere Erwachsene zu, die sich noch von ihren Eltern abhängig machen.

Sich von seinen Eltern unabhängig zu machen, wird bereits mit Genesis 2,24 im Schöpfungsbericht beschrieben. „Darum wird ein Mann seinen Vater und seine Mutter verlassen und seiner Frau anhangen, und sie werden sein ein Fleisch.“ In der damaligen Zeit blieben die Familien als Sippe räumlich zusammen. Der Text bezieht sich auf das Verantwortungsbewusstsein des jungen Menschen für sich und auf die eigenen Lebensentscheidungen unabhängig von deren Eltern. Das ist ein wichtiger Prozess, der seine Zeit benötigt.

2.1.2. konfessions- und religionsverschiedene Beziehungen

Ich habe schon öfter gehört, dass viele Menschen der Meinung sind, dass der Glaube eine ganz persönliche und private Angelegenheit ist. In gewisser Weise ist das auch so. Allerdings hat dieser persönliche Glaube auch Auswirkungen auf meine Wertevorstellungen und auf meine Entscheidungen. Der Glaube soll das ganze Leben prägen, das bedeutet auch eine Beziehung. Problematisch wird es aber dann, wenn der Partner diesen Glauben nicht mitträgt. Meistens zeigt er oft zu Beginn großes Interesse und Neugier. Das kann eine gute Chance sein, zu zeigen, dass der Glaube auch im 21. Jahrhundert für junge Menschen relevant ist. Viele haben entweder noch gar keine Erfahrungen mit Kirche und Glaube gemacht oder kennen nur ältere Menschen.

Ich selbst kenne einige Menschen, die durch ihren Partner zum Glauben gekommen sind. Das empfinde ich als ein großes Geschenk. Gleichzeitig besteht aber auch die Gefahr, dass die Erwartungshaltung entsteht, der Partner solle sich später mit dem Glauben und mit der Gemeinde identifizieren. Doch wenn wir Menschen eine Beziehung eingehen, dann sollten keine Voraussetzungen oder Bedingungen gestellt werden. Der Partner darf nicht zum Missionsobjekt werden, sondern er als Person steht im Vordergrund. Eine Beziehung unterschiedlicher Glaubensüberzeugungen und Weltanschauungen kann durchaus funktionieren, doch sind die Herausforderungen selten von Beginn an abzusehen. Meine Erfahrung zeigt, dass das junge Menschen fast ausschließlich durch gescheiterte Beziehungen gelernt haben. Jede Trennung hinterlässt Verletzungen. Übrigens: Auch christliche Partner können verletzen. Das bezieht sich also auf jede Beziehung.

Dieses Thema ist aus meiner Sicht sehr schwierig und nicht zu pauschalisieren. Besonders hier sollte das Gebet einen großen Stellenwert einnehmen. Begleitpersonen können mit den jungen Leuten gemeinsam beten. Außerdem brauchen sie Verständnis für ihre Situation und es wird eine Herausforderung sie zu sensibilisieren, auf die Balance zwischen bedingungsloser Liebe und dem „sich treu bleiben“ zu achten.

2.2. Eine starke Beziehung bauen – das Prepare Enrich-Konzept

Eine effiziente Möglichkeit für die Paarbegleitung stellt das Prepare/Enrich Konzept dar. Prepare (dt. vorbereiten) / Enrich (dt. bereichern) hat zum Ziel durch die Förderung ehrlicher und persönlicher Gespräche, um die Beziehungen zu stärken und blinde Flecken aufzudecken.[31] Das Konzept wurde von David H. Olsen und Peter J. Larson in den USA entwickelt und durch Andreas Bochmann in Deutschland verbreitet. Nach einem Vorgespräch füllt das Paar unabhängig voneinander einen personalisierten[32] Fragebogen aus, der unter Einhaltung des Datenschutzes und anonymisiert automatisch analysiert wird. Die Auswertung erhält der Begleiter, welcher für das Konzept qualifiziert sein muss (beinhaltet i.d.R. eine zweitägige Schulung), als Gesprächsgrundlage. In der Auswertung werden Stärken und Wachstumsbereiche aufgezeigt.

[31] Vgl. Prepare Enrich, 3.
[32] Die Personalisierung bezieht sich auf den Status der Beziehung und auf eine eventuelle Konfessionsverschiedenheit

Zehn Themenfelder stehen dabei im Fokus: Kommunikation, Konfliktbewältigung, Eigenarten und Gewohnheiten des Partners, Finanzmanagement, Freizeitgestaltung, Sexualität und Zärtlichkeit, Familie und Freunde, Rollenverteilung, Kinder und Elternschaft und Glaubensüberzeugung.

In der Auseinandersetzung mit diesen verschiedenen Themen geht es um die Zufriedenheit mit der aktuellen Situation sowie die Übereinstimmung der Sichtweisen des Paares auf die genannten Themen. Die Kommunikation als Basis jeder Beziehung soll dadurch gefördert und die Beziehung somit gestärkt werden. Anhand dieser Themen können sich Fragen und weitere Gesprächsthemen ergeben. Für die Gespräche steht dem Paar ein Arbeitsheft zur Verfügung. Das beinhaltet Anregungen und Übungen zur Selbstreflexion der Beziehung. Ein großer Vorteil dieses Konzepts ist dabei, dass das Paar praxisnah an ihrer eigenen Beziehung arbeiten kann und durch die Begleitung in seiner Reflexion geführt wird.

Prepare/Enrich eignet sich sowohl für unverheiratete als auch für (langjährig) verheiratete Paare. Voraussetzung für die Benutzung dieses Konzepts ist allerdings eine Schulung, die in der Regel zwei Tage bzw. ein Wochenende dauert. Erst mit der Teilnahme ist man qualifiziert und berechtigt, Prepare/Enrich für Paare anzubieten.

2.3. Privileg Ehe – Welche Prioritäten Paare setzen sollten

Die zeitgeschichtliche Entwicklung des Eheverständnisses in der mitteleuropäischen Gesellschaftlich hat sich in den letzten wenigen Jahrzehnten rasant entwickelt. Während die Scheidungsrate 1960 bei 10,7% lag, waren es 2005 51,7%. 2017 waren es hingegen 37,7%.[33] Gründe für den enormen Anstieg der Scheidungsrate gibt es viele. Sicherlich ist die Gesellschaftsethik der Individualisierung und Selbstfindung ein großer Faktor. Dazu kommt die grundsätzliche Akzeptanz der Gesellschaft von Scheidung und Wiederheirat. Die Scheidungsrate ergibt sich aus der Gegenüberstellung der Hochzeiten und der Scheidungen eines Jahrgangs. In den letzten zehn Jahren heirateten jeweils pro Jahr 370.000 – 400.000 Paare.[34] Das zeigt auch, dass das Verlangen nach einer Eheschließung und der Wunsch nach einem lebenslang gültigen Bund in der Gesellschaft fest verankert ist. Die Ehe ist weiterhin ein erstrebenswertes Ziel in einer Beziehung, nur sind sowohl der Weg dorthin als auch das Ziel selbst nicht mehr so eindeutig definierbar, wie noch vor einigen Jahrzehnten.

[33] Vgl. statista, Scheidungsrate.
[34] Vgl. statista, Eheschließung.

Das wirft die Frage auf, wo Ehe beginnt, die sich nicht pauschal beantworten lässt. Es ist aber wichtig, dass die Paare sich der Frage stellen, um für sich den Ehe-Bund zu definieren. Nun ist auch die Frage berechtigt, ob ein Bund überhaupt notwendig ist. Aus theologischer Perspektive ist dies deutlich mit Ja zu beantworten. Die Ehe ist als ein Bund zu verstehen.

Gott selbst beschließt mit den Menschen einen Bund, um seiner Treue Ausdruck zu verleihen. Im Unterschied zu einem Vertrag wird ein Bund auf gegenseitiges Vertrauen gegründet, womit auch Verpflichtungen geschlossen werden. Das Interesse des Partners / der Partnerin steht im Vordergrund und es wird eine Verantwortung für den Anderen aufgenommen.

Bei einem Vertrag hingegen wird die eigene Verantwortung verringert, da konkrete Sachverhalte vertraglich geregelt sind. Das schützt die eigenen Rechte und der eigene Vorteil steht im Vordergrund. Denn ein Vertrag wird auf gegenseitigem Misstrauen gegründet.

Die Ehe stellt also keinen Vertrag, sondern einen im gegenseitigen Vertrauen geschlossenen Bund dar. In seiner Predigt vergleicht Pastor Tobias Teichen den Ehebund als das Fundament eines Hauses.[35] Es ist eine notwendige Grundlage, um darauf ein Haus zu bauen, ist aber nicht das Haus. Nach Sprüche 24, 3+4 zufolge wird ein Haus durch Weisheit erbaut, durch den Verstand befestigt und durch Einsicht mit Kostbarkeiten gefüllt. Ehe bedeutet also beidseitige Investition, welche Weisheit, Verstand und Einsicht erfordert. In Hebräer 13,4 heißt es zudem: „Haltet die Ehe in Ehren und bleibt einander treu. Wer sexuelle Unmoral und fortwährenden Ehebruch begeht, wird von Gott gerichtet.“ Die Treue und das gegenseitige Vertrauen sollten eine langfristige Beziehung prägen. Wie das Paar für sich den Ehebund definiert, welche juristischen Wege es geht und in welchem Tempo, liegt allein in der Entscheidung des Paares.

Je mehr wir Menschen uns in einer Beziehung dem Anderen anvertrauen, umso verletzlicher machen wir uns. Das sollte jedem bewusst sein, wenn wir eine Beziehung eingehen. Besonders in der Anfangszeit einer Beziehung bzw. noch davor, steht das Kennenlernen im Vordergrund. Gemäß dem Zitat von Friedrich Schiller aus „Die Glocke“: „Drum prüfe, wer sich ewig bindet, ob sich das Herz zum Herzen findet. Der Wahn ist kurz, die Reu‘ ist lang“[36] geht es bei jener Bindung meines Erachtens nicht zwingend um den öffentlichen Akt einer Eheschließung, sondern vielmehr um die Mischung von geistiger, geistlicher, emotionaler und körperlicher Vertrautheit.[37] Diese Bestandteile führen zum Eins werden zweier Menschen.

---

[35] Vgl. ICF München, ab Minute 13.
[36] Schiller, Lied.
[37] Vgl. Wegener, 7, Vgl. Chapman, Ehe 191.202.211.228.

Deshalb sollte sich das Paar einig sein, wann sie welche Schritte gehen. Die Verantwortung kann ihnen niemand abnehmen, weder Freunde, Eltern oder Pastor*innen. Doch all diese Leute können ihnen dabei helfen, ihre eigene Meinung finden, indem sie deutlich machen, nicht fahrlässig Entscheidungen zu treffen und mit ihnen vertrauensvoll über mögliche Konsequenzen sprechen.

3. Seelsorgliche Begleitung von Paaren – ein starkes Privileg

3.1. Chancen und Grenzen eines / einer Paarbegleiters/ -begleiterin

3.1.1. „Wo kann ich über meine Fragen sprechen?“

In meiner Jugendzeit erlebte ich, dass in unterschiedlichen Gemeindekontexten Fragen zum Thema Liebe und Sexualität oft ein Tabuthema waren. Die theologische Linie wurde meist klar formuliert, aber kaum nachvollziehbar begründet. Ich hatte den Wunsch meinen christlichen Glauben zu leben, aber auch zu verstehen, warum bestimmte Dinge gut oder schlecht für mich sind. In der Gemeinde waren das leider Tabuthemen. Die theologische Linie war klar, aber mir sagte niemand warum das so ist. Leider widersprach diese Linie aber oft der Meinung meiner Freunde, die teilweise ebenfalls christlich aufgewachsen sind. Woran sollte ich mich also halten? Es fehlte mir innerhalb der Gemeinde an Ansprechpartnern für junge Leute, die wichtige Werte erläuterten und erklären konnten, warum ich beispielsweise nicht sofort mit meiner Partnerin schlafen sollte. So wurden Regeln, wie z.B. bei einander nicht übernachten zu dürfen, sich aber nachmittags allein treffen zu dürfen, grotesk, da der Sinn nicht erklärt wurde.[38]

Deshalb sehe ich die Aufgabe eines Begleiters darin, Pro und Contra vorurteilsfrei aufzuzeigen und Sensibilität für das eigene Wohlbefinden und Verantwortungsbewusstsein zu schaffen. Auch heute befinden sich Jugendliche in unterschiedlichen Wertesystemen (Schulfreunde, Vereine, Gemeinde, Familie etc.). In der heutigen Gesellschaft gibt es in Fragen nach Liebe und Sexualität nicht *die eine* Definition von Richtig und Falsch.[39] Das hat Vor- und Nachteile. Vor allem aber stellt es junge Leute vor die Herausforderung, in dieser Unterschiedlichkeit von Wertevorstellungen für sich selbst herauszufinden, was für sie persönlich und für die Beziehung wertvoll ist.[40]

---

[38] Ähnliche Erfahrungen schildern Samantha Mail und Benedikt Elsner. Vgl. Mail 22.
[39] Vgl. Werner 11, vgl. Chapman, Sprache 23.
[40] Vgl. Mail 23.

Tatsächlich sind sich junge Leute über weitreichende Konsequenzen bewusst. Doch das führt oft zu einer Verunsicherung. Ein/e Begleiter/in kann Sicherheit geben, indem er/sie gesprächsbereit ist. Zum Beispiel wären Jugendstunden zu Beziehungsthemen sinnvoll. Ich habe es damals erlebt, dass meine Fragen bewusst nicht beantwortet wurden und ich wünsche jungen Menschen Vertrauenspersonen, die gesprächsbereit sind.

3.1.2. Chancen

Beziehungen sind altersunabhängig in unserer Gesellschaft eine äußerst private Angelegenheit. Über die eigene Beziehung zu sprechen ist nicht selbstverständlich. Dennoch liegt darin ein großer Wert, denn es ist wie in allen Lebensbereichen: Ein Blick von außen hilft für nachhaltigen Erfolg. Durch einen regelmäßigen Check beim Arzt kann eine Krankheit frühzeitig erkannt und behandelt werden. Ein Sportler wird ohne einen Trainer keinen langfristigen Erfolg haben und um Instrumente zu lernen, ist ein Musiklehrer hilfreich. Natürlich kann man auch ohne Unterstützung Erfolg haben und mit einem Coach Misserfolg, doch wird dies nicht die Regel sein.

Durch eine pastorale Begleitung kann die Kommunikation zwischen dem Paar gefördert werden. Geschieht die Begleitung bereits frühzeitig, so kann das Paar miteinander sprechen und sich auf seine Stärken und Entwicklungsfelder konzentrieren ohne, dass zunächst ein Streit zwischen ihnen steht.

Oft sprechen Paare in zwei konkreten Fällen mit einem Pastor oder einer Pastorin: entweder wollen sie heiraten oder haben tiefgreifende Konflikte zu bewältigen. In der Phase der Hochzeitsvorbereitung ist mit Sicherheit sehr sinnvoll, mit dem Paar zu sprechen. Allerdings steckt das Paar bereits inmitten der Hochzeitsvorbereitungen und sind mit Detailfragen bzgl. der Hochzeitsfeier beschäftigt. Des Weiteren haben sie bereits ein Ja zueinander gefunden, sind aber noch nicht verheiratet. Sie befinden sich also in einem Zwischenstadium, wo eine Entscheidung getroffen wurde, der Bund aber noch nicht geschlossen wurde. Größere Konfliktthemen können für Unsicherheit sorgen.
Nichtsdestotrotz ist es wichtig, mit dem Paar ins Gespräch zu kommen und bei Nachfrage zur Verfügung für intensivere Gespräche zustehen. Der andere Fall der Kontaktaufnahme mit dem Pastor / der Pastorin tritt oft kurz vor einer Trennung ein, wo viele Konfliktfelder, die meistens zusammenhängen, im Vordergrund stehen. Viele Gewohnheiten haben sich eingeschliffen. Diese zu ändern bedeutet meistens einen langen Prozess, den das Paar gehen muss. Die Bereitschaft für die Beziehung weiterzukämpfen ist aber nicht immer gegeben. Deshalb halte ich es für sinnvoll, frühzeitig mit einem Begleiter oder einer Begleiterin über die eigene Beziehung zu sprechen.

Denn durch eine Begleitung kann die Kommunikation zwischen dem Paar gefördert werden und blinde Flecken aufgedeckt und an ihnen gearbeitet werden. Ein Außenstehender hat die Möglichkeit ohne emotionale Befangenheit Themen anzusprechen. Für den Fall, dass Gespräche emotional aufgeladen werden, kann er / sie zudem das Gespräch konstruktiv führen.

3.1.3. Grenzen

Als außenstehende Begleitung können wir nicht den Weg des Paares gehen. Wir können unsere Überzeugungen zum Ausdruck bringen, aber für die Umsetzung sind wir nicht verantwortlich, sondern ausschließlich das Paar selbst. Hinzu kommt, dass auch wir als Begleiter*in unsere Biografie, unsere Erfahrungen und Prägungen mit in die seelsorglichen Gespräche bringen. Sie können als Werkzeug dienen und für das Paar hilfreich sein. Das kann aber unter Umständen auch hinderlich sein, da jede Situation anders (und keine identisch) ist. Im Vordergrund steht das Wohl der jungen Leute. Das, was für einen Seelsorger hilfreich war / ist, muss nicht zwangsläufig für andere Menschen hilfreich sein.

Außerdem nehmen wir als Pastoren eine Rolle ein. Jeder Pastor, jede Pastorin ist in seinem bzw. ihrem Wesen unterschiedlich. Dennoch projizieren viele Leute, besonders Menschen, die uns weniger gut kennen, Erfahrungen mit anderen Pastoren und haben ggf. Vorurteile, sodass sie nicht unbedingt mit einem Pastor / einer Pastorin sprechen möchten. Genauso kann es aber auch für Menschen, die uns sehr nahestehen, unangenehm sein, mit dem Pastor / der Pastorin der eigenen Gemeinde zu sprechen. Wichtig ist es aus meiner Sicht, dass junge Menschen Vertrauenspersonen haben und wissen, mit wem sie sprechen können. Als Seelsorger*in sollten wir gesprächsbereit sein und bei Bedarf zur Verfügung stehen. Die Relevanz der Begleitung ist unabhängig von Personen gegeben, aber wer für sie relevant ist, entscheidet jeder für sich.

3.2. Möglichkeiten zur konkreten Umsetzung von Paarbegleitung im Gemeindeleben

Welche Möglichkeiten haben wir in unserer Gemeindearbeit, um das Angebot der Paarbegleitung unterbreiten zu können? Im Folgenden werden verschiedene Ideen zur konkreten Umsetzung exemplarisch aufgezeigt.

3.2.1. Vertrauensvolle Beziehung aufbauen als Grundlage für Paarbegleitung

Eine Möglichkeit bietet die persönliche, individuelle Begleitung, entweder in Einzel- oder in Paargesprächen.

Das setzt allerdings eine vertrauensvolle Beziehung zwischen den jeweiligen Personen und dem jeweiligen Pastor bzw. der Pastorin. Ein Gespräch an einem neutralen Ort, wie zum Beispiel ein Café, stärkt die zwischenmenschliche Beziehung. Jungen Leuten soll damit die Möglichkeit geboten werden, über eigene Lebensthemen sprechen zu können. Wenn junge Menschen erfahren, dass ihnen Interesse für sie entgegengebracht wird, dann werden sie über ihre Themen sprechen, wenn sie es möchten. Wenn sie sich wiederum eine andere Vertrauensperson suchen, dann ist das Ziel der Begleitung ebenfalls gegeben.

3.2.2. persönliche Paargespräche

Aus einem Vier-Augengespräch kann sich ein Sechs-Augen-Gesprächsprozess ergeben. Eine gute Möglichkeit ist es auch, Paare zu sich einzuladen, z.B. zum Essen. Die Tischgemeinschaft war schon ein jesustypisches Mittel, um mit den Menschen ins Gespräch zu kommen (z.B. bei Zachäus, Nikodemus oder Maria und Marta). Bei solch einem Treffen sollten Zukunftsfragen oder besondere Herausforderungen zur Sprache kommen. Je nach Situation des Paares können Themen angesprochen werden, die sich aus dem Gespräch ergeben. Das können zum Beispiel Themen sein wie Rollenverständnis, Zukunftsfragen oder Selbstannahme. Außerdem kann bei einem Paargespräch das Konzept Prepare / Enrich vorgestellt und ggf. genutzt werden, vorausgesetzt der Begleiter / die Begleiterin ist für die Nutzung qualifiziert.

3.2.3. Gruppengespräche

Derzeit erarbeite ich mit meiner Jugendgruppe eine Themenreihe zum Thema Beziehungen. Zum Einstieg treffen sich Jungs und Mädchen getrennt. Dieser Abend soll die Jugendliche in einem vertraulichen Rahmen auf persönliche Gesprächsabende vorbereiten. Viele Jugendliche haben Schwierigkeiten in Gruppen über persönliche Anliegen zu sprechen, so dass es ihnen in einem kleineren und geschlechterspezifischen Rahmen leichter fallen könnte.

An einem zweiten Abend steht die eigene Identität im Vordergrund. Hier soll vermittelt werden, dass wir Menschen in erster Linie von Gott geliebt sind und unsere Identität nicht abhängig von der Zuneigung anderer Menschen ist. Um einen anderen Menschen zu lieben, ist die Annahme der eigenen Person notwendig. Das sollten Jugendliche in erster Linie vermittelt bekommen.

An einem dritten Abend soll über die Herausforderungen einer konfessions- und religionsverschiedenen Beziehung gesprochen werden. An diesem Abend soll Raum gegeben werden, um über Chancen und Gefahren oder Sorgen zu sprechen. Dieser Abend dient auch dazu, den Jugendlichen zu signalisieren, dass ihre eigene Jugendgruppe einen Raum bietet, über schwierige Themen sprechen zu können.

Nachdem beide Themen mit der gesamten Jugendgruppe besprochen wurden, treffen sich Jungs und Mädchen erneut separat, um über die letzten beiden Themen zu sprechen.

Als nächstes steht das Thema Trennung im Mittelpunkt. Scheitern gehört zu unserem Leben dazu und den Jugendlichen soll vermittelt werden, auf welche Herausforderungen in einem Trennungsprozess zu achten ist. Denn der gegenseitige Respekt sollte trotz seelischer Verletzungen gewahrt bleiben. Bei dem darauffolgenden Gruppentreffen soll es dann um das Thema Single-Sein gehen. Gerade junge Leute erachten eine Beziehung als Statussymbol an und machen ihren Wert unter Umständen von ihrem Beziehungsstatus abhängig. An diesem Abend soll im Gesprächsaustausch darüber gesprochen werden, wie wertvoll das Leben als Single sein kann und dass unsere Identität nicht von der Anerkennung anderer Menschen abhängt.

Den Abschluss dieser Themenreihe bildet ein erneutes Treffen, Jungs und Mädchen separat für sich.

3.2.4. Forum „Beziehungen gestalten“

In der EFG Gelsenkirchen-Buer bieten wir in wenigen Wochen ein Gemeindeforum zum Thema „Beziehungen gestalten“ an. Dieses Forum richtet sich an alle Menschen unabhängig ihrer Lebenssituation und ist ein Türöffner für weitere Beziehungsarbeit. In diesem Forum werden biblische Prinzipien zur Beziehungsgestaltung vermittelt. Im Fokus stehen unterschiedliche zwischenmenschliche Beziehungen. Ein Schwerpunkt nimmt in unserem Gemeindeforum die gewaltfreie Kommunikation ein. Viele gesprochene Worte lösen unterschiedliche Reaktionen aus und oft werden in Aussagen unterschwellig spannungsgeladen aufgenommen. Deshalb halte ich es für wichtig, dass es Orte im Gemeindekontext gibt, wo über Beziehungen gesprochen und nachgedacht wird. Denn Jesus gab seinen Jüngern den Leitsatz: „An der Liebe untereinander werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid.“ (Johannes 13,35).

Dieses Forum hat das Ziel, die Gemeinde zu motivieren, auf die eigenen zwischenmenschlichen Beziehungen zu achten, denn christliche Werte, die für eine Liebesbeziehung wichtig sind, gelten auch für platonische Freundschaften und familiäre Beziehungen. So zum Beispiel „Achte deinen Nächsten höher als dich selbst“ (Philipper 2,3) oder auch „Wer unter euch groß sein will, der sei euer Diener“ (Matthäus 20,26f). Durch die Impulse, die in diesem Forum weitergegeben werden, können Paare ermutigt werden, über ihre eigene Beziehung nachzudenken. Gerade für Gemeinden, in denen bislang wenig über Beziehungen gesprochen wird oder es der Gemeinde schwerfällt, kann solch ein Forum eine Grundlage schaffen, über Beziehungen ins Gespräch zu kommen, ohne dass sich Singles ausgeschlossen fühlen. Im Nachgespräch, zum Beispiel in Jugendstunden oder bei einem der regelmäßig stattfindenden Treffen für junge Erwachsene, kann man mit jungen Leuten ins Gespräch über Beziehungsgestaltung kommen.
Dieses Forum kann einen Einstieg in weitere Gemeindeveranstaltungen zum Thema zwischenmenschliche Beziehung bilden.

3.2.5. Paarabende in Form einer Gemeindeveranstaltung

Ein weiteres Format können Paarabende in der Gemeinde sein. Zu Beginn können biblische Prinzipien in Form einer Andacht weitergegeben werden. Im Anschluss steht das Gespräch innerhalb des Paares im Mittelpunkt. So kann sich das jeweilige in einem Gemeinderaum zurückziehen und sich bewusst Zeit nehmen, um über ihre Beziehung zu sprechen. Als Anregungen können Fragen oder Themengebiete mitgegeben werden.

Bei Bedarf kann ein Seelsorger oder eine Seelsorgerin kontaktiert werden, aber in erster Linie steht das interne Paargespräch im Vordergrund. Je nach Gemeindegröße und Räumlichkeiten könnten sechs bis acht Paare an dieser Veranstaltung teilnehmen.

Fazit

Junge Menschen brauchen einen Ort, an dem sie ihre Fragen in einem geschützten und vertraulichen Raum stellen können. Meine Aufgabe als Pastor sehe ich darin, die biblischen Prinzipien von zwischenmenschlichen Zusammenleben aufzuzeigen und vorzuleben. Daher ist das Thema für jeden relevant. Ich möchte jungen Menschen gern vermitteln, dass allein sie für ihr Leben Verantwortung tragen und das Auswirkungen auf andere Menschen hat, sie aber wiederum niemals allein sind. Durch Gespräche mit anderen Personen, kann eine starke Beziehung gebaut werden. Die pastorale Begleitung ist ein Privileg, auf das Paare zugreifen sollten, denn so können sie frühzeitig bei Konflikten besser auf eine gesunde Lösung zu steuern, ihre eigenen Ressourcen wahrnehmen und nutzen.

Die Begleitung eines Paares sollte frühzeitig und langfristig erfolgen. Sie sollte in erster Linie zur Festigung einer starken Beziehung führen. Wenn Paare ausschließlich unmittelbar vor der Hochzeit begleitet werden, ist dies aus meiner Sicht wichtig, aber nicht ausreichend. Zudem kann die Begleitung dem Paar Sicherheit in ihren Entscheidungsprozessen geben und ihnen helfen, sich verantwortungsbewusst dem Partner bzw. der Partnerin zu verhalten.

In der Gemeindearbeit gibt es vielfältige Möglichkeiten in unterschiedlicher Intensität über Beziehungen zu sprechen und es können Angebote geschaffen werden, damit Paare ihre eigene Beziehung reflektieren können. Das wiederum führt zu einer starken Beziehungsgrundlage.

Beziehungen sind ein wertvolles Geschenk Gottes welches wir Begleiter*innen verantwortlicher Weise begleiten und unterstützen dürfen. Daher ist es ein Privileg, wenn wir Paare auf ihrem gemeinsamen Lebensweg begleiten dürfen und umgekehrt ist es ein Privileg, mit einer Begleitung starke Beziehung bauen zu können.

Anhang

Anlage 1

Lob & Anerkennung		%
Dialekte:	- Ermutigung	%
	- Freundliche Worte in richtigem Ton	%
	- Höfliche Worte (Bitten, nicht forden)	%
Zweisamkeit		%
Dialekte:	- Zwiegespräch über Erfahrungen, Gedanken, Gefühle in entspannter Atmosphäre	%
	- Gemeinsame Untenehmungen	%
Geschenke		%
Dialekt:	- materielle Geschenke, die von Herzen kommen	%
	- Ich schenke mich selbst	%
Hilfsbereitschaft		%
Zärtlichkeit		%
Name:		**Datum:**

Lob & Anerkennung		%
Dialekte:	- Ermutigung	%
	- Freundliche Worte in richtigem Ton	%
	- Höfliche Worte (Bitten, nicht forden)	%
Zweisamkeit		%
Dialekte:	- Zwiegespräch über Erfahrungen, Gedanken, Gefühle in entspannter Atmosphäre	%
	- Gemeinsame Untenehmungen	%
Geschenke		%
Dialekt:	- materielle Geschenke, die von Herzen kommen	%
	- Ich schenke mich selbst	%
Hilfsbereitschaft		%
Zärtlichkeit		%
Name:		**Datum:**

Literaturverzeichnis

Buchliteratur

- BECKER, WILHARD und KRISTIN: Füreinander begabt. Festhalten und Loslassen in der Ehe, Stuttgart 1985.

- BOCHMANN, ANDREAS: Praxisbuch Ehevorbereitung. Anregungen für Seelsorger und Berater, Gießen 2004.

- CHAPMAN, GARY: Die fünf Sprachen der Liebe für Teenager, Marburg 2001.

- CHAPMAN, GARY: Unsere Ehe – Spiegel seiner Liebe. Marburg 2004.

- GIESEKUS, ULRICH: Liebe, die gelingt und den Alltag besteht. Gießen[5] 2014.

- GOHLA, REBEKKA: Beziehungsstatus: Ich mag Kekse. Keine Anleitung zum Singlesein, Gießen 2018.

- MAIL SAMANTHA und Benedikt Elsner: Liebe, Beziehung, Sex. (Fast) vergessene Fragen, in: Herrlich. Das GJW-Magazin 02/2018: All you need is love, Wustermark 2018, S.20-25.

- NITSCHE, WALTER: Lieben will gelernt sein. „Lieben heißt: die wahren Bedürfnisse des anderen erforschen und zu stillen suchen“, Birkenfeld[11] 2015.

- PREPARE ENRICH. Eine starke Beziehung bauen: Leitfaden für Seminarteilnehmer, Neuhagen o.J.

- RUTHE, REINHOLD und Lydia Ruthe-Preiss: Typen und Temperamente. Die vier Persönlichkeitsstrukturen, Brendow[3] 1996.

- WEGENER, Dagmar: Das Hohelied der Liebe: Liebe, Sex, Respekt, in: Herrlich. Das GJW-Magazin 02/2018: All you need is love, Wustermark 2018, S. 6-9.

- WERNER, SIMON: Macht und Sex – eine ungesunde Partnerschaft, in: Herrlich. Das GJW-Magazin 02/2018: All you need is love, Wustermark 2018, S.10-14.

Internetseiten

- Sozialgesetzbuch: § 7 SGB VIII Begriffsbestimmungen:
  https://www.sozialgesetzbuch-sgb.de/sgbviii/7.html
  Aufgerufen am 16.04. 2019, 10:00 Uhr

- Statista, Scheidungsrate:
  https://de.statista.com/statistik/daten/studie/76211/umfrage/scheidungsquote-von-1960-bis-2008/
  Aufgerufen am 13.05. 2019, 15:30 Uhr

- Statista, Eheschließung:
  https://de.statista.com/statistik/daten/studie/227/umfrage/anzahl-der-eheschliessungen-in-deutschland/
  Aufgerufen am 13.05. 2019, 15:30 Uhr

- ICF München: Happy Marriage – REALationship | Tobias Teichen
  https://www.youtube.com/watch?v=gFpYbwjX9B0
  aufgerufen am 17.05. 2019, 12:30 Uhr

- SCHILLER, FRIEDRICH: Das Lied von der Glocke, 1854.
  https://www.gedichte-lyrik-online.de/schiller_friedrich-gedicht_4259-das_lied_von_der_glocke.html
  aufgerufen am 17.05.2019, 12:30 Uhr