Chance Fern-Beziehung – zwischen Krise und erfüllender Partnerschaft?

Christliche Ehekrisen-Bewältigung am Beispiel von Soldaten bei Auslandseinsätzen und deren Begleitung in der Militärseelsorge

Dissertation

zur Erlangung des Doktorgrades

der Katholisch-Theologischen Fakultät der

Albert-Ludwigs-Universität

Freiburg im Breisgau

vorgelegt von

Peter Wendl

Mai 2006

Erstgutachter

Prof. Dr. Eberhard Schockenhoff

Zweitgutachter

Prof. Dr. Werner Tzscheetzsch

Angaben laut Promotionsordnung:

Erstgutachter: Prof. Dr. Eberhard Schockenhoff

Zweitgutachter: Prof. Dr. Werner Tzscheetzsch

Dekan: Prof. Dr. Helmut Hoping

Tag des Promotionsbeschlusses: 20. Juni 2006

Vermerk für Universitätsbibliothek: „D 25“

1. Einführung 8

I. BESCHREIBUNG 17

2. Ausgangslage: Katholische Militärseelsorge und die Kooperation KMBA – ZFG 17

3. „Fern-Beziehung“: einheitlicher Begriff für örtlich getrennte Partnerschaft? Eine soziographische Systematisierung 25

3.1. Definition und Häufigkeit örtlich getrennter Beziehungen (Fern-Beziehungen) ... 26
3.2. Historische Vorformen örtlich getrennter Beziehungen 30
3.3. Gegenwärtige Formen örtlich getrennter Beziehungen 31
3.4. Berufsmobilität als Lebensform 32
3.4.1. Fernpendler 33
3.4.2. Umzugsmobile 33
3.4.3. Wochenendpendler (Shuttles) 33
3.4.4. Varimobile 33
3.4.5. Fernbeziehungen 34
3.4.6. Expatriats bzw. Auslandstätige 34
3.4.7. „Multimobile Lebensformen“ 34
3.5. Gängige Unterscheidungen 34
3.5.1. Living apart together 35
3.5.2. Long distance relationship 36
3.5.3. Liebe auf Distanz 36
3.5.4. Fernliebe bzw. Fernbeziehung 36
3.5.5. Commuter-Ehe 37
3.5.6. Spagatfamilie 38
3.5.7. Verheiratet Getrenntlebende 38
3.6. „Fern-Beziehungen“ von Soldaten und die Vereinheitlichung im Begriff 39
3.7. Unterscheidungsmerkmale: Fern-Beziehungen von Soldaten 41
3.7.1. Zeitlich begrenzte „verifizierbare“ Fern-Beziehung 42
3.7.2. Zeitlich begrenzte „nicht verifizierbare“ Fern-Beziehung 43
3.7.3. Zeitlich nicht begrenzte Fern-Beziehung 43
3.7.4. Pendler-Beziehungen 43
3.7.5. Auswirkungen der Trennungen 44

4. Erfüllende Partnerschaft in Fern-Beziehungen 45

4.1. Zentrale Erfüllungs- und Belastungsfaktoren 45
4.2. Beziehungszufriedenheit und Beziehungsstabilität 48
4.3. Krisen der Fern-Beziehung? – Leitthemen dieser Partnerschaftsform zwischen Belastung und Chance 52
4.4. Entwicklungsphasen von Ehe und Familie („Ehe-Zyklen“) 56
4.4.1. Wendepunkte im Verlauf von Ehe und Familie 56
4.4.2. Der Ehezyklus und seine Phasen 59

5. Fern-Beziehung: ein Trauervorgang? Analogien emotionaler Entwicklungszyklen bei belastenden Ereignissen 64

5.1. Exemplarische Phasenlehren: Krisen, Sterben und Trauer 65
5.2. Das Modell der „seelischen Krise“ nach Schuchardt 66
5.3. Das Krisenmodell nach Kulessa 68
5.4. Phasenartiger Verlauf des Sterbe- und Trauervorgangs 69
5.4.1. Die fünf Sterbephasen nach Kübler-Ross 71
5.4.2. Das erweiterte Konzept nach Sporken 76
5.4.3. Die Modelle nach Pattison und Weisman 78
5.4.4. Bewährungs-Krisen und Trauerphasen nach Kast 80
5.5. Synthese: emotionale Entwicklungs-Zyklen als Interpretationsgrundlage für Fern-Beziehungen? 82

II. VERORTUNG 87

6. Krise Fern-Beziehung? 87

6.1. Der Begriff „Krise“ 88
6.2. Seelische Krise – Lebenskrise 89
6.3. Eine Typologie der Krisen 90
6.3.1. Normative und akzidentelle Lebenskrisen 90
6.3.2. Ehe- bzw. Beziehungskrisen 91
6.4. Grundaussagen philosophischer Anthropologie zu Lebenskrisen 93
6.4.1. Der Mensch als Konflikt- und Risikowesen 93
6.4.2. Krisen: Infragestellung des Lebens in endlicher Begrenztheit 95
6.4.3. Angst vor Endlichkeit – Ursprung der Lebenskrisen? 98
6.5. Krisen der Fern-Beziehung – Zuspitzung des Trauerns in Lebens- und Ehekrise? . 99

7. Theologisch-systematische Orientierungen: Krisen der Fern-Beziehung als Thema der Moraltheologie 101

7.1. GRUNDAUSSAGEN CHRISTLICHER ANTHROPOLOGIE – DER MENSCH IN SEINEN RELATIONEN 102
7.1.1. Das Verhältnis zu Gott dem Schöpfer 103
7.1.2. Das Verhältnis zu sich selbst 105
7.1.3. Das Verhältnis zum anderen Mitmenschen 107
7.1.4. Das Verhältnis zur Schöpfung 109
7.1.5. Bild wahren Menschseins – Jesus Christus 111
7.2. BIBLISCH-ANTHROPOLOGISCHE GRUNDAUSSAGEN ZUR EHE 114
7.3. CHRISTLICHE EHE: HERAUSRAGENDE LEBENSFORM PARTNERSCHAFTLICHER LIEBE – AUCH IN MOBILER GESELLSCHAFT 121
7.3.1. Sexualität: herausragende Sprache der Liebe 125
7.3.2. Ehe: die verbindliche Form der Liebe 127
7.3.3. Kinder und Familie: der erweiterte Lebensraum der Liebe 131
7.3.4. Die Sakramentalität der Ehe: konkrete Lebenshilfe in Krisen 135
7.4. LEBENSKRISEN AUS DER SICHT DES GLAUBENS 140
7.5. MORALTHEOLOGISCHE GRUNDAUSSAGEN: EHEKRISEN-BEWÄLTIGUNG IN FERN-BEZIEHUNGEN. 145
7.5.1. Die Sinnfrage: Zuspitzung von Lebenskrise und Ehekrise in der Fern-Beziehung .. 146
7.5.2. Ehe als Fern-Beziehung im Horizont der Moraltheologie 150
7.5.3. Christliche Ehekrisenbewältigung in der Spannung von Unauflöslichkeit und möglichem Scheitern der Ehe 154
7.6. MORALTHEOLOGISCHES LEITBILD: EHE ALS FERN-BEZIEHUNG 164
7.6.1. Aspekt der Selbstfindung in wechselseitiger Hingabe 165
7.6.2. Aspekt der Eigenständigkeit in Bindung 167
7.6.3. Aspekt des Wachstums und der Bereicherung im Verzicht 168
7.6.4. Aspekt des Wandels in Beständigkeit 171
7.6.5. Aspekt der Kooperation und Versöhnung in Krisen 173
7.6.6. Aspekt der Hoffnung im Scheitern 176
7.7. GRUNDHALTUNG IN AKUTEN EHEKRISEN DER FERN-BEZIEHUNG 178
7.7.1. Prospektive Versöhnungsbereitschaft in Treue als schöpferische Grundeinstellun 179
7.7.2. Prospektive Versöhnungsbereitschaft in Treue als schöpferischer Weg und Ziel ... 184
7.7.3. Prospektive Versöhnungsbereitschaft in Treue als schöpferischer Prozess 185
7.7.4. Möglichkeitsbedingung für eine prospektive Versöhnungsbereitschaft: Gnade 189
7.7.5. Gemeinschaft und Ort der Ehe für prospektive Versöhnungsbereitschaft: Kirche ... 193
7.7.6. Synthese: Kreative Grundhaltung prospektiver Versöhnungsbereitschaft in Treue 195

8. Theologische Praxis-Orientierungen für die Militärseelsorge: ..... Fern-Beziehung als Lebenskrise 196

8.1. PRAXIS-THEORETISCHE GRUNDLEGUNG EINER KRISEN-BEWÄLTIGUNG: „WEGE IN DER KRISE“.. 197

8.1.1. „Hoffnung“ als Grundlage für eine Bewältigung von Krisen 199

8.1.2. „Warten-Lernen“ als Grundlage für eine Krisen-Bewältigung..... 201

8.2. KRISEN: FORTSCHREITEN IN DER ENTDECKUNG DER WAHRHEIT VON BEZIEHUNG..... 204

8.2.1. Lebens- und Ehekrisen: Einübung in die Krisen-Bewältigung 208

8.2.2. Ausblick: Endlichkeit überwinden? 209

8.3. DAS VORBILD JESU IN DER KRISE..... 211

8.3.1. Das Vorbild Jesu als Lebensmodell 211

8.3.2. Jesus, der Heiler, als Vorbild für die Seelsorge-Praxis 213

8.4. SEELSORGERLICHE ORIENTIERUNG: GRUNDLAGE DER KRISENBEGLEITUNG 216

8.4.1. Begriffsklärung: Seelsorge und Begleitung in Ehekrisen 216

8.4.2. Die pastoralpsychologische Diagnose..... 219

8.4.3. Hilfreiche Grundhaltungen: Echtheit – Anteilnahme – Empathie 221

8.4.4. Krisengespräch und -intervention..... 223

8.5. EINE SYNTHESE: DIE SEELSORGERLICHE BEGLEITUNG 229

III. UMSETZUNG..... 231

9. Emotionale Entwicklungs-Zyklen in Fern-Beziehungen am Beispiel von Soldaten und deren Partnern 231

9.1. DIE EMOTIONALE ENTWICKLUNG DER GEFÜHLE IN FERN-BEZIEHUNGEN AM BEISPIEL VON SOLDATEN UND DEREN PARTNERN..... 231

9.1.1. Übersicht: Entwicklungen in der Partnerschaft..... 233

9.1.2. Inhaltliche Konkretisierungen der Phasen und Stadien..... 235

9.1.3. Auslandseinsatz und Wochenendbeziehung: Entsprechungen in den Phasenkonzepten..... 240

9.1.4. Bewältigungsstrategien für Wochenendbeziehungen 245

9.2. EXPATRIATS – KULTURSCHOCK-MODELLE DER ANPASSUNG IM AUSLAND..... 246

9.2.1. Kulturschock-Modell nach Oberg 247

9.2.2. U-Kurven-Hypothese nach Lysgaard 248

9.2.3. Anpassungsphasen nach Grove und Torbiörn..... 249

9.3. FAKTOREN DER TRENNUNGS-VERARBEITUNG IN FERN-BEZIEHUNGEN..... 250

9.3.1. Faktoren der individuellen Persönlichkeit..... 251

9.3.2. Entwicklungsfaktoren für die Verarbeitung der Trennung 252

10. Kommunikationstraining: Grundlagen für die Militärseelsorge..... 252

10.1. KOMMUNIKATIONS-THEORIE NACH SCHULZ VON THUN 254

10.1.1. Grundvorgänge zwischenmenschlicher Kommunikation 254

10.1.2. Die Botschaften einer Nachricht und ihre Bedeutung 256

10.1.3. Mit vier Ohren empfangen 257

10.2. KONFLIKTBEWÄLTIGUNG: EXEMPLARISCHE PROGRAMME 261

10.2.1. FSPT: „Freiburger Stresspräventionstraining für Paare“ 265

10.2.2. EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm) 267

10.2.3. KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation) 268

10.2.4. Zu vermittelnde Gesprächsregeln bzw. -fertigkeiten 269

11. Orientierungs-Leitfaden für Paare in Fern-Beziehung 274

11.1. VORBEMERKUNG UND AUSGANGSSITUATION 274

11.2. FERN-BEZIEHUNG ZWISCHEN CHANCEN UND BELASTUNGEN 275

11.2.1. Widerspruch Fern-Beziehung: Vermeidung von Alltag und Sehnsucht nach Alltag 278

11.2.2. Orientierungsregeln für die erfüllende Fern-Beziehung 279

11.2.3. Die Pflege der Partnerschaft in der Fern-Beziehung 283

11.2.4. Orientierungen für den „einzelnen Partner“ 286

11.3. KINDER VON ELTERN IN FERN-BEZIEHUNGEN 288

12. Intensivveranstaltungen: Grundlage eines Präventiv-Konzepts 292

12.1. AUSGANGSLAGE FÜR INTENSIVVERANSTALTUNGEN 294

12.2. GRUNDSATZ-ÜBERLEGUNGEN ZUR THEMATIK 296

12.3. MODULE FÜR INTENSIVVERANSTALTUNGEN 299

12.3.1. Zentrale Umsetzungs-Module für Intensivveranstaltungen 299

12.3.2. Zu vermittelnde Inhalte in Intensivveranstaltungen 301

12.4. EXEMPLARISCHE UMSETZUNG: FAMILIENWOCHENENDE DER MILITÄRSEELSORGE 303

12.4.1. Exemplarischer Einstieg in die Gruppenarbeit 304

12.4.2. Exemplarischer Ablauf einer Intensivveranstaltung 307

12.5. AUSBLICK 310

13. Schlusswort: Das Potenzial christlicher Ehe in mobiler Gesellschaft . 312

14. Literaturverzeichnis 317

1. Einführung

Mit dem Ende des Kalten Krieges und spätestens mit Beteiligung der deutschen Bundeswehr an humanitären UNO-Einsätzen in Somalia 1992 sowie an den Folgeeinsätzen, wie z. B. im Kosovo, in Mazedonien und in Afghanistan, hat sich das Profil der Bundeswehr und mit ihr das der Militärseelsorge stark verändert. Durch die daraus notwendig gewordenen sicherheits- und verteidigungspolitischen Beschlüsse des Deutschen Bundestages und den Veränderungen in den Aufgabengebieten ist nicht nur für die Bundeswehr als Ganzes, sondern besonders auch für die Soldatinnen und Soldaten eine neue Situation entstanden. Die Bundeswehr steht vor der Aufgabe – im Rahmen der „Transformation“ – sich von einer reinen „Verteidigungsarmee“ in eine „Einsatzarmee“ zu entwickeln. Die daraus resultierenden Logistik- und Mobilitätsanforderungen wie z. B. zunehmende Auslandseinsätze an weit entfernten Standorten und unter mehr oder weniger gefährlichen Lebensbedingungen, aber auch Wochenendbeziehungen aufgrund von Versetzungen und häufigen Standortschließungen stellen eine große Belastung sowohl für die Betroffenen als auch für deren soziales Umfeld dar.

Die Katholische Militärseelsorge für die Bundeswehr in Deutschland benennt zwei zentrale Säulen, auf die sie den Fokus ihrer zukünftigen pastoralen Tätigkeiten konzentrieren wird: einerseits die seelsorgerliche Begleitung der Soldaten in die Einsatzorte und andererseits die „allgemeine“ Familienseelsorge für Paare und Familien. Die bundeswehrspezifischen Belastungen und Störungen im familiären Bereich der Soldatinnen und Soldaten sowie die langen Abwesenheitszeiten sind daher wesentliche Konzentrationsbereiche für präventive Initiativen des Katholischen Militärbischofsamtes.

Dadurch haben sich für die Militärseelsorge zwei gänzlich neue Herausforderungen ergeben: Es sind notwendig innovative seelsorgerliche Initiativen für die Begleitung der Soldaten, ihrer Partner und Familien zu konzipieren. Gleichzeitig sind

die Militärseelsorger selbst existenziell herausgefordert, da sie die Einsatzkontingente im Ausland für meist vier bis sechs Monate vor Ort begleiten.

Ohnehin bestehende berufsbedingte Mobilitätsansprüche an Soldaten wie z. B. die ständige Bereitschaft zu örtlichen Versetzungen an oft weit entfernte Standorte, die die Partner meist aus sozialen oder ökonomischen Gründen nicht mit vollziehen, verschärfen sich nochmals durch vorgeschriebene, längerfristige Lehrgänge, Abkommandierungen und Auslandseinsätze und häufig wechselnde Arbeitsstandorte aufgrund von Kasernenschließungen im Kontext des sich verändernden Profils der Bundeswehr. Diese Mobilitätsanforderungen wirken sich potenzierend unmittelbar auf die Partner und die Qualität der Partnerschaft, die Familien, die Kinder und deren Erziehung sowie die Beziehung zu Angehörigen und Freunden aus.[1]

Derartige Belastungen für Partnerschaften sind im Zeitalter der Mobilität und Flexibilität naturgemäß kein Einzelphänomen der Bundeswehr. Vielmehr tritt es zunehmend auch in der zivilen Gesellschaft auf. Berufliche Mobilitätsanforderungen und Konsequenzen für Ehen und Familien erfordern daher innovative Initiativen präventiver und therapeutischer Ausrichtung, um eine adäquate Begleitung und Befähigung der betroffenen Paare, aber auch der begleitenden Seelsorger zu gewährleisten.

Aufgrund der Tatsache, dass es sich die Militärseelsorge in Deutschland zu einer herausragenden Aufgabe gemacht hat, die Soldaten[2] bei ihren Auslandseinsätzen seelsorgerlich zu begleiten – wobei diese Betreuung sinnvoll nur zusammen mit einer grundlegenden seelsorgerlichen Begleitung der Partner, Kinder und Angehö-

---

[1] Vgl. dazu vertiefende Ausführungen zur Militärseelsorge im folgenden Kapitel 2.

[2] Aus Gründen der Vereinfachung wurde bei der Bezeichnung des Genus von Personen, bis auf sinnvolle Ausnahmen, nur die maskuline Sprachform verwendet („Soldat“, „Partner“, „Seelsorger“).

rigen vonstatten gehen kann – wurde die Idee einer Kooperation von Wissenschaft und seelsorgerlicher Praxis geboren: Es wurde daher die intensive Zusammenarbeit des Katholischen Militärbischofsamtes für Deutschland (KMBA) und des Zentralinstituts für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt für ein Forschungsprojekt beschlossen, das nachhaltig vom Katholischen Militärbischof für die Deutsche Bundeswehr, Dr. Walter Mixa, initiiert wurde. Aus dieser Kooperation ergab sich eine Reihe von praktischen Initiativen und Publikationen, die im Anschluss vorgestellt werden (Kapitel 2). Im Rahmen der Zusammenarbeit wurden inzwischen vom Autor dieser Arbeit mehr als 80 Intensivveranstaltungen im Rahmen der Militärseelsorge für mehr als 900 betroffene Personen bzw. Paare durchgeführt. Die hieraus gewonnenen Erkenntnisse und die in den aufgeführten Publikationen veröffentlichten Ergebnisse bilden den Hintergrund für die vorliegende Arbeit.[3]

Die Bedingungen von Ehe, Familie und Partnerschaft als „Keimzelle einer wertegebundenen Gesellschaft“ und als „unverzichtbare Grundform des menschlichen Lebens und Zusammenlebens“ sind theologisch und seelsorgerlich an sich schon hoch bedeutsam.[4] Diese Lebensbereiche zu reflektieren, die Rahmenbedingungen verbessern zu helfen und aus dem Proprium des Evangeliums Antworten auf die Fragen der Zeit zu geben, ist ein wesentliches Anliegen der Theologie und damit auch der Militärseelsorge. Die Tatsache, dass sich die deutsche Militärseelsorge aus besagten Gründen intensiv für eine seelsorgerliche Begleitung und subsidiäre Prävention einsetzt und dazu Hilfestellungen und Handreichungen erarbeitet, legt es weiter nahe, die Thematik der Partnerschaft auf Distanz besonders auch aus moraltheologischer Perspektive zu beleuchten.

---

[3] Vgl. dazu besonders die bereits publizierten Beobachtungen in P. Wendl, Gelingende Fern-Beziehung. Entfernt zusammen wachsen, Freiburg/Basel/Wien ^{3}2007.

[4] R. Kloss, Situation und Probleme von Soldatenfamilien heute – Welche Hilfe bieten die Streitkräfte und die Militärseelsorge? Was erwarten wir?, in: Militärseelsorge Pastoral, 43. Jahrgang, Berlin 2005, 3.

Die Moraltheologie versteht sich, unter dem Anspruch des christlichen Glaubens, als die wissenschaftlich begründete Reflexion über die menschliche Lebensführung. Dabei kommt ihr der Auftrag zu, Konsequenzen des christlichen Glaubens für Leben und Handeln des Volkes Gottes methodisch kontrolliert darzulegen.[5] Somit ist es die Aufgabe moraltheologischer Reflexion, unterschiedliche Lebensbereiche des Menschen, im Licht des Evangeliums gedeutet, so zu analysieren, dass der jeweilige sittliche Anspruch hervortritt. Sie ist damit nicht nur eine unter dem Anspruch des Glaubens stehende Theorie der menschlichen Lebensführung, sondern zugleich die praxisbezogene Selbstauslegung in der Gegenwart. Die Moraltheologie zeigt auf, wie die christliche Botschaft in Anbetracht der Herausforderungen der Gegenwart heute verstanden und gelebt werden kann.[6]

Für die Theologie im Allgemeinen und die Moraltheologie im Besonderen gilt, dass sie sich grundlegenden gesellschaftlichen Phänomenen der Gegenwart stellen – und den betroffenen Menschen zugleich Orientierung für eine erfüllende Lebensgestaltung geben. Im Horizont katholischer Moraltheologie wird daher in der vorliegenden Untersuchung erarbeitet, wie angesichts wachsender Mobilitätsanforderungen in der gegenwärtigen Gesellschaft ein gelingendes Ehe-Leben im Sinne des Evangeliums gelebt werden kann. Dies geschieht einerseits aus der Perspektive der betroffenen Paare als Orientierung für eine spezifisch christliche Ehekrisen-Prävention und -bewältigung. Andererseits erfolgt die Reflexion aus der Perspektive der begleitenden (Militär-)Seelsorger, denen ihrerseits spezifisch-christliche Handlungsmaßstäbe aufgezeigt werden.

Die Ausführungen der vorliegenden Studie stehen demzufolge unter dem Anspruch, deutlich zu machen, wie die christliche Botschaft angesichts der Mobili-

---

[5] Vgl. E. Schockenhoff, Wie gewiss ist das Gewissen? Eine ethische Orientierung, Freiburg i. Br. 2003, 171f.

[6] Vgl. ebd.

tätsherausforderungen der modernen Gesellschaft in Bezug auf eine gelingende Gestaltung des Ehelebens verstehbar und realisierbar werden kann.

Nachdem in der vorliegenden Arbeit die Rahmenbedingungen einer (gelingenden) Partnerschaft auf Distanz und ihre Analogie zu belastenden Ereignissen aufgezeigt werden, sollen systematisch- und praktisch-theologische Reflexionen zweierlei leisten: Sie müssen einerseits zentrale Belastungsfaktoren für Paare herausarbeiten und dafür ein präventives Leitbild und Grundhaltungen konzipieren sowie daraus abgeleitet, seelsorgerliche Initiativen aufzeigen: Die geforderten Kernkompetenzen der betroffenen Paare selbst, aber auch der begleitenden Frauen und Männer in der (Militär-)Seelsorge müssen ausgewiesen und gestärkt werden. Durch die Analyse der theoretischen und praktischen Möglichkeiten der Begleitung der Paare können implizit auch Grenzen und Chancen für die Seelsorge an sich in Bezug auf ein erfüllendes Eheleben in einer mobilen Gesellschaft aufgezeigt werden.

Es stellt sich im Horizont der theologischen Reflexion also aus christlicher Perspektive die Frage nach dem Proprium einer Krisenbewältigung sowie einer subsidiären seelsorgerlichen Begleitung. Es gilt, Möglichkeitsbedingungen einer spezifisch christlichen Bewältigung von Ehekrisen in mobiler Gesellschaft – am Beispiel von Fern-Beziehungen – zu erarbeiten. Mit dem Phänomen der Fern-Beziehung ist in den vorliegenden Reflexionen besonders das Beziehungsleben in der Ehe gemeint. Die Partnerschaft der Ehe ist im christlichen Sinn die Zuspitzung der elementaren und verbindlichen Form der partnerschaftlichen Liebe.[7] Dabei werden unverheiratete Paare mit analogen Herausforderungen jedoch keinesfalls ausgeblendet; sie erleben sehr ähnliche Belastungen, daher können viele Hilfestellungen auf ihre Situation übertragen werden.

---

[7] Vgl. dazu Kapitel 7, besonders 7.1. und 7.2.

Den angesprochenen systematischen und praktisch-theologischen Reflexionen folgen daher zwei Orientierungs-Leitfäden: einerseits für die betroffenen Paare selbst und andererseits, darauf aufbauend, für die militärseelsorgerliche Praxis. Der Leitfaden für die (Militär-)Seelsorge stellt sich der Aufgabe, den begleitenden Seelsorgern eine Handreichung für systematische Maßnahmen in Bezug auf die Partnerschaften auf Distanz zu bieten – sowohl in Bezug auf den Ablauf solcher Veranstaltungen als auch für mögliche inhaltlich-thematische Einheiten. Der für betroffene Paare konzipierte Leitfaden soll Orientierung geben, damit ihre Belastungssituation verständlicher wird und sie diese leichter bewältigen können.

Dabei ist stets zu bedenken, dass es sich angesichts der Individualität aller Paare und Menschen um kein übergreifendes Prinzip oder gar einheitliches „Rezept" handelt, das sich anmaßen könnte, das Gelingen der Partnerschaften zu garantieren. Dennoch zeigen die Erfahrungen bisheriger Intensivveranstaltungen, dass die Gestaltung und Bewältigung der Fern-Beziehungen meist besser und nachhaltig gelingt und die Partnerschaften stabiler bleiben, wenn die Paare vorbereitet und begleitet werden – und entsprechende Informationen als „Leitfaden" an die Hand bekommen.

Folgenden Fragestellungen bzw. Thesen soll im Verlauf der Studie in drei Abschnitten explizit nachgegangen werden:

- Welche unterschiedlichen Formen von Partnerschaft auf Distanz können für Deutschland hauptsächlich unterschieden werden?
- Verdichten sich die Problemstellungen dieser Beziehungsform zwischen Krise und erfüllender Partnerschaft in besonderer Weise für Soldaten in der Bundeswehr?
- Es ist ein immanenter Auftrag kirchlichen Handelns, Antworten auf die Fragen der modernen Gesellschaft zu geben – und damit besonders auch auf die belastenden Herausforderungen für Ehe und Familie durch das Phänomen wachsender Mobilitätsanforderungen.

- Wenn sich dieses Problem in der Bundeswehr verdichtet, ist die Militärseelsorge besonders und stellvertretend befähigt, Antworten und Initiativen angesichts dieser Herausforderungen zu entwickeln.
- Daher gilt es aus systematisch-theologischer Perspektive Rahmenbedingungen für eine erfüllende Partnerschaft auf Distanz und eine spezifisch christliche Ehekrisen-Bewältigung in Fern-Beziehungen zu entwickeln.
- Aus praktisch-theologischer Sicht sind am Beispiel der Militärseelsorge exemplarische Initiativen zu entwickeln, die die Rahmenbedingungen für eine erfüllende Partnerschaft auf Distanz umsetzen helfen.

Um in diesen Fragestellungen zu Lösungen zu kommen, wurde folgender Weg der Bearbeitung gewählt: Prinzipiell wird die Thematik in drei übergeordneten Abschnitten reflektiert: „I. Beschreibung“ – „II. Verortung“ – „III. Umsetzung“. Im ersten Teil, der „Beschreibung“, erfolgen die grundlegende Darstellung der Themenbereiche der Partnerschaft auf Distanz, eine soziographische Übersicht und die Klärung der Rahmenbedingungen für eine erfüllende Partnerschaft sowie die Erläuterung unterschiedlicher Phasenlehren bei belastenden Ereignissen (emotionale Entwicklungszyklen). Im zweiten Abschnitt, der „Verortung“, werden die aufgezeigten relevanten Themenbereiche der Krisen bzw. Ehe- und Beziehungskrisen theologisch-systematisch und -praktisch reflektiert und interpretiert. Im dritten Abschnitt, der „Umsetzung“, erfolgt schließlich die Übertragung der gewonnenen Erkenntnisse auf die konkrete Situation von Soldaten bzw. auf die Situation der Militärseelsorge.

Im Einzelnen ergeben sich damit für die vorliegende Arbeit folgende Schritte: Zunächst wird die grundlegende Kooperation ZFG mit dem KMBA vorgestellt (Kapitel 2.). In einer soziographischen Orientierung werden relevante Partnerschaftsformen auf Distanz systematisiert (Kapitel 3.). Dabei werden örtlich getrennte Partnerschaften in ihren verschiedenen Phänomenen und Facetten beleuchtet, um die sachlichen Grundinformationen im Gewirr verschiedenster Sprachregelungen zu erleichtern – und um damit effektiv die verschiedenen Problemstellungen für die

Theologie bzw. die Seelsorge in „unterschiedlichen“ Partnerschaften auf Distanz verstehen und beantworten zu können.

Als weitere Schritte werden neben der soziographischen Analyse und der folgenden Klärung von Rahmenbedingungen erfüllender Partnerschaft (Kapitel 4.) ausgewählte Phasenlehren wie Krisen, Sterben und Trauer aufgezeigt, wie sie in Untersuchungen belastender Ereignisse nachgewiesen werden können (Kapitel 5.). Dem Vergleich der Struktur der Phasenlehren, besonders der Gefühlsentwicklungen in Trauerprozessen, kommt eine besondere Bedeutung zu. Daraus gewonnene Erkenntnisse können an späterer Stelle für die Einordnung und Interpretation emotionaler Entwicklungszyklen bei Paaren in Fern-Beziehung herangezogen werden (Kapitel 9.).

Die Untersuchung der Relationen von Fern-Beziehung und Krisen, seelischen Krisen und Lebenskrisen wird in Kapitel 6 geleistet. Dabei werden Krisen-Typologien geklärt und Grundaussagen zum Phänomen der Lebenskrisen aus philosophisch-anthropologischer Perspektive formuliert. Schließlich erfolgt die theologische Reflexion von „Fern-Beziehungen als Krise“ (Kapitel 7 und 8). Dafür werden zunächst theologisch-systematische Orientierungen (Kapitel 7) vorgenommen und Fern-Beziehungen im Horizont der Moraltheologie beleuchtet. Dazu werden Grundlagen der christlichen Anthropologie zu Mann und Frau aufgezeigt (Kapitel 7.1). Die christliche Ehe wird anschließend als herausragende Lebensform partnerschaftlicher Liebe verdeutlicht (Kapitel 7.2). Schließlich folgen Überlegungen zu Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens (Kapitel 7.3) und zu einer Ehekrisenbewältigung in Fern-Beziehungen aus spezifisch christlicher Perspektive (Kapitel 7.4). Daran anknüpfend, stellen die Entwicklung eines moraltheologischen Leitbildes der Ehe als Fern-Beziehung (Kapitel 7.5) sowie die Formulierung einer Grundhaltung der Partner in akuten Krisen der Fern-Beziehung (Kapitel 7.6) die Quintessenz der systematisch-theologischen Überlegungen dar.

Eine theologisch-praktische Analyse von Fern-Beziehungen als Lebenskrisen für die (militär-)seelsorgerliche Begleitung betroffener Paare schließt als eine „Theorie der Praxis“ daran an (Kapitel 8). In Kapitel 9 erfolgen die Auswertung und Übertragung relevanter Erkenntnisse auf das Beispiel von Soldaten und deren Partner bei Auslandseinsätzen sowie in Wochenendbeziehungen. Ebenso werden die einzelnen Faktoren bei der Verarbeitung einer Trennung ausführlich aufgezeigt.

Kapitel 10 stellt die Grundlagen von Kommunikationstrainings vor. Diese werden anschließend für die Entwicklung spezieller Initiativen für die Militärseelsorge herangezogen. Ein erster Leitfaden (Kapitel 11) zeigt Grundlagen und Denkanstöße für Bewältigungsstrategien für die betroffenen Paare selbst auf. Dem folgen Übertragungen wesentlicher Aspekte für einen Leitfaden für die Militärseelsorge (Kapitel 12). Dabei werden die „Intensivveranstaltungen“ der Militärseelsorge als Grundlage eines Präventiv-Konzepts für betroffene Paare beleuchtet und systematisch interpretiert.

I. BESCHREIBUNG

Wie bereits gezeigt, geht es im Gesamtentwurf der Arbeit darum, Partnerschaften auf Distanz vor der Fragestellung nach Grundhaltungen, Mitteln und Wegen christlicher Ehekrisen-Bewältigung am konkreten Beispiel von Soldaten und deren Partnern bei Auslandseinsätzen und Wochenendbeziehungen zu beleuchten und aus den Ergebnissen konkrete Hilfestellungen zu konzipieren, die die Bedingungen von Ehe und Partnerschaft von Soldaten unter den gegebenen Umständen im Rahmen der Militärseelsorge verbessern helfen.

Zunächst wird dazu nun im folgenden Kapitel das zugrunde liegende Kooperationsprojekt „KMBA-ZFG“ vorgestellt. Seit 2001 wurden im Rahmen der begleitenden Beobachtung wesentliche Einsichten abgeleitet, die in der vorliegenden Arbeit implizit ausgewertet werden. Danach werden in einer soziographischen Orientierung die Fülle der gängigen Begriffe und die Formen von Partnerschaften auf Distanz geordnet und systematisiert. Mit der Klärung wesentlicher Rahmenbedingungen für gelingende Partnerschaften und der Analyse relevanter emotionaler Entwicklungsphasen bei belastenden Ereignissen werden die Rahmenbedingungen der vorliegenden Arbeit in der „Beschreibung“ abgesteckt.

2. Ausgangslage: Katholische Militärseelsorge und die Kooperation KMBA – ZFG

Zwischen dem Katholischen Militärbischofsamt (KMBA) und dem Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt besteht seit dem 1. Januar 2002 eine Kooperation. Das herausragende Interesse dieser Zusammenarbeit gilt der dringend nötigen Verbesserung der

Rahmenbedingungen und der Stärkung der Bewältigungskompetenzen von Soldaten bzw. deren Partnern[8] und Soldaten-Familien bei „Fern-Beziehungen“[9] – und zugleich eine Unterstützung der sie begleitenden Militärseelsorger. Stetig zunehmende Auslandseinsätze, örtliche Versetzungen und Standortauflösungen, aber auch die inzwischen vermeintlich selbstverständlichen Wochenend-Ehen sind oftmals eine erhebliche Belastung für eine gelingende Partnerschaft bzw. ein lebendiges, erfüllendes Familienleben.

Zu den Fundamenten des Selbstverständnisses der Katholischen Militärseelsorge gehört die Aussage des Zweiten Vatikanischen Konzils zum Dienst des Soldaten (GS 79): „Wer als Soldat im Dienst des Vaterlandes steht, betrachte sich als Diener der Sicherheit und Freiheit der Völker. Indem er diese Aufgabe recht erfüllt, trägt er wahrhaft zur Festigung des Friedens bei.“ Zugleich gehört es zu diesem Selbstverständnis, dort anwesend zu sein, wo Soldaten den Dienst am Frieden und zur Sicherheit der Völker leisten und dabei die Kirche unter den Soldaten erfahrbar zu machen. „Militärseelsorge, an der Schnittstelle von Kirche und Staat tätig, ist mit ihrer spezifischen Ausrichtung auf den Lebens- und Arbeitsbereich der Soldaten und ihrer Familien Teil des gesamtkirchlichen Seelsorgeauftrages.“[10] Mit der politischen Wende in Europa Ende des 20. Jahrhunderts hat sich neben dem Aufgabenspektrum der Bundeswehr auch das der Militärseelsorge gewandelt. Der Staat muss nicht mehr nur an den Grenzen des Landes, sondern auch z. B. am Hindukusch verteidigt werden.[11] Die Militärseelsorger in der Bundeswehr sind mit den Soldaten vor Ort und besonders bei den spezifischen Herausforderungen und

---

[8] Als Soldatenpaare werden im Anschluss jene Paare verstanden, bei denen mindestens ein Partner Soldat ist.

[9] „Fern-Beziehungen“ bezeichnen alle relevanten Partnerschaften auf Distanz. In Kapitel 3 wird dies weiter erläutert und definiert.

[10] W. Mixa, Zum Geleit, in: Kirche unter Soldaten, 7.

[11] Vgl. W. Wakenhut, „Wenn sich Zeiten wenden …“. Die Pastoral der Katholischen Militärseelsorge in den Umbrüchen von Kirche und Gesellschaft, in: Kirche unter Soldaten, 353-362, hier 359f.

Problemen ansprechbar, die die Auslandseinsätze für die Soldaten selbst, aber besonders auch für die Partner und Familien mit sich bringen. W. Wakenhut, der Generalvikar der Katholischen Militärseelsorge in Deutschland, bezeichnet daher „Familienseelsorge als Schwerpunkt“ für die Militärseelsorge.[12] Die daraus resultierenden Konsequenzen, auch für die Militärseelsorger selbst, definiert er folgendermaßen:

> „Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, bedarf es einer gründlichen und guten Ausbildung. Nicht nur, dass der Seelsorger im Einsatz einer gefestigten geistig-geistlichen Verwurzelung im Glauben bedarf, er muss auch einiges an Methoden und Techniken beherrschen, angefangen von guten Kenntnissen der englischen Sprache bis hin zu Krisenintervention und Krisenmanagement. Mit der Beanspruchung der Soldatinnen und Soldaten im Einsatz korrespondiert eine erhöhte Belastung der Angehörigen zu Hause. Das Fehlen des Partners bringt Probleme und Schwierigkeiten; Familienseelsorge erhält neues Gewicht. […] Eine große Aufgabe stellt sich deshalb für die Militärseelsorge in der Hilfestellung für Soldatenpaare und Familien, die in einer sogenannten ‚Fern-Beziehung’ leben, also berufsbedingt mit verschieden lange dauernden und oft auch mit regelmäßig wiederkehrenden Trennungsphasen leben müssen. Um […] theoretische und praktische Unterstützung bei der Hilfestellung für die Fern-Beziehungen anzubieten, hat die Katholische Militärseelsorge eine Kooperation mit dem Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt ins Leben gerufen.“[13]

Gut begründete und effektive Hilfestellungen für Paare, Familien und seelsorgerliche Begleiter zu entwickeln und anzubieten, ist eine wesentliche Aufgabe für das Zentralinstitut im Rahmen der Kooperation mit dem KMBA. Die Wahrnehmung dieser unterstützenden Aufgabe ist geprägt von der Motivation des Instituts, Wissenschaft und Praxis unmittelbar zu verbinden und somit Erkenntnisse aus der Wissenschaft direkt für die Praxis umsetzbar und anwendbar zu machen sowie umgekehrt erworbene Erkenntnisse aus den praktischen Aktivitäten mit Betroffenen wissenschaftlich auszuwerten und dadurch zu optimieren. Grundlegend für

---

[12] Ebd. 360f.

[13] Ebd.

die Arbeit des ZFG ist demnach: Sowohl die wissenschaftliche Aufarbeitung der Problematik als auch die Praxis-Initiativen des ZFG zielen auf eine unmittelbare Verbesserung der Vorbereitung, Begleitung und Unterstützung von betroffenen Paaren vor, während und nach längeren oder regelmäßigen Trennungen – sowie der begleitenden Seelsorger. Im Blickpunkt der Überlegungen stehen dabei längere Trennungen (bedingt durch Auslandseinsätze) und Versetzungen (besonders solche, die der Partner aus verschiedensten Gründen nicht mit vollziehen kann oder will), aber auch Wochenendbeziehungen (Pendler).

Die Initiativen des ZFG im Rahmen der Kooperation

Im Licht seiner generellen Aufgabenstellung, in unserer modernen Gesellschaft Probleme und Entwicklungen in Ehe und Familie zu beobachten, die Zusammenarbeit von Theorie und Praxis in der Familienforschung zu fördern, gesellschaftliche Impulse zu setzen wie auch praktikable Maßnahmen einzuleiten – und all dies unter der Perspektive des christlichen Bildes von Ehe und Familie – hat das ZFG seinen Kooperationsbeitrag in zwei Richtungen zu entfalten: Einerseits sind anhand wissenschaftlicher Initiativen die Grundlagenbedingungen zu analysieren, andererseits sind praktische Initiativen zu konzipieren und umzusetzen.

Planung, Durchführung und Auswertung von Intensivveranstaltungen

Im Bereich der praktischen Initiativen liegt ein Hauptaugenmerk der Kooperation speziell auf der Planung, Durchführung und Auswertung von Intensivveranstaltungen im Rahmen der Militärseelsorge. Insgesamt wurden so bis April 2006 z. B. vom Autor dieser Arbeit mehr als 80 Intensivveranstaltungen, meist Familienwochenenden und Werkwochen, zur Verbesserung der Bewältigungsfähigkeit der Trennungsphasen für betroffene Paare durchgeführt. Die Teilnehmerzahl bewegte sich zwischen 15 bis 90 Personen. Die Reaktionen auf diese Veranstaltungen lassen deutlich werden, wie dringend die Unterstützung benötigt wird. Die zahlrei-

chen Teilnehmer und die zunehmende Nachfrage im Rahmen der Militärseelsorge nach diesen Veranstaltungen unterstreichen das Interesse der Betroffenen.[14] Die Problematik stellt sich grundsätzlich auch im benachbarten Ausland. Daher laufen seit 2005 auch Kooperationsprojekte z. B. mit dem Österreichischen Bundesheer und der KAS (Katholische Soldatengemeinschaft) bzw. der Katholischen Militärseelsorge in Österreich.

Die Erkenntnisse aus den bisherigen Intensivveranstaltungen lassen schon jetzt folgenden Rückschluss zu: Bereits der Besuch von zwei problemorientiert gestalteten Wochenendveranstaltungen für Paare bzw. Familien – eine vor und eine nach einer längeren Trennung (etwa einem Auslandseinsatz) – führt zu einer deutlich merkbaren psychischen Erleichterung bei den betroffenen Paaren. Die dabei erreichbare emotionale Entlastung fördert nachhaltig die produktive Vorbereitung und Verarbeitung der normalen Beziehungs- und Familienspannungen, die mit den Trennungsphasen einhergehen. Die individuellen Bewältigungsmöglichkeiten („Bewältigungs-Strategien", „Potenzial für Konfliktbewältigung") des einzelnen Partners sowie des Paares werden nachhaltig verbessert.

Publikationen als Grundsatzreflexionen

Die praxisorientierten Aktivitäten werden begleitet, damit (selbst-)kritisch reflektiert und zugleich stets optimiert durch wiederum am Problem orientierte wissenschaftliche Initiativen des ZFG, z. B. durch die Erstellung von Problemstudien, die Mitwirkung an Handreichungen für Betroffene und anderen wissenschaftlichen Publikationen.[15] Dabei sollen mehrere Zwecke verfolgt werden. Die zentral bedeutsa-

---

[14] Eine eigene Problematik stellt dabei die Tatsache dar, dass nicht in allen Regionen (vgl. Diaspora) die betroffenen Paare erreicht und zur Teilnahme an diesen Initiativen motiviert werden können.

[15] Vgl. dazu vor allem: P. Wendl, Gelingende Fern-Beziehung sowie ders., Herausforderung Fern-Beziehung? Partnerschaft auf Distanz von Soldaten und deren Partnern bei Auslandseinsätzen, in: Gerhard Kümmel (Hg.): Diener zweier Herren. Soldaten zwischen Bundeswehr und Familie, Frankfurt a. M. 2005, 123-147, darüber hinaus: ders., Fern-Beziehungen – Krise oder gelingen-

men Themen für die seelsorgerliche Begleitung von Paaren vor, während und nach „Fern-Beziehungen“ werden aufgezeigt. Daraus resultiert eine konzentrierte Übersicht für die begleitenden Seelsorger. Die Durchführung von Intensivveranstaltungen speziell zur Problematik längerer Trennungen wird damit erleichtert. Die Bedingungen der betroffenen Paare und Familien werden dabei so beleuchtet, dass präventive Veranstaltungen für die Paare zukünftig noch effizienter durchgeführt werden können. Die Publikationen sind überwiegend so angelegt, dass sie wesentliche Aspekte der „Fern-Beziehungen“ von Soldatenpaaren als Informationen für eine verbesserte seelsorgerliche Begleitung aufbereiten. Dies geschieht nicht in einmalig abschließender Weise, sondern es werden bewusst dynamisch (also laufend erweiterbar) Themenbereiche aufgegriffen, die sich für die (seelsorgerliche) Begleitung der Paare und Familien als wichtig erweisen. Entsprechend erarbeitete Module können so auch kurzfristig im seelsorgerlichen Alltag Anwendung finden.

Eine herausragende Grundlage für effiziente Bewältigungs-Strategien der Paare ist eine intensive Auseinandersetzung mit den zu erwartenden Problemen bzw. die Vorbereitung auf die absehbaren Entwicklungen. Alle Initiativen der Kooperation sind daher grundsätzlich subsidiär angelegt, denn die Paare müssen letztlich die Spannungen selbst bewältigen. Dennoch bietet die Anwendung gewisser professionell bewährter Module (z. B. Kommunikationstrainings für Paare oder auch die Vermittlung von Konzepten zur Konfliktbewältigung) den Betroffenen merkliche Erleichterungen und Unterstützungen für die Bewältigung ihrer Beziehungsprob-

---

de Partnerschaft, in: Kompass, Soldat in Welt und Kirche, 11, 2003, 16ff, ders., Fern-Beziehung und Wochenendbeziehung – Chancen und Belastungen für die Partnerschaft, in: W. E. Fthenakis/M. R. Textor: Online Familienhandbuch, http://www.familienhandbuch.de/cmain/s_1558.html [02.06.05], ders., Initiativen zur Besserung der Bedingungen von Soldatenpaaren in „Fern-Beziehungen“. Maßnahmen im Rahmen der Kooperation des Katholischen Militärbischofsamts (KMBA) mit dem Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG), in: Militärseelsorge. Pastoral, 41. Jahrgang 2003, 44-51, ders., Was tut die Politik für die Familien? Grundsatzreferat und Arbeitsgruppen als Beitrag des „Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft“ (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt am 29. April 2003, in: Auftrag GKS, 43 (252/253), 2004, 9f.

leme. Es sei ausdrücklich betont, dass es sich bei diesen präventiven Maßnahmen um so genanntes „Enrichment“ bzw. „Empowerment“ handelt. Dies sind Konzepte mit der Zielrichtung einer „Bereicherung“ der Beziehung bzw. „Befähigung“ der Partner. Es sollen Kompetenzen vermittelt werden, die die Beziehungs-Zufriedenheit und Beziehungs-Stabilität fördern – und die somit auch die Bewältigung jener schwierigen Phasen erleichtern, wie es Fern-Beziehungen sind.

Um den Problemen nachhaltig und breit angelegt begegnen zu können, erarbeitete das ZFG als weitere Säule der Kooperation mit der Militärseelsorge ein Referenten-Netzwerk.[16] Die langfristige Bündelung von Kompetenzen, die einheitliche „Schulung“ der Referenten im Hinblick auf die spezielle Problematik der Soldatenpaare und der Familien sowie eine zentrale Erreichbarkeit und Einsetzbarkeit von Referenten zur Thematik kann damit mittelfristig verbessert werden.

Zukünftige Schwerpunkte

Das Hauptaugenmerk der laufenden und zukünftigen Initiativen in der Zusammenarbeit des ZFG mit dem KMBA liegt auf den Problemen der Fern-Beziehungen und ihren Auswirkungen auf Partnerschaft und Familie. Entwickelt werden sollen besonders Bewältigungshilfen für die Betroffenen: die Partner (besonders auch als Eltern), Kinder und Angehörige. Aktuell werden rollenspezifische Belastungen und Chancen der Trennungsproblematik, z. B. speziell aus der Sicht der Frauen (meist die „daheim gebliebenen“ Partner), aus Sicht der Männer sowie aus der Sicht der Eltern bzw. Kinder in ihren unterschiedlichen Entwicklungsphasen betrachtet und ausgewertet. Hilfestellungen (z. B. für die Stärkung der Erziehungskompetenzen) sollen dafür entwickelt und aufgezeigt werden.[17] Dadurch soll auch jenen Proble-

---

[16] Das Referentennetzwerk wurde ab Juni 2004 realisiert.

[17] So sind folgende weitere Spezialisierungen zur Thematik am ZFG vorgesehen: Eine Reflexion aus der besonderen Perspektive der Kinder bzw. der Stärkung der Erziehungskompetenzen der Eltern in Fern-Beziehungen nimmt Johanna Mödl vor.

men entgegen gewirkt werden, die aufgrund verfälschter Fremd- und Selbstwahrnehmung entstehen. Schlagwortartig könnten demnach die Schwerpunkte der weiteren Überlegungen im Rahmen der Kooperation so lauten: „die besondere Situation der Frau bzw. des daheim gebliebenen Partners“, „die besondere Situation des Soldaten im Einsatz“ (meist der Mann), „das Spannungsverhältnis des Paares in der Doppelbelastung als Betroffene und Eltern“, „die besondere Situation der Kinder“ bzw. „die Förderung von Erziehungskompetenzen“. Weiterhin wird ein Schwerpunkt auf der Erarbeitung von Bewältigungsstrategien und -hilfen des Paares in Bezug auf die Fern-Beziehung liegen.

An dieser Stelle sei darauf hingewiesen, dass die Auswirkungen und die Bewältigung der Ängste vor psychischen und physischen Gefahren (z. B. vor Traumatisierung, Verwundung und Tod) sowie deren Konsequenzen für die Beziehungsqualität nicht explizit Gegenstand dieser Dissertation sind. Diesen Themenbereichen wird ab 2007 in einem eigenen Forschungsprojekt im Rahmen der Kooperation nachgegangen. Eine herausragende Bedeutung wird dabei u. a. der „Resilienzforschung“[18] zukommen. In diesem Zusammenhang wird mittelfristig an ein explizites Training gedacht, das einen adäquaten („resilienteren“) Umgang der Paare und der betroffenen Familien mit den existenziellen Herausforderungen ermöglichen soll. Dies ist umso mehr vonnöten, da die Anzahl der Einsätze der Bundeswehr mit „Robustem Mandat“ in Zukunft deutlich zunehmen könnten, wie die Aktivitäten der Bundeswehr im Jahr 2006 z. B. im Kongo zeigen.

---

[18] Resilienz leitet sich ab vom englischen „resilience“ (= Elastizität, Spannkraft, Belastbarkeit) bzw. lateinischen „resilere“ (= abprallen).

Ausblick auf die Kooperation

Die gegenwärtige Arbeit des Institutes im Rahmen der Kooperation zeigt, dass noch viele Aufgabenbereiche zur Bearbeitung anstehen. Gleichzeitig aber lässt sich schon jetzt erkennen, dass bereits übliche Maßnahmen in der Militärseelsorge, wie z. B. Intensivveranstaltungen, wenn sie systematisch durchgeführt werden, eine deutliche Unterstützung für die belasteten Paare und Familien sein können und damit eine deutliche Verbesserung der Bewältigungskompetenzen erreichen.

Die besondere Chance der Kooperation und der daraus resultierenden Möglichkeiten besteht im Zusammenspiel der Militärseelsorger mit den Referenten. Damit lässt sich, zugespitzt in den Intensivveranstaltungen, eine effektive fachspezifische Unterstützung der seelsorgerlichen Begleitung der Paare und Familien erreichen, die so eine echte Bewältigungshilfe für die belastenden Krisenzeiten der Fern-Beziehung ist. Dies ist die Basis dafür, dass die Initiativen des ZFG im Rahmen der Kooperation auch weiterhin eine praktische Verbesserung der Bedingungen der Beziehungen von Soldatenpaaren ermöglichen können.

3. „Fern-Beziehung“: einheitlicher Begriff für örtlich getrennte Partnerschaft? Eine soziographische Systematisierung

Angesichts der wenigen vorliegenden Studien zum Phänomen der Partnerschaften auf Distanz ist eine Systematisierung von örtlich getrennten Beziehungen bzw. von Partnerschaften mit getrennten Haushalten noch immer nur eingeschränkt möglich. Einerseits sind trotz des großen Interesses der Medien an diesem populären Thema fundierte Untersuchungen noch rar.[19] Andererseits sind die ange-

[19] Die meisten Veröffentlichungen der letzten Jahre sind populär-psychologische Publikationen, die i. d. R. als Lebenshilfe verstanden sein wollen. Diese kommen in Kapitel 3.5. zur Sprache. Eine Vielzahl an Ratgebern ist auch im englischsprachigen Raum erschienen. Stellvertretend sei auf Gregory Guldners Long distance relationship. The complete guide, Corona CA 2004,

sprochenen Partnerschaften in den bestehenden Studien nicht einheitlich systematisch geordnet, so dass ein Vergleich nur bedingt möglich ist.[20] Die ersten wissenschaftlichen Studien zu Fragen zum Verhältnis von Mobilität und Partnerschaft wurden für Deutschland in Untersuchungen von Norbert F. Schneider und Mitarbeitern 1998 bzw. 2001 vorgelegt.[21] Diese und die zuvor angesprochenen Veröffentlichungen sollen hier nun für prinzipielle Einordnungen herangezogen werden. Um aus der Fülle der Unterschiedlichkeiten in den Bezeichnungen zu einem einheitlichen Begriff gelangen zu können, werden zuvor die gängigen Termini und Inhalte geklärt. Dabei ist festzustellen, um welche Form der örtlich getrennten Beziehung es sich im Einzelnen handelt bzw. welche Belastungen daraus abzuleiten sind. So wird am ehesten eine treffende Übersicht der gängigen Einordnungen gewährleistet. Nach einer Definition der Fern-Beziehungen wird anschließend deren historische Entwicklung knapp skizziert. Die unterschiedlichen Nuancen werden schließlich hinsichtlich ihrer Relevanz für die Fern-Beziehungsformen deutscher Soldatenfamilien zu beleuchten sein.

3.1. Definition und Häufigkeit örtlich getrennter Beziehungen (Fern-Beziehungen)

Bei den Fern-Beziehungen, wie sie in der vorliegenden Arbeit verstanden werden, handelt es sich um Beziehungsformen von Paaren, die in einer festen Partnerschaft leben, aber aus unterschiedlichen Gründen (beruflich bzw. ökonomisch, sozial bzw. persönlich etc.) keinen gemeinsamen Alltag haben bzw. diesen nicht in einem ständigen, gemeinsamen Haushalt leben können. Soziologisch ausgedrückt sind hier Paare gemeint, die keine alltägliche Wohn- und Wirtschaftsgemeinschaft

---

hingewiesen.

[20] Vgl. N. F. Schneider/D. Rosenkranz/R. Limmer, Nichtkonventionelle Lebensformen. Entstehung Entwicklung Konsequenzen, Opladen 1998, 47f.

[21] Vgl. ebd. sowie N. F. Schneider/R. Limmer/K. Ruckdeschel, Mobil, flexibel, gebunden. Familie und Beruf in der mobilen Gesellschaft, Frankfurt a. M. 2002.

bilden, also nicht dauerhaft und regelmäßig einen gemeinsamen Haushalt führen.[22] Bei den Paaren, die diesen Lebensstil realisieren, ist es meist die Berufsarbeit, die den gemeinsamen Alltag bzw. den gemeinsamen, ständigen Haushalt nicht möglich macht, da der Arbeitsplatz weiter entfernt liegt: überdurchschnittlich häufig z. B. bei Soldaten, Piloten, Stewardessen und Flugbegleitern, Fernfahrern, Seeleuten, Handelsvertretern, Montagearbeitern aber auch Studenten.[23] Zu berücksichtigen sind dabei auch weitere Berufe, die ein hohes Maß an Mobilität abverlangen und damit häufige Absenzen von den Partnern und Familien, z. B. Politiker und Manager etc.

Konkrete Zahlen zu Fern-Beziehungsformen sind für die deutsche Gesellschaft, auch für Soldaten, generell schwer zu erheben. Die Zahl der deutschen Soldaten, die im Ausland stationiert sind, variiert seit 2001 zwischen 8.000 und 10.000.[24] Seit 1998 waren insgesamt ca. 140.000 Soldaten im Auslandseinsatz. Im Frühjahr 2006 waren diese verteilt auf die Einsatzgebiete Afghanistan, Usbekistan, Bosnien Herzegowina, Äthiopien, Eritrea, Sudan, Indonesien, Georgien sowie am Horn von Afrika.[25] Hinzu kommen verschiedene kurzfristige Einsätze wie z. B. die Aktivitäten der KSK (Kommando Spezialkräfte). Darüber hinaus wird ein Einsatz der deutschen Bundeswehr im Kongo mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit vom Deutschen Bundestag bis zum Sommer 2006 beschlossen. Die Zahl erhöht sich noch um ein Vielfaches, wenn man berücksichtigt, dass viele Soldaten seither

---

[22] Es kann gefragt werden, inwiefern das Merkmal des gemeinsamen Alltags ausreichend ist, um die prinzipielle Einordnung vornehmen zu können. Auch stellt sich die Frage, ab wie vielen Tagen „nicht gemeinsamen Alltags“ faktisch eine Fernbeziehung vorliegt. Dennoch ist gerade der grundlegende Aspekt des quantitativ mehr oder weniger vorhandenen Alltags ein zentrales Kriterium.

[23] Vgl. D. Schmitz-Köster, Liebe auf Distanz. Getrennt zusammen leben, Hamburg 1990, 21 sowie K. Freymeyer/M. Otzelberger, In der Ferne so nah. Lust und Last der Wochenendbeziehungen, Berlin ^{3}2001, 5.

[24] http://www.bmvg.de/archiv/rden/minister [17.03.06].

http://www.bundeswehr.de/C1256EF4002AED30/CurrentBaseLink/W264VFT2439INFODE [14.03.06].

mehrfach, zumeist vier oder sechs Monate, im Einsatz waren. Noch weniger ist die Zahl der Fern-Beziehungen von Soldaten darüber hinaus konkret fassbar, wenn dabei Wochenendbeziehungen bzw. Pendler berücksichtigt würden. Exakte Zahlen für die deutsche Gesellschaft generell existieren nicht. Fern-Beziehungsformen sind für das Statistische Bundesamt keine erfassbare Kategorie. Als sicher gilt, dass es sich dabei um eine Lebensform handelt, die von deutlich zunehmender Relevanz für die Gesellschaft ist: „Vorsichtige Schätzungen gehen davon aus, dass in Deutschland jede siebte Beziehung eine aus der Ferne ist, das wären vier Millionen Paare. Unter Akademikern ist der Anteil besonders hoch: Ein Viertel von ihnen führt – zumindest über einige Jahre – eine Wochenendbeziehung.“[26] Fern-Beziehungen haben sich in den vergangenen 20 Jahren annähernd verdoppelt. Als Gründe dafür sind Schlagworte wie Flexibilität, Mobilität und Globalisierung[27] zu nennen, neben der Berufsmobilität als Lebensform.[28] Die genannten Zahlen in Deutschland haben nicht zuletzt durch beruflich bedingte Abwanderungen bzw. konstant hohe Arbeitslosenquoten in den östlichen Bundesländern nochmals signifikant zugenommen. In der deutschen Gesellschaft leben nicht mehr hauptsächlich Paare aus der gehobenen Mittel- und Oberschicht am Anfang oder im Zenit ihrer Karriere ihre Partnerschaft auf Distanz. „Längst sind nicht mehr nur Angehörige der Bildungselite vom Phänomen der Fernbeziehungen betroffen. Da es in Ostdeutschland viel zu wenig Arbeit gibt, sind zum ersten Mal auch Handwerker und Arbeiter gezwungen, in andere Städte umzuziehen.“[29] Von Fern-Beziehungen sind also immer mehr Menschen aller Bildungsschichten und jeden Alters betroffen.

---

[26] M. Aust, Immer wieder Abschied, in: Die Tageszeitung (taz) Nr. 7885, 28. Jahrgang, Dienstag, 31.01.06, 13.

[27] Vgl. ebd.

[28] Vgl. Kapitel 3.4.

[29] Jenny Hoch, Auf Immerwiedersehen. Nie gab es mehr Fernbeziehungen als heute, und sie sind besser als ihr Ruf, in: Süddeutsche Zeitung Nr. 71, 25./26. März 2006, 11.

Die geschätzte Zahl der Fern-Beziehungen dürfte faktisch auch ungleich höher ausfallen, wenn jene Paare dazu gerechnet werden, die zwar einen gemeinsamen Haupthaushalt unterhalten, bei denen aber mindestens ein Partner während der längeren oder regelmäßigen Trennungszeiten in Gemeinschaftsunterkünften (z. B. Soldaten) oder in Hotels (Manager, Berater) schläft oder auch längerfristig lebt. Die Zahl würde sich nochmals erhöhen, wenn dazu auch statistisch ebenso nicht erfassbare Fern-Beziehungen von Studenten gezählt werden könnten. Durch den „Jahrhundertumzug" der Bundesregierung und ihrer Organe von Bonn nach Berlin hat das Phänomen größere Beachtung in der Öffentlichkeit gefunden. Zusätzlich hat sich das Problem für die betroffenen Angestellten und Beamten bzw. deren Angehörige verschärft. Ein eigenes Untersuchungsfeld für die Thematik würde auch der 2003 beschlossene Umzug des Bundesnachrichtendienstes (BND) von Pullach bei München nach Berlin darstellen. Bei einer Realisierung wären ca. 4.000 Menschen direkt betroffen. Die Zahl indirekt Betroffener (z. B. Kinder, Angehörige oder Arbeitende im Umfeld) dürfte ungleich höher liegen. Signifikant zunehmen dürfte in der Folge die Anzahl von Wochenendpendlern, wenn Partner den Umzug aus verschiedensten Gründen nicht – oder nur teilweise – mit vollziehen.

Der besondere Mobilitätsanspruch des Soldatenberufes einerseits (häufige örtliche Versetzungen, Pendlerbeziehungen) sowie die zunehmenden Beteiligungen deutscher Soldaten an Auslandseinsätzen andererseits lassen darauf schließen, dass es im Berufsstand der Soldaten eine weitaus größere Zahl an Fern-Beziehungen geben dürfte, als dies proportional ohnehin schon in der „übrigen Gesellschaft" der Fall ist.[30]

---

[30] Das Bundesministerium der Verteidigung hat an der Universität der Bundeswehr München im Jahr 2002 eine Studie in Auftrag gegeben zum Thema „Vereinbarkeit von Familie und Beruf für Soldaten – Möglichkeiten und Grenzen einer familienorientierten Personalpolitik in der Bundeswehr". Dabei wurden potenzielle Handlungsfelder einer familienorientierteren Personalpolitik aufgezeigt. Auch spezifische Grenzen sollten dabei definiert werden. Die Studie ist wesentlich durch eine explorative Bestandsaufnahme geprägt. In entsprechenden Umfragen wurden Aus-

3.2. Historische Vorformen örtlich getrennter Beziehungen

Paare, die zeitweise oder dauerhaft örtlich getrennt voneinander lebten, gab es seit jeher. Für Wander- und Saisonarbeiter, Handelsreisende, Seeleute oder auch Soldaten, die unterschiedlich lang ohne ihre Partner und Familien lebten, war die vorübergehende Trennung vom Partner oftmals selbstverständlich. Dabei wurde meist kein zweiter Haushalt gegründet, sondern der Partner, der den gemeinsamen Wohnort verließ, lebte z. B. in Gasthäusern oder Gemeinschaftsunterkünften.[31]

Für den Großteil der Handwerker, Händler, Bauern und Landarbeiter war das Familien- und Arbeitsleben örtlich nicht getrennt. Im Laufe des 18. und 19. Jahrhunderts hat sich diese Einheit grundlegend verändert. Die Entwicklung hängt zunächst mit dem bürgerlichen Familienideal zusammen. Die zunehmende Industrialisierung aber zwang zu einer Trennung von Wohnen und Arbeiten. Daraus entwickelten sich zwei Vorformen heutiger Fern-Beziehungen:[32]

1. „Der Familienwohnsitz auf dem Lande und der Wohnsitz des Ernährers in der Stadt – das getrennte Zusammenleben als Ausdruck eines neuen Familienideals im Bürgertum."
2. „Industriearbeit getrennt von der Familie als Möglichkeit der Existenzsicherung – strukturelle Veränderungen führen in weiten Teilen der unteren Bevölkerungsschichten zum berufsbedingten Pendeln."[33]

Den zweiten Haushalt am Ort des Arbeitens konnten viele Pendler, deren Weg zur Arbeit zu lang geworden war, nicht realisieren. Als Schlaf- oder Kostgänger muss-

---

wirkungen der dienstlichen Belastungen auf die Familien untersucht. Vgl. Y.-Magazin der Bundeswehr, Bonn 6/2002, 60f.

[31] Vgl. K. Freymeyer/M. Otzelberger, In der Ferne so nah, 48.

[32] Vgl. ebd., 48f.

[33] Ebd.

ten diese bei anderen Familien oder auch in Schlafhäusern unterkommen, um das Wochenendpendeln überhaupt zu ermöglichen.[34] Bedingt durch die verbesserte Infrastruktur, den Ausbau von Zug- und auch Busverbindungen um 1920 sowie durch die damit einhergehende Beschränkung der Arbeitszeit konnten zunehmend weitere Strecken zur Arbeit innerhalb eines Tages zurückgelegt werden. Damit verringerte sich der Anteil derer, die am Wochenende pendelten, gegenüber den Tagespendlern.[35]

3.3. Gegenwärtige Formen örtlich getrennter Beziehungen

Zu unterscheiden sind gegenwärtig prinzipiell folgende Paare: Jene, die an einem gemeinsamen Hauptwohnort leben, wobei ein Partner aus meist beruflichen Gründen regel- oder unregelmäßig für mehr oder weniger lange an einem anderen Wohnort oder in einem zweiten Haushalt lebt. Dem stehen die Paare gegenüber, die zwar eine gemeinsame Beziehung bzw. Ehe leben, prinzipiell aber in zwei, je eigenen Haushalten. Diese unterschiedlichen Formen wurden in der Literatur bisher nicht explizit voneinander unterschieden. Da es – wie erwähnt – eine eindeutige Terminologie noch nicht gibt, soll eine exemplarische Annäherung bzw. selektive Übersicht dazu vorgelegt werden. Differenziert werden muss zusätzlich, ob die Paare die Lebensform frei gewählt haben und die Distanz somit zunächst beibehalten wollen („Selbstverwirklichung“) oder aber diese so schnell als möglich beenden wollen, also eigentlich am selben Ort leben möchten, da die Entfernung nur den Umständen geschuldet wird.

Schneider, Rosenkranz und Limmer nehmen in ihren Überlegungen zu „Nichtkonventionellen Lebensformen“ eine Unterscheidung in vier Grundtypen vor. Dabei werden Partnerschaften mit getrennten Haushalten noch einmal genauer unter-

---

[34] Vgl. ebd., 50f.

[35] Vgl. ebd.

schieden. Die biographische Platzierung, die geplante Bestandsdauer und der Entstehungszusammenhang bzw. deren Überschneidungen tragen dabei zur Differenzierung bei:[36]

- Partnerschaften, die keinen gemeinsamen Haushalt haben: Sie sind meist in einem Übergangsstadium zwischen eigenständiger Lebensform in den ersten Phasen der Beziehungsentwicklung.
- Shuttle-Beziehungen, die zeitweise getrennte Haushalte als Kompromiss zwischen den strukturellen Erfordernissen und individuellen Präferenzen führen.
- Dual-career-shuttles, die getrennte Haushalte führen als Kompromiss zwischen den strukturellen Erfordernissen und Berufswünschen beider Partner.
- Living-apart-together Beziehungen, die die getrennte Haushaltsführung als Teil des gemeinsamen Beziehungsideals sehen.

3.4. Berufsmobilität als Lebensform

Schneider, Hartmann und Limmer haben 2001 in der bereits angesprochenen Untersuchung und in verschiedenen anderen Publikationen die beruflichen Mobilitätserfordernisse in Zeiten der Globalisierung in Bezug auf die Familie beleuchtet.[37] Zu unterscheiden sind demnach zunächst folgende mobile Lebensformen:[38]

---

[36] Vgl. N. F. Schneider, Lebensformen, 51-54.

[37] N. F. Schneider/K. Hartmann/R. Limmer, Berufsmobilität und Lebensform – Sind berufliche Mobilitätserfordernisse in Zeiten der Globalisierung noch mit Familie vereinbar? Konzeption der Studie und ausgewählte Hauptergebnisse (Projektbericht) 2001. Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Bd. 208, Stuttgart. Vgl. dazu auch: K. Ruckdeschel, Berufliche Mobilität und Lebensform, in: A. Habisch/H.-L. Schmidt/M. Bayer (Hgg.), Familienforschung interdisziplinär. Eichstätter Symposium zu Familienwissenschaften, Grafschaft 2003, 107-120 und N. F. Schneider/R. Limmer/K. Ruckdeschel, Mobil, flexibel, gebunden. Familie und Beruf in der mobilen Gesellschaft, Frankfurt a. M. 2002.

[38] Vgl. N. F. Schneider/K. Hartmann/R. Limmer, Berufsmobilität und Lebensform sowie http://www.single-dasein.de [03.11.05].

3.4.1. Fernpendler

Sie zeichnen sich durch lange Anfahrtswege aus, womit der gemeinsame Wohnort des Paares bzw. der Familie erhalten bleibt. Das Pendeln erfolgt meist täglich und beträgt je Fahrstrecke mindestens eine Stunde.

3.4.2. Umzugsmobile

Wegen beruflicher Mobilitätserfordernisse in den letzten fünf Jahren haben sich diese Personen zu einer Verlagerung ihres gemeinsamen Haushalts entschieden. Sie haben mindestens einen Fernumzug hinter sich.

3.4.3. Wochenendpendler (Shuttles)

Die Paare realisieren einen Zweithaushalt am Arbeitsort des mobilen Partners. Dieser wird aber nur arbeitsbezogen genutzt. Am Wochenende oder in anderen Zeitphasen außerhalb der Arbeitszeit leben die Partner im gemeinsamen „Haupthaushalt“.

3.4.4. Varimobile

Ein oder beide Partner sind an unterschiedlichen Orten beruflich tätig. In dieser Zeit werden dafür Hotels, Gemeinschaftsunterkünfte etc. genutzt. Dies gilt besonders für Berufsgruppen, bei denen ursprünglich bei der Wahl des Berufes die erwartete Mobilität bereits mitgewählt wird (Soldaten, Piloten, Manager etc.). Diese Paare haben ebenso meist einen gemeinsamen Haupthaushalt.

3.4.5. Fernbeziehungen

Schneider verwendet diese Bezeichnung, die inzwischen zum Überbegriff geworden ist, für Beziehungen, bei denen jeder Partner einen eigenen Haushalt unterhält. Einen gemeinsamen Haupthaushalt gibt es dabei nicht. In der vorliegenden Studie wird der inzwischen veränderten Bedeutung Rechnung getragen. Demnach gilt es die in der vorliegenden Arbeit als „Überbegriff“ angewandten Bezeichnungen der „Fern-Beziehung“ inhaltlich und begrifflich zu unterscheiden.[39]

3.4.6. Expatriats bzw. Auslandstätige

Personen, die alleine oder auch mit Partner einige Zeit im Ausland verbringen. Der Aufenthalt beträgt bei Auslandstätigen meist weniger als ein Jahr.[40]

3.4.7. „Multimobile Lebensformen“

Als Sonderfall sind noch „multimobile Lebensformen“ zu nennen: Diese zeichnen sich durch das Auftreten mehrerer Mobilitätsformen aus. Dabei können beide Partner mobil sein und praktizieren evtl. diachron oder synchron unterschiedliche Mobilitätsformen.

3.5. Gängige Unterscheidungen

Wie bereits erwähnt, haben sich wegen der angesprochenen fehlenden Eindeutigkeit unterschiedliche Bezeichnungen und Begriffe für Beziehungen auf Distanz herausgebildet. Diese überschneiden sich teilweise auch inhaltlich. Eine prinzipiel-

---

[39] Vgl. Kapitel 3.5.4.

[40] Diese Mobilitätsform war bei Schneider nicht explizit Gegenstand der Untersuchung.

le Unterscheidung nach der gewollten oder ungewünschten Lebensform der örtlich getrennten Beziehung scheint sich dabei zu behaupten.[41] Dabei kann nach dem Grund bzw. der Motivation der Paare unterschieden werden, ob sie gewollt oder eigentlich ungewollt örtlich getrennt leben. Dies wirkt sich meist auch darauf aus, ob die Paare anstreben, die örtliche Trennung der Beziehung je nach Möglichkeit schnell zu beenden, bzw. ob der Zustand bewusst beibehalten werden soll.[42]

3.5.1. Living apart together

Der Überbegriff des „Living apart together" steht für jene Paare, die in einer gemeinsamen Wohnung leben könnten, dies aber aus verschiedenen Gründen nicht wollen. Meist sind dies jüngere Paare (z. B. kurz nach Beendigung des Studiums) oder reifere, meist gut verdienende Paare (am Höhepunkt der Karriere), die ihrem beruflichen Weiterkommen entsprechende Bedeutung beimessen. Wesentliche Argumente für getrennte Haushalte sind dann meist die geschätzte Unabhängigkeit oder die Motivation, erneute Enttäuschungen vermeiden zu wollen.

Der Begriff stammt ursprünglich aus dem Titel des niederländischen Kinofilms von Wim Verstappen: „Frank & Eva, Living Apart Together" von 1973. Michiel Berkel übernimmt die Bezeichnung in der Presse erstmals zur Bezeichnung eines Paares in fester Bindung, das auf getrennten Wohnungen besteht. Cees J. Straver hat den Begriff dann in die wissenschaftliche Diskussion eingeführt und popularisiert. Bei ihm sind aber meist solche Paare gemeint, die in getrennten bzw. doppelten Haushalten leben. Die Bezeichnung wurde also, wie oben gezeigt, in der Thematik

---

[41] Vgl. „Pakt mit der Sehnsucht", Focus 17/2003, 143. Aufgrund der fehlenden Einheitlichkeit orientieren sich die folgenden Erklärungen an den Systematisierungen der Internetseite http://www.single-dasein.de [03.11.05].

[42] Vgl. „Pakt mit der Sehnsucht."

zunehmend generalisiert und für (gewollt) örtlich getrennte Beziehungen verwendet.[43]

3.5.2. Long distance relationship

Den Paaren, die die Distanz beibehalten wollen, kann die „Long Distance Relationship“ gegenübergestellt werden. Diese Bezeichnung findet oft als Überbegriff für jene Paare Verwendung, die aus beruflichen Gründen, also ungewollt, an verschiedenen Orten leben müssen, aber gerne zusammenziehen würden bzw. auch anstreben, dies schnellstmöglich zu realisieren.

3.5.3. Liebe auf Distanz

In Deutschland wurde der Begriff „Liebe auf Distanz“ von der Journalistin Dorothea Schmitz-Köster eingeführt. Damit sind Paare gemeint, die in einer festen Partnerschaft leben, aber aus unterschiedlichen Gründen (privat wie beruflich) keinen gemeinsamen Alltag haben.[44] Christine Koller übernahm diesen Begriff ebenso.[45]

3.5.4. Fernliebe bzw. Fernbeziehung

Der Begriff „Fernliebe“ wird von Karin Freymeyer und Manfred Otzelberger für Beziehungen verwendet, die oben mit dem weiter gefassten Begriff der „Liebe auf Distanz“ aufgezeigt wurden.[46] Die Autoren sprechen beim Phänomen der Thema-

---

[43] Vgl. http://www.single-dasein.de [14.02.06].

[44] Vgl. D. Schmitz-Köster, Liebe auf Distanz.

[45] C. Koller, Liebe auf Distanz. Fernbeziehungen – und wie man sie meistert, Frankfurt a. M. ^{2}2006.

[46] K. Freymeyer/M. Otzelberger, In der Ferne so nah.

tik meist generalisierend ebenso von „Fernbeziehung“. Sie beschränken sich auf beruflich motivierte Partnerschaften auf Distanz, die häufig auf Wochenendbeziehungen hinauslaufen. Mit dem Begriff der „Fernliebe“ arbeitet in Variation auch Alexandra Berger.[47]

Diese Form der Beziehung wurde in den USA unter dem Begriff „Commuter-Marriage“, deutsch „Commuter-Ehe“ erforscht (vgl. folgendes Kapitel). Im Gegensatz zu diesen Studien beschränkt sich der Begriff der „Fernliebe“ nicht auf Verheiratete, sondern bezieht auch unverheiratete Paare mit ein. In Deutschland gewann diese berufsbedingte Beziehungsform z. B. durch den Regierungsumzug nach Berlin an Bedeutung.

3.5.5. Commuter-Ehe

Der Begriff wurde 1989 in Deutschland von Rüdiger Peuckert im Anschluss an amerikanische Forschungen geprägt.[48] Er versteht darunter eine Ehe- bzw. Familienform, bei der die Ehepartner in zwei örtlich getrennten Haushalten leben, dabei aber eindeutig beabsichtigen, die Ehebeziehung zu erhalten.[49] Weil beide Partner stark an der Karriere ausgerichtet sind, aber am gleichen Ort keine berufliche Stellung finden, erfolgt die örtliche Trennung. Dabei bleiben traditionell lokal getrennte Ehepaare wie Fern-, Seefahrer oder Montagearbeiter unberücksichtigt.

---

[47] A. Berger, Liebe aus dem Koffer. Lust und Frust in der Wochenendbeziehung, Stuttgart 2003, 219f.

[48] Vgl. R. Peuckert, Die Commuter-Ehe als „alternativer“ Lebensstil. Zur Ausbreitung einer neuen Form ehelichen und familialen „Zusammenlebens“ in der individualisierten Gesellschaft, in: Zeitschrift für Bevölkerungswissenschaft, 15 (2), 1989, 175-187.

[49] Vgl. ebd.

Von „verheirateten Singles“ („married singles“) sprechen Kirschner und Walum in diesem Zusammenhang.[50] Sie wollen die Ähnlichkeit der Lebensweise mit dem Single-Dasein hervorheben. Die Erfassung dieser Personengruppen ist schwer, da sie, wenn ein Partner während der Arbeitswoche in einer Zweitwohnung lebt, als Einpersonenhaushalt („Singles“) betrachtet werden müssen.

3.5.6. Spagatfamilie

Der Begriff der „Spagatfamilie“ wurde vom deutschen Soziologen U. Beck geprägt.[51] Er bezieht sich dabei auf die in den USA unter der Bezeichnung „Commuter-Marriage“ diskutierte Thematik. Er spitzt das Phänomen auf dessen Nachteile zu. Es sind damit ebenso kinderlose Doppelkarriere-Ehepaare gemeint als auch Ehepaare mit Kindern. Als Hauptnachteile werden hier die lokale Entfernung und die erhöhte Gefahr genannt, dass die Ehe in die Brüche gehen kann. Für Beck ist die Spagatfamilie „der erste Schritt zur Scheidung“.[52]

3.5.7. Verheiratet Getrenntlebende

„Verheiratet Getrenntlebende“ im juristischen Sinne sind Personen, die im Vorfeld einer (evtl.) Scheidung leben. Amtliche Statistiken können diese Gruppe jedoch nicht exakt erfassen.[53] In den Auswertungen des Statistischen Bundesamtes werden „Personen, deren Ehepartner sich am Stichtag der Erhebung zeitweilig oder dauernd nicht im befragten Haushalt aufgehalten haben und für den der befragte

---

[50] B. F. Kirschner/L. R. Walum, Two-Location Families: Married Singles, in: Alternative Lifestyles, 1 (4), 514-525.

[51] U. Beck, Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt a. M. [18]1986.

[52] Vgl. ebd.

[53] K. Schwarz, Die Haushalte der Unverheirateten und der verheiratet Getrenntlebenden, in: Zeitschrift für Bevölkerungswissenschaft, 7 (4), 447-473.

Ehepartner keine Angabe gemacht hat“, als verheiratet Getrenntlebende bezeichnet. Diese Gruppe ist weder identisch mit den in Scheidung Lebenden, noch mit denen, die permanent zusammenleben, weil sie eine Commuter-Ehe führen.[54]

3.6. „Fern-Beziehungen“ von Soldaten und die Vereinheitlichung im Begriff

Die Bewertung der Familienformen im Kontext der deutschen Bundeswehr, insbesondere die Auswirkungen der Mobilitätsansprüche auf die Soldaten und ihre Familien, waren Forschungsgegenstand in einer Studie der Universität der Bundeswehr München im Jahr 2003. Der Abschlussbericht wurde unter dem Titel „Vereinbarkeit von Familie und Beruf für Soldaten – Möglichkeiten und Grenzen einer familienorientierten Personalpolitik in der Bundeswehr“ vorgelegt.[55] Für den gegenwärtigen Stand der Überlegungen in Bezug auf die Militärseelsorge sollen an dieser Stelle einige grundsätzliche Hinweise genügen. Es kann davon ausgegangen werden, dass sich alle in der deutschen Bevölkerung vorkommenden partnerschaftlichen Lebensformen bei Soldaten verdichten. Dies trifft besonders auf die Fern-Beziehungsformen zu: Es gibt unter den verschiedenen Partnerschaftsformen gleichermaßen „Shuttle-Beziehungen“, „Dual-Career-Shuttles“, wie auch den Zustand des „Living-apart-together“ bzw. der „Long-Distance-Relationship“. Für die Bezeichnung des Sachverhaltes treffen die populären Begrifflichkeiten wie „Liebe auf Distanz“, „Fernliebe“, „Commuter-Ehe“ und „Spagatfamilie“ ebenfalls auf die unterschiedlichen Lebensformen von Soldaten und deren Partnern zu. Von primärer Bedeutung sind hier allerdings die Gründe für die (teilweise) getrennt-gemeinsame Lebensform. Hierfür kann festgestellt werden, dass die von Norbert F. Schneider vorgenommenen Spezifizierungen für die Soldaten mit deren Partnern prinzipiell ebenso zutreffen und vorliegen: „Fernpendler“, „Um-

---

[54] Ebd.

[55] Empirisches Forschungsprojekt (explorativ), Abschlussbericht, Neubiberg 2003.

zugsmobile“, „Wochenendpendler“ (Shuttles), „Varimobiles“ sowie „Fernbeziehungen“ im Sinne Schneiders.

Diese Auflistung zeigt darüber hinaus die Notwendigkeit für eine Unterscheidung in der Begrifflichkeit. Wie bereits gezeigt, gibt es noch immer keine einheitliche Bezeichnung des prinzipiellen Sachverhaltes, unabhängig von der Qualität bzw. Quantität der (vorübergehenden) Trennungszeiten und -formen.[56]

Zu Beginn der Arbeit mit den betroffenen Paaren in der Militärseelsorge zeigte sich schnell, dass dieser Sachverhalt zu Schwierigkeiten in der Diskussion führte. So wurde für diese Studie zunächst der Arbeitsbegriff „berufsbedingte, vorübergehende Trennung“ verwendet. Dies führte jedoch in der praktischen Arbeit immer wieder zu Missverständnissen in der Form, dass sich Betroffene nicht angesprochen fühlten, da dies als der „Zustand“ vor einer endgültigen Scheidung (vgl. auch „verheiratet Getrenntlebende“) interpretiert wurde. In der praktischen Auseinandersetzung mit den betroffenen Paaren zeigte sich, dass ein allgemeiner Begriff vonnöten ist. Dieser sollte einerseits den eigentlichen Sachverhalt der örtlichen Trennung des Paares prägnant anzeigen, gleichzeitig aber deutlich machen, dass innerhalb dieser Bezeichnung auch gravierende Unterschiede in Qualität und Quantität (Länge) der Trennungsform bestehen können. So kristallisierte sich im Laufe der Begleitung und Kommunikation mit den Paaren heraus, dass der Begriff der „Fern-Beziehung“ sowohl in der öffentlichen Diskussion (v. a. in den Medien)

---

[56] So wird z. B. auch in dem angesprochenen Focusartikel (Kapitel 3.5.) generalisierend von „Fernbeziehungen“ beim Phänomen der Partnerschaft auf Distanz gesprochen. Auch in verschiedenen Printmedien und TV-Werbekampagnen wird von den Erleichterungen der Produkte speziell für „Fernbeziehungen“ gesprochen: z. B. verschiedene „Billigfluglinien“, die Deutsche Bahn, Telekommunikationsgesellschaften etc. Implizit wird einerseits der Begriff der Fern-Beziehung als Überbegriff verwendet. Andererseits wird auch hier dieser wachsende Markt erkannt und bedient.

als auch in der Begleitung vor Ort als die allgemein zutreffende, übergeordnete Bezeichnung verstanden wird und allgemeine Verwendung findet.[57]

Wichtig ist zu betonen, dass der Begriff in diesem Kontext nicht mehr die Einschränkung hat, wie dies bei Schneider der Fall ist. Nach Schneiders Einteilung würde „Fernbeziehung" primär auf so genannte „Varimobiles" zutreffen. Diese Bezeichnung erfüllt jedoch für die praktische Arbeit und das Gespräch mit den Paaren nicht die Voraussetzung der „leichten begrifflichen Zugänglichkeit". Die Bezeichnung des „Varimobile" bedürfte einer „ständigen Erklärung" und ist auch durch die englische Wortwahl für die Absicht der vorliegenden Studie ungünstig, um Erfahrungen aus der Praxis zu reflektieren. Um die Differenzierung nochmals zu verdeutlichen und um möglichst viele konkrete Phänomene der örtlich getrennten Beziehungen abdecken zu können, findet in den vorliegenden Überlegungen die getrennte Schreibweise des Begriffs „Fern-Beziehung" Verwendung.

3.7. Unterscheidungsmerkmale: Fern-Beziehungen von Soldaten

Soldaten gehören zu jener Gruppe, bei denen schon mit der Wahl des Berufes Mobilität als Lebensform gewählt wird (vgl. „Varimobile"). In der Betrachtung der unterschiedlichen Formen von Fern-Beziehungen bei Soldatenfamilien sind zunächst grundsätzliche Unterscheidungen der Bedingungen vorzunehmen. Dabei ist vor allem zu unterscheiden nach dem „Trennungsgrund", z. B. nach der Art des Einsatzes und der möglichen Belastungen (Qualität) sowie nach den Zeitbedingungen der Trennung (Quantität).

---

[57] Daher fiel die Entscheidung für einen einheitlichen Begriff auch für eine vorherige Publikation zum Thema Partnerschaft auf Distanz, auf den Begriff „Fern-Beziehung": P. Wendl, Gelingende Fern-Beziehung.

Kriterien für die Quantität der Trennung sind demnach:
die Dauer der Trennung bzw. Häufigkeit und Frequenz des Wiedersehens,
die Entfernung (z. B. Erreichbarkeit im Notfall),
regelmäßige (z. B. Lehrgänge) oder außerordentliche (mit der das Paar „überraschend“ konfrontiert wird) Trennung.

Eine weitere Kategorie, die „Verifizierbarkeit“, bezieht sich auf die Überschaubarkeit der Belastung für die Betroffenen. Das bedeutet, ob die Qualität der Trennung absehbar neuartige, generell nicht vorhersehbare Entwicklungen nehmen wird oder aber nach Stand der Dinge einen festgelegten inhaltlichen und zeitlichen Rahmen hat.

Die „Verifizierbarkeit“ (z. B. bei Routineeinsätzen wie regelmäßigen Lehrgängen) erlaubt es dem Paar meist, die weitgehend vorhersehbaren Belastungen der Trennungsphase mit eingespielten Ritualen und Bewältigungsmechanismen „routinemäßig“ und mit einem relativen geringen Aufwandsmaß (Umstellung und entsprechende Planungen der Alltagsabläufe) in den partnerschaftlichen Alltag zu integrieren. Die Dimensionen „Trennungsqualität“ und „Verifizierbarkeit“ lassen sich weiter unterteilen:

3.7.1. Zeitlich begrenzte „verifizierbare“ Fern-Beziehung

Bei Lehrgängen, Abordnungen, Kommandierungen, Übungen etc. handelt es sich meist um routinemäßig wiederkehrende Trennungen der Paare mit einer begrenzten psychischen Belastung. Dieser Typ kommt den „Pendler-Beziehungen“ nahe. Meist erstrecken sich diese Trennungen auf wenige Wochen, in denen der Partner an den Wochenenden nach Hause fahren kann. Auch wenn verschiedene dieser zeitlich begrenzten Trennungen über Monate andauern können, so z. B. verschiedene Sprachkurse, so bleibt doch die Belastung für die Paare insgesamt „erfassbar“. Es handelt sich dabei oft um vorübergehende Wochenendbeziehungen, deren Dauer und direkte Belastung für das Paar absehbar ist.

3.7.2. Zeitlich begrenzte „nicht verifizierbare“ Fern-Beziehung

Ein Auslandseinsatz ist z. B. zeitlich begrenzt, die psychische Belastung für Soldat und Partner jedoch von vornherein nicht mehr „verifizierbar“ bzw. erfassbar. Zudem erstreckt sich die Belastungsdauer meist über mehrere Monate.

3.7.3. Zeitlich nicht begrenzte Fern-Beziehung

Bei zeitlich nicht begrenztem Pendeln, z. B. wegen Standortauflösung oder Versetzung, die der Partner örtlich nicht mitvollzieht (vgl. Umzugsmobile, Shuttles, Living apart together), ist die Belastung für die Partnerschaft meist ausgesprochen hoch und nicht mehr „erfassbar“. Durch die Unklarheit, wie lange die Trennung anhalten wird, ist die psychische Belastung für die Paare oft besonders hoch, z. B. wegen des dauerhaften Fahraufwandes, der Langfristigkeit der Trennung und damit verbunden der fehlenden Perspektive einer Entspannung der Situation sowie der daraus folgenden Auswirkungen auf die Partnerschaftsqualität.

3.7.4. Pendler-Beziehungen

In einer Pendler-Beziehung sind Mobilitätsanforderungen durch die Belastungen des Fahrtweges (Entfernung, Fahrmittel etc.) zu berücksichtigen.

Weiter stellen sich folgende Fragen:
Wird täglich gependelt oder seltener?
Handelt es sich um eine Pendler- oder um eine „klassische“ Fern-Beziehung, da sich die Partner nicht täglich sehen (z. B. Wochenendpendler, Shuttles)?
Wird täglich eine längere Strecke zur Arbeit bewältigt, um einen Umzug abwenden zu können (z. B. Fernpendler)? Damit ist die Belastung des Paares durch die seltene Trennung geringer, die Belastung durch das häufigere Fahren jedoch höher (Vgl. Wochenendbeziehungen vgl. Kapitel 9.2.).

3.7.5. Auswirkungen der Trennungen

Für Soldatenfamilien stellen monatelange Trennungen bei Auslandseinsätzen, Wochenendbeziehungen, Versetzungen, die oft der Partner nicht mitvollzieht, oder auch verschiedenste Lehrgänge sowie ein bereits zur Normalität gewordenes längeres tägliches Pendeln zum Arbeitsort eine je unterschiedliche Belastung dar. Die Qualität und die Quantität der Trennung haben jeweils verschiedene (sich potenzierende) Auswirkungen auf Familie und Partnerschaft, auf den subjektiven „Gefährdungseindruck“ sowie auf die „Motivation“ der Betroffenen (Soldat und Familie), die Gegebenheiten zu bewältigen. Je weniger sich das Paar auf die Trennung vorbereiten kann bzw. je größer die Unsicherheit während der getrennten Zeit ist, desto größer und belastender sind die Auswirkungen auf die Partnerschaft bzw. auf das subjektive Belastungsempfinden der Familie.[58] Die Möglichkeiten des Paares, sich adäquat auf die Zeit der Fern-Beziehung vorzubereiten, stehen in unmittelbarem Zusammenhang mit der positiven Bewältigung der Trennungszeit.

Damit für die seelsorgerliche Orientierung und die Konzeption eines Praxisleitfadens neben den soziologischen Grundlagen auch die psychologischen Entwicklungen differenziert betrachtet werden können, sollen nun zentrale Erfüllungs- und Belastungserfahrungen in der Beziehung aufgezeigt werden. Detaillierte Übersichten über die Auswirkungen der Trennung auf die Partnerschaft bzw. über konkrete Faktoren der Verarbeitung der Trennung werden an späterer Stelle (III. Teil, „Umsetzung“, Kapitel 9.) gegeben.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich bei Soldaten der deutschen Bundeswehr und deren Partnern alle Phänomene und Partnerschaftsformen auf Distanz in besonderer Weise verdichten.

---

[58] Vgl. dazu diverse Arbeiten des „Sozialwissenschaftlichen Instituts der Bundeswehr“ sowie des Zentrum innere Führung (ZiF).

4. Erfüllende Partnerschaft in Fern-Beziehungen

Ob eine Partnerschaft auf Distanz als erfüllend erlebt wird, hängt stark von der subjektiven Beziehungszufriedenheit ab. Diese wiederum richten sich nach dem Erleben zentraler Erfüllungs- und Belastungsfaktoren in der Partnerschaft.

4.1. Zentrale Erfüllungs- und Belastungsfaktoren

Von erfüllender Partnerschaft bzw. gelingender Fern-Beziehung kann gesprochen werden, wenn beide Partner ihre Beziehungszufriedenheit bzw. Beziehungsqualität der gemeinsamen Partnerschaft als angemessen und langfristig entsprechend hoch einschätzen. Zufriedenheit bzw. Unzufriedenheit in der Partnerschaft stehen dabei sowohl in „zivilen“ Partnerschaften als auch bei Soldatenpaaren in Abhängigkeit zu zentralen Erfüllungs- und Belastungserfahrungen.[59]

Fern-Beziehungen können also niemals als Automatismus oder gar durch bloße Disziplin erfüllend gestaltet werden. Auch wird das Gelingen einer mehr oder weniger langen Partnerschaft auf Distanz niemals einfach eine Selbstverständlichkeit oder gar ein „Selbstläufer“ sein können. In Zeiten, in denen in Deutschland nahezu jede zweite Ehe in Ballungszentren und immerhin annähernd jede dritte Ehe in ländlichen Bereichen geschieden wird, kann gelingende Partnerschaft, sei sie nun konventionell am selben Ort oder auf Distanz, immer nur als Prozess, niemals als eine ein für alle Mal feststehende Größe verstanden werden oder bei Berücksichtigung gewisser „Spielregeln“ gar unter Garantie erreicht werden.

Um Faktoren präzise benennen zu können, die sich präventiv nutzen lassen, d. h. in positiver Weise die Krisenanfälligkeit der Partnerschaft reduzieren und damit die

---

[59] Vgl. zu dieser Gesamtthematik: L. Reiter, Gestörte Paarbeziehungen.

Stabilität der örtlich getrennten Beziehung fördern, müssen diese zunächst für die Partnerschaft im Allgemeinen aufgezeigt werden.

Da die entscheidenden Faktoren für eine erfüllende Partnerschaft während der Fern-Beziehung nicht in der gewohnten Intensität „realisiert" werden können, stellt die Zeit der vorübergehenden Trennung eine „Krisenzeit" (mit Chancen und Belastungen) für die Beziehung an sich dar. Die Qualität der Partnerschaft steht unter „erschwerten Bedingungen". Tragende Säulen einer erfüllenden Partnerschaft, wie die Kommunikation und eine erfüllende Sexualität, können in den entfernten Zeiten nur sehr eingeschränkt während vorgegebener bzw. zu planender Zeitfenster oder „defizitär" realisiert werden. Daran zeigt sich bereits die grundlegende Schwierigkeit für die Paare, die längere örtliche Trennungen erleben. Tragende Aspekte in der Beziehung sind:[60]

- Liebe (emotionelle Verbundenheit, Wertschätzung, Verzicht auf Dominanz etc.)
- Geborgenheit und starke Intimität (sich angenommen fühlen, gegenseitige Anteilnahme und Unterstützung, Vertrautheit etc.)
- gelingende Kommunikation (verbal und nonverbal)
- erfüllende Sexualität[61]
- Mit diesen vier Säulen eng verbunden ist die gemeinsame Entwicklung der Kompetenz miteinander Probleme lösen zu lernen und ein ausgewogenes Maß von Nähe und Distanz zu erreichen.

---

[60] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik der Ehe: Versöhnung in der Lebensmitte. Studien zur Theologie und Praxis der Caritas und Sozialen Pastoral, Bd. 7. Hrsg. v. H. Pompey und L. Roos in Verbindung mit A. Baumgartner u. a., Würzburg 1997, 375f.

[61] Zur Thematik „Sexualität als elementare Sprache der Liebe" bieten folgende Werke eine vertiefte Reflexion: E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, in: J. Gründel (Hg.), Leben aus christlicher Verantwortung. Ein Grundkurs der Moral, Bd. 3, Düsseldorf 1992, 31-49, besonders 42-47 sowie ders., Die kirchliche Sexualethik im Dialog mit der modernen Lebenswelt, in: Wolfgang Beinert (Hg.), Liebe muß man teilen. Glaubensverkündigung in der Kirche, Regensburg 1993, 82-118 sowie ders., Am „besonderen Schutz" festhalten. Ehe, nichteheliche und gleichgeschlechtliche Lebensgemeinschaften, in: Herder Korrespondenz 54, 4, Freiburg i. Br. 2000, 186-192.

In der Krise wird in diesen herausragend beziehungsstabilisierenden Aspekten hauptsächlich Frustration erlebt. Das Problem der Kommunikation ist dominierend. Enttäuschung, Verstimmung, Hader oder auch Wut werden zu vorherrschenden Emotionen, die die Bereitschaft zum Gespräch erschweren. Der Austausch der Partner findet nur noch vermindert statt. Der Kern des Liebeslebens und das daraus resultierende Verhalten sind verändert. Die stabilisierende Auswirkung auf das Selbstgefühl der jeweiligen Partner und das Selbstbild sind vermindert und gefährdet. Die gegenseitige Bestätigung geht in der Krise verloren. Nicht nur die Veränderung im Selbsterleben ist ein Faktor der Krise. Besonders auch das Partnerbild gerät ins Wanken. Erlebt wird dabei meist Enttäuschung. Bisherige Selbstverständlichkeiten der Beziehung und die Erwartungen an sie lassen sich mit der Realität nicht mehr vereinbaren.[62] Nach J. Loidl wiegt dabei mangelhafte bzw. fehlende Kommunikation schwerer als der Mangel an sexueller Erfüllung.[63] Auch dabei zeigt sich eine ureigene Problematik der Fern-Beziehung.

> „Differenziert zu hören und sich mitzuteilen, vor allem im Bereich des Emotionalen, muß gelernt und gefördert werden, auch im Widerstand gegen Einflüsse von außen, damit Integration und Austausch der Partner gelingen können. Das sexuelle Erleben trägt […] zur Reifung und Entfaltung der Persönlichkeit, zur Entwicklung der Partnerbeziehung und zum familiären Klima bei.“[64]

Da in der vorliegenden Studie als Schwerpunkt die Fern-Beziehung als potenzielle Beziehungskrise beleuchtet wird, ist darauf hinzuweisen, dass der Auslöser oder Anlass der Krise eine zentrale Bedeutung für das Erleben bzw. die mögliche Bewältigung an sich hat. L. Reiter spricht in Anlehnung an gängige psychotherapeutische Interpretationsmuster von „gemeinsamer Anpassung“ der Partner

---

62 Vgl. S. Müller, Krisen-Ethik, 376ff.

63 J. Loidl, Scheidung – Ursachen und Hintergründe, Wien 1985.

64 B. Wachinger, L. Wachinger, Ehe/Familie, in: P. Eicher (Hg.), Neues Handbuch theologischer Grundbegriffe, München 2005, Bd. 1, 204-214, hier 207.

im Eheprozess.[65] Damit ist keine einseitige Selbstaufgabe eines Partners gemeint, sondern das gemeinsame Ringen und Reifen der Partner im Laufe der Beziehungsdauer. Reiter spricht davon, dass eheliche Anpassung als dauerhafter Prozess vor sich gehen muss. Das Ergebnis hängt demnach wesentlich von der wechselseitigen Befriedigung, vom Zusammenhalt, der Übereinstimmung in wichtigen Bereichen des Zusammenlebens sowie von den Differenzen und Spannungen bzw. dem Ausmaß der Angst in der Partnerschaft ab.[66]

Die zentralen Kompetenzen, die zur erfüllenden Gestaltung einer Fern-Beziehung gestärkt und ausgebildet werden müssen, sind zentrale Kompetenzen für eine Partnerschaft generell. Daher gilt es bei aller Gefährdung auch das große Potenzial der Partnerschaft auf Distanz zu betonen: „Fernbeziehungen sind ein Trainingslager für das richtige Leben“[67] und damit auch für eine stabile, dauerhafte Partnerschaft. Die wesentlichen Faktoren, die eine langfristige, gelingende Partnerschaft ermöglichen, allen voraus die gelingende Kommunikation und die Kompetenz gemeinsam Probleme lösen zu lernen, müssen in der Partnerschaft auf Distanz explizit ausgebildet werden. Davon können die Partner in einer möglichen „Nahbeziehung“ aber auch im Turnus des Wiedersehens profitieren.

4.2. Beziehungszufriedenheit und Beziehungsstabilität

G. Bodenmann erweitert die vorangehenden Überlegungen in seiner grundlegenden Untersuchung „Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen“.[68] Die

---

[65] Vgl. L. Reiter, Gestörte Paarbeziehungen, 79f.

[66] Vgl. ebd.

[67] Jenny Hoch, Auf Immerwiedersehen, 2006.

[68] Vgl. G. Bodenmann, Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen, Bern/Göttingen/Toronto/Seattle 2002. Vgl. dazu auch: Welche Ehe hält wie lange? Focus 10/2003, 129-135.

Bedingungen für eine qualitativ zufrieden stellende und beständige Ehe hängen demnach neben den emotionalen Qualitäten von einer Vielzahl weiterer Faktoren ab, die hier knapp genannt werden, ohne auf ihre soziale und soziologische Grundlegung und Bedeutung erschöpfend einzugehen. Dennoch soll an dieser Stelle eine kurze Übersicht für den Umkehrschluss aufgezeigt werden:[69]

Eine niedrige Ehezufriedenheit herrscht vor bei:

- mangelhafter Kommunikation,
- geringer Intimität,
- mangelnder gegenseitiger Unterstützung und Anteilnahme,
- unerfüllter Sexualität.

Daneben zeigt Bodenmann Faktoren auf, die sich auf die Trennungswilligkeit von Paaren förderlich oder hinderlich auswirken. Für eine ausführliche Interpretation und Analyse müssten die Bedingungen für stabile Beziehungen bzw. entsprechend destabilisierende Aspekte sehr viel ausführlicher aufgezeigt werden. Stichpunktartig seien hier nur einige allgemeine Aspekte „als Auswahl“ benannt:[70]

Hohe Barrieren für eine mögliche Trennung der Paare sind beispielsweise:

- gemeinsame Kinder,
- gemeinsames Eigentum (Haus etc.),
- ein Partner nur teilweise oder nicht erwerbstätig,
- kein Ehevertrag geschlossen,
- eigene Eltern wurden nicht geschieden,
- sozialer Druck durch Familie und Verwandte (hier kommt auch die regionale Ansiedelung, städtisch oder eher ländlich, zum Tragen),
- religiöse oder moralische Fundierung.

---

[69] Eine ausführliche Differenzierung bietet G. Bodenmann, Beziehungskrisen, s.o.

[70] Vgl. ebd.

Hinzu kommen Rahmenbedingungen, z. B. ob sich die Suche nach einem neuen Partner schwierig gestalten würde oder ein Single-Leben abschreckend erscheint.

Eheliche Anpassung (marital adjustment) korreliert dabei eng mit den Inhalten der Bezeichnungen „Eheglück“ (marital happiness) und „Ehezufriedenheit“ (marital satisfaction).[71] Um die zugrunde liegenden Dimensionen anzuzeigen, wird auf gängige Differenzierungen zurückgegriffen, die als Selbsteinschätzungsinstrumente zur Erfassung der Ehezufriedenheit Verwendung finden:[72]

Konventionalisierung: Ausmaß der Verzerrung, welches durch Antworttendenzen in Richtung auf soziale Erwünschtheit zustande kommt („Mein Partner versteht mich in allem und jedem“).
Allgemeine Unzufriedenheit: „Meine Ehe ist in vielfacher Hinsicht enttäuschend.“
Affektive Kommunikation: Erfasst werden soll das Ausmaß an Unzufriedenheit anhand von Wärme und Einfühlungsvermögen des Partners („Mein Partner nimmt mich manchmal nicht ernst genug; ich bin nicht sicher, ob mich mein Partner wirklich jemals geliebt hat.“).
Problemlösungsorientierte Kommunikation: Dies bezieht sich auf die mangelnde Fähigkeit zur Problemlösung und auf die Schwierigkeiten, Unstimmigkeiten zu beenden (kleine Meinungsverschiedenheiten mit dem Partner enden oft in großen Auseinandersetzungen).
Gemeinsam verbrachte Zeit und gemeinsame Gesprächsthemen: „Mein Partner und ich verbringen wenig Zeit zusammen und haben nicht viel Gemeinsames, worüber wir sprechen könnten.“
Unstimmigkeiten in Geldangelegenheiten
Unzufriedenheit mit der Sexualität: „Mein Partner interessiert sich zu wenig für meine sexuelle Befriedigung.“

---

[71] Vgl. ebd., 80.

[72] Vgl. S. Müller, Krisen-Ethik, 80f.

Rollen-Orientierung: Die Fragen dieser Skala betreffen die Bevorzugung einer eher traditionellen oder einer eher unkonventionellen Rollenaufteilung („Es sollte mehr Kindergärten geben, damit Mütter kleiner Kinder berufstätig sein können.").
Familiäre Vorgeschichte in Hinsicht auf die eheliche Unzufriedenheit. Gefragt wird nach einer unglücklichen Kindheit und nach einer schlechten Ehe der Eltern: „Als junger Mensch war ich sehr daran interessiert, von meiner Familie wegzukommen."
Unzufriedenheit mit Kindern: „Die Kinder haben mir nicht jene Befriedigung gebracht, die ich erwartet habe."
Konflikte in den Veränderungen seit der Elternschaft, in der Elternrolle und in der Kindererziehung: „Mein Partner und ich streiten mehr, seit wir Kinder haben."

Im Kontext der oben genannten Aspekte ist die Korrelation mit dem Faktor „Eheerfolg" von Bedeutung. Zur Beurteilung des „Eheerfolges" werden Eheglück, Ehezufriedenheit und Eheanpassung zusammen ausgewertet. Von „Eheerfolg" kann gesprochen werden, wenn Ehezufriedenheit als subjektives Empfinden von Glück und Zufriedenheit beider Ehepartner vorliegt.[73]

Empirisch lässt sich zeigen, welche Partnerschaften statistisch die größten Chancen haben, langfristig zu bestehen. Die wesentlichen Voraussetzungen bei Fern-Beziehungen sind dazu analog. Neben den genannten Säulen ist z. B. ein gemeinsamer Lebensentwurf von entscheidender Bedeutung, d. h. die Rahmenvorstellungen für das Leben, die Ziele und Sehnsüchte sind ähnlich bzw. vereinbar und werden vom Paar gemeinsam „angepasst" und ausgetauscht. Jellouschek nennt (neben der eigentlichen Liebe bzw. dem Verliebtsein) folgende Punkte, die meist von großer Bedeutung für die stabile Partnerschaft sind:[74]

---

[73] Vgl. ebd., 81f.

[74] Vgl. H. Jellouschek: Wie Partnerschaft gelingt – Spielregeln der Liebe. Beziehungskrisen sind Entwicklungschancen, Freiburg i. Br. [13]2004, 142-152.

Wichtige Potenziale für die Stabilität der Partnerschaft:

- **Möglichst große Ähnlichkeit bzw. Kompatibilität** in wesentlichen Lebensbereichen (Alter, Bildungsstand, Religion, Wertekosmos, Geschmack etc.)
- **Eigenständigkeit und Selbständigkeit** beider Partner (bei aller Ähnlichkeit ist Eigenständigkeit wichtig)
- **Balance** zwischen Geben und Nehmen (muss sich immer wieder einpendeln, auf lange Dauer macht ein Ungleichgewicht unglücklich)
- **Balance zwischen Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung:** sich immer wieder auch in den anderen hineinversetzen (die Situation mit den Augen des Partners sehen)
- **Gut miteinander verhandeln** (konstruktiv miteinander auch kontrovers diskutieren, ringen und streiten können, um gemeinsam Kompromisse erzielen zu können)
- **Gut miteinander kooperieren**
- **Gemeinsame Anliegen und Lebensziele** (Religion, Gesellschaft, Politik, soziales Engagement, Verwirklichung etc.)

Sicher ist, dass sich das Zusammenspiel dieser verschiedenen Aspekte auf das Gelingen der Beziehung auswirkt. Wenn also der zermürbende (entfernte) Alltag und lähmende Gewohnheiten (wozu längst nicht alle Rituale gehören, sie haben auch die wesentliche Funktion, die Partnerschaft stabil zu halten) Stolpersteine in der Beziehung sind, dann sind Grundlagen unerlässlich, die Gewohnheiten in Vertrautheit und schließlich wieder in Neugierde auf den Partner wandeln können.

4.3. Krisen der Fern-Beziehung? – Leitthemen dieser Partnerschaftsform zwischen Belastung und Chance

Die genannten tragenden Aspekte einer erfüllten Partnerschaft und Ehe lassen grundlegende Schwierigkeiten für die Fern-Beziehung erkennen. Liebe (Wertschätzung, Verzicht auf Dominanz) sowie die Geborgenheit und starke Intimität (sich in der Partnerschaft angenommen fühlen) stellen insbesondere in den vorü-

bergehenden Trennungszeiten eine unverzichtbare Voraussetzung für das Gelingen der Partnerschaft dar. Gelingende Kommunikation (verbal wie nonverbal)[75], starke Intimität, gegenseitige Unterstützung und Anteilnahme sowie eine erfüllende Sexualität können in den Spannen der Trennung naturgemäß nicht unter „alltäglichen“ Bedingungen, nur defizitär oder überhaupt nicht realisiert werden. Der Mangel an alltäglichem Austausch und fehlende oder reglementierte Artikulationsmöglichkeiten stellen für das Paar ein grundlegendes Problem dar. In dieser Spannung muss das Paar die individuellen Bedingungen miteinander klären und schaffen, unter denen es möglich ist, die Trennungszeiten so vorzubereiten und zu gestalten, dass sich keine existentielle, emotionale Distanzierung zwischen dem Paar ergibt, die ein normales Maß an Belastung überschreitet. Gleichzeitig wird auch hier klar, dass sich bereits bestehende Spannungen als „schlafende Bedingungen“ in der Trennung potenzierend auswirken. Herrscht bereits vor der Trennung ein Mangel an gelingender Kommunikation bzw. sind die Relationen des Paares (Liebe, Geborgenheit, gegenseitige Anteilnahme und sexuelle Erfüllung etc.) vor der Trennung Konfliktthemen, so sind die notwendigen Voraussetzungen erschwert, die Trennungszeiten adäquat bestehen zu können. Bei allen Schwierigkeiten bedeutet die Krisenzeit der Trennung zugleich eine Chance für das Paar, bestehende Beziehungsgegebenheiten neu zu reflektieren, gemeinsam neu zu gestalten und somit zu beleben. Eine intensive Vorbereitung der Trennungszeit bzw. die gemeinsame Auseinandersetzung nach der Rückkehr bieten ebenso die Möglichkeit, bestehende Konfliktpotenziale in der Partnerschaft zu erkennen und dann gemeinsam zu verändern. Aus diesen Gründen erweist sich eine (auch seelsorgerliche) Anleitung und Hilfestellung für das Paar vor bzw. nach der Trennung als besonders effizient und wichtig.

---

[75] Im Fehlen dieser Momente liegen, wie vielfach nachgewiesen wurde, die herausragenden Probleme für das Gelingen der Partnerschaft. So wirkt sich eine nicht gelingende Kommunikation der Partner als deutlich schwerwiegender auf die Beziehungszufriedenheit und -stabilität aus als Probleme in der Sexualität. Darüber hinaus werden ohnehin von Paaren mit erfüllender Kommunikationsstruktur Mängel in der erfüllenden Sexualität leichter gemeinsam gelöst. Vgl. dazu z. B. D. Prodöhl, Gelingen und Scheitern ehelicher Partnerschaft, Göttingen 1979.

Norbert F. Schneider benennt darüber hinaus weitere Leitthemen, die die Spannung der Fern-Beziehung zwischen Belastung und Chance deutlich werden lassen:[76]

- Der große Anteil (gemeinsamer) Lebenszeit, die im wahrsten Sinne des Wortes „auf der Strecke bleibt".
- Der eigene Lebensrhythmus schließt oftmals andere im sozialen Umfeld aus.
- Die Entwicklung unterschiedlicher Erlebniswelten der Paare – und die Problematik, diese Unterschiede, je nach gemeinsamen Zeit-Frequenzen, stets neu in die gemeinsame Beziehungswelt integrieren zu müssen.
- Die außergewöhnliche Chance auf Autonomie in der Partnerschaft: „Single-Zeiten" wechseln sich mit intensiver Verbundenheit ab.
- Die Tatsache, dass gemeinsames Alltagsleben nur in den gemeinsamen Zeiten gelebt werden kann. Partner können in den getrennten Zeiten kaum unmittelbar mit dem Lebenspartner rechnen.
- Da meist ein Partner deutlich mehr Zeit in der gemeinsamen Wohnung verbringt als der andere, wird das Zuhause zunehmend qualitativ unterschiedlich (positiv oder negativ) empfunden. So spielen sich Rituale für die gemeinsamen Zeiten ein. Es besteht die Chance der stetigen Verlebendigung – zugleich aber auch die Gefahr, dass ein Partner die gemeinsame Zeit als „Einbruch" in den eigenen Alltag empfinden könnte.

Einige Aspekte beinhalten große Belastungen bzw. Gefährdungen für die Partnerschaft. Zugleich aber sind diese Faktoren auch bereichernde Chancen für die Beziehung, wenn das Paar es versteht, die Freiräume für sich zu nutzen und die Belastungen in das gemeinsame Leben zu integrieren. Daher sollen schon an dieser Stelle die folgenden Konsequenzen als Orientierungen für die Partner zusammengefasst werden. Diese sind in der Entfaltung einer speziellen pastoralen Begleitung (Kapitel 8.) implizit zu berücksichtigen, daher seien sie an dieser Stelle

---

[76] Vgl. N. Schneider, Mobil, flexibel, gebunden.

bereits knapp aufgeführt. Sie werden darüber hinaus nochmals ausführlich interpretiert (Kapitel 11.):

- Die Partner müssen sich für Gemeinsames (ausdrücklich und am besten abwechselnd spontan wie auch geplant) Zeit nehmen. Sie teilen sich dabei Wesentliches und Alltägliches mit. Vor allem aber „teilen sie sich selber mit“ – und lassen den Partner bzw. die Partnerin sich mitteilen.
- Sie verbringen mindestens so viel Zeit miteinander, wie sie für das wichtigste Hobby aufwenden. Der Partner hat mindestens denselben Stellenwert wie der Beruf und die Freizeitbeschäftigungen (Zeit-Inseln, die nur der Partnerschaft gehören).
- Die Partner sind bereit und bemühen sich, sich in die Lage des je anderen hineinzuversetzen.
- Die Partner sprechen miteinander, streiten und versöhnen sich, trösten einander und spornen sich gegenseitig an. Besonders das gegenseitige Anspornen und Motivieren fördert ein Zufriedenheitsgefühl und verhindert lähmende Monotonie.
- Das Paar bildet auch im örtlich entfernten Alltag „ein Team“ – und lässt dies den Partner immer wieder wissen und spüren (Briefe, Telefonate, Postkarten etc.).
- Das Paar findet immer wieder den Ausgleich zwischen Geben und Nehmen.
- Die Eigenständigkeit, die sich jeder Partner innerhalb dieses gemeinsamen Rahmens erarbeitet, ist ein entscheidendes Kriterium dafür, dass die Partnerschaft lebendig bleibt. Eigene Kontakte, eigene Aktivitäten, eigene Interessen, eigene Pläne und eigene Meinungen sind existentielle Bereicherungen für das Beziehungsleben, das dadurch stets neu angereichert und lebendig gehalten wird. Nur so kann sich jeder entfalten, weiterentwickeln und immer neu die eigene spannende Unergründlichkeit für den Partner bemerkbar und für sich wach halten. Die Liebe ist nicht wie Verliebtsein. Verlieben ist einfacher als in der Liebe zu bleiben. Dennoch: Die Fülle an Möglichkeiten der Persönlichkeit kann sich nur auf Dauer entfalten, also in langfristiger Partnerschaft. Die un-

endlichen Möglichkeiten in der Liebe übertreffen alles, was mit dem zeitlich doch beschränkten Verliebtsein je möglich sein wird.

Auch funktionierende Beziehungen sind manchmal langweilig. Das gilt es zu wissen und zu akzeptieren. Es ist unmöglich, Jahre oder ein ganzes Leben zusammen zu bleiben, ohne dass manchmal auch längere Zeiträume langweilig werden können. Aber nur auf Dauer kann sich die Persönlichkeit entfalten. Das Faszinierende des Partners, das es langfristig immer neu zu entdecken aber auch am Partner zu motivieren gilt, ist eine echte Kraftquelle für die erfüllende Partnerschaft. Dies zu erreichen ist zwar oft mühsam, aber möglich. Für sein eigenes Glück ist einerseits jeder auch selbst verantwortlich. Daraus aber kann und soll andererseits auch das gemeinsame Glück immer wieder neu erwachsen.
Die Partnerschaft weiter zu entwickeln und zu erkennen, dass Stillstand auf Dauer lähmt, ist eine wesentliche Grundlage dafür, dass darin eine besondere Chance der Fern-Beziehung gesehen werden kann. Im Wechselspiel von Nähe und Distanz kann sich Beziehung außergewöhnlich entfalten, reifen und dauerhaft halten.

4.4. Entwicklungsphasen von Ehe und Familie („Ehe-Zyklen“)

Für die Interpretation der unterschiedlichen Auswirkungen der Partnerschaft auf Distanz ist von Bedeutung, in welcher Phase der Ehe sich das Paar befindet.

4.4.1. Wendepunkte im Verlauf von Ehe und Familie

Ein weiterer wesentlicher Aspekt für die Begleitung von Paaren in belastenden Situationen wie den Fern-Beziehungen ist die Kenntnis davon, wann (präventive) Unterstützung in einer bestimmten Entwicklungsstufe der Partnerschaft generell am sinnvollsten bzw. (therapeutische) Begleitung am effizientesten ist. „Wegen der längeren, mehr Phasen des Lebenszyklus umfassenden Ehedauer gewinnt die psychische Entwicklung der Partner wie ihrer Beziehungen an Gewicht. Die Zeit,

als irreversible Dynamik des Lebens, in die Sicht der Ehe aufgenommen, erzwingt eine realistischere Auffassung der Reifungskrisen der Partner."[77] Die Fragen nach sinnvoller „sozialer Unterstützung" (social support) bzw. wann präventive oder therapeutische Maßnahmen am effizientesten greifen, sind eng mit der „Transitionsforschung" verbunden. Dabei handelt es sich um die Klärung typologischer Phasen und besonders deren Übergänge im Ablauf von Beziehungen.[78]

Das Miteinander in einer Ehe durchläuft normativ-biographisch mehrere Phasen. Deren Übergänge können als „Transitionen" bezeichnet werden. An ihnen lässt sich zeigen, „wann" sich Partnerschaften bei aller Individualität „wie" entwickeln bzw. wann sie meist mehr und wann sie weniger belastet bzw. belastbar sind. Bei aller Individualität und Einzigartigkeit jeder Beziehung lässt sich damit doch belegen, dass alle beständigen Partnerschaften, zeitlich unterschiedlich ausgedehnt, aufeinander folgende Phasen durchschreiten. Jede von ihnen erfordert die Bewältigung verschiedener individueller und gemeinsamer Aufgaben und Herausforderungen. Die Erfüllung dieser Aufgabenstellungen erfolgt dabei nicht für alle Zeiten. Lösungen und das Herangehen an die gestellten Aufgaben variieren dabei entsprechend den Bedürfnissen des Paares und der Phase der Ehe.[79] Ehephasen-Modelle erleichtern die Beurteilung der individuellen Belastungen für ein Paar aber auch deren Begleitung. Eine generalisierende Beurteilung ließe so z. B. die schlichte Erkenntnis zu, dass sich Beziehungen, die in stabileren Phasen sind, in einer verbesserten Ausgangssituation befinden, um Trauer und Belastung der

---

[77] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 207.

[78] Vgl. dazu die dichte Darstellung von H.L. Schmidt, „… in guten und in bösen Tagen". Ehe-Partner unterwegs, in: S. Müller/E. Möde (Hgg.), Ist die Liebe noch zu retten?, Münster 2004, 35-64. Er orientiert sich dabei u. a. an: R. Blanck/G. Blanck, Ehe und seelische Entwicklung, Stuttgart ^{2}1992 sowie an: Willima C. Nichols, Marital therapy: an integrative approach, New York/London/Guilford 1988 sowie an: M. R. Textor, Integrative Familientherapie. Eine systematische Darstellung der Konzepte, Hypothesen und Techniken amerikanischer Therapeuten, Berlin/Heidelberg/New York/Tokyo 1985 sowie an: M. R. Textor, Enrichment und Paarberatung – Hilfen auf dem Weg durch den Ehezyklus, in: ders./I. Becker (Hgg.), SGB VIII Online-Handbuch, http://www.sgbviii.de/S22.html sowie: Familiendynamik, 1998, 23, 156-170.

Trennungszeiten einer Fern-Beziehung zu ertragen und umgekehrt. Darüber hinaus lässt sich durch das Ehephasen-Modell das Umfeld (z. B. Kinder und Angehörige) mit entsprechenden Konsequenzen beurteilen. So kann etwa erkannt werden, ob oder in welchen der Trennungsphasen Kinder und Angehörige besonders „störanfällig“ im Beziehungsgeflecht der Familie sind. Zwei Kategorien von Aufgaben können dabei unterschieden werden: innerhalb des Ehe-Subsystems der Partnerschaft sowie außerhalb des Ehe-Subsystems.

> „a) solche, die innerhalb des Ehe-Subsystems ‚Partnerschaft' liegen. Hier geht es z. B. um die Machtverteilung zwischen den Partnern, das Verhältnis von Intimität und Selbstabgrenzung (Individuation), die Gestaltung der emotionalen und sexuellen Beziehung, die Qualität der Kommunikation und das gemeinsame Lösen von Problemen; und
>
> b) solche, die außerhalb des Ehe-Subsystems ‚Partnerschaft' liegen, z. B. die Durchlässigkeit der Grenzen zwischen Ehe-Subsystem und anderen Systemen, die Gestaltung der Beziehung zu den eigenen Eltern, den Kindern, Verwandten und Freunden sowie das Verhältnis von Familie und Beruf (Karriere).“[80]

Für beide Fälle gilt: Nur wenn die Partner ihre Aufgabe den Zyklen entsprechend bewerkstelligen, ist die Ehezufriedenheit entsprechend hoch. Von herausragender Bedeutung ist folgendes Forschungsergebnis:[81] Besonders frühe Zeiten der Partnerschaft (vgl. Phase der „Werbung“ und die Zeit des jungen Paares ohne Kinder) sowie späte Zeiten der Partnerschaft (vgl. „Paar mit erwachsenen Kindern“ und „Paar im Alter“) sind besonders der Gestaltung bedürftig. Wegen der überdurchschnittlichen Ehe- bzw. Partnerschaftsdynamik während dieser Phasen, sind „be-

---

[79] Vgl. Willima C. Nichols, Marital therapy, 17.

[80] H. L. Schmidt, „… in guten und in bösen Tagen“. Ehe-Partner unterwegs, Münster 2004, 35f.

[81] Besonders für präventive und therapeutische Maßnahmen zur gelingenden Gestaltung von Fern-Beziehungen.

gleitende und unterstützende Maßnahmen bei Intensivveranstaltungen“ (vgl. Kapitel 12.) dann besonders notwendig und überdurchschnittlich effizient.[82]

In Anlehnung an H. L. Schmidt bzw. M. R. Textor wird nun ein tabellarischer Überblick zu den wichtigsten Transitionen aufgezeigt. Es handelt sich dabei um einen „idealtypisch verdichteten“ Ehezyklus:

4.4.2. Der Ehezyklus und seine Phasen[83]

Ehezyklus	
1. Phase	**Aufgaben**
Werbung	Wechselseitiges Kennenlernen und Entwicklung einer ersten Bindung Entwicklung einer sexuell und emotional befriedigenden Beziehung Abstimmen von Erwartungen, Werthaltungen, Einstellungen, Rollenleitbildern und Partnerschaftsmodellen Entwicklung von Interaktionsmustern, Regeln, Beziehungsdefinitionen, Konflikt- und Problemlöseverfahren Übernahme von Partnerrollen und Entwicklung einer Paaridentität Abstimmung von zwei Netzwerken, Abgrenzung der Paarbeziehung nach außen und Unterstützung bei Ablösung von der Herkunftsfamilie Entscheidung: reichen Liebe und Beziehungsqualität, um zu heiraten?

Übersicht: Ehezyklus – 1. Phase

---

[82] Vgl. H. L. Schmidt, „… in guten und in bösen Tagen“, 35-64.

[83] Ebd.

Ehezyklus	
2. Phase	**Aufgaben**
Erste Ehejahre	Weiterentwicklung von Interaktionsmustern, Beziehungsdefinitionen, Regeln, Vereinbarungen, Konflikt- und Problemlöseansätzen Entwicklung einer zufrieden stellenden Arbeitsteilung und Rollenausübung Klärung von Entscheidungsbefugnissen (Hierarchie) Entwicklung eines befriedigenden Verhältnisses zwischen Zeiten der Gemeinsamkeit, Nähe und Intimität sowie Zeiten der Distanz, Selbstdifferenzierung und Autonomie Abstimmung der Partnerrolle mit anderen Rollen Abgrenzung der Ehebeziehung nach außen hin Gemeinsame Entscheidungsfindung, ob ein Kind gezeugt werden soll

Übersicht: Ehezyklus – 2. Phase

Ehezyklus	
3. Phase	**Aufgaben**
Ehe mit Klein-kindern	Gegenseitige Unterstützung beim Erlernen und Ausüben der Elternrolle und beim Ertragen von Stress Veränderung des Lebensstils und Umgestaltung des Netzwerks (weniger Zeit für Freunde, eventuell engere Kontakte zu den Herkunftsfamilien) Gemeinsame Entscheidungsfindung, wie Erziehungsverantwortung und -aufgaben aufgeteilt werden sollen, ob ein oder beide Partner berufstätig bleiben und wie die Vereinbarkeit von Familie und Beruf gewährleistet werden soll Weiterentwicklung der Paaridentität (Elternschaft), von Interakti-

	onsmustern und Beziehungsdefinitionen, von Macht- und Arbeitsteilung Entwicklung von Grenzen zwischen Ehesubsystem und Eltern-Kind-Subsystem (Generationengrenzen) Neubestimmung der auf die Partnerschaft verwendeten Zeit und Energie

Übersicht: Ehezyklus – 3. Phase

Ehezyklus	
4. Phase	**Aufgaben**
Ehe mit Schulkindern	Aufrechterhaltung von Bindung, Zuneigung und Nähe trotz individueller Veränderungen (neue Bedürfnisse, Interessen etc.) Gegenseitige Unterstützung beim Aufrechterhalten der Leitungsfunktion des Ehesubsystems im Familiensystem Wechselseitige Unterstützung beim Erfüllen der Erziehungsfunktion gegenüber pubertierenden Kindern und rebellierenden Jugendlichen sowie beim Verarbeiten von Ablösungsprozessen Aufrechterhaltung der Partnerschaft durch Abgrenzung des Ehesubsystems Veränderung des Lebensstils, z. B. nach Wiedereintritt der Frau in die Arbeitswelt oder aufgrund von mehr Freizeit

Übersicht: Ehezyklus – 4. Phase

Ehezyklus	
5. Phase	**Aufgaben**
Ehe nach Ablö-	Gegenseitige Unterstützung beim Verarbeiten der „empty-nest“ Situation

sung der Kinder	Weiterentwicklung von Paaridentität („Paar ohne Kinder"), Interaktionsmustern, Beziehungsdefinitionen usw. Wiederbeleben der Ehebeziehung durch Suche nach neuen gemeinsamen Interessen, Gesprächsthemen und Aktivitäten Aufrechterhaltung von Bindung und Zuneigung trotz größerer Veränderungen beim Partner Wechselseitige Unterstützung beim Verarbeiten der geringer werdenden körperlichen und sexuellen Leistungsfähigkeit, der abnehmenden Attraktivität, von „midlife crisis" und Klimakterium Suche nach neuen Möglichkeiten zur Selbstverwirklichung Gemeinsame Neubestimmung der Außenbeziehungen zu den eigenen Eltern, den erwachsenen Kindern, den Schwiegerkindern und Freunden Wechselseitige Unterstützung bei der Übernahme der Großelternrolle Gegenseitige Hilfe bei Belastungen durch kranke, pflegebedürftige, behinderte oder sterbende (Schwieger-)Eltern

Ehezyklus	
6. Phase	**Aufgaben**
"Alte" Ehe	Nach Eintritt ins Rentenalter: Neue Aufteilung von anfallenden Aufgaben und Arbeiten Entwicklung einer neuen befriedigenden Form der Tagesgestaltung Suche nach anderen Lebensinhalten und sinngebenden Aktivitäten Veränderung der Machtbalance Wechselseitige Unterstützung beim Verarbeiten des „Pensionierungsschocks" (Rollenwandel), von Alterungsprozessen, Verlustängsten, Todesfällen, Trauer usw.

	Unterstützung des Partners bei Krankheit, Behinderung oder Pflegebedürftigkeit und bei der Vorbereitung auf den Tod

Übersicht: Ehezyklus – 6. Phase

In diesen Übersichten konzentriert sich Schmidt auf folgende Rahmenbefunde, die eine eigene Relevanz für die Begleitung in den Fern-Beziehungen besitzen. An diesen Erkenntnissen müssen sich auch Initiativen für die betroffenen Soldaten und deren Partner orientieren, die an späterer Stelle (vgl. Kapitel 9. bis 12.) explizit zu entfalten sind.[84]

Vor allem die Anfangszeit der Paarbeziehung eignet sich für präventive Maßnahmen. Die Ehezufriedenheit geht nach der Geburt des ersten Kindes zunächst deutlich zurück („Erstkinder-Schock“).

Am größten ist die Ehezufriedenheit in den früheren und späteren Phasen des Ehezyklus. Auch dies ist eine wichtige Bedingung für potenzielle Maßnahmen der Militärseelsorge.

Die Übereinstimmungen auf der Ziel- und Verhaltensebene nehmen in den späteren Phasen zu. Der Einfluss auf eigene Entwicklungen und die an den Partner gerichteten Änderungswünsche nehmen ebenso zu. Dabei fühlen sich jedoch meist Frauen in ihrer persönlichen Entwicklungs-Orientierung stärker vom Partner abhängig. Daraus ergibt sich eine entsprechend größere Unzufriedenheit mit dem Verhalten des Partners.

Die Eheleute verfügen heute über keine eindeutigen Orientierungsmaßstäbe mehr, die ihnen die Bewältigung der Übergänge und die spezifischen Aufgaben

---

[84] Vgl. ebd.

aus den Phasen erleichtern. Daraus ergibt sich ein wichtiger Anknüpfungspunkt für die Seelsorge insgesamt.

Besondere Beachtung verdient auch die Tatsache der zunehmenden Lebenserwartung und mit ihr die Zunahme der Ehedauer, wodurch neue Ehephasen mit veränderten Herausforderungen für die Partner entstehen.[85]

5. Fern-Beziehung: ein Trauervorgang? Analogien emotionaler Entwicklungszyklen bei belastenden Ereignissen

Für die Analyse von Fern-Beziehungen und den daraus resultierenden Gefühlsentwicklungen sowie möglicher Beziehungskrisen sind Kenntnisse über emotionale Entwicklungsphasen bei belastenden Ereignissen von größter Bedeutung. Für die Entwicklung von Initiativen zur Begleitung von betroffenen Paaren in der Militärseelsorge lassen sich daraus wichtige Orientierungen ableiten. So ist die Kenntnis der dynamischen Prozesse für Begleiter und Betroffene einer der wichtigsten Orientierungsmaßstäbe überhaupt. Im Anschluss sollen daher relevante Phasenkonzepte aufgezeigt werden, um ihre inneren Zusammenhänge für die Interpretation existentieller Prozesse wie Fern-Beziehungen und den damit einhergehenden besonderen Belastungen nachzuweisen. Um die emotionalen Entwicklungsphasen bei längeren Trennungen in Fern-Beziehungen generell näher bestimmen zu können, müssen zunächst die Zusammenhänge der „äußeren" Phasenabläufe von Krisen, Trauer und Sterben aufgezeigt werden. Später wird zu

---

[85] Beispielsweise nahm die sozialisationsstiftende, von Kindererziehung geprägte Zeit der Eltern proportional zur Lebenszeit deutlich ab. Die Bedeutung der ehelichen Lebensgemeinschaft nimmt zu. Davon ist abzuleiten, dass einer noch stärkeren und ständigen Anpassung bzw. Umorientierung der individuellen und intersubjektiven Lebensinhalte der Partner eine zunehmende Bedeutung zukommt. Vgl. dazu ausführlich: H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft. Entwicklung – Chancen – Perspektiven, Freiburg/Basel/Wien 1994, 62-84.

untersuchen sein, inwiefern Fern-Beziehungen auch inhaltlich den Krisen- bzw. Trauerabläufen gleichen oder gar unmittelbare Krisen- und Trauervorgänge sind.

5.1. Exemplarische Phasenlehren: Krisen, Sterben und Trauer

Die emotionale Verarbeitung von belastenden Ereignissen wie bei akzidentellen bzw. normativen Krisen sowie auch bei Trauerphasen durch Verlust folgt typischen Verlaufsphasen. Die grundsätzliche Analogie der erforschten psychosozialen Gesetzmäßigkeiten in den Abläufen zeigt, dass die emotionale Verarbeitung von Krisen zum Ablauf des Trauerns analog verläuft. Zunächst sei die Konzentration auf die Erkenntnisse über die emotionale Entwicklung bei der Bewältigung tief greifender Lebensprobleme gelenkt. Der Versuch, solche seelischen Krisen in ihrem Verlauf zu beschreiben, hat zu einer Reihe von Phasenkonzepten geführt. Die Krisenverläufe wurden strukturiert, um trotz aller situativer Verschiedenartigkeit ähnliche und gleich bleibende Elemente ausfindig zu machen.[86]

Um die grundsätzliche Übereinstimmungen und Analogien zunächst verschieden motivierter Untersuchungen zu dokumentieren, sollen exemplarisch zum einen das Modell von Erika Schuchardt, zum anderen das Konzept von Christoph Kulessa untersucht werden. Die herausragende Bedeutung dieser Phasenabschnitte wird später für die Interpretation von Fern-Beziehungen zu zeigen sein. Damit lässt sich bereits verdeutlichen, dass in den meisten Verlaufsmodellen, trotz je unterschiedlicher Gewichtung, folgende Abläufe erkennbar analog verlaufen:[87]

- Konfrontiert mit dem außergewöhnlichen (meist belastenden) Ereignis, werden bisherige Bewältigungsstrategien bei Problemen angewandt.

---

[86] Diese sollen für die Interpretation von Fern-Beziehungen explizit genutzt werden.

[87] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 378f.

- Wenn bisherige Formen nicht ausreichen, wächst neben der Verunsicherung auch die Hilflosigkeit.
- Gegenüber dem steigenden Leidensdruck nimmt die Bereitschaft zu, bisher ungewohnte Verhaltensweisen und Formen umzusetzen. Führt dies zum Erfolg, stärkt dies das Selbstbewusstsein und führt durch ein erweitertes Selbstverständnis zur Stärkung von eigener und sozialer Kompetenz.
- Gelingt die Bewältigung der Situation nicht, kann es zur extremen Verschlechterung des psychischen Zustandes und zu völliger Rat- und Hilflosigkeit bis zum Zusammenbruch der Persönlichkeit kommen. Professionelle Beratung bzw. Krisenintervention ist dann erforderlich.

Die Verarbeitung von akzidentellen aber auch normativen Krisen im Lebenslauf verläuft meist nach den Phasen eines Trauerprozesses. In der besonderen Situation der Fern-Beziehung besitzen Trauerphasen auf zweifache Weise Relevanz: einerseits bezüglich der Verarbeitung und der „äußeren" Abläufe der eventuellen Krise an sich („äußere Analogie"). Darüber hinaus kommen im naturgemäßen Abschiednehmen (Traurigkeit in Anbetracht der bevorstehenden Trennung: prospektive Trauer) und im Wiedersehen („Loslassen-Müssen", „Wieder-Gewöhnen" und „Neuanfangen-Müssen") bei Fern-Beziehungen, zwangsläufige Trauerprozesse vor („innere Analogie"). Je nach Regelmäßigkeit oder sporadischer Fern-Beziehung muss diese Tatsache in das Beziehungsleben stets neu integriert werden.

5.2. Das Modell der „seelischen Krise" nach Schuchardt

Ein Modell der seelischen Krise entwickelte E. Schuchardt. Sie geht bei ihren Untersuchungen von der Konfrontation mit Behinderung oder schwerer Krankheit aus. Dafür benennt sie drei Stadien mit insgesamt acht Phasen:[88]

---

[88] E. Schuchardt, Jede Krise ist ein neuer Anfang. Aus Lebensgeschichten lernen, Düsseldorf

Eingangsstadium:

Einem kritischen Ereignis folgt in den meisten Fällen Ungewissheit (1. Phase). Die Reaktionen der Umwelt führen dazu, das kritische Ereignis rational zur Kenntnis zu nehmen (2. Phase). Gleichzeitig wird jedoch eine emotionale Abwehr aufgebaut, die dazu führt, das Unabwendbare zu leugnen.

Durchgangsstadium:

Die mit dem Verstand erfasste Nachricht wird zunehmend auch emotional zur Kenntnis genommen. Die Konsequenzen sind häufig starke und ungesteuerte Aggressionen (3. Phase). In einer 4. Phase setzen Verhandlungen mit den Ärzten, dem Schicksal oder mit Gott ein. Man bemüht sich, Auswege zu finden und ein Wunder möglich zu machen. In der 5. Phase setzt tiefe Depression ein, in der Gefühle der Sinnlosigkeit und der Trauer überwiegen. Nach der Beobachtung Schuchardts brechen zwei Drittel der von ihr untersuchten Menschen spätestens hier den Prozess ab und verharren lebenslang in Aggression, Verhandlungen und Depression.

Zielstadium:

Nur ein Drittel der untersuchten Personengruppe erreichte die 6. Phase der Annahme. In dieser Phase kann erkannt werden, welche Möglichkeiten noch immer in dem Verbliebenen stecken oder sich sogar neu aufgrund der veränderten Umstände entwickelt haben.

Aus dieser Einsicht entwickelt sich in einer 7. Phase Aktivität. Es wird versucht, die neuen Gegebenheiten des Lebens zu gestalten und zu füllen. In einer 8. Phase der Solidarität beginnt das „Ich“ von sich abzusehen und wird fähig, im „Wir“ gemeinsame und auch gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen. Im gesamten von Schuchardt beschriebenen Prozess der Krisenverarbeitung spielt die Kommunikation eine herausragende Rolle. Sprache und Interaktion bilden die

---

1985, 27-31.

entscheidenden Kanäle, um voranzuschreiten und das Zielstadium von Annahme, Aktivität und Solidarität zu erreichen.

5.3. Das Krisenmodell nach Kulessa

C. Kulessa unterteilt sein Modell in vier wesentliche Phasen:[89]

Anwendung bewährter Problemlösungen:

Der Betroffene greift angesichts der zunehmend belastenden Situation, die durch bedrohliche Ereignisse ausgelöst wurde, auf die gewohnten und in der bisherigen Lebensgeschichte erfolgreich praktizierten Problemlösungen zurück.

Zunehmende Angst und Hilflosigkeit:

Der Angstpegel erhöht sich, wenn sich die üblichen Bewältigungsmechanismen als untauglich erweisen. Ein Gefühl der Hilflosigkeit, Angst und Minderwertigkeit wächst.

Anwendung neuer Lösungsansätze:

Notfallreaktionen werden unter Aufbietung innerer Ressourcen mobilisiert. Neue Sichtweisen und Lösungsansätze werden ausprobiert.

Psychischer Erschöpfungszustand:

Bei Fortdauer der problematischen Situation tendiert die Person zu unrealistischen und irrationalen Lösungsversuchen. Scheitern auch diese, kommt es zu Rat- und Hilflosigkeit, also einem psychischen Erschöpfungszustand.

Die genaue Betrachtung der beiden unterschiedlichen Krisenmodelle lässt die Feststellung zu, dass mit krisenhaften Ereignissen konfrontierte Menschen in einer

---

[89] C. Kulessa, Zur Theorie der Krise. Krisenphänomene und Prädikatoren ihres Verlaufs, in: H. Gastager/S. Gastager (Hgg.), Hilfe in Krisen. Wege und Chancen einer personalen Krisenintervention, Wien/Freiburg./Basel 1982, 67-93.

ersten Phase bewährte Lösungsstrategien anwenden, womit bisher Belastendes bewältigt werden konnte. Zeigen sich bewährte Strategien als nicht hilfreich, werden die Betroffenen zunehmend verunsichert und ängstlich, fühlen sich hilflos und überfordert. Nach und nach wird versucht, dass neue Lösungsansätze umgesetzt werden können. Bringen diese nicht den erhofften Fortschritt, tritt ein Erschöpfungszustand ein. Um schließlich die Krise zu bestehen und über die Akzeptanz der Gegebenheiten die Bedingungen neu gestalten zu können, durchlaufen die betroffenen Menschen meist folgende emotionalen Phasen in der Verarbeitung von Lebenskrisen: Negation, Wut, Zorn, Depression und im Idealfall schließlich die Akzeptanz und Neugestaltung der gegebenen Situation.

Dass sich eben diese Elemente der emotionalen Entwicklung zunächst in Trauerprozessen selbst und dann auch in der Fern-Beziehung nachweisen lassen, soll im nächsten Kapitel gezeigt werden.

5.4. Phasenartiger Verlauf des Sterbe- und Trauervorgangs

Die Darstellung der Verlaufsphasen der Trauer bzw. des Sterbens dient dazu, deren systematische Phasenabläufe den Entwicklungsvorgängen anderer Lebenskrisen gegenüberzustellen. Somit können – neben der inhaltlichen Untersuchung auf Analogien des Geschehens von Lebenskrisen und des Sterbeprozesses – auch Parallelen im „äußeren“ Ablauf der emotionalen Entwicklungsphasen von Paaren in Fern-Beziehungen deutlich gemacht werden. Das bedeutet im Einzelnen, dass die Befindlichkeit Sterbender und ihre Annäherung an den Tod mit den entsprechenden Stimmungsschwankungen in den Phasen-Lehren des Sterbens abgebildet werden. Entsprechende Beobachtungen wurden meist im Rahmen therapeutisch-seelsorgerlicher Gespräche gemacht. Zunehmend konnten die sich prozesshaft verdichtenden Geschehnisse in eine allgemeingültige Regelhaf-

tigkeit generalisiert werden.[90] An dieser Stelle soll vor allem auf das grundlegende Modell der Psychiaterin und Psychotherapeutin Elisabeth Kübler-Ross eingegangen werden. Durch die konzentrierte Darstellung ihrer Modelle von Sterbe- und Trauerprozessen kann, wenn entsprechende Übereinstimmungen nachgewiesen werden, die prinzipielle Relevanz der Konzepte der emotionalen Entwicklungsphasen auch für die Thematik der Fern-Beziehungen weiter verdeutlicht werden.

Sterbe- und Trauerphasen haben in der Thematik der Fern-Beziehungen eine doppelt wichtige Bedeutung, weswegen das Konzept nach Kübler-Ross ausführlicher darzustellen ist: Einerseits ist die große Ähnlichkeit in den „äußeren Abläufen“ der Entwicklung zwischen den Sterbephasen und den emotionalen Entwicklungsphasen, wie sie Paare in längeren Fern-Beziehungen durchleben, zu zeigen und auszuwerten. Andererseits kann bereits jetzt festgestellt werden, dass der Vorgang der Verarbeitung einer Fern-Beziehung unter entsprechenden Umständen ein expliziter Trauervorgang an sich ist.

In Bezug auf Fern-Beziehungen von Soldaten kann festgehalten werden, dass die Thematik des Todes nicht nur im Abschied bzw. der Traurigkeit über das vorübergehende, vermeintliche „Verlieren“ des Partners gegenwärtig ist; zugleich ist auch die Auseinandersetzung mit dem Tod bzw. der leiblichen Gefährdung während der Trennung zu thematisieren. Die notwendige Klärung eines Testamentes ist nur ein Beispiel dafür. Gleichzeitig zeigen auch die „innere Verwandtschaft“ des Trauerns und die „äußeren Abläufe“ in Fern-Beziehungen ganz deutliche Entsprechungen. Sterben und Trauern sind die inneren Bedingungen, mit denen sich die einzelnen Partner im Vorbereiten auf die Trennung, im Aushalten der Trennung und in der späteren Verarbeitung der Trennung bzw. der Rückkehr auseinandersetzen müssen.

---

[90] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 122.

Die Prozesse des Verlierens, Loslassens, Abschiednehmens und des möglichen bzw. erzwungenen Neubeginns sind sowohl im Sterben und Trauern als auch im Verarbeiten von Fern-Beziehungen dominierende Themen.

5.4.1. Die fünf Sterbephasen nach Kübler-Ross

Im Herbst 1965 wurde die 2004 verstorbene Ärztin E. Kübler-Ross von Studenten des theologischen Seminars Chicago um Unterstützung gebeten. Die Theologiestudenten hatten Arbeiten über das Thema „Krisen im Menschenleben" zu schreiben. Vier Studenten wollten sich mit „Tod und Sterben als der schwersten Krise für den Menschen" beschäftigen. Auf der Suche nach Unterlagen für ihre Untersuchungen baten sie Kübler-Ross um Hilfe. Dies war der Auslöser für die Psychiaterin, allein bis 1969 mit mehr als 200 sterbenden Menschen zu sprechen. Sie erkannte fünf Phasen des Sterbeprozesses, die sie 1969 erstmals unter dem Titel „On Death and Dying"[91] veröffentlichte. Als Grundlage für die vorliegende Studie dient die deutsche Fassung: „Interviews mit Sterbenden"[92].

Kübler-Ross fand in der Analyse der Interviews heraus, dass fünf Phasen von allen Sterbenden durchlebt werden, soweit der Tod nicht plötzlich eintritt. Die Abschnitte dauern unterschiedlich lange und können einander überschneiden.[93] Dennoch ist, wie schon bei der Darstellung der Verläufe von anderen Lebenskrisen, hervorzuheben, dass der Prozess des Sterbens von einzigartiger Individualität ist, der letztlich nie ganz zu erfassen oder in seinen Abläufen festzulegen ist.

---

[91] The Macmillan Company, New York/London 1969.

[92] E. Kübler-Ross, Interviews mit Sterbenden, Stuttgart [21]1997.

[93] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 124f.

1. Phase: Nichtwahrhabenwollen und Isolierung[94]

Der betroffene Mensch verleugnet die Tatsache des drohenden Todes und lehnt entsprechende Informationen ab, die diese Prognose bestärken. Dies ist nach Kübler-Ross die typische Reaktion, wie auf die Mitteilung einer bösartigen oder unheilbaren Krankheit reagiert wird. „Fast alle Patienten versuchen, die Krankheit vor sich selbst zu leugnen, und dies nicht nur im ersten Augenblick, sondern das ist auch später immer wieder möglich. Jemand hat gesagt: ‚Wir können nicht lange in die Sonne blicken, und wir können dem Tod nicht immer ins Auge sehen': Auch der Kranke, der sein Ende als Möglichkeit erkannt hat, muss sie ab und zu doch leugnen, um das Leben überhaupt fortsetzen zu können."[95] Das Nichtwahrhaben-wollen entspricht einem Puffer, der das Entsetzen über die Diagnose erträglich werden lässt. Der psychische Druck wird durch die Verdrängung gemindert und damit eine Auseinandersetzung mit der neuen Gegebenheit ermöglicht. „Wie ein Patient es formulierte, droht der Tod weniger erschreckend, wenn er noch ‚meilenfern' ist, als wenn er ‚vor der Tür' steht."[96] Diese Leugnung trägt also zu einer inneren Distanz bei. Die alles überwältigende Information sterben zu müssen wird dadurch zunächst erträglich. Dem Betroffenen wird es ermöglicht, psychisch funktionsfähig zu bleiben. Dadurch entsteht Raum, weniger radikale Strategien der psychischen Abwehr einzusetzen.[97]

2. Phase: Zorn[98]

Die zweite Phase wird von Auflehnung und Zorn dominiert. Der Patient hadert mit seinem Schicksal und ist insbesondere gegenüber den Gesunden aggressiv. Der

---

[94] Vgl. E. Kübler-Ross, Interviews, 41.

[95] Ebd.

[96] Ebd., 42.

[97] Vgl. ebd., 123.

[98] Vgl. ebd., 50.

Zorn entsteht aus einer Art Enttäuschung heraus, dass ihm all das Schöne, das das Leben bieten kann, genommen werden soll. Besonders aber die Tatsache, dass es den gesunden Menschen erhalten bleibt, beherrscht die Stimmungen in diesem Zeitraum. So werden gesunde Menschen im Umfeld aus der Auffassung heraus kritisiert und angeklagt, man selbst sei vom Schicksal schlecht behandelt worden. Der Gedanke des „Warum denn gerade ich?“[99] bestimmt diesen Abschnitt.[100] Der positive Aspekt dieser Phase ist, dass der Patient seinen bedrohlichen Zustand wenigstens vorübergehend erkennt und ernst nimmt und somit die Haltung der ersten Phase überwinden kann bzw. aufgegeben hat.[101]

3. Phase: Verhandeln[102]

Für diese vergleichsweise kurze Phase ist es typisch, mit dem Schicksal verhandeln zu wollen. Die lebensbedrohliche Situation wird nicht mehr grundsätzlich bestritten. Es soll das Beste unter den gegebenen Umständen erreicht werden. „Im Grunde feilscht der Patient immer um einen Aufschub, verspricht Wohlverhalten und setzt selbst eine Frist, nach der er – wie er verspricht – nichts mehr erbitten will.“[103] Durch sein Wohlverhalten, wie z. B. Spenden oder ein Versprechen, erhofft er einen Aufschub zu erhalten von einer Macht des Schicksals – etwa von Gott als Verhandlungspartner – und mit Schmerzfreiheit oder Zeitgewinn entlohnt zu werden.[104]

---

[99] Ebd.

[100] Vgl. ebd., 50-76.

[101] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 123f.

[102] Vgl. E. Kübler-Ross, Interviews, 77.

[103] Ebd., 78.

[104] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 124.

4. Phase: Depression[105]

Prinzipiell wird diese Phase dadurch ausgelöst, dass der Zustand zunehmend als unausweichlich anerkannt wird und dem Patienten die fatale Zukunftsperspektive immer klarer wird.[106] Kübler-Ross unterscheidet zwei Arten von Depression:

Die **reaktive Depression** entsteht aufgrund der Vorstellung, dass das Sterben negative Konsequenzen für Familie und Umfeld des Patienten hervorbringt. Er fühlt sich gewissermaßen verantwortlich für z. B. drohende finanzielle Schwierigkeiten. Dabei handelt es sich um ein unrealistisches Scham- und Schuldgefühl, denn der Patient sieht sich selbst schuldig für sein Sterben.[107]
Die **prospektive Depression** wird durch den bevorstehenden Abschied, den drohenden Verlust, hervorgerufen: Der Patient wird gezwungen, sich mit seinem endgültigen Abschied von der Welt auseinander zu setzen.[108] „Häufig findet eine antizipierende Trauer statt, die sehr still erfolgt und anderen kaum mitgeteilt wird.“[109]

Insgesamt ist die Phase der Depression notwendig und heilsam, wenn der Patient zu einem Zustand kommen soll, der ein Loslassen ermöglicht. Das ist die Voraussetzung für den Patienten, eines Tages in Frieden und mit innerer Bereitschaft sterben zu können.[110]

---

[105] Vgl. E. Kübler-Ross, Interviews, 80.

[106] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 124.

[107] Vgl. E. Kübler-Ross, Interviews, 80f.

[108] Vgl. ebd.

[109] J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 124.

[110] Vgl. E. Kübler-Ross, Interviews, 82.

5. Phase: Zustimmung[111]

Hat der Kranke genügend Zeit und gelangt zur Überwindung der vorhergehenden Phasen, kann er einen Zustand erreichen, der mit einer inneren Zustimmung gleichzusetzen ist. Im Idealfall konnte der Kranke seine Emotionen wie Neid und Zorn gegenüber Gesunden aussprechen. Es sollte ihm nun möglich werden, mit mehr oder weniger ruhiger Erwartung dem eigenen Ende entgegenzusehen.[112] Der Patient ist in diesem Zeitraum oft müde und körperlich sehr geschwächt. Er hat das Bedürfnis, in kurzen Intervallen zu dösen und zu schlafen.

Es ist dies aber meist keine Phase des glücklichen Einwilligens, sondern vielmehr nahezu frei von Gefühlen. „Der Schmerz scheint vergangen, der Kampf ist vorbei, nun kommt die Zeit der ‚letzten Ruhe vor der langen Reise', wie es ein Patient ausdrückte."[113] Desinteresse an den Vorgängen in der Umgebung und ein Rückzug von der Außenwelt herrschen vor.

Von ganz entscheidender Bedeutung ist für diesen Ansatz, dass bei allen Phasen ein Rest von Hoffnung vorherrscht, z. B. auf ein neues, Heilung bringendes Medikament oder eine übernatürliche Kraft.[114] Die Hoffnung ist dabei die Kraft spendende Dimension schlechthin. Bei zunehmenden Leiden handelt es sich meist um eine irrationale Hoffnung, die aber die Erträglichkeit der Situation überhaupt erst ermöglicht.

> „Es sind Verteidigungsmechanismen im psychiatrischen Sinn, Mechanismen zur Bewältigung extrem schwieriger Situationen. Sie alle wirken unterschiedlich lange Perioden hindurch, lösen einander oft ab, existieren aber

---

[111] Vgl. ebd., 99.

[112] Vgl. ebd.

[113] Ebd.

[114] Vgl. ebd., 120-134.

> auch nebeneinander. In jeder Phase vorhanden ist fast immer die Hoffnung.“[115]

Wie die vorangehenden Ausführungen zeigen, geht auch Kübler-Ross von einem phasenartig sich verdichtenden emotionalen Ablauf der Gefühle bei der Verarbeitung von existenziellen Krisen aus. In der Untersuchung der Krise des Lebens schlechthin, dem Sterbeprozess bis hin zum Tod, wird, wie zuvor bei seelischen Krisen nach Schuchardt und Kulessa, ein Phasenablauf in der Gefühlsentwicklung deutlich. Ausgehend von einer ursprünglichen Überforderung und der Verleugnung der Gegebenheit, meist einhergehend mit einer Isolierung bzw. dem Rückzug der Person, folgt auf das Eingeständnis der Situation meist eine Verarbeitung im variierenden Ablauf von Depression (passiv) bzw. Wut und Zorn (aktiv). Im Idealfall mündet auch diese Phase der Verarbeitung in die Zustimmung bzw. Akzeptanz.

5.4.2. Das erweiterte Konzept nach Sporken

Der Theologe P. Sporken, der intensiv in der Fortbildung von Krankenpflegepersonal, Sozialarbeitern und in der Sterbebegleitung tätig ist, baut auf dem Modell von Kübler-Ross auf. Da seiner Meinung nach aber dieses Konzept der Sterbephasen im Zeitraum des Nichtwahrhabenwollens beginnt, was speziell auf die Gegebenheiten der USA zuträfe, bedarf für ihn dieses Modell einer Ergänzung für die Länder Europas, besonders hinsichtlich des Beginns. Sporken bewertet das Konzept primär aus der Sicht des Seelsorgers, also unter besonderer Berücksichtigung der christlich motivierten Sterbebegleitung. Daraus ergibt sich für ihn die Notwendigkeit einer Erweiterung. Da in den USA eine explizite Mitteilung der Diagnose aus rechtlichen und finanziellen Gründen meist unmittelbar erfolgt, träfe das Konzept in fünf Phasen, also mit dem Beginn des Nichtwahrhabenwollens, in

---

[115] Ebd., 120.

den USA zu. Der Patient ist in den USA in der Regel sofort wahrheitsgemäß über seine Situation informiert.[116] In Europa stellt sich dieser Sachverhalt nach Sporken anders dar. Der Patient wird, nachdem die Diagnose gestellt ist, oft nicht sofort offen und genau über seinen Zustand und die Prognose informiert. Auf den Beistand von Sterbenden hat dies, nach Sporken, entscheidenden Einfluss. Dieser nämlich sollte für ihn bereits dann beginnen, wenn ein Beteiligter, also zumeist der Arzt, weiß, dass die Erkrankung einen tödlichen Verlauf nehmen wird. Entscheidend ist dabei, dass die Wahrheitsmitteilung bzw. die Hilfe, die Wahrheit zu finden, nicht der Beginn des Sterbebeistands ist, sondern ein integrierender Bestandteil. Die meist lange Phase der Unwissenheit geht allmählich über in die Phase der Unsicherheit. In diesem Zeitraum erfolgt eine Auseinandersetzung des Patienten mit der eventuell tödlich endenden Krankheit. Zugleich kann und will der Patient die Wirklichkeit noch nicht wahrhaben, da der Gedanke an das Ende für ihn noch unerträglich ist. Der Patient leugnet implizit die Wahrheit. Das kann sich z. B. dadurch ausdrücken, dass der Betroffene Pläne für seine Zukunft macht, wie er dies nie zuvor in seinem Leben tat. Für Sporken setzt an diesem Punkt die besondere Aufgabe der Sterbebegleiter ein. Sie sollen dabei helfen, die Wahrheit zu entdecken.[117] Daraus folgt eine Erweiterung des Sterbeprozesses und des Sterbebeistands nach Sporken, die schematisch wie folgt dargestellt werden kann:[118]

Phasen des Sterbeprozesses	
Phase, Verlauf gekennzeichnet von:	**Phase beschrieben durch**

[116] Diese Problematik wird in der Moraltheologie unter der Bezeichnung „Wahrheit am Krankenbett“ allgemein diskutiert. Vgl. dazu E. Schockenhoff, Zur Lüge verdammt? Politik, Medien, Medizin, Justiz, Wissenschaft und die Ethik der Wahrheit, Freiburg i. Br. 2000, besonders 443-451.

[117] Vgl. P. Sporken, Umgang mit Sterbenden. Medizinische, pflegerische, pastorale und ethische Aspekte der Sterbehilfe, Düsseldorf ^{4}1978, 58-60.

[118] Ebd., 59f.

1.Unwissenheit	Paul Sporken
2. Unsicherheit	
3a. Implizite Leugnung	
Wahrheitsmitteilung oder –findung	
3b. Explizites Nichtwahrhabenwollen	Elisabeth Kübler-Ross
4. Auflehnung	
5. Verhandeln mit dem Schicksal	
6. Depressionen	
7. Annahme des Todes	

5.4.3. Die Modelle nach Pattison und Weisman

M. Pattison unterteilt den von ihm beschriebenen Prozess des Sterbens in drei Abschnitte:

Hat der Betroffene von seiner gesundheitlichen, lebensbedrohlichen Schädigung erfahren, beginnt der Abschnitt der akuten Krise. In diesem Zeitraum nehmen Angst und Verzweiflung stetig zu und erreichen am Ende der Phase einen Höhepunkt. „Dabei werden Verschiedene intrapsychische Strategien der Angstreduktion wirksam, so daß es auch zu pathologischen Reaktionsformen kommen kann.“[119]

[119] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, 125.

Ein unter Umständen lang anhaltender zweiter Abschnitt folgt. Dieser stellt eine Art Sterbephase innerhalb des gesamten Sterbeprozesses dar. Konkrete Ängste und Sorgen kennzeichnen diesen Abschnitt. Insbesondere dominiert die Auseinandersetzung mit der Angst vor dem Unbekannten, vor drohender Einsamkeit, vor Verlust der Angehörigen und Freunde, vor der Vernichtung des Körpers und der gesamten Identität, vor dem Verlust der Selbstkontrolle, vor Schmerzen und vor Abhängigkeit. Die Intensität der Angst nimmt im weiteren Verlauf der Phase immer mehr ab.
Schließlich mündet dieser Abschnitt in einen dritten und letzten Bereich, den so genannten terminalen Abschnitt, der oft mit physischer und psychischer Erschöpfung einhergeht. Für Pattison ist ein Anzeichen für den Beginn des Abschnitts die stärker werdende Tendenz, sich in sich selbst zurückzuziehen. Dies lässt sich am Desinteresse an der Außenwelt festmachen.[120]

A. Weisman, der Interviews mit mehr als 350 Patienten durchführte (meist Krebspatienten), legte ein weiteres Konzept vor. Er unterscheidet ebenfalls drei Stadien, die unheilbar Kranke durchleben. Durchgängig durch alle Phasen wird die Perspektive des unmittelbar nahenden Todes durchlebt. Der drohende Tod wird immer wieder negiert oder akzeptiert, auch abhängig von den jeweiligen Phasenabschnitten.

Anders als bei Kübler-Ross oder Pattison bezeichnet die erste Phase bei Weisman nicht die direkte Auseinandersetzung mit der vermeintlichen Gewissheit des Sterbens, sondern setzt früher an und beinhaltet primär die Auseinandersetzung vom „[...]ersten Gewahrwerden beunruhigender Symptome bis zur Diagnosestellung“[121]. Der Patient neigt in diesem Abschnitt zur Selbsttäuschung. Das Aufsuchen des Arztes wird immer wieder aufgeschoben. Die Konfrontation mit den Gegebenheiten wird vermieden, wobei gleichzeitig eine Sensibilisierung bezüglich

---

[120] Vgl. ebd., 125f.

[121] Ebd., 127.

jeder Information zunimmt, die auch nur im entferntesten an die bedrohliche Situation erinnert. Diese erste Phase beschreibt bei Weisman also den Zeitraum der beginnenden Ungewissheit, noch bevor Klärung eintritt oder überhaupt zugelassen wird.

Die zweite Phase beschreibt den Abschnitt zwischen der Mitteilung der Diagnose und dem Anfang der terminalen Phase mit anfänglichen körperlichen und seelischen Gebrechen. Mit diesem Zustand geht zumeist die medizinische Behandlung einher. Je mehr die erste Phase von der Negation der Situation beherrscht wurde, desto mehr nimmt das Abwechseln von Negation und Akzeptanz ab. Man spricht in dieser Phase von einer Art „Halbwissen". „In einer Art ungewisser Gewissheit ist die Erkenntnis, an einer tödlichen Krankheit zu leiden, zwar grundsätzlich vorhanden, sie kann jedoch (noch) nicht offen ausgesprochen und eingestanden werden."[122] Erst gegen Ende der zweiten Phase tritt ein zunehmendes Akzeptieren des Sterben-Müssens ein.

Phase drei beginnt für Weisman mit dem Beenden der medizinischen Behandlung aufgrund der Aussichtslosigkeit. Daraufhin setzen in dieser terminalen Phase eindeutiger Verfall und Erschöpfung ein, die in den Verlust von Kontrolle und Autonomie münden können. Diese dritte Phase dauert die ganze verbleibende Sterbephase bis zum Eintritt des Todes an.[123]

5.4.4. Bewährungs-Krisen und Trauerphasen nach Kast

Nachdem die Verarbeitung seelischer Krisen und verschiedener Perspektiven des Sterbeprozesses in den vorhergehenden Abschnitten gezeigt wurde, stellt sich nun die Frage möglicher systematisierbarer Abläufe auch für krisenhafte Ereignis-

---

[122] Ebd.

[123] Vgl. ebd.

se, bei denen sich ein Betroffener z. B. in einer biographischen Übergangskrise in den Wendepunkten („Transitionen“) des Lebens zu bewähren hat.[124]

Bei der Psychotherapeutin und Lehranalytikerin V. Kast finden sich diese Schritte dazu analog, mit leicht veränderter Gewichtung, unter den Bezeichnungen: „Der Trauerprozess als Lebensübergang“[125] sowie „Trennung und Trauer als Prozess“[126]:

Erste Phase: Nichtwahrhabenwollen
Zweite Phase: Aufbrechen chaotischer Emotionen
Dritte Phase: Suchen – Finden – Sich-Trennen
Vierte Phase: Neuer Selbst- und Weltbezug

Für Kast ist das „Sich-bewähren-Müssen“ und das durch die Krise in den Lebensübergängen herausgeforderte positive, schöpferische Moment zentral. In der theoretischen Beurteilung der Krisen und im Trauern orientiert sie sich am „schöpferischen Prozess“ bzw. an der „schöpferischen Krise“.[127] Aus ihrer Sicht sind die Ursachen für Krisen in den Übergängen immer Entwicklungsthemen des Individuums. Sie erfordern eine Wandlung, welche durch den Krisen- bzw. Trauerprozess erzwungen wird. Die Bewältigung von Krisen hat für Kast in der psychischen Dynamik eine unmittelbare Nähe zu einem schöpferischen Prozess. Krisen und Trauer während der Übergänge im Lebenszyklus stehen somit in einer inneren Spannung von „schöpferischer Krise“ und „Bewährungskrise“.[128] Schöpferisch

---

[124] Vgl. Kapitel 4.4. Ausführlichere Untersuchungen dazu folgen in Kapitel 6.3.

[125] Vgl. V. Kast, Lebenskrisen werden Lebenschancen. Wendepunkte des Lebens aktiv gestalten. Freiburg/Basel/Wien ^{3}2003, 69-81.

[126] Vgl. dies., Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses, Stuttgart ^{25}2002, 67-90.

[127] V. Kast, Lebenskrisen, 21.

[128] Zur Bewährung in der Krise vgl. auch: H.-L. Schmidt, Menschen in krisenhaften Lebenssituationen. Überlegungen zu Aufgaben und Grenzen der Sozialpädagogik. In: H.-W. Jendrowiak (Hg.), Humane Schule in Theorie und Praxis. Frankfurt a. M. u. a. 1998, 183-203.

muss der Mensch die neue Situation gestalten. Gleichzeitig hat sich der Betroffene, trotz der Veränderungen und Entwicklungen, in seiner Lebensgegebenheit zu bewähren. Der schöpferische Prozess verläuft wesentlich nach folgenden Abschnitten, die wiederum analoge Abläufe zum bisher Gezeigten erkennen lassen:[129]

- Vorbereitungsphase
- Inkubationsphase
- Einsichtsphase
- Verifikationsphase

Sowohl der schöpferische Prozess als auch der Prozess der Bewährung sind zentrale Dimensionen, die auch in der Verarbeitung einer Fern-Beziehung zum Tragen kommen. Daher bieten die Verdichtungen der Phasen zentrale Einsichten in die Verarbeitung von Fern-Beziehungen. Auch der schöpferische Prozess geht nach wiederkehrenden Bedingungen vor sich, der den Phasen der Krise und des Trauerns entspricht.

5.5. Synthese: emotionale Entwicklungs-Zyklen als Interpretationsgrundlage für Fern-Beziehungen?

Die aufgezeigten Verlaufsphasen von Krisen, Sterben und Trauer haben für die Thematik eine zweifache Bedeutung. Den äußeren Abläufen nach, aber auch in inhaltlichen Übereinstimmungen sind die Elemente eng verbunden mit zentralen Komponenten der Fern-Beziehung. Zum ersten: Es lassen sich in den Phasen der Verarbeitung, wie bereits gezeigt, mögliche Abläufe und Gesetzmäßigkeiten der Emotionen eines Paares in Fern-Beziehungen erkennen, die weiter unten ausführlich analysiert werden (vgl. Kapitel 9.). Zum zweiten: Die Problematik der vorüber-

[129] V. Kast, Lebenskrisen, 22-24.

gehenden Trennung in der Fern-Beziehung ist auch inhaltlich eine Zuspitzung der Gefühle, wie sie in Prozessen von Krisen, Sterben und Trauer erlebt werden.

Einen speziellen Einblick in die Verbindung von Verlust und Trauer ermöglicht J. Bowlby mit seiner Bindungstheorie.[130] Darin sieht er Trauer als eine Form der Trennungsangst an. Verlust ist für ihn die ungewollte Trennung von einer Bindungsperson. Auf diese Erfahrung reagieren Betroffene mit einer Stress- und Protestantwort: Die Trauer hat nach Bowlby sowohl unbewusste als auch bewusste Prozesse. Im Durchleben der Trauerphasen wird die notwendige Trauerarbeit geleistet. Erst anschließend werden neue Bindungen wieder ganzheitlich möglich – wenn die Trauer über den vergangenen Lebensabschnitt akzeptiert und bewältigt ist.[131] Für die weiteren Überlegungen der Studie gilt es explizit festzuhalten: Fern-Beziehungen sind echte Trauerphasen, in der eine Trennung zu verarbeiten ist. In Fern-Beziehungen muss der Verlust des Partners bei jedem Abschied bzw. der Neuanfang mit ihm bei jedem Wiedersehen durchlebt und verarbeitet werden. Verarbeitung von Abschied und Verlust sowie die Neugestaltung sind die zentralen Herausforderungen der Fern-Beziehungen. Somit liegt es nahe, dass die Partner in Fern-Beziehungen die Verarbeitung der Gefühle in den nachgewiesenen Phasenabläufen erleben.

Es muss klargestellt werden, dass die Phasenlehren zunächst nur als allgemeines Orientierungs-Raster dienen können. Die Vorgänge der Krise und des Trauerns werden ebenso wie die Verarbeitung von Fern-Beziehungen psychisch und physisch grundsätzlich individuell erlebt und verarbeitet. Es lässt sich nicht vorhersagen, in welcher Verfassung und in welchen zeitlichen Schritten die einzelnen Abschnitte durchlebt werden. Dennoch ist eine durchgängige Linie in allen Phasen-

---

[130] Vgl. dazu allgemein J. Bowlby, Das Glück und die Trauer. Herstellung und Lösung affektiver Bindungen. Stuttgart 1982. Sowie ders., Verlust, Trauer und Depression, Frankfurt a. M. 1987.

[131] Vgl. ebd. sowie S. Weiss: Die Trauer von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen um den verstorbenen Vater, http://edoc.ub.uni-

modellen eindeutig erkennbar. Somit können sie im weiteren Verlauf dieser Arbeit auch für die Entwicklung militärseelsorgerlicher Begleitung als Interpretationsgrundlage herangezogen werden.

Die häufigsten Reaktionen auf ein nicht absehbares, „drohendes“ Ereignis (z. B. die Diagnose einer unheilbaren Krankheit) und der daraus folgenden existentiellen Auseinandersetzungen sind – wenn bisher praktizierte Lösungsstrategien sich nicht als erfolgreich erweisen: Distanzierung und Negation, Wut und Zorn, Depression und schließlich die Akzeptanz (Verarbeitung). Diese Beobachtung kann durch alle Konzepte hindurch verfolgt werden und wird im III. Teil der Studie auf die Situation der Fern-Beziehungen von Soldaten und deren Partnern übertragen und – wenn möglich – verifiziert.

Anhand der aufgezeigten Analogien kann angenommen werden, dass auch die psychischen Belastungen in Fern-Beziehungen nach den Phasenkonzepten interpretierbar sind.[132] Andererseits bedeutet dies, dass die Instrumentarien der Krisenintervention, wie sie weiter unten zu entwickeln sind, auch in den Ehekrisen einer Partnerschaft auf Distanz analoge Anwendung finden können.[133]

Um die inhaltliche Analogie konkret benennen zu können, ist zunächst wiederum zu betonen, dass es sich sowohl beim Verlauf von Lebenskrisen als auch bei den Trauer-Phasen überwiegend um die Themenkreise von Abschied, Verlust, Veränderung und Neubeginn handelt. So gesehen sind sowohl die Zeiten der Krise als auch Sterben und Trauern nahe miteinander verwandt. In der eigenen Trauer werden die unabänderlichen Gegebenheiten erlebt und somit für eine neue Zu-

---

muenchen.de/archive/00004904/01/Weiss_Sabine.pdf [30.12.06].

[132] Dem wird im folgenden Kapitel nachzugehen sein.

[133] Vgl. Kapitel 8.5.

kunft „bearbeitet“.[134] Dass die Verlaufskonzepte im Allgemeinen über die Dimensionen von Negation (Abwehr), Wut, Zorn, Depression und im Idealfall letztlich hin zur Akzeptanz verlaufen, ist Merkmal dafür, wie ähnlich die Abläufe der Prozesse sind. Dies ist von besonderer Bedeutung für das Erleben und Verarbeiten von Fern-Beziehungen, wie später gezeigt wird.

Wichtig für die Interpretation der Konzepte ist die Erkenntnis, dass es sich dabei um Orientierungen handelt, die in Ablauf, Dauer und Intensität individuell stark variieren können: Die berechtigte Kritik an den Phasen-Lehren richtet sich gegen einen für alle Menschen gleichartigen bzw. uniformen Ablauf des Erlebens und Verhaltens. Sieht man von diesem Kritikpunkt ab, so bieten die Phasen-Lehren wertvolle Anhaltspunkte dafür, welche Reaktionsformen bei der Auseinandersetzung mit dem nahe bevorstehenden oder bereits ablaufenden Konflikt auftreten können.“[135]

In einem nächsten Schritt gilt es im Rahmen der „Verortung“ der Arbeit (II.) die im vorangehenden I. Abschnitt („Beschreibung“) gewonnenen Einsichten in die Problematik in ihrer theologischen Bedeutung einzuordnen und zu übertragen. Dazu ist es notwendig, das Phänomen der Krisen an sich und der erfüllenden Partnerschaft zu reflektieren. Zunächst werden dafür die Grundbegriffe, durch Formulierung philosophisch-anthropologischer Grundaussagen zu Krisen bzw. Ehekrisen erarbeitet. Daran anschließend werden Orientierungen und Grundbedingungen in Krisen der Fern-Beziehungen theologisch-systematisch verortet und adäquate theologisch-praktische bzw. seelsorgerliche Initiativen aufgezeigt bzw. konzipiert. Die Verortung der Thematik im Rahmen des II. Abschnitts gewährleistet die theologische Reflexion und Klärung der Rahmenbedingungen des Themas Fern-Beziehungen in der Spanne von Krise und gleichzeitigem Ringen um eine gelin-

---

[134] Vgl. I. Baumgartner, Pastoralpsychologie. Einführung in die Praxis heilender Seelsorge, Düsseldorf ^{2}1997, 180f.

[135] Ebd., 129.

gende Partnerschaft – und weist Wege auf, wie eine spezifisch christliche Bewältigung von Ehekrisen konkret umgesetzt werden kann.

II. VERORTUNG

Die vorangehende „Beschreibung“ örtlich getrennter Beziehungen in der Spannung zwischen erfüllender Partnerschaft und möglicher Beziehungskrise einerseits sowie die Reflexion der emotionalen Entwicklungszyklen bei belastenden Ereignissen andererseits soll nun theologisch verortet und vertieft werden. Dazu werden in diesem zweiten grundlegenden Schritt der Arbeit die Grundbedingungen des Ehekrisenaspektes philosophisch-anthropologisch, theologisch-systematisch und theologisch-praktisch beleuchtet. Es geht darum, die gewonnenen Erkenntnisse theologisch zu einzuordnen, aufgeworfene Fragen zu beantworten und damit die theologische Interpretation von Fern-Beziehungen zu ermöglichen.

6. Krise Fern-Beziehung?

Um dem Gedanken nachzugehen, ob die Form der Fern-Beziehung zwangsläufig eine Krisenzeit für die Partnerschaft oder die Familie bedeutet, müssen zunächst Klärungen vorgenommen werden, worum es sich bei Krisen allgemein bzw. bei der Ehekrise im Besonderen handelt. Sodann ist zu klären, um welche Art von Krise es sich bei der Fern-Beziehung handelt bzw. welche Belastungen sich daraus ergeben können. Implizit ist dabei auch der Frage nachzugehen, die bereits im Titel der Arbeit „Chance Fern-Beziehung – zwischen Krise und erfüllender Partnerschaft“ angedeutet wurde: Ist eine Fern-Beziehung als Ganzes zwangsläufig eine krisenhafte Situation für das Paar bzw. was sind explizite Krisenmomente und Chancen in der Fern-Beziehung? Nachdem in Kapitel 4 Grundbedingungen für eine erfüllende Partnerschaft aufgezeigt wurden, wird nun der Bezug von Fern-Beziehungen zu Krisen allgemein sowie speziell zu Ehekrisen deutlich. Schließlich wird in der Reflexion des Verhältnisses von Fern-Beziehungen und Krisen auch der Frage nachzugehen sein, ob die Beziehung auf Distanz sowohl Krise als auch erfüllende Partnerschaft zugleich sein kann („und“), oder ob es sich um ein Ent-

scheidungsmoment in der Partnerschaft handelt, in der sich die Situation zwischen den beiden Polen „ent-scheidet“.

Demgemäß wird nach einer prinzipiellen Klärung der Terminologie und Typologie der Krise zunächst allgemein der Fragestellung nachzugehen sein, warum der Mensch dem Phänomen der Krise überhaupt ausgesetzt ist. Das bedeutet, dass mögliche Gründe für die „Krisenanfälligkeit“ des Menschen aus philosophisch-anthropologischer Perspektive bedacht werden. Darüber hinaus gilt es, das Phänomen der Lebenskrise theologisch zu reflektieren. Aus beiden Gedankengängen sind dann konkrete Chancen und Gestaltungsmöglichkeiten für die Partnerschaft in Fern-Beziehungen abzuleiten.

6.1. Der Begriff „Krise“

Der Begriff der Krise ist etymologisch aus dem griechischen „krinein“ abgeleitet, was übersetzt „scheiden“, „entscheiden“, „trennen“ bedeutet. Darüber hinaus ist damit inhaltlich eng die „Kunst der Unterscheidung“ und die Verbindung zu den Phänomenen „Kritik“ bzw. „kritische Lebensereignisse“ verbunden.[136] Zunächst war der Begriff „Krise“ als Fachwort in der Medizin verortet, wo er den entscheidenden Punkt im Prozess eines Krankheitsverlaufs markiert. Von diesem Zeitpunkt an entwickelt sich der Verlauf der Krankheit in Richtung Heilung oder Verschlechterung.[137] Im militärischen Bereich wurde der Begriff bestimmend für den kurzen Zeitpunkt der Wende, in der die Entscheidung über Sieg oder Niederlage

---

[136] Diese Relation erlangt besondere Bedeutung im später zu betrachtenden Abschnitt zur Unterscheidung der Beziehungszyklen und den daraus folgenden Konsequenzen, wann Unterstützung der betroffenen Paare mehr oder entsprechend weniger wirkt.

[137] Vgl. F. Kluge, Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache, unter Mithilfe von Max Bürgisser und Bernd Gregor, völlig neu bearbeitet von Elmar Seebold, Berlin/New York ^{22}1989, 414.

fällt.[138] Die zunehmende Verallgemeinerung des Begriffs Krise im Sprachgebrauch hatte eine Entwicklung des Begriffsverständnisses zur Folge. Heute wird damit vor allem eine schwierige, gefährliche und spannungsreiche Zeit bzw. Situation bezeichnet. Dabei handelt es sich um einen Zustand akuter Schwierigkeiten oder um die Entwicklung eines Prozesses, in dem sich nach Zuspitzung der Problematik der weitere Verlauf entscheidet. So gesehen entspricht die Krise einem Höhe- und zugleich Wendepunkt.[139]

6.2. Seelische Krise – Lebenskrise

Die seelische Krise kann als zeitlich abgrenzbarer psychischer Zustand charakterisiert werden, der von belastenden Situationen, plötzlichen Ereignissen oder Entwicklungen im Lebenslauf ausgelöst und als existenzbedrohend erlebt wird.[140] Auf kognitiver Ebene kann dabei das Selbst- und Weltverständnis ins Wanken geraten. Dabei wächst emotional ein Gefühl von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein, weil die bisher angewandten Bewältigungsmechanismen nicht mehr greifen. Die Krise wird als existentielle Bedrohung oder zumindest Infragestellung des bisherigen Lebenskonzeptes erfahren, wodurch dem Menschen seine Grenzen, seine Endlichkeit und Todesverfallenheit vor Augen geführt werden.[141] Der Begriff der Lebenskrise im Besonderen ergibt sich durch die Ausweitung der Begrifflichkeit. Lebenskrisen stellen individuell erfahrene oder als solche interpretierte belastende oder bedrohliche Zäsuren, Übergänge bzw. Entwicklungen im Lauf des Lebens dar. Sie sind durch Erschütterung, drohenden Zusammenbruch oder Ausweglo-

---

[138] G. Schnurr, Krise, in: TRE, Bd. 20, 61 ff.

[139] Vgl. G. Wahrig/H. Krämer/H. Zimmermann (Hgg.), Brockhaus Wahrig. Deutsches Wörterbuch in sechs Bänden, Bd. 4, Stuttgart 1982, 322.

[140] Vgl. J. Heyer, Seelsorgliche Beratung und Begleitung als Krisenintervention, in: K. Baumgartner/W. Müller (Hgg.), Beraten und Begleiten. Handbuch für das seelsorgliche Gespräch, Freiburg/Basel/Wien 1990, 92-100, hier 94.

[141] Vgl. I. Baumgartner, Heilende Seelsorge in Lebenskrisen, Düsseldorf 1992, 17.

sigkeit gekennzeichnet. Lebenskrisen sind Stadien relativen Ungleichgewichts zwischen der betroffenen Person und ihrer Umwelt. Der Situation des Betroffenen und dem auslösenden Ereignis kommen daher innerhalb der Lebenskrise tragende Bedeutung zu.[142] Lebenskrisen stellen die Zuspitzung der Krise an sich dar, da sie, bedingt durch ihre existentielle Ausformung, das individuelle Leben als Ganzes betreffen und gefährden. Eine Lebenskrise ist Gefährdung und Infragestellung des gesamten Lebensentwurfes, denn die Gegebenheit, durch die die Krise ausgelöst wurde, wirkt sich zunehmend aus. Der Betroffene wird so stark belastet, dass er nicht mehr in der Lage ist, sein gewohntes Leben weiterzuführen.

6.3. Eine Typologie der Krisen

Um sich der besonderen Form der Ehe- bzw. Beziehungskrise nähern zu können, müssen an dieser Stelle zunächst Klärungen in der Typologie der Krisen vorgenommen werden.

6.3.1. Normative und akzidentelle Lebenskrisen

Lebenskrisen lassen sich theoretisch nach zwei Erscheinungsformen unterscheiden. In der ersten Gruppe werden die so genannten „normativen Lebenskrisen“ zusammengefasst. Dazu zählen alle Übergänge, die durch den Entwicklungscharakter, also die Veränderungen innerhalb der Biographie eines Menschen, gegeben sind. Es handelt sich um entwicklungsbedingte Lebenskrisen in den Übergängen der Kindheit, der Pubertät, der Lebensmitte oder des Alterns.

---

[142] Vgl. T. Laubach, Lebenskrisen, in: LThK^3, Bd. 6, 727.

In der zweiten Gruppierung werden „akzidentelle“[143] bzw. „situative“[144] Krisen zusammengefasst. Es handelt sich hierbei um Krisen, die durch nicht erwartbare Situationen struktureller (z. B. Armut, Verlust des Arbeitsplatzes, Krieg) oder individueller Art (z. B. Todesfall, Erkrankungen, Trennungen, Konflikte, Misserfolge) ausgelöst werden. Diese Gruppe ist oft eng mit dem Misslingen der Lebensübergänge verknüpft, betont aber vorrangig schicksalhafte Ereignisse bzw. unmenschliche Lebensumstände.[145]

6.3.2. Ehe- bzw. Beziehungskrisen

Prinzipiell unterliegt die spezielle Form der Ehe- bzw. Beziehungskrise denselben, zuvor genannten Rahmenbedingungen, wie sie für Krisen allgemein genannt wurden. Grundsätzlich ist auch die Ehe- bzw. Beziehungskrise in die Gruppe der Lebenskrisen einzuordnen. Ein besonderes, daran anschließendes Element der Ehekrise liegt in der Unzufriedenheit mit dem Partner und der Beziehung zu ihm.[146] Aufgrund von akzidentellen Ereignissen, vor allem aber auch laufenden Prozessen in der Partnerschaft, die die Beziehung belasten, nimmt die Beziehungs- bzw. Ehezufriedenheit entsprechend ab, so dass im Extremfall die bisherige Form der Beziehung nicht mehr auf dieselbe Weise lebbar bleibt oder mindes-

---

[143] Lat. „accidere“: zufällig sich ereignen, eintreten, widerfahren, zustoßen.

[144] „situativ“ = situationsbedingt

[145] Vgl. I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 23.

[146] Eine Unterscheidung von Ehe-Stabilitäts-Aspekten (Aspekte, die sich direkt auf die Erhaltung der Ehe auswirken), vgl. auch Ehe-Zufriedenheit und Ehe-Glück, bietet z. B. L. Reiter in: Gestörte Paarbeziehungen. Theoretische und empirische Untersuchungen zur Ehepaardiagnostik, Göttingen 1983. Neuere Publikationen bestätigen differenziert die Tendenzen dieser Ergebnisse: Vgl. J. Engl, Determinanten der Ehequalität und Ehestabilität. Eine fünfjährige Längsschnittstudie an heiratswilligen und jungverheirateten Paaren, München 1997. Vgl. J. M. Gottmann, What predicts divorce?, The relationship between marital processes and marital outcome. Experimental investigations, Hillsdale 1994. Vgl. K. Hahlweg, Partnerschaftliche Interaktion. Empirische Untersuchungen zur Analyse und Modifikation von Beziehungsstörungen, München 1986.

tens existentiell hinterfragt werden muss. Dabei kann es sich sowohl um äußere Einflüsse (z. B. von Angehörigen) handeln, als auch um Entwicklungen innerhalb der Partnerbeziehung selbst.

Häufige Auslöser für Beziehungskrisen im Ehezyklus:[147]

- die Heirat an sich (aufgrund psychologischer bzw. faktischer Veränderungen, wie eine Überforderung im Bewusstwerden der lebenslangen Bindung [Realisierung der „Endgültigkeit"] oder Veränderungen durch das gemeinsame Zusammenleben),
- die Geburt der ersten Kinder (vgl. „Erstkinder-Schock") und die daraus resultierenden Veränderungen in der Beziehungsqualität,
- Veränderungen und Belastungen beruflicher Entwicklungen,
- Veränderungen in den beiden Herkunftsfamilien (z. B. Pflegebedürftigkeit, Krankheit oder Tod eines Elternteiles),
- außereheliche Beziehungen,
- Adoleszenz der Kinder mit entsprechender Loslösung (vgl. „empty nest"),
- chronische Erkrankungen und psychische Labilitäten der Partner (auch Depressionen, Drogen und Gewalt in der Ehe)
- sowie der Übergang in die zweite oder in die dritte Lebensphase („Midlife-Crisis" und „Ruhestands- bzw. Pensionierungs-Schock").

Die Beziehungskrise ist als Lebenskrise ein Wende- und Entscheidungsmoment für die Partnerschaft. Einerseits besteht die Gefahr des Scheiterns der Partnerschaft, zugleich aber bietet die Krisenzeit die Chance, die Beziehung neu auszurichten. Es besteht die Möglichkeit eines neuen Erlebens, einer neuen Qualität der Partnerschaft, die zu einer wachsenden oder zumindest ausreichend stabilisierenden Zufriedenheit führen kann. Eine Beziehungskrise ist somit nicht automatisch mit der Scheidungsmotivation verbunden. Sicher aber ist das Ergebnis für einen

---

[147] Vgl. dazu J. Willi, Was hält Paare zusammen?, Der Prozeß des Zusammenlebens in psychoökologischer Sicht, Reinbek 1991 sowie ders., Die Zweierbeziehung. Spannungsursachen, Störungsmuster, Klärungsprozesse, Lösungsmodelle, Reinbek [14]2002, besonders 31-46.

oder auch beide Partner, dass die Bedingungen des gemeinsamen Miteinanders nicht mehr wie bisher fortgesetzt werden können. Die Gegebenheiten von krisenhaften Ereignissen und Prozessen fordern das Paar heraus, sich dieser Situation zu stellen. Dabei ist auch das vermeintlich passive Verdrängen des Konfliktes ein gestaltendes (aktives) Verhalten mit entsprechenden Konsequenzen für die Ehe. Das Erleben und Bestehen von Ehekrisen hat nachweislich förderliche Wirkungen für die weitere Entwicklung der Partnerschaft und für deren Fortbestand.[148] Ehekrisen können nur sowohl als individueller als auch intersubjektiver Prozess bestanden werden. Somit sind Ehe- und Beziehungskrisen als Krisen des Beziehungsverhältnisses der beiden Partner meist notwendige Reifungskrisen der Partnerschaft und der Partner selbst. Daraus lassen sich offensichtlich, ohne der Thematik vorzugreifen, neben den Gefahren auch Chancen einer Fern-Beziehung ableiten, die sich in den anschließenden Grundaussagen implizit formuliert werden können.

6.4. Grundaussagen philosophischer Anthropologie zu Lebenskrisen

6.4.1. Der Mensch als Konflikt- und Risikowesen

Der Mensch ist ein von innen – in sich selbst – und von außen stets gefährdetes Konflikt- und Risikowesen.[149] Normative und akzidentelle Krisen sind ein Symptom der Grundbedingung des Menschen, sich im Leben stets behaupten und sich verändernde Gegebenheiten annehmen und „gestalten“ zu müssen. Es ist die ursprünglichste Situation des Menschen, dass er sich selbst im Rahmen seiner

---

[148] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik der Ehe: Versöhnung in der Lebensmitte. Studien zur Theologie und Praxis der Caritas und Sozialen Pastoral, Bd. 7. Hrsg. v. H. Pompey und L. Roos in Verbindung mit A. Baumgartner u. a., Würzburg 1997, 374-378.

[149] Vgl. M. Schneider, Krise, in: LThK^3, Bd. 6, 483-484, hier 483.

Gegebenheiten immer neu gestalten, entscheiden und damit entwickeln muss. Da dies immer nur im Rahmen seiner subjektiven Bedingungen und Möglichkeiten geschehen kann, sind Konfliktsituationen unausweichlich, zumal sich der Mensch stets im Spiel von Gegeneinander, Nebeneinander und Miteinander zu seinen Mitmenschen zu verwirklichen hat. Die Krisenanfälligkeit des menschlichen Lebens ist unabänderlich, da der Mensch stets durch Entscheidungen sein Leben gestaltet. Lebenskrisen sind demzufolge eine unabwendbare Selbstverständlichkeit des menschlichen Daseins und somit auch Chance seiner Lebendigkeit.

Die Krisen des Menschen stehen beispielhaft für seine Unvollkommenheit, sein „Unvollendet-Sein". Sie zeigen das „Unterwegssein" des Menschen in seinem Leben. Als Zeiten der Entscheidung sind Krisen die Zuspitzung des in Frage gestellten Menschen. Nur in der Auseinandersetzung mit den Gegebenheiten kann die Selbstverwirklichung gelingen. Versteht man die Lebenskrisen in ihrem Charakter als Konsequenz der Veränderung im Leben des Menschen, so sind diese Zeiten der Gestaltung zugleich Ausdruck der Möglichkeiten des Lebens und insofern eine notwendige Konsequenz der Freiheit des Menschen. O. F. Bollnow betont, dass es nicht die vermeintlich „himmlisch schönen Tage"[150], sondern die in Krisen er- und durchlebten Bedrohungen und Spannungen der Identität sind, die die menschliche Entwicklung fördern:

> „Der Mensch verwirklicht seine eigentliche Existenz nur in der Krise und nur durch die Krise. Und weil diese eigentliche Existenz nur im Prozeß und nie im Ergebnis zu erringen ist, so heißt das: Der Mensch existiert nur, sofern er in der Krise steht. Die kritischen Augenblicke sind die einzig zählenden […] des menschlichen Lebens. Existieren heißt in der Krise stehen."[151]

---

[150] O. F. Bollnow, Krise und neuer Anfang. Beiträge zur pädagogischen Anthropologie, Heidelberg 1966, 12.

[151] Vgl. ebd.

Krisen sind sozusagen auch der Preis des persönlichen und sozialen Wachstums. In der Krise werden Begrenzung und Endlichkeit als unausweichliche Lebensbedingungen erkannt. Krisen unterschiedlicher Dauer und Intensität sind grundlegend, um sich fortzuentwickeln, auch wenn jede Krise die Gefährdung bis hin zur „Selbst-Vernichtung“[152] beinhaltet.

Da der Mensch als solcher vom Phänomen der Krise unausweichlich betroffen ist, gilt dies naturgemäß für Menschen in einer Beziehung bzw. im Bund der Ehe. Die Ehe- und Beziehungskrise unterliegt prinzipiell denselben Bedingungen, wie sie oben benannt wurden. Soziales und persönliches Wachstum der Menschen in einer Beziehung und die daraus folgenden Veränderungen sind wesentliche Ursachen dafür, dass auch menschliche Partnerschaften immer krisenanfällig bleiben. Entwicklungen sind aber auch innerhalb der Beziehung Voraussetzung für die gewährleistete Lebendigkeit des gemeinsamen Weges. Der gemeinsame Lebensweg zweier Menschen in Freiheit beinhaltet im gemeinsamen Reifen auch Konfliktsituationen und Zeiten der Krise, in denen die Entwicklungen nicht selbstverständlich für beide Partner kompatibel sind. Dabei sind diese Spannungszeiten immer auch Zeiten der Bewährung, deren Bestehen und Bewältigung ein Fortschreiten und Festigen des Gemeinsamen ermöglicht.[153]

6.4.2. Krisen: Infragestellung des Lebens in endlicher Begrenztheit

Das menschliche Leben stellt sich aufgrund seiner endlichen Begrenztheit stets selbst in Frage. Für den Menschen ist die Krise eine extreme Grenzsituation, in der der grundsätzliche Gegensatz zwischen dem menschlichen, unersättlichen

---

[152] Vgl. ebd., 35.

[153] Zur Krise als Herausforderung und der Bewältigung krisenhafter Lebensereignisse siehe auch: H.-L. Schmidt, „Und so weiter“ – „Warum gerade ich?“ Normalbiographie, Krise und Sozialpädagogik, in: C. Pelzl, Psychoonkologische Fragestellungen und sozialpädagogischer Handlungsbedarf bei Krebserkrankung. Eichstätter Sozialpädagogische Arbeiten, Bd. 3, H.-L.

Verlangen nach Sicherheit und Fülle einerseits und den begrenzten Möglichkeiten andererseits deutlich wird. In der Situation der Krise wird der Mensch mit seiner Endlichkeit, der menschlichen Verwundbarkeit und der Einschränkung seiner tiefsten Hoffnungen und Wünsche konfrontiert. In einer solchen Situation wird er zu elementaren Entscheidungen gezwungen. Der Mensch muss sich mit allen ihm zur Verfügung stehenden Kräften gegen diese Spannung wehren, unabhängig davon, ob das eine Verweigerung darstellt oder heroischen Mut erfordert. Oder aber er muss sich der Verwundbarkeit stellen und einer unbekannten Zukunft öffnen.[154]

Lebenskrisen sind Zeichen für fortlaufende Veränderungen, also letztlich für die Lebendigkeit des Menschen. In Zeiten des Übergangs sind zweierlei Aufgaben vorrangig: Der Blick zurück auf die Vergangenheit und die nach vorne gerichtete Perspektive in die Zukunft. Diese Übergangszeiten sind einerseits Entwicklungsphasen mit dem Ziel, einen Lebensabschnitt inhaltlich abzuschließen. Das bedeutet vor allem, auch die damit verbundenen Verluste zu akzeptieren. Zugleich aber ist auch die Vergangenheit zu überdenken, um Offenheit und Bereitschaft für eine neue Zukunft zu ermöglichen. Außerdem ist dies der Zeitraum, neue Wünsche und Potenziale des eigenen Lebens zu bedenken.[155] Der Mensch in der Krise steht also zwischen mehreren Entwicklungsmöglichkeiten. Es ist offensichtlich, dass es in Zeiten der Lebenskrisen um existentielle Entscheidungen geht. Zumindest jedoch hat sich eine bestimmte Lebensphase oder eine Lebenskonzeption als nicht mehr tragfähig erwiesen, die das bisherige Leben wesentlich geprägt hatte. Eine andere Möglichkeit ist, dass die Krise durch die Konfrontation mit einer neuen Situation oder einer überraschenden Veränderung zur Umorientierung und damit auch zu Entscheidungen grundsätzlicher Art zwingt.

Schmidt/E. Hischer (Hgg.), X-IX, Eichstätt 1998.

[154] Vgl. C. Gerkin, Crisis Experience in Modern Life, Nashville 1979, 32f.

[155] E. Meueler, Wie aus Schwäche Stärke wird. Vom Umgang mit Lebenskrisen, Reinbek 1987, 34.

Der Vergleich liegt nahe, dass Krisenzeiten einen Schmerz des Abschieds und zugleich den Geburtsschmerz des Neuen in sich vereinen. Die in erster Linie zu lernende Lektion könnte in der Aufforderung zum Loslassen liegen. Obschon die Lebendigkeit nur durch Verwandlung und Veränderung gewährleistet ist, strebt der Mensch nach Sicherheit und danach, das Gewohnte festzuhalten. Er möchte behalten, was er sich zu Eigen gemacht hat, möchte „Herr der Lage“ sein. Hierin besteht eine Grundlage für die Schwierigkeiten, die Krisenzeiten bereiten: die Urangst des Menschen davor, mit der Ohnmächtigkeit seiner selbst konfrontiert zu sein und sich mit seiner Endlichkeit abfinden zu müssen. Diese Auflagen erscheinen dem Menschen oft als eine unüberwindbare Klippe. Er kann sich nicht versöhnen mit der Endlichkeit und Begrenztheit seines Daseins und versucht, dieser Wahrheit unter allen Umständen zu entgehen. Er nährt die Idee der eigenen Mächtigkeit oder meint, seiner Vergänglichkeit durch Verdrängung entkommen zu können. Die Endlichkeit und damit die Gewissheit des Todes wird verdrängt: Der Fokus der menschlichen Krise ist die naturgemäße Unversöhntheit des Menschseins mit dem endlichen Dasein.[156]

Jede Krise basiert unter anderem auf der Unfähigkeit und Angst des Menschen mit Trennung, Abschied, Trauer, Neubeginn und Veränderung umzugehen. Dabei handelt es sich um die Konsequenzen der Endlichkeit und damit der Sterblichkeit. Bei allen Konzepten, die die Verlaufsphasen von Lebenskrisen untersuchen, scheint ein durchgängiges Thema vorzuherrschen: Verlust und Abschied. Dies gilt sowohl für Verlaufsphasen der (Ehe- bzw. Beziehungs-)Krise als auch für generell krisenhafte Verläufe, wie den Trauer- oder Sterbeprozess, besonders aber auch für die Verlaufsphasen von Fern-Beziehungen.

---

[156] Vgl. I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 40f.

6.4.3. Angst vor Endlichkeit – Ursprung der Lebenskrisen?

Ist der Tod der unabweisbare Fixpunkt und damit das entscheidend letzte große Ziel des menschlichen Lebens, liegt es nahe, dass das Faktum seiner Endlichkeit den Menschen besonders beeinflusst. Wie bereits gezeigt, entstehen Lebenskrisen gerade auch in der Auseinandersetzung mit den Phasen des Übergangs, der Veränderung – und der Angst davor. Alle diese Prozesse sind letztlich Vorgänge des Sterbens, des Loslassens, des Abschieds und somit des Todes. Der Mensch ist das Wesen, das in seiner Unruhe und Sehnsucht nach totaler Fülle, Unbegrenztheit und Ewigkeit strebt. Einer Situation nicht gewachsen zu sein, ihr ausgeliefert zu sein, widerstrebt dem Wesen des Menschen.[157] Es ist die paradoxe Situation des Menschen, dass er immer danach streben wird, obwohl er aufgrund der menschlichen Bedingungen im Letzten dabei immer zwangsläufig scheitern muss. Diese widersprüchliche Situation wird auch angedeutet, wenn Immanuel Kant davon spricht, dass die menschliche Vernunft das besondere Schicksal hat, durch Fragen belästigt zu werden, die sie nicht abweisen kann, da sie ihr durch die Natur der Vernunft selbst aufgegeben werden, die sie aber auch niemals zu beantworten vermag, da sie alles Vermögen der menschlichen Vernunft übersteigen.[158] O. Graf von Wittgenstein betonte die Bedeutung des Sterben-Müssens für die Krisen des Menschen. Er beschreibt den Tod als Ziel des Lebens und hebt seine Bedeutung für das nötige Reifen im Leben hervor. Der Sinn des Lebens ist für ihn „die durchlebte und durchstorbene Reifung“[159]. Die dabei empfundene Angst ist immer auch

---

[157] Friedrich Nietzsche formuliert dies in der berühmten letzten Strophe in „Das Trunkene Lied“: „Die Welt ist tief, Und tiefer als der Tag gedacht. Tief ist ihr Weh –, Lust tiefer noch als Herzeleid: Weh spricht: Vergeh! Doch alle Lust will Ewigkeit –, will tiefe, tiefe Ewigkeit!“ (Friedrich Nietzsche, Das Trunkene Lied, zitiert in: Das alte Wahre faß es an! Ausgewählte Gedichte. Von Martin Luther bis Friedrich Nietzsche, Zürich 1992, 149.).

[158] I. Kant, Kritik der reinen Vernunft. Nach der ersten und zweiten Original-Ausgabe neu hrsg. v. R. Schmidt, Hamburg 1976, 5.

[159] O. G. v. Wittgenstein, Sterbens-Angst und Todes-Furcht als Nöte des Reifungsprozesses zum Menschen, in: C. Zwingmann (Hg.), Zur Psychologie der Lebenskrisen, Frankfurt a. M. 1962, 289-297, hier 296f.

das Gefühl irdischen Beengtseins und somit Sterbensangst. Für Wittgenstein ist jede Angst und alles Beengtsein letztlich motiviert durch die Angst vor dem Sterben. „So wird Reifung zum Menschsein aus Zweifeln, aus Ambivalenz zwischen personeller Verantwortlichkeit und man-verhafteter Gewöhnung, aus Sterbensangst und Todesfurcht, zur Not des Alterns.“[160]

Es ist eine Lebensaufgabe, sich in die natürlichen Beschränkungen und Unmöglichkeiten des Lebens und in die Fähigkeit des Loslassens einzuüben, um schließlich eine kreative und positiv bejahende Haltung gegenüber der Endlichkeit und Sterblichkeit, also gegenüber der natürlichen Begrenztheit, zu gewinnen. Dadurch kann eine ehrlichere Selbsteinschätzung wachsen, die dennoch die große Fülle an Möglichkeiten wahrnimmt und gestaltet, aber ein aufrichtigeres Eingestehen der Beschränkungen und der Ohnmacht ermöglicht.

6.5. Krisen der Fern-Beziehung – Zuspitzung des Trauerns in Lebens- und Ehekrise?

Nicht jede Fern-Beziehung bedeutet eine Krise für die betroffenen Personen bzw. die Partnerschaft. Ob Fern-Beziehungen eine Krise auslösen, hängt stark von den Umständen der Fern-Beziehung einerseits und von der eigentlichen Beziehungsqualität andererseits ab. Die Gegebenheit einer Fern-Beziehung bedeutet also nicht immer schon „automatisch“ eine Krisensituation an sich. Jede Fern-Beziehung ist jedoch eine explizite und vorhersehbare Belastung und Herausforderung der Partnerschaft, wodurch eine Beziehungskrise, wie zuvor gezeigt, sehr viel wahrscheinlicher wird. Darüber hinaus verläuft der emotionale Entwicklungszyklus einer Fern-Beziehung analog zu den Entwicklungen einer Lebens- und Beziehungskrise. Zentrale Erfüllungsfaktoren der erfüllenden Partnerschaft und damit die Beziehungszufriedenheit werden in der Partnerschaft auf Distanz extrem

---

[160] Ebd.

belastet, wodurch die Wahrscheinlichkeit für eine Beziehungs- bzw. Lebenskrise deutlich steigt, da die Beziehungsqualität sowie der eigene – und damit auch der gemeinsame Lebensentwurf – nachhaltig in seiner Tragfähigkeit und Belastbarkeit auf dem Prüfstand steht.

Die deutlichen Zuspitzungen der Krisen der Fern-Beziehung in Bezug auf Ehe- und Lebenskrisen sind auf verschiedene Weisen erkennbar. Ausführlich wird an späterer Stelle gezeigt (Kapitel 9.): Fern-Beziehungen, Lebenskrisen und Ehekrisen besitzen erstens eine nachweisbare Analogie darin, wie sie ausgelöst werden, zweitens darin, wie sie sich auf die Betroffenen auswirken und drittens in ihren „äußeren Verlaufsformen“.

Löst die Fern-Beziehung eine Krise der Partnerschaft aus, so ist sie ein Synonym der Ehekrise schlechthin. Beziehungskrisen stehen in ihren Gründen zumeist in engem Zusammenhang mit Lebenskrisen. Entweder löst eine Lebenskrise zugleich eine Krise der Partnerschaft aus oder aber eine Krise der Partnerschaft bewirkt eine Lebenskrise der Partner.

Krisen der Fern-Beziehung sind in ihren Auslösern und in ihren Verlaufsphasen (emotionalen Entwicklungszyklen) eine Zuspitzung von Lebenskrisen im Allgemeinen und von Ehekrisen im Besonderen. Wesentliche Gründe einer Fern-Beziehungskrise sind immer auch wesentliche Gründe von Ehekrisen und damit auch von Lebenskrisen.

Krisen der Fern-Beziehung verlaufen, wenn die Partnerschaft auf Distanz für die Partner vorhersehbar ist, zumeist analog zu normativ-biographischen Lebenskrisen. Ist die Herausforderung überraschend bzw. war sie kaum absehbar, verläuft sie analog zu akzidentellen Lebenskrisen. Ehekrisen der Fern-Beziehung sind eine Form von Ehe- und Beziehungskrisen. Da sie aber den besonderen Bedingungen der Mobilität entspringen, sind sie gesondert zu interpretieren. Der Vorgang der Verarbeitung einer Fern-Beziehung ist an sich ein expliziter Trauerpro-

zess. Die Thematik des Trauerns bzw. des Todes ist nicht nur im Abschied bzw. der Traurigkeit über das vorübergehende „Verlieren“ des Partners gegenwärtig. Zu berücksichtigen ist diesbezüglich auch die Auseinandersetzung mit dem Tod bzw. der relevanten leiblichen Gefährdung eines Soldaten im Auslandseinsatz.

Gleichzeitig zeigen neben den Strukturen des Trauerns auch die Phasenabläufe und Ursprünge von Lebenskrisen, Ehekrisen und Fern-Beziehungen deutliche Entsprechungen. Trauerarbeit, Verarbeiten der Gegebenheiten, Abschied und Neuanfang sind die inneren Bedingungen, mit denen die einzelnen Partner sich auseinandersetzen müssen – beim Vorbereiten auf die Trennung (prospektive Trauer), beim Aushalten der Trennung und bei der späteren Verarbeitung der Trennung bzw. des Wiedersehens. Themenbereiche des Verlierens, des Loslassen-Müssens, des Abschieds und des möglichen und nötigen Neubeginns sind sowohl in Lebenskrisen als auch im Verarbeiten von Ehekrisen und besonders in Krisen der Fern-Beziehung herausragende Themen.

7. Theologisch-systematische Orientierungen: Krisen der Fern-Beziehung als Thema der Moraltheologie

In der vorliegenden Studie wird am Beispiel der Militärseelsorge reflektiert, inwiefern die Theologie der gegenwärtigen Gesellschaft eigene Antworten geben kann, die helfen, die Rahmenbedingungen für ein erfüllendes Eheleben, aber auch für eine spezifisch christliche Bewältigung von Ehekrisen aufgrund der Herausforderungen der Mobilität zu verbessern. Diese Orientierungen für die betroffenen Partner können gleichzeitig beispielhafte Lösungsansätze für die „zivile“ Gesellschaft sein – in der erfüllenden Gestaltung von Ehen, die als Fern-Beziehungen geführt werden. Die folgenden Überlegungen skizzieren die systematischen Rahmenbedingungen einer christlichen Ehekrisen-Prävention, aber auch einer Ehekrisen-Bewältigung, besonders für Partnerschaften auf Distanz. Daher werden Fern-Beziehungen speziell aus moraltheologischer Perspektive beleuchtet und spezifi-

sche Antworten der Theologie auf die aufgeworfenen Fragen formuliert. Um schließlich Leitbilder bzw. Grundhaltungen für die Paare entwickeln zu können, sind nun zunächst systematisch-theologische Grundrelationen christlicher Anthropologie zu entfalten.

7.1. Grundaussagen christlicher Anthropologie – der Mensch in seinen Relationen

Als Grunddimensionen eines christlich-anthropologischen Personenverständnisses können zentrale Relationen des Menschen genannt werden, innerhalb derer er sich entfaltet: das Verhältnis zu Gott, das Verhältnis zu sich selbst, das In-Beziehung-Stehen zum anderen sowie das Verhältnis zur Schöpfung. Liebe ist in diesen Relationen die verbindende Grundkonstante des menschlichen Lebens, die die genannten Dimensionen entfaltet: Meuffels stellt in Bezug auf die Relationen des Menschseins heraus, dass „Liebe ein umfassender Akt menschlichen Selbstseins in (vernunfthaft bestimmter) Subjektivität und Personalität“ ist.[161] Die „Grundvollzüge zur Konstituierung des Subjektes [bringen] in der Relationalität zum Anderen hin genau das zum Ausdruck […] was in der Liebe in konzentriertester Weise geschieht. Es ist sogar umgekehrt zu behaupten, daß die Liebe in ihren Kernvollzügen das Urmodell für identisches Menschsein in der bleibend-radikalen Offenheit auf Andere und Anderes hin darstellt“.[162] Der Mensch entfaltet sich demnach also vornehmlich im „Beziehungsnetz Liebe“[163].

Im Horizont der Offenbarung erfahren die genannten Aspekte eine theologische Sinnerfüllung, die die Konturen eines gelingenden Menschseins erkennbar ma-

---

[161] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, Würzburg 2001, 74.

[162] Ebd. 48.

[163] H. Spaemann, Stärker als Not, Krankheit und Tod. Besinnung und Zuspruch, Freiburg/Basel/Wien 1981, 25ff.

chen.[164] Im Spannungsfeld der Relationen und damit seiner Angewiesenheit kann der Mensch sich einerseits als Mensch entfalten, andererseits ist darin für ihn grundsätzlich festgelegt, wie er sich gegenüber sich selbst, seinen Mitmenschen und seiner Umwelt verhalten soll.[165] In der Differenziertheit der genannten Relationen gestaltet sich das Charakteristikum des Menschseins aus.[166] Diese Linien ermöglichen es, nach biblischem Verständnis die Grundlagen des Menschseins an sich zu formulieren. Darauf basierend, soll anschließend ein Entwurf der Ehe als Lebensform partnerschaftlicher Liebe entfaltet werden, der aufzeigt, wie Fern-Beziehungen gelingend gestaltet und damit erfüllend gelebt werden können.

7.1.1. Das Verhältnis zu Gott dem Schöpfer

Das Verhältnis Gottes zum Menschen „wirft entscheidende Fragen danach auf, wer Gott ist und wer wir selber sind“[167]. Der Mensch existiert in konstitutiver Weise als Bild Gottes im Gegenüber Gottes. Diese Dimension betrifft die Endlichkeit des Menschen ebenso wie seine Bedürftigkeit und die Todesverfallenheit. Das Sein verdankt der Mensch nicht einem Entschluss seiner Freiheit oder der Zulassung anderer, sondern einzig der schöpferischen Anrede Gottes. Dadurch ist der Mensch von Gott in ein unmittelbares Verhältnis zu sich berufen, das ihn als Gegenüber Gottes auszeichnet und sein Personsein ausmacht.[168] Letztlich ist Gott die „Umwelt des Menschen“, in die der Mensch eingebettet ist und in der er dem

---

[164] Vgl. E. Schockenhoff, Ethik des Lebens. Ein theologischer Grundriss, Mainz ^{3}2000, 110-120 sowie ders., Naturrecht und Menschenwürde. Universale Ethik in einer geschichtlichen Welt, Mainz ^{2}2002, 237-246.

[165] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe. Ein theologischer Versuch in schwieriger Zeit, Würzburg 1999, 121.

[166] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 71.

[167] Benedikt XVI., Deus caritas est. An die Bischöfe, an die Priester und Diakone, an die gottgeweihten Personen und an alle Christgläubigen über die christliche Liebe, Augsburg 2006, I 2.

[168] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 238f.

Selbstverständnis des Menschseins näher kommt.[169] Die radikale Liebe Gottes, die sich ohne eigenen Nutzen für den anderen gibt, ermöglicht erst die Identitätsbegründung des Menschen.[170] Gott setzt sich ohne Mangel und ohne Bedürftigkeit zum Geschöpf Mensch ins Verhältnis, „um den Menschen als den Anderen Gottes um seiner selbst willen anzusprechen und zu einer Liebes-Einheit zu führen, in der er in Freiheit er selbst sein darf, allerdings in der Relation zum Anderen, der der Andere bleibt."[171]

Bild Gottes und Person zu sein, sind keine Eigenschaften, die zum Selbstsein als Person noch hinzukämen. Vielmehr wird damit das Leben als Geschöpf im Ganzen gesehen, das sich in diesem existenziellen Verhältnis zum Schöpfer entfaltet und somit die faktisch-empirische Wirklichkeit überbietet.[172] Das Geschöpf Mensch, als Bild des liebenden Gottes, ist „auf Erden die einzige um ihrer selbst willen gewollte Kreatur" (GS 24). Daher kann das Geschöpf Mensch, das mit Freiheit und Vernunft begabt ist, personale Identität nur finden, wenn die Beziehung zu Gott als eine grundlegende Hinordnung Bestand hat.[173] „Zum Dialog mit Gott ist der Mensch schon von seinem Ursprung her eingeladen: Er existiert nämlich nur, weil er, von Gott aus Liebe geschaffen, immer aus Liebe erhalten wird; und er lebt nicht voll gemäß der Wahrheit, wenn er diese Liebe nicht frei anerkennt und sich seinem Schöpfer anvertraut" (GS 19). Das Geschöpf Mensch ist immer auch auf die liebende Korrektur des Schöpfers angewiesen. Das Ich des Menschen ist als Geschöpf immer schon offen für das Gegenüber, denn es erahnt, dass die erreichbare Erfüllung immer nur eine vorläufige sein kann und somit auf eine letzte

---

[169] G. Marschütz, Familie humanökologisch, 352.

[170] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 73.

[171] Ebd. 72.

[172] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 238f.

[173] Vgl. G. Marschütz, Familie humanökologisch, 232.

Erfüllung durch den Schöpfer hindeutet.[174] Wo Gott in seiner sich selbst personal vollziehenden Gestalt anerkannt ist, kann sich der Mensch als Mensch entfalten.[175]

7.1.2. Das Verhältnis zu sich selbst

Eine weitere fundamentale Relation des Menschen ist das Verhältnis zu sich selbst. Konsequent nennt das biblische Gebot der Nächstenliebe die Selbstliebe als zugrunde liegenden Maßstab. „Sie ist in der Tat nicht nur die früheste, sondern auch zugleich die uns von innen her vertrauteste Gestalt der Liebe.“[176] Daran kann und soll der Mensch erkennen, wie er sich seinen Mitmenschen gegenüber zu verhalten hat.[177] Thomas von Aquin schreibt dazu:

> „Die Liebe zu anderen stammt beim Menschen aus seiner Liebe zu sich selbst, insofern sich einer zum Freund verhält wie zu sich selbst. Sich selbst liebt man aber, insofern man Gutes für sich will: ebenso liebt man den anderen, indem man ihm Gutes will. Also wird ein Mensch durch seine Empfindung für das eigene Gute notwendig zur Empfindung für das Gute des Anderen hingeführt.“[178]

Ebenso ist die Selbstliebe im Verhältnis zu dem eigenen Geschöpfsein zu sehen. Der Mensch vollzieht gewissermaßen die Haltung seines Schöpfers ihm selbst gegenüber nach, indem er sich annimmt und bejaht.[179] In christlich anthropologischer Sicht handelt es sich bei der Relation zu sich selbst nicht allein um ein geis-

---

[174] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 72.

[175] Vgl. G. Marschütz, Familie humanökologisch, 352.

[176] J. Pieper, Über die Liebe, München ^{8}2000, 126.

[177] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 121.

[178] Summa contra gentiles III, 153 (zitiert nach: Thomas von Aquin, Summe gegen die Heiden. Bd. 3, Teil 2, hrsg. und übersetzt von K. Allgaier, Darmstadt 1996).

[179] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 121.

tiges, reflektiertes Selbstverhältnis. Vielmehr ist damit die ganzheitliche, Leib und Seele umspannende Einheit des menschlichen Lebens gemeint.[180] Dieser Sachverhalt wird auch in der sprachlichen Ausdrucksweise von Gen 2,7 beschrieben: „Da formte Gott, der Herr, den Menschen aus Erde vom Ackerboden und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen." Die hebräische Konstruktion, die hier mit „lebendiges Wesen" wiedergegeben wird, steht dafür, dass der Mensch die „nefes" nicht hat, sondern ist und als „nefes" lebt.[181] Die anthropologischen Grundtermini der Bibel, „nefes", „ruah" und „basar", wollen keine übereinander liegende Dimensionen bezeichnen, die den Menschen ausmachen. Wenn dort der Mensch „Seele", „Geist" oder „Fleisch" genannt wird, ist stets der ganzheitliche Mensch gemeint, der sich in der konkreten Einheit seiner Existenz, unter anderen, verschiedenen Aspekten erlebt.[182]

Die von Gott ausgehende Liebe weist sich selbst den Weg, wie Personalität wachsen kann. Daraus ergibt sich unmittelbar ein weiteres Verhältnis des Menschen, denn die Dynamik dieser Relation weist immer auch über sich hinaus zum Interpersonalen.[183] Die verschiedenen Blickwinkel auf die Ganzheitlichkeit verweisen in ihren Unterscheidungen auf die Realitäten des menschlichen Daseins: Bedürftigkeit bzw. Hinfälligkeit, geistige Sehnsucht, körperliches Verlangen, individuelles Selbstsein und soziale Bezogenheit. Unter diesen Rahmenbedingungen von individuellem Selbstsein und sozialer Bezogenheit eröffnet sich die besondere Perspektive auf das Verhältnis des Menschen zum Mitmenschen.[184]

---

[180] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde. 242.

[181] Vgl. ebd. 242f.

[182] Vgl. ebd. sowie H. W. Wolff, Anthropologie, 21-123.

[183] Vgl. G. Marschütz, Familie humanökologisch, 352.

[184] Vgl. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 242f.

7.1.3. Das Verhältnis zum anderen Mitmenschen

Der Mensch, der um seine Geschöpflichkeit weiß, sich selbst annimmt und bejaht, wird sich zugleich immer als unvollkommen und bedürftig erfahren, denn er ist immer auch angewiesen und verwiesen auf anderes und andere.[185] Daher ergibt sich aus dem Verhältnis des Menschen zum anderen ein weiterer wesentlicher Aspekt: „das Verlangen nach der vollen Existenz […] nach Daseinserhöhung, nach Glück und Glückseligkeit; ein Verlangen, das gar nicht außer Kurs und außer Kraft zu setzen ist und das natürlicherweise sämtliche Regungen und auch alle bewussten Entscheidungen, vor allem aber unsere liebende Zuwendung zur Welt und zu anderen Menschen beherrscht und durchwirkt.“[186] Der Mensch ist von Gott von Anfang an nicht allein, sondern „als Mann und Frau geschaffen“ (Gen 1,27). Daher ist er in „seiner innersten Natur ein gesellschaftliches Wesen; ohne Beziehung zu den anderen kann er weder leben noch seine Anlagen zur Entfaltung bringen“ (GS 12). Die Grundrelation des menschlichen Daseins, welche vertikal in der schöpferischen Anrede Gottes liegt, verlängert sich horizontal in der unmittelbaren Verwiesenheit des Menschen auf ein mitmenschliches Du.[187] Diese Bezogenheit ist alttestamentlich (Gen 1,37)[188] so eng, dass die menschliche Bestimmung als Bild-Gottes-Sein von der Existenz als Mann und Frau nicht unabhängig gedacht werden kann.[189] Demnach kann nur der Mensch, in seiner Differenzierung der Geschlechter, ein gleichwertiger Partner des Menschen selbst sein. Erst in diesem Gegenüber erfüllt sich das Menschsein des Menschen, denn es ist von Gott her auf die Realisierung dieses zwischenmenschlich existenziellen Verhält-

---

[185] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 122.

[186] J. Pieper, Über die Liebe, 124.

[187] Vgl. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 239f.

[188] Vgl. dazu auch das folgende Kapitel.

[189] Vgl. zum exegetischen Hintergrund C. Westermann, Genesis, Kapitel 1-11, Neukirchen ^{2}1976, (BK/AT/I/1) 309 sowie H. W. Wolff, Anthropologie des Alten Testaments, München 1973, 233-242.

nisses angelegt.[190] Das Ich, das in „radikaler Bezogenheit auf den anderen als Person seine eigene Identität findet, ist dann zugleich ästhetischer Ausdruck für ein Getragensein im Reichtum der Liebe Gottes. Denn die jeweilige […] Verwiesenheit auf den anderen […] muß nochmals getragen sein von einem größeren Geheimnis der Liebe“[191]. Der Mensch ist des anderen und damit der Liebe des anderen bedürftig, um sich verwirklichen zu können und um wiederum selbst lieben zu können. Knapp betont, dass das Ich des Menschen grundsätzlich erst durch das Du entfaltet wird:

> „Der Mensch erwacht überhaupt erst zu sich selbst, zu einem eigenen und eigenständigen Ich, aufgrund der liebenden Zuwendung einer primären Bezugsperson, die in der Regel die Mutter ist. Erst wenn ein Mensch sich in dieser Weise als vorbehaltlos angenommen und bejaht erfährt, kann er auch selbst liebesfähig werden.“[192]

Das dialogische Wesen Mensch kann demnach nur in Relation zum personalen Gegenüber erfüllt existieren. Auf eben diese Weise gelangt der Mensch in seiner kreatürlichen Verantwortung gegenüber Gott sowie in seiner Mitmenschlichkeit und Zweigeschlechtlichkeit zur Erfüllung.[193] Theologisch lässt sich sagen, dass in der Zuwendung des Mitmenschen immer schon eine zuvorkommende Bejahung und Zuwendung Gottes erschlossen wird. Die Relationen zu Gott und zum anderen sind also bereits ursprünglich miteinander verwoben. Dem Verhältnis zum anderen und dessen Annahme geht immer schon die Bejahung und Annahme Gottes voraus.[194]

---

[190] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 239ff.

[191] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 73.

[192] M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 127.

[193] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 239ff.

[194] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 127f.

7.1.4. Das Verhältnis zur Schöpfung

Im Rahmen der genannten Grundrelationen erreicht der Mensch die tiefste Form seiner menschlichen Selbstwerdung mit und am anderen. Daraus ergibt sich eine wesentliche Triebfeder für den Umgang mit der Welt insgesamt, in der sich diese Identitätsbildung ereignet.[195] Diese Sonderstellung des Menschen im Verhältnis zu seiner ihn umgebenden Schöpfung wird in den biblischen Schöpfungserzählungen besonders betont, neben der genannten geschöpflichen Abhängigkeit von Gott, der dialogisch-zweigeschlechtlichen Existenz und dem Leben in der ganzheitlichen Einheit von Leib und Seele.[196] Der Mensch ist in seiner geschöpflichen Realisierung der ihm gegebenen Lebens- und Erkenntnismöglichkeit auf Gott verwiesen. So muss er sich im Verhältnis zur Schöpfung, geschichtlich-existierend und geistig-erkennend, adäquat verwirklichen.[197] Diese Verwirklichung des Menschen kann immer nur im Beziehungsgeflecht mit den anderen Geschöpfen und im Abhängigkeitsverhältnis von und in der Schöpfung möglich werden.[198]

Allein im Segensspruch Gottes, unmittelbar nach Erschaffung des Menschen ausgesprochen, ist der Auftrag, in Bezug auf die Schöpfung an Gottes Stelle zu treten, begründet: „Gott segnete sie, und Gott sprach zu ihnen: Seid fruchtbar und vermehrt Euch, bevölkert die Erde, unterwerft sie euch, und herrscht über die Fische des Meeres, über die Vögel des Himmels und über alle Tiere, die sich auf dem Land regen“ (Gen 1,28). Die Herrschaft des Menschen ist aber kein Freibrief zur Ausbeutung der Natur. Vielmehr wird damit der Weg gewiesen, auf dem dieser Natur der göttliche Segen durch den Menschen zuteil werden soll.[199] Dies bedeu-

---

[195] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, Würzburg 2001, 74.

[196] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 239ff.

[197] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 75.

[198] Vgl. H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 182.

[199] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 243.

tet eine einmalige Würde, aber damit auch eine große Verantwortung gegenüber der Schöpfung, die den Menschen dadurch zukommt: „Denn da die Schöpfung in den Relationen […] ihrer Wirklichkeit gehalten ist, erhält auch der Mensch in der Liebe auf gnadenhafte Weise Anteil an dieser schöpferischen Potenz – und zwar im Engagement des Ego in der Relationalität zum Anderen“[200]. Das zeigt sich auch in dem herausragenden Auftrag, den der Mensch innerhalb der Schöpfung für andere Lebewesen erhält.[201] In den Menschen tritt Gott selbst den Menschen als Bild gegenüber. Schon durch seine Existenz verweist der Mensch auf seinen Schöpfer. Wie als Bild vertritt der Mensch seinen Schöpfer vor der Schöpfung.[202]

Das adäquate Verhalten des Menschen in der Relation zum ständigen Anruf Gottes, als Bild Gottes zu leben, hat sich primär als Verantwortung gegenüber der Schöpfung zu vollziehen. Das entspricht der reziproken Grundstruktur der biblischen Schöpfungsaussagen, wonach Gott durch das schöpferische Wort die Welt im Sein erhält und sie zugleich in die Hand des Menschen legt.[203] „Diese Form von Selbstsein in radikalster Bezogenheit auf Gott sowie auf den Anderen meines Selbst bedeutet zugleich eine Anteilnahme an der creatio continua.“[204] Der Mensch entspricht dem kreatürlichen Bild nur dort, wo er sich auf Gott und das Mitmenschliche Du hin öffnet und damit zugleich seinem Auftrag gegenüber der Schöpfung gerecht wird. Anders ausgedrückt bedeutet dies: Nicht partielle Funktionen, äußere Rollen oder einzelne Aspekte stehen im Mittelpunkt, wenn die Bibel vom Menschen spricht, sondern immer der ganze Mensch, der seinem Schöpfer in allen wesentlichen Dimensionen seiner leib-seelischen Einheit des Lebens ent-

---

[200] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 75.

[201] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 243.

[202] Vgl. L. Ruppert, Genesis. Ein kritischer und theologischer Kommentar. 1. Teilband: Gen 1,1-11,26, Würzburg 1992, 92.

[203] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 243.

[204] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 75.

sprechen soll.[205] So wird der Mensch gnadenhaft ermächtigt, in Kooperation mit dem Schöpfer, dem Bestehen der Schöpfung liebend stets neue Zukunft zu schenken.[206] Das Verhältnis des Menschen zur Schöpfung, in der er lebt, erfährt so eine stets neue Dynamik. Für Marschütz wird mit der Frage nach den „Mensch-Umwelt-Beziehungen“[207] immer gleichzeitig die Frage nach Gott gestellt, denn die Schöpfung ist ohne den Schöpfer nicht zu denken.[208] In diesen lebendigen Prozessen kann es demnach auch keinen Schöpfungsbestand im engen Sinn geben, sondern nur eine Fortschreibung der Welt als beständig aktuelles Relationsgeschehen von göttlich-primärem und menschlich-sekundärem Charakter.[209]

Die genannten Grundrelationen des Menschen sind also keinesfalls alternative Dimensionen oder Akzente des Menschseins. Vielmehr gehören sie zum wahrhaften Vollzug der Person zusammen. Sie sind miteinander verbunden und verwoben und ergeben im Zusammenwirken das einzigartige Bild des Menschseins.[210]

7.1.5. Bild wahren Menschseins – Jesus Christus

Für den glaubenden Menschen sind die aufgezeigten Relationen des Menschseins durchwoben und getragen vom Schöpfer der Welt, der sich als liebender Gott in Jesus Christus als das vollkommene Bild des Menschen gezeigt hat.[211] Das Faktum, dass alle Menschen nach Gottes Bild geschaffen sind, gehört

---

[205] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 244.

[206] Vgl. J. Pieper, Über die Liebe, 47f.

[207] G. Marschütz, Familie humanökologisch, 352.

[208] Vgl. ebd.

[209] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 76.

[210] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 124f.

[211] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 38.

zu den zentralen Aussagen des Alten Testamentes, auf das auch das Neue Testament bisweilen zur Grundlegung ethischer Forderungen zurückgreift (vgl. 1Kor 11,7; Jak 3,9). Die Idee, dass der Mensch Gott entspricht, meint im neuen Bund jedoch nicht nur ein Ziel, auf das sich der Mensch hinbewegen soll. Ebenso wenig handelt es sich um einen zu erfüllenden Auftrag. Vielmehr ist die Idee in einem konkreten Menschen geschichtliche Wirklichkeit geworden: im Leben, Sterben und der Auferweckung Jesu von den Toten.[212] Neutestamentlich interpretiert hat sich das Geheimnis der Fleischwerdung geoffenbart und der Vater sein personales Antlitz so gezeigt, dass aufgrund der zuvorkommenden Liebe Gottes in Jesus Christus und im Geist der Mensch freundschaftliche Beziehung zu Gott haben darf.[213] Dies erweist sich auch dadurch, dass der Mensch Gott als Vater ansprechen kann (Röm 8,14-16). Jesus Christus, das vollkommene Bild des Menschen, „macht eben in der Offenbarung des Geheimnisses des Vaters und seiner Liebe dem Menschen den Menschen selbst voll kund und erschließt ihm seine höchste Berufung“ (GS 24).

In der Person Jesus Christus, der mit Gott ganz eins war und durch sein Leben und Sterben den Sinn der Geschichte Gottes mit den Menschen „ein für alle mal“ (Hebr 7, 27; 8,12) zur Erfüllung gebracht hat, ist der Mensch in Israels Geschichte eingetreten.[214] In der Person Jesus Christus begegnet der Mensch, der nach Gottes Bild lebt, Gott selbst. Zugleich ist Gott im Bild dieses Menschen. Der Mensch, der aus dem Gegenüber lebt, das Gott ist und zugleich in diesem Bild dem Menschen nahe gekommen ist, ist die Grundformel biblischer Anthropologie, welche in christologischer Reflexion des Neuen Testaments deutlich wird.[215] Jesus Christus

---

[212] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 243.

[213] Vgl. O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 73f.

[214] Vgl. G. von Rad, Theologie des Alten Testaments, Band 2: Die Theologie der prophetischen Überlieferung, München 1965, 435.

[215] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 245.

ist für das Neue Testament das vollkommene „Ebenbild des unsichtbaren Gottes“ (Kol 1,15). Das wahre menschliche Gesicht, ohne Entstellung und Verdunkelung, welche naturgemäß jedem Bild anhaftet, das die Menschen von sich selbst entwerfen oder das sich andere vom Menschen machen, erscheint in ihm. Eine bleibende Differenz im ethischen Handeln zwischen der urbildlichen Fülle Jesu Christi einerseits und der anfanghaften, bruchstückhaften Vorwegnahme unseres möglichen vollendeten Menschseins andererseits bleibt dabei gewahrt.[216] Meuffels spricht von einer „unaufhebbaren Dialektik“ und damit „steten transversalen Dynamik“,[217] die jedoch den Menschen in das tragende Geheimnis führen kann, das inhaltlich gefüllt ist durch die Selbstoffenbarung Gottes sowie durch die Existenz Jesu.[218] Jesus Christus ist also im exklusiven Sinn das Bild, in dem unter den Menschen der unsichtbare Gott sichtbar geworden ist. Der Mensch dagegen ist nicht als Bild, sondern nach dem Bild Gottes geschaffen, das es im Leben darzustellen gilt.[219] Im Menschen begegnet der Mensch Jesus und in der Begegnung mit Jesus begegnet der Mensch Gott.[220]

> „Im Leben des Jesus von Nazaret hat sich faktisch erwiesen, wie die Liebe die Identität des Menschen sicherstellt – in der Einheit von Handeln und Denken, in der Suche nach gemeinschaftlichem Miteinander verschiedenster Menschen und im Verweis auf den barmherzigen Vater, der dies alles faktisch (als sendender Vater) wie transzendental (als Schöpfer) ermöglicht.“[221]

---

[216] Vgl. ders., Zum Fest der Freiheit. Theologie des christlichen Handelns bei Origenes, Mainz 1990, 333f.

[217] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 38f.

[218] Vgl. ebd.

[219] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 244f.

[220] Vgl. Benedikt XVI., Deus caritas est, I 15.

[221] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 41.

Das in Jesus Christus offenbar gewordene Bild von Gottes Liebe und Treue verheißt den Menschen, dass deren Liebe und Treue untereinander Sinn macht.[222] Das ethische Handeln der Menschen lässt sich demzufolge als geschichtlicher Weg verstehen, welcher in Spannung zwischen diesen zwei unauflösbaren Polen verläuft. Im Zentrum steht dabei einerseits die Idee des vollkommenen Menschen, der in Jesus Christus bereits Wirklichkeit geworden ist und der Gott in allen seinen Dimensionen der Existenz entspricht. Damit steht diese Idee bereits allen Menschen offen. Der Mensch selbst dagegen bleibt andererseits stets unvollkommen und endlich, obschon er in der Taufe erneuert und mit der Gnade Christi beschenkt wurde. Deshalb muss der Mensch sein ganzes Leben lang nach diesem Ziel streben, auf das hin er geschaffen ist – um ihm stetig näher zu kommen und um ihm immer mehr entsprechen zu können.[223]

7.2. Biblisch-anthropologische Grundaussagen zur Ehe

Nachdem die Grundrelationen des Menschen aus christlich-anthropologischer Perspektive und damit als Bild Gottes dargelegt wurden, können, darauf aufbauend, wichtige Grundaussagen der biblischen Anthropologie zur Ehe gezeigt werden. Sie bilden anschließend die Basis für die im Folgenden zu skizzierenden Ausführungen über die christliche Ehe, und wie sie sich gerade in einer mobilen Gesellschaft als die herausragende Lebensform partnerschaftlicher Liebe erweist.

Die glückende Beziehung von Mann und Frau wird im christlichen Verständnis als Sinnbild für eine personale Begegnung von Menschen überhaupt gesehen. So birgt die partnerschaftliche Beziehung von Mann und Frau eine optimale Möglichkeit für beide Partner, im Vollziehen ganzer und wechselseitiger Hingabe, zu einer tiefen Sinnerfüllung des eigenen Lebens zu kommen. Die Beziehung von Mann

---

[222] Vgl. H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 320.

[223] Vgl. E. Schockenhoff, Naturrecht und Menschenwürde, 244ff.

und Frau trägt ihren Sinn primär in sich und sie ist somit explizit sinnstiftend.[224] Das glückende Zueinander, in dem die Begegnung gelingt, ist letztlich nicht verfügbar. Doch besteht der Beitrag der Partner darin, die Bedingungen zu erringen, unter denen es möglich ist, die Liebe als Kunst einzuüben.[225]

Der Ernst der Liebe bedeutet dabei einen bewussten und totalen Anspruch: „Stark wie der Tod ist die Liebe“ (Hld 8,6). Liebe ist auf Dauer angelegt. So kann der partnerschaftliche Raum entstehen, sich gegenseitig zu helfen, die Fülle der individuellen Möglichkeiten des anderen zu entdecken, zu aktivieren und zu entfalten. Dabei können sowohl das Durch- und Bestehen von Krisen, aber auch die mögliche Erfahrung des Scheiterns, eine ureigene humane Sinnerfahrung enthalten und erschließen. Diese Herausforderungen aber ermöglichen ebenso die Chance, miteinander zu wachsen und sind somit ein wesentliches Moment der Sinngebung.[226]

Im Blickwinkel des Alten Testaments waren die partnerschaftliche Liebe einerseits sowie ein patriarchalischer Despotismus andererseits die Pole, zwischen denen sich das Familienleben bewegte.[227] Dies muss vor dem Hintergrund der historischen Sozialstrukturen und deren Entwicklung gesehen werden. Sie prägten ihrerseits die Rollenbestimmungen von Mann und Frau. Das aber ist nur ein Aspekt. In der Beziehung der Geschlechter geht es aus der Perspektive des Glaubens um eine ganzheitliche Sichtweise des Menschseins. Danach realisiert sich die menschliche Existenz, wie oben gezeigt, einmalig und intensiv in ihrer Ganzheit-

---

[224] Vgl. B. Fraling, Sexualethik, 88-96.

[225] Vgl. E. Fromm, Die Kunst des Liebens, Berlin [51]1997.

[226] Vgl. ebd., 97-101.

[227] Vgl. E. S. Gerstenberger, Herrschen oder leben, in: J. Jeremias, L. Perlitt (Hgg.), Die Botschaft und die Boten. Festschrift für Hans Walter Wolff. Neukirchen Vluyn 1981, 335-347, hier 335.

lichkeit als Mann und Frau.[228] Die biblische Perspektive weist den Weg in diese Wirklichkeit der Begegnung zunächst über die Schöpfungstheologie und zeigt den Menschen als Person und Gemeinschaftswesen und auf Grundlage der Körper- bzw. Leiblichkeit mit dem Ziel von Nachkommenschaft.

In Zeiten, in denen es für Frauen in Ehekrisen kaum einen Rechtsschutz gab, verweist Jesus auf die ursprüngliche Ordnung des Schöpfers: „Am Anfang der Schöpfung aber hat Gott sie als Mann und Frau geschaffen. Darum wird der Mann Vater und Mutter verlassen, und die zwei werden ein Fleisch sein. Sie sind also nicht mehr zwei, sondern eins. Was aber Gott verbunden hat, das darf der Mensch nicht trennen“ (Mk 10,6-9).[229]

Die ersten Kapitel des Buches Genesis zeigen die zentrale Grundlage der ganzen christlichen Anthropologie auf: Der Mensch als „Abbild und Gleichnis Gottes“ (Gen 1) beschreibt die Schöpfermacht des Wortes Gottes. „Als Mann und Frau schuf er sie“ (Gen 1,26-27). Hier wird die Besonderheit des Menschen aufgezeigt als das Wesen, das sich von allem Anfang an in der Beziehung von Mann und Frau ausdrückt. Der geschlechtlich unterschiedene Mensch wird explizit „Abbild Gottes“ genannt. Damit einhergehend ist der explizite Auftrag zu Nachkommenschaft: „Seid fruchtbar und mehret euch“ (Gen 1,28). Der zweite Schöpfungsbericht unterstreicht die Wichtigkeit der geschlechtlichen Verschiedenheit (Vgl. Gen 2,4-25). Das Ziel ist demnach, dass der Mensch nicht darin versinkt, sich mit sich selbst zu beschäftigen. Vielmehr muss er mit einem anderen Wesen in Beziehung treten, das sich ebenfalls auf seiner Ebene bewegt. Der menschliche Leib, der von Männlichkeit und Weiblichkeit geprägt ist, umfasst von Beginn an auch eine Eigenschaft des „Bräutlichen“, so dass der Mensch die Fähigkeit hat, der Liebe Ausdruck zu

---

[228] Vgl. B. Fraling, Sexualethik, 110.

[229] Zur Spannung zwischen möglichem Scheitern und der Unauflöslichkeit der christlichen Ehe vgl. Kapitel 7.5.3.

verleihen. In diesem Ausdruck der Liebe wird der Mensch als Person zum Geschenk, wodurch er den eigentlichen Sinn seines Daseins verwirklicht.[230]

Für den jahwistischen Schöpfungserzähler ist die Tatsache, dass der Mensch von Gott aus dem Stoff der Erde geformt wird, eine zentrale Feststellung (Gen 2,7). Daraus lässt sich schließen, dass der Mensch „leibt" und so lebt. Die Lebendigkeit, die die Leiblichkeit und Materialität des Menschen erst belebt, geht von Gott aus. Jede im Menschen wirksame Lebendigkeit hat demnach Gott als Ursprung. Die Bezogenheit des Menschen auf Gott zeigt sich als „lebensspendende Achse seines Daseins schlechthin […]. Wo immer die Grundausrichtung gefährdet ist […] ist Lebensminderung die Folge, taumelt der Mensch in ein verkürztes Dasein."[231] Die Bindung an die Leiblichkeit und Materialität, die das Wesen des Menschen ausmacht, verweist darauf, dass der Mensch auf Gott hin geschaffen ist.

In Gen 2,18 wird in Bezug auf die Zweieinheit von Mann und Frau weiter formuliert, dass es nicht gut sei, dass der Mensch allein sei. Noch aber gibt es keine Entsprechung, die Adam Antwort geben könnte. Zwischen Mensch und Tier gibt es diese Gemeinsamkeit nicht, ohne die der Mensch auf Dauer nicht sein kann. Die innigliche Zusammengehörigkeit von Mann und Frau kommt bereits vor der Erschaffung zum Ausdruck: Aus der Nähe des Herzens des Mannes ist sie genommen. Beide sind so aufeinander bezogen. Damit ist keine qualitative Unterordnung angedeutet. Das Miteinander wird deutlich im freudigen Ausruf Adams: „[…] dies ist Gebein von meinem Gebein" (Gen 2,23). Dieser ist Teil einer Verwandtschaftsformel, womit bekräftigt wird, dass die Entsprechung voll geglückt

---

[230] Vgl. Über die Zusammenarbeit von Mann und Frau in der Kirche und in der Welt. Das Schreiben der Kongregation für die Glaubenslehre vom 31. Juli 2004. II, 6,6. vgl. dazu auch die Stellungnahmen verschiedener Diözesen, z. B. http: www://www.bistum-dresden.de/Detailed/1158.html [19.07.05].

[231] Vgl. B. Fraling, Sexualethik, 112.

ist.[232] „Es ist die personale Gemeinschaft von Mann und Frau in umfassendem Sinn gemeint, zu der sowohl die körperliche wie die geistige Gemeinschaft von Mann und Frau, das gegenseitige Helfen bei der Arbeit, das gegenseitige Verstehen, die Freude aneinander, das Ausruhen aneinander gehören.“[233] Die herausragende Einmaligkeit des Verhältnisses zwischen Mann und Frau, die in der Schöpfung durch Gott begründet ist, wird u. a. betont im Vergleich mit der Beziehung zu den Eltern. Der Mann wird Vater und Mutter verlassen und der Frau anhangen. Damit wird deutlich gemacht, dass diese neue Bindung die Bindung zu den Eltern übertrifft. Mit der Metapher des Ein-Fleisch-Werdens wird die ganzheitliche Begegnung symbolisiert, die die Körperlichkeit, Sexualität, die Ganzheit des Psychischen, die Ganzheit des Seelischen und Geistigen ebenso mit einschließt. Der eigentlich Schenkende ist Gott selbst. Von ihm ist der Mensch dem Menschen anvertraut.[234]

Im Verhältnis von Mann und Frau tritt nach der theologischen Interpretation von Gen 3 auch das Verhängnis der Schuld hervor. Die Erfahrung eines tiefen Risses im Verhältnis von Mann und Frau wird demnach deutlich, das auf die Schuldverstrickung des Menschen zurückgeführt wird. Aber Gott bleibt dabei stets selbst der Garant für eine schließlich erfüllende und gelingende menschliche Gemeinschaft. In diesen Abschnitten der Genesis wird die Erfahrung der möglichen „Brüchigkeit“ des Liebes- und Beziehungsglückes auf die Schuld des Menschen gegen Gott zurückgeführt. Was ursprünglich als Segen der Fülle gedacht war, kann nur noch unter Schmerzen erreicht werden. Trotz aller Störungsanfälligkeit jedoch, die alles Zusammensein von Mann und Frau betrifft, bleibt

---

[232] Vgl. ebd., 112f.

[233] C. Westermann, Genesis, 1. Teilband (Biblischer Kommentar, Altes Testament I/1). Neukirchen-Vluyn 1974, 317.

[234] Vgl. B. Fraling, Sexualethik, 113f.

> „Hoffnung jenseits von Eden […]. Auch wenn sie nicht mehr in der vertrauten Nähe des Gartens mit Gott leben können, er ist auch draußen in der Welt mit ihnen unterwegs. Auch wenn sie sich voreinander schämen müssen, er stellt sie nicht voreinander bloß. […] Er schenkt die Kraft zur Vergebung, die wechselseitige Beschuldigung immer wieder überwinden kann. Und er lässt sie in dieser Situation, in der menschliches Leben nun unabweisbar auf den Tod zugeht, dennoch erfahren, was wir im Hohenlied lasen, daß Liebe mächtig ist wie der Tod (vgl. Hld 8,6).“[235]

Wenn also die Sünde gegenüber Gott das Beziehungsgeschehen zwischen Mann und Frau immer wieder fundamental gefährdet, so ist doch das stets neue Angebot zur Versöhnung in Gott die Verheißung, dass es in dieser Kraft, in diesem Vertrauen auch immer wieder möglich ist, die Treue miteinander zu leben und darin zueinander zu stehen. Aus dem Ethos der Treue kann der Eros immer wieder von Neuem belebt werden.[236] Von Anfang an zeigt sich im Buch Genesis, dass in der Überwindung des Bösen von Gott die Grundlage dafür gegeben ist, dass das zerbrechliche menschliche Leben gelingen kann. Im jahwistischen Verständnis kann das Paar nur mit Jahwes Hilfe, der die Menschen schützt und begleitet, den gemeinsamen Weg bestehen. Dieser Schutz entspricht neutestamentlich der Kraft der Versöhnung und Vergebung. Dabei darf sich der Mensch ebenso angenommen wissen.

Die Auswahl der genannten biblischen Texte ermöglicht es, wichtige Kernaussagen der biblischen Anthropologie hervorzuheben: Zentral ist dabei vor allem der personale Charakter des Menschen als Mann und Frau. Die Würde der Person realisiert sich als physische, psychologische und ontologische Komplementarität, die die auf Beziehung angelegte Einheit in der Zweiheit ermöglicht. Die Geschlechtlichkeit prägt alle Ausdrucksweisen in der Beziehung. So ist sie eine tragende Komponente der Persönlichkeit, in der sie sich äußert, mit anderen Men-

---

[235] Ebd., 122.

[236] Vgl. D. Mieth, Ethische Grundlagen von Lebenspartnerschaften, http://www.theologie-und-kirche.de/mieth.1.html [17.05.2005].

schen in Kontakt tritt und menschliche Liebe ausdrückt und lebt. Die Fähigkeit zu lieben – Abglanz und Bild Gottes, der die Liebe ist – äußert sich auch im Charakter des Leibes, in dem die Geschlechtlichkeit der Person eingeschrieben ist. Diese anthropologische Dimension kann nicht getrennt werden von der theologischen Dimension. Der Mensch in seiner Leib-Seele-Einheit ist von Anfang an gekennzeichnet durch seine Beziehung zum anderen. Diese Beziehung ist stets gut und doch zugleich mangelhaft. Gut ist sie von der ursprünglichen Güte, die Gott vom ersten Augenblick der Schöpfung an kundgetan hat. Aber entstellt ist sie zugleich durch eine Disharmonie zwischen dem Menschen und Gott.[237] Daraus ergibt sich, dass diese gute, aber verwundbare Beziehung stets der Heilung bedarf.

Der heiligende Charakter der Beziehung von Mann und Frau in der Ehe wird im Neuen Testament betont. Die Ehe ist als Sakrament ein wirksames Zeichen der liebenden Hinwendung Gottes und der Ausrichtung auf die endgültige Vollendungsverheißung (Eph 5,21-33; 2 Kor 1,19-21; Offb 21,2). In Jesus Christus verbindet sich Gott in unüberbietbarer Weise mit dem Menschen. Die Erfahrung der menschlichen Liebe hat einen prinzipiellen Charakter der Verheißung. Was der Mensch in der Liebe unter den Möglichkeitsbedingungen der Vorläufigkeit irdischer Zeitlichkeit, ureigener Schwächen und Ängste erahnt und erlebt, ist die Erahnung dessen, was Gott endgültig schenkt. Die Liebe, so führt Paulus in 1 Kor 13,8-13 aus, ist das, was bleiben wird. Ebenso gilt dies, im Ganzen betrachtet, für die Gestalt der christlichen Ehe.[238] Noch expliziter wird die Beziehung von Mann und Frau in ihrer Heiligung in Eph 5, 21-33 aufgezeigt. Demnach wird in der Ehe von Getauften die Liebe Christi zu seiner Kirche abgebildet und nachvollzogen.

---

[237] Vgl. Über die Zusammenarbeit von Mann und Frau, II, 8.

[238] Zum Spezifikum der christlichen Ehe vgl. die folgenden Kapitel.

Damit ist ein wirksames Zeichen gesetzt und erfahrbar gemacht, das für die Liebe Gottes zu den Menschen in der Gegenwart und auf Dauer steht.[239]

> „Im gesamten Lebensvollzug, nicht etwa nur punktuell am Anfang, stellt der Ehepartner dem anderen diese Liebe dar. Sie ist dabei nicht aus ihrer Gebrochenheit herausgenommen, […] aus ihrer Hinfälligkeit; es bleiben menschliche Schwäche, es bleiben Krankheiten, es bleibt das Zugehen auf den Tod; aber es wohnt der Ehe von Jesus Christus her jene unaufhebbare Dynamik auf die Vollendung hin inne, auf die Gott den Menschen zugehen lässt.“[240]

7.3. Christliche Ehe: herausragende Lebensform partnerschaftlicher Liebe – auch in mobiler Gesellschaft

Nachdem die Rahmenbedingungen christlicher Anthropologie und biblisch-anthropologischer Grundaussagen zur Ehe skizziert sind, kann, daran anknüpfend, die christliche Ehe und Familie als herausragende Lebensform partnerschaftlicher Liebe entfaltet werden, die gerade auch in den Herausforderungen der Mobilität eine erfüllende Partnerschaft ermöglicht. „Das Wort ‚Liebe’ in Beziehung zu einer anderen Person meint nichts anderes, als die Bejahung dieser Person um ihrer selbst willen, und im Gegenzug bedeutet die Sehnsucht, geliebt zu werden, nichts anderes als der Wunsch, um seiner selbst willen bejaht zu werden.“[241] Die Ehe ist in herausragender Weise ein Ort der liebenden Gemeinschaft zweier Menschen. Anknüpfend an die zuvor entwickelte Verwirklichung des Menschseins in den Relationen lässt sich für die Ehe formulieren, dass der Mensch auf besondere Weise teilhat an der schöpferischen Potenz „und zwar im Engagement des Ego in

---

[239] Vgl. B. Fraling, Sexualethik, 133.

[240] Ebd.

[241] D. Schwaderlapp, Erfüllung durch Hingabe. Die Ehe in ihrer personalistischen, sakramentalen und ethischen Dimension nach Lehre und Verkündigung Karol Wojtylas/Johannes Pauls II., Moraltheologische Studien, Neue Folge, Bd. 2, begründet von Josef Georg Ziegler – hg. v. Clemens Breuer, St. Ottilien 2002, 231.

der Relationalität zum Anderen; dies gilt zuhöchst für den Liebesakt zwischen Mann und Frau, aus dem heraus neues Leben entsteht“[242]. Die Institution der Ehe und aus ihr erwachsend, die Familie, steht im Dienst an der sinnerfüllenden Gemeinschaft der personalen Liebe, die wechselseitig erfahrbar gemacht wird. „Die innige Gemeinschaft des Lebens und der Liebe in der Ehe, vom Schöpfer begründet und mit eigenen Gesetzen geschützt, wird durch den Ehebund, das heißt, durch ein unwiderrufliches personales Einverständnis gestiftet“ (GS 48). Damit wird der Gedanke aus der Schöpfungstheologie aufgenommen, dass die Ehe im Schöpferwillen gründet. Die Ehe ist nach dem Willen des Schöpfers ein Bund, der auf einer personalen Entscheidung der Partner beruht, die in inniger Liebe gelebt werden soll.[243] Damit ist der Gegenstand des Bundes einer freien Vereinbarung der Partner entzogen. Beziehung meint demnach, dass das Paar miteinander bespricht, wie sie ihr Leben in der Gegenwart ausrichten und auf die Zukunft hin entwerfen möchten.

Die neutestamentlichen Texte verweisen auf die personal partnerschaftliche Liebe als Wesenselement der Ehe. Eine solche Liebe ist mehr als reine Faszination oder die eigenen Erwartungen projizierend. Diese Liebe ist kein punktuelles oder augenblickliches Ereignis. Sie bedarf vielmehr ihrer stets neuen und einzigartigen Entwicklung in der Geschichte.[244] Den Lebensentwurf frei wählen und gestalten zu können, gehört für unsere Gesellschaft zu den Grundbedingungen individueller Selbstbestimmung.[245] Zugleich aber ist diese Freiheit des Gestalten-Müssens eine existenzielle Herausforderung und bisweilen auch Überforderung des Menschen. Die Anforderung der Treue der Partner in der christlichen Ehe sowie die Aus-

---

[242] O. Meuffels, Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, 75.

[243] Vgl. G. Marschütz, Familie humanökologisch, 234.

[244] Vgl. J. Gründel, Die Zukunft der christlichen Ehe. Erwartungen – Konflikte - Orientierungshilfen, München 1972, 66.

[245] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 31.

schließlichkeit und die unbedingte Entschiedenheit in der personalen Liebesbeziehung, die das Verständnis der christlichen Ehe seit jeher als wechselseitige Bedingung und Forderung an Mann und Frau versteht, stellen unabdingbare Grundlagen des ehelichen Zusammenlebens dar, die auch für die besondere Humanität der Ehe sprechen. Die Eheform der Monogamie ist ein wesentlicher Ausdruck des herausragenden Ethos der Menschenwürde.[246] Diese Ordnung steht im Gegensatz zu jenem Lebensgefühl einer pluralistischen Gesellschaft, für die die grundlegende Freiheit und Selbstbestimmung nicht durch mögliche Einmaligkeit eines verpflichtenden Anspruchs, sondern vielmehr durch Vielfalt möglichst vieler offen stehender Wahlmöglichkeiten garantiert scheint.[247] Die Gemeinschaft der Ehe bleibt daher, bei aller Entschiedenheit, immer auch ein offener Prozess eines sich im Erleben entwickelnden Weges und damit ein wesentlicher Ort für die Weiterentwicklung der Persönlichkeiten der Partner. Eine ideale und freie Entwicklung des Ichs darf dabei nicht individualistisch interpretiert werden: „Eine Zweiergemeinschaft kann sich sehr bald überwerden; sie bedarf auch noch anderer Bezüge. Wenn der Mensch Abbild des dreipersonalen Gottes ist, dann erschöpft sich offensichtlich in einem Zweierbezug noch nicht menschliche Sehnsucht und Erfüllung. Eine Öffnung auf weitere Bezüge ist für die Geborgenheit und Beheimatung des Menschen ausschlaggebend.“[248] Daher wird später neben der Ehe als verbindliche Form der Liebe auch auf die Bedeutung von Kindern und der Familie als erweiterter Lebensraum der Liebe einzugehen sein.

Das gegenwärtige partnerschaftliche Ehemodell ist dasjenige, welches mit der Vorstellung der Bibel am meisten übereinstimmt: einer Wesensgemeinschaft von Mann und Frau, die auf Ebenbürtigkeit und wechselseitiger Unterordnung und Liebe beruht (vgl. Gen 1,26; Eph 5,21). Darüber hinaus entspricht das gegenwär-

---

[246] Vgl. ebd.

[247] Vgl. ebd., 38f.

[248] J. Gründel, Die Zukunft der christlichen Ehe, 66.

tige Ehemodell dem Ethos der Gleichberechtigung und Menschenwürde, dessen Potentiale für eine humane Ausgestaltung der Geschlechterbeziehung herausragend sind.[249] Normativ-biographische Übergänge, Anforderungen des Berufslebens wie z. B. Mobilitätsanforderungen oder auch akzidentelle Krisenereignisse führen jedoch zu einem natürlichen, kritischen Punkt der gegenseitigen Interessenabgrenzung. Daher lässt sich in der Lebenswirklichkeit des Ehealltags ein Konzept der egalitären Partnerschaft, das auf gleichmäßige Aufteilung der in das gemeinsame Leben eingebrachten Energie und Zeit ausgerichtet ist, selten ohne Abstriche realisieren. Ängstliche Überlegungen jedoch, die für die Gestaltung der lebenslangen Partnerschaft nur ein Minimum an Bindung als möglich ansehen, bieten in Krisenphasen keine tragfähige Grundlage.[250] Die christliche Ehe erweist sich stattdessen bei all diesen einschränkenden Überlegungen gerade in Krisenzeiten als verlässliche, tragfähige Bindung.

Das Konzil hat das Wesen der Ehe und der Familie letztlich von der Liebe her bestimmt und spricht daher von „dieser Gemeinschaft der Liebe“ (GS 48). „Was Ehe und Familie in theologischer Perspektive ist, ergibt sich aus einem Menschenbild, welches in Gott selbst gründet und vollendet wird, somit relational strukturiert ist bzw. in der interpersonalen Liebe ihre bestimmende Dimension findet.“[251] Ehe als in der gemeinsamen Geschichte der Liebenden sich offen entwickelnder Prozess bzw. Ehe als Weg und Prozess[252] verstanden bedeutet, dass die Liebe, die zwei Partner verbindet und die die beidseitige Hingabe und Treue einschließt, nicht als garantierter Besitz oder als statisch verstanden werden kann. Die christliche Ehe ist vielmehr der Ort, an dem sich Liebe und Hoffnung in Fülle entwickeln

---

[249] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41f.

[250] Vgl. ebd.

[251] G. Marschütz, Familie humanökologisch, 234.

[252] Vgl. dazu z. B. D. Mieth, Ehe als Prozeß, 293 sowie allgemein dazu J. Gründel, Die Zukunft der christlichen Ehe.

und entfalten kann.[253] Damit bleibt die Ehe „ein zielgerichtetes Streben auf eine immer größere Vertiefung und Vervollkommnung hin – auch durch Krisen. Es ist ein Unterwegssein. Ehe als Weg entspricht auch der Struktur christlichen Glaubens, Hoffens und Liebens, die Wagnischarakter tragen.“[254]

Die Ehe in ihrer dreifachen Ausgestaltung der ehelichen Liebe soll daher im Folgenden skizziert werden. Um als helfende Orientierung für Paare erkannt werden zu können, muss dieses Ehemodell als positives Leitbild formuliert werden, das zur Identifikation motiviert.[255] Dann kann es Paaren auf dem Weg einer reifenden Partnerschaft den Kern aufzeigen, wie die Botschaft des Evangeliums beides schenkt, was der Mensch der gegenwärtigen Gesellschaft so sehr erstrebt: „den Geschmack an Freiheit und das Glück, unter einem hohen Anspruch zu stehen.“[256]

7.3.1. Sexualität: herausragende Sprache der Liebe

Liebe in der Bedeutung von Eros strebt nach Vereinigung und Einswerdung mit einem ganz bestimmten Menschen, um so erst das eigene Sein ganz und vollständig werden zu lassen. In der Intensität der Vereinigung mit diesem speziellen Menschen erfahren sich die Partner auf neue Weise aufgehoben. Der Mensch öffnet sich einer anderen Wirklichkeit.[257] „Das Ich will so beim Du sein, daß es dieses hat und so, aber auch nur so, dann auch bei sich selber ist beziehungswei-

---

[253] Vgl. H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 241.

[254] J. Gründel, Die Zukunft der christlichen Ehe, 69.

[255] E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41-47.

[256] Ebd., 42.

[257] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 122f.

se sich selbst hat.“[258] Die Ausdrucksweisen des Eros bzw. die Zärtlichkeit in ihrer ganzen Ausdrucksfülle bis hin zur sexuellen Intimität ist für die partnerschaftliche Liebe ein in der Bedeutung für die Partner herausragender und der intimste Lebenskreis. Sexualität nach dem Modell von Sprache ist auf Wahrheit abzielende Kommunikation und Selbstmitteilung. Darum erweist sich ihre spezifisch humane Gestalt in der Ausdrucksqualität der Leiblichkeit für die personale Liebe der Partner.[259] „Erfüllte Geschlechtlichkeit kann zum Symbol herrschaftsfreier Kommunikation werden und damit über sich selbst und ihre Möglichkeit hinaus verweisen.“[260] Die Erotik des Menschen und mit ihr die Sexualität als Sprache der Liebenden verweist auf die Sehnsucht nach Ganzheitlichkeit und unbedingter Annahme, nach Glück und Erfüllung. Diese Sehnsucht durchzieht letztlich alle Aktivitäten des Menschen, damit auch seine bewussten Entscheidungen und vor allem sein Verhältnis zur Welt und zum Mitmenschen.[261]

In der Sexualität erweist sich die erotische Liebe als besonders intensiv und machtvoll; denn als sexuelle Wesen erfahren sich die Partner als existenziell angezogen und vom anderen abhängig zugleich.[262] Die Sexualität als ganzheitliche Mitteilung strebt danach, alle Dimensionen des Daseins in die Vereinigung mit dem anderen einzubeziehen und sie davon durchdringen zu lassen.[263] „Solche erotischen Sprach-Handlungen sind von kreativer, performativer Kraft, da sie eine neue Wirklichkeit schaffen. Sie wurzeln in den tiefsten Seelenlagen der Liebenden, die sich wechselseitig offenbaren und herausfordern.“[264] Liebe kann daher

---

[258] J. Pieper, Über die Liebe, 141.

[259] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41f.

[260] D. Mieth, Ehe als Entwurf. Zur Lebensform der Liebe, Mainz 1984, 20.

[261] Vgl. J. Pieper, Über die Liebe, 124.

[262] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 123.

[263] Vgl. ebd.

[264] O. Meuffels, Theologie der Liebe, 77.

keinesfalls nur auf Sexualität reduziert werden und doch ist die Sexualität die herausragende Sprache der Liebe. Die Sexualität als Ausdruck der Liebe bleibt demnach auch lebendig, wenn sexuelle Anziehung erloschen ist:

> „Auch da wo ein Mensch versagt oder Schuld auf sich geladen hat, wo er krank oder alt ist, sehnt er sich danach, bejaht und angenommen zu werden. Das zeigt aber: Diese [erotische] Sehnsucht richtet sich auf ein Angenommensein, das nicht an bestimmte Voraussetzungen gebunden bleibt, sondern das unbedingt und daher auch unbedingt verläßlich ist".[265]

Der Anspruch ist ausdrücklich zu betonen, dass sexuelle Begegnung und erotische Zuwendung ausschließlich dann wahrhaftig sind, wenn sie der wirklichen Beziehung der Partner entsprechen.[266] Es geht dann um eine aufrichtige Vereinigung und Bündelung des liebenden Begehrens, das sich vollendet als „die Einheit mit sich selbst im Sein beim anderen".[267] Dazu gehören mehr als zurückliegende gemeinsame Phasen des Kennenlernens und des Zusammenwachsens. Von zentraler Bedeutung sind dafür langfristige Perspektiven der Partner und damit das Potenzial ausgedehnter, vor dem Paar liegender gemeinsamer Lebenszeiten.[268]

7.3.2. Ehe: die verbindliche Form der Liebe

Wenn die sexuelle Ausdrucksweise die humane Bedeutung darin realisiert, dass sie aufrichtiger Selbstausdruck der Liebenden wird, führt dieser Gedanke weiter zu einem zweiten Lebenskreis der Liebe: Zwei Menschen, die ihr einmaliges Personsein und die unvertretbare Bedeutung annehmen, die sie als Mann und Frau für

---

[265] M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 133.

[266] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41ff.

[267] D. Mieth, Das gläserne Glück der Liebe, Freiburg i. Br. 1992, 112.

[268] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41ff.

sich gegenseitig gewonnen haben, drängt diese Liebe nach beständiger Dauerhaftigkeit, die sich im Willen zu vorbehaltloser Endgültigkeit ausdrückt.[269] Garantieren kann der Wunsch nach Verlässlichkeit und Dauer die Zukunft der Liebe naturgemäß nicht. Aber dem gemeinsamen Leben erwächst eine Perspektive der Zukunft, die zuverlässig ist und die dem Paar im normativ-biographischen, aber auch im akzidentellen Wechsel der Rahmenbedingungen des Lebens Bestand geben kann. Die Ehe ist ein lebenslanger Prozess, denn die grundsätzliche und gegenseitige Bejahung der Partner kann nicht beliebig abgeändert werden, ohne dass der Ernst der ganzheitlichen Bejahung des anderen zerstört wird – und doch wird sie immer wieder herausgefordert.[270] Die besondere Bejahung des anderen erstreckt sich über die gegenwärtige Aktualität und Erscheinung hinaus auf die ganze Zeitlichkeit, in die Vergangenheit, die Gegenwart und Zukunft und erreicht so, dass der Mensch als ganzer sich beim anderen sicher wissen darf.[271] Die Liebe sucht sich um ihrer eigenen Zukunft willen eine verbindlich feste Lebensgemeinschaft.

> „Die Ehe ist nun in hervorgehobener Weise ein Ort solcher liebender Gemeinschaft. Denn hier können ja zwei Menschen ihr eigenes Angenommen- und Bejahtsein durch den jeweils anderen besonders intensiv erleben. Und zugleich sehen sie sich dabei herausgefordert, sich selbst auf den anderen hin zu öffnen, ihn ganz und vorbehaltlos anzunehmen und sich ihm zu schenken.“[272]

Theologisch gesehen wird damit eine weitere Besonderheit der Ehe deutlich: Wenn Gott sich verschenkende Liebe ist, kommt ihm der Mensch nahe, wo er sich selbst liebend an andere übergibt und bedingungslos verschenkt. Denn der Mensch antwortet dann auf die Liebe Gottes, die ihm schon immer erwiesen wor-

---

[269] Vgl. ebd.

[270] Vgl. D. Mieth, Ehe als Prozeß, 298.

[271] Vgl. ebd.

[272] M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 127.

den ist (vgl. 1 Joh 4,10). So erweist sich dem Menschen in der unbedingten mitmenschlichen Zuwendung die unbedingte und ihm zuvorkommende Zuwendung Gottes.[273]

Die Verlässlichkeit und Bedingungslosigkeit, deren der Mensch, bei aller Gefährdung, in der Bejahung des anderen fähig ist, lässt sich durch eine knappe anthropologische Überlegung verdeutlichen: Menschen sind nicht nur allgemein sprachfähig. Vielmehr ist der Mensch dasjenige Wesen, das eines Versprechens fähig ist und damit über den Zustand der Gegenwart hinaus, aufgrund seiner Fähigkeit zur Selbstbestimmung, über sich verfügen und ausgreifen kann.[274] Der Mensch kann sich also selbst ganz versprechen: Ich verspreche dir die Treue in guten und in bösen Tagen, in Gesundheit und Krankheit. Darin unterscheidet sich ein Versprechen von bloßen Ankündigungen, die sich auf das Geschehen der nahen Zukunft richten und von Mitteilungen, in denen der Mitteilende nichts anderes artikuliert, als was er zu tun gedenkt. Ein Versprechen zeichnet sich vielmehr dadurch aus, dass es den direkten Zukunftsbezug gekoppelt mit der Dimension des Vertrauens als Grundlage bietet: Ich will dich lieben, achten und ehren, solange ich lebe. Darin verbindet sich die Liebe zweier Menschen zu einer sicheren Gewissheit, dass das Gemeinsame zu einem guten Ende kommt, da beide dies als gute gemeinsame Zukunft so wollen.[275]

Aus dieser Entschiedenheit heraus erwächst ein zunehmendes, eigenes Vertrauen, „im Ehepartner Halt, Schutz und Geborgenheit zu finden, sich auf ihn und seinen Beistand verlassen zu können […]. Das Wissen, sich nicht täglich neu der Liebe des andern vergewissern zu müssen, setzt Energien frei, die notwendig sind, um in Zukunft auftretende Konflikte und Krisen, auch um die Probleme des

---

[273] Vgl. ebd. 127f.

[274] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41ff.

[275] Vgl. ebd.

täglichen Lebens meistern zu können.“[276] Die Vorbehaltlosigkeit des eigenen Wollens ist der entscheidende Unterschied der christlichen Ehe. Natürlich können im Augenblick der Vertrauens-Zusage die Partner nicht sagen, was die Zukunft letztlich bringen wird. Dennoch vertrauen die Liebenden darauf, dass der gemeinsame Wille zur Treue stärker sein wird als die Summe der sicher auftretenden Krisen und Unzulänglichkeiten. Das zeitliche Fortschreiten, Bedrohungen und Wandlungen gefährden den Lebensentwurf. Damit kann und muss das Paar rechnen, sonst verfiele das Treue-Ideal zu einer spannungslosen Illusion und würde an den ersten Krisen scheitern. Vorbehaltloser Wille jedoch, gemeinsam dem unverfügbar „Sich-Entwickelnden“ entgegenzutreten und miteinander entschieden alt zu werden, nimmt der Zukunft zweier Liebenden, die sich dies gegenseitig versprochen haben, die Offenheit einer unsicheren Zukunft.[277] „Das zuinnerst Strukturierende der Ehe, das was sie von sich aus überhaupt erst möglich und lebbar macht, was sie also letztlich trägt [ist] ihre moralische Bindungskraft“[278]. Das Gelingen der Ehe und aus ihr der Familie als erweiterter Raum, wie anschließend zu zeigen sein wird, ist mit personaler Verantwortung verknüpft. Die Ehepartner übernehmen eine Verantwortung füreinander, so dass für die eigene Lebensgestaltung „das Gelingen des Lebens anderer Menschen eine […] verpflichtende Bedeutung erhält“[279]. Diese Verantwortung ist mehr als äußerliche Anerkennung oder Erfüllung von Pflichten. Vielmehr handelt es sich um das Einsetzen seines persönlichen Selbst, das nicht ohne die eigene Identität zu riskieren, revidierbar ist.[280]

---

[276] H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 306.

[277] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 41ff.

[278] W. Korff, Ehe, in: ders., Wie kann der Mensch glücken?, Perspektiven der Ethik, München 1985, 156.

[279] T. Rendtorff, Vom ethischen Sinn der Verantwortung, in: HCE 3,1993, 117-129, hier 117.

[280] Vgl. G. Marschütz, Familie humanökologisch, 364.

Aus diesem Grund bezieht sich die gegenseitige Vertrauenszusage im Sakrament nicht nur auf den Zeitpunkt des Eheversprechens. Vielmehr erstreckt sich das Faktum, dass das Paar füreinander zur Sprache der Liebe geworden ist, in der Gott zu ihnen spricht und zum Ort, an dem sie Gott begegnen werden, auf den ganzen Lebensweg. Auch wenn die Sakramentalität der Ehe im Anschluss ausführlich aufgezeigt wird,[281] so sei doch bereits hier erwähnt, dass die Rede von der Sakramentalität der Ehe nichts anderes sagt, als dass das Jawort, das sich die Liebenden geben, für ein Ja Gottes steht, mit dem Gott den Menschen wollte. Der Mensch kann dieses unbedingte Ja Gottes nur bedingt weitergeben. Weder das Band der Sakramentalität, noch die institutionelle Verbindung garantieren, dass sich die Eheleute auf Dauer tatsächlich lieben, dass die Zuneigung erhalten bleibt. Dennoch sind die Institution als gemeinsames Gegenüber des eigenen Willens und das Sakrament als geschenkte Zusage Gottes das verlässliche Potenzial auf die Zukunft, das Dauer und Treue ermöglicht.[282]

7.3.3. Kinder und Familie: der erweiterte Lebensraum der Liebe

Die eheliche Liebe ist „durch ihre natürliche Eigenart“ auf Zeugung und Erziehung von Kindern hingeordnet und findet darin „gleichsam ihre Krone“ (GS 48). Wichtig dabei zu betonen ist aber, dass für die Konzilsväter dies als natürliche Folge, nicht als übergeordnetes Ziel zu sehen ist. In der Ehe werden zwei individuelle Biographien zu einem Lebensprojekt für eine gemeinsame Zukunft zusammengeführt. Die Familie entsteht als eigentlicher Lebensraum der Liebe, indem die Einheit der Liebenden für die Möglichkeit eines gemeinsamen Kindes geöffnet wird. Die Liebe der Partner in der Ehe ist in ihrem innersten Wesen auf die Weitergabe des Lebens ausgerichtet (GS 51). „Die Ausweitung der Ehe auf die Familie hin und die

---

[281] Vgl. Kapitel 7.3.4.

[282] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 45f.

grundsätzliche Bereitschaft zum Kind sind hohe Werte, die für den Bestand und das Gelingen einer Ehe von Bedeutung bleiben.“[283]

Eine Ausweitung der Ehe zur Familie stellt nicht nur einen Zuwachs an Aufgaben dar. Vielmehr entspricht dies der ureigenen Ausrichtung der Liebe des Ehepaares auf ein gemeinsames Ziel, das verhindert, dass die Partner den Kreis der Beziehung zu eng ziehen. Dass die Partnerschaft in der Ehe ihren Selbstzweck an Sinn und Eigenwert in sich trägt, darf nicht von einer egoistischen Selbstgenügsamkeit überlagert werden, die dem grundlegenden Wesen der Einheit der Liebenden widersprechen würde. In der Zeugung und der Erziehung von Kindern, in der einhergehenden gegenseitigen Prägung durch das Zusammenleben und die existenzielle Erfahrung des Mutter- und Vaterseins erschließt sich dem Paar eine erweiterte Sinndimension, die unmittelbar zur Wirklichkeit der Liebe hinzugehört.[284] Analog zum unbedingten Angenommensein der Ehepartner, können auch Kinder nur in einem Klima unbedingten Angenommenseins in ihrer Persönlichkeit wachsen: „Aus diesem Grund bedarf das ‚Ja’ zum Kind der gleichen Entschiedenheit wie das ‚Ja’ zum Ehepartner. Nur der entschiedene Wille, sein Kind ein Leben lang unbedingt anzunehmen, egal welche Eigenschaften und Fertigkeiten es zukünftig offenbaren mag, macht die Eltern für das Kind zu verlässlichen, vertrauenswürdigen Bezugspersonen.“[285]

Eine neue Phase der Partnerschaft kündigt sich in der Bereitschaft an, Kindern das Leben zu schenken und gemeinsam die Elternrolle zu übernehmen. Die möglichen Eltern überschreiten die gemeinsame Zukunft auf die Zukunft ihrer Kinder

---

[283] J. Gründel, Die Zukunft der christlichen Ehe, 100.

[284] Vgl. E. Schockenhoff, Die Familie als Ort sozialen und moralischen Lernens. Moraltheologische Überlegungen zu ihren anthropologischen Grundlagen, in: N. Goldschmidt, G. Beestermöller, G. Steger (Hgg.), Die Zukunft der Familie und deren Gefährdungen, Norbert Glatzel zum 65. Geburtstag, Schriften des Instituts für christliche Sozialwissenschaften der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster, Band 44, Münster u. a. 2002, 17-29, hier 20f.

[285] H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 106.

hin. In der Bereitschaft des Paares zu Kindern öffnet sich für Mann und Frau der intime Lebenskreis einer Zweierbeziehung zu einem größeren Lebensraum, der sich zur Gesellschaft hin öffnet.[286] Die Bereitschaft zur Öffnung der Einheit der Liebenden ist ebenso wie die Ehe eine entschiedene und unbedingte: „Verantwortete Elternschaft erschöpft sich nicht in der Zeugung neuen Lebens. Sie nimmt damit erst ihren Ausgang."[287] Kinder zeigen den erweiterten Lebensraum der partnerschaftlichen Liebe in der Ehe auf. Dies bedeutet eine vertiefte und weitere Hingabe der Partner. Es zeigt sich, dass das unbedingte „Ja" der Eheleute zueinander auch ein „Ja" zur Weitergabe ist: „Die Preisgabe des Ich auf das Du hin, aber auch die Preisgabe des Ich und des Du um des Kommenden willen. Der Eros eröffnet als fruchtbare Hingabe die Menschheit je neu in ihre Zukunft, in die kommende Generation hinein und bedeutet damit die Bereitschaft, sich selbst zur Vergangenheit zu machen und zurückzutreten, um dem Kommenden Platz zu geben."[288]

Gesellschaftliche Herausforderungen und Veränderungen der modernen Lebenswelt haben die Grundstrukturen des ehelichen bzw. familiären Lebens und der elterlichen Verantwortungen in keiner Weise aufgelöst oder gar ersetzen können. Wohl aber haben sich die Bedingungen, unter denen sie gelebt werden können, stark verändert und damit in vielfacher Hinsicht erschwert.[289] Ein Leitbild der Familie als Keimzelle der Gesellschaft und als soziale Grundeinheit ist auch dort wirksam, wo Betroffene aus verschiedensten Gründen dem nicht direkt entsprechen können (z. B. allein erziehende Mütter und Väter oder Adoptiveltern). Der unersetzliche Ort des sozialen Lernens, an dem Lebens- bzw. Urvertrauen sowie die

---

[286] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 46.

[287] H.G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 141.

[288] J. Ratzinger, Zur Theologie der Ehe, in: H. Greeven/J. Ratzinger/R. Schnackenburg/H.-D. Wendland, Theologie der Ehe, Regensburg 1969, 81-115, hier 109.

[289] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 46f.

grundlegende Verlässlichkeit menschlicher Beziehungen eingeübt werden, ist das Zusammenleben der Kinder mit ihren Eltern.[290] Im Hinblick auf unvermeidliche Grenzsituationen wie Not, Krankheit, Unglück, Alter und andere normativ-biographische wie auch akzidentelle Krisenerfahrungen erweist sich eine herausragende Bedeutung der Gemeinschaft und die besondere Fülle von Ehe und Familie.

> „Die in der Familie aufwachsenden Kinder werden sich von maximalem Angewiesensein auf die Eltern zu mehr Autonomie bis zum Verlassen der Elternfamilie entwickeln. Liebe ist somit in einem Individualisierung und Fähigkeit zur Intimität […]; sie verlangt also, zu sich selber zu stehen und die/den andere(n) sie/er selber sein zu lassen ebenso wie sich selber zurückzustellen und auf den Partner zu schauen.“[291]

Diese unüberbietbare Fülle wird die Möglichkeiten der zwei liebenden Menschen immer auch übersteigen und nach einer hingebenden Erweiterung verlangen. In der Spannung dieser skizzierten Lebenskreise: der Sexualität als eine elementare Sprache, der Ehe als der verbindlichen Form sowie der Familie als der erweitete Lebensraum der partnerschaftlichen Liebe, erschließt sich das besondere Sinnangebot des christlichen Glaubens für das auf den Partner bezogene familiale Leben der Menschen. In dieser dreidimensionalen Lebensspirale finden die Ehepartner mit ihren Kindern den individuellen Ort auf der Welt und ihre primäre Lebensaufgabe in ihr.[292] „Die christliche Ehe steht unter der Maxime, die Liebe in ihrer Fülle auszuschöpfen. […] Darüber hinaus ist diese Liebe als Prozeß nichts anderes als die Offenheit für die Fülle.“[293]

---

[290] Vgl. ebd.

[291] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 209f.

[292] Vgl. E. Schockenhoff, Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, 47.

[293] D. Mieth, Ehe als Prozeß, 300.

7.3.4. Die Sakramentalität der Ehe: konkrete Lebenshilfe in Krisen

Die Ehe – und aus ihr erwachsend die Familie – ist der herausragende Ort, wo sich partnerschaftliche Liebe verantwortungsvoll verwirklicht. Die Sakramentalität der Ehe ist dafür das tragende Fundament. Daher wird im Anschluss an die Darstellung der christlich-anthropologischen Grundaussagen und der Entfaltung der ehelichen Liebe die spezielle Wirkkraft der Sakramentalität der Ehe für Krisenzeiten der Partnerschaft aufgezeigt. Damit wird auch zunehmend der Horizont einer spezifisch christlichen Ehekrisen-Prävention und -bewältigung klarer, den es zu entfalten gilt. Die Sakramentalität der Ehe ist hier besonders als praktische Lebenshilfe in Krisenzeiten zu beleuchten.

Krisen- und Übergangszeiten des menschlichen Lebens sind elementar in die ursprüngliche Bedeutung der Sakramente eingebettet. Werden die Krisenzeiten von Beziehungen theologisch reflektiert, so kann dies nicht geschehen, ohne das Sakrament der Ehe im Besonderen bewusst zu machen. Daher soll hier das Ehesakrament aus der speziellen Perspektive des Paarbegleiters, also aus praktisch-theologischer Sicht, aufgezeigt werden. Darin sind die zentralen Dimensionen gelingender Partnerschaft, aber eben auch der Partnerschaft in Zeiten der Krise einer Fern-Beziehung als gemeinsamer Weg des Paares mit dem „dabeibleibenden“ Gott berücksichtigt.

Es ist wichtig zu betonen, dass es dabei um keinen „Gnadenautomatismus“[294] gehen kann. In Zeiten, in denen es längst keine Selbstverständlichkeit mehr ist, Christ zu sein und damit der kulturelle Kontext verloren zu gehen droht, in dem die lebenslange Partnerschaft ihren festen Ort hat, kann die christliche Ehe nur gelin-

[294] M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 200.

gen, wenn sie aus eigener und bewusster Entscheidung füreinander und für den Lebensentwurf zu leben versucht wird.[295]

Die Sakramente sind Zeichen der Nähe Gottes, der mit dem Menschen umgeht, wie Jesus das tat, als er die Menschen berührte, ihnen die Frohe Botschaft verkündete und sie zum Mahl einlud. An diesem heilenden Anspruch kann die Pastoral der Sakramente gemessen werden. Deshalb ist es hilfreich, ausdrücklich auf die zentrale Bedeutung der Sakramente einzugehen. Die Sakramentalität der Ehe bedeutet, dass Gott jedem einzelnen Ehepaar seine Nähe und Hilfe zusagt. Als Heilswirklichkeit ist Gottes Handeln am Menschen offenbar, da er unbedingte gegenseitige Annahme aus sich unwiderruflich und eindeutig (ex opere operato) als Wirklichkeit seiner Gegenwart qualifiziert. Gottes Zusage fordert aber zugleich zur Antwort heraus. Diese geschieht im gegenseitigen Annehmen der Partner. So wird die Ehe zum realen Ort des Heils, weil darin auch gemeinsame Hoffnung und Zukunft möglich wird.[296]

Von den Sakramenten kann also allgemein gesprochen werden als „christliche Definition menschlicher Grundsituationen“[297]. Die Sakramente sind „[...] (auf Symbolebene durch das Wort verdeutlichte) ‚Bedeutung‘ (Definition) einer menschlichen Grundsituation im Sinne Jesu, so wie dieser Sinn von Jesus her in der Jüngergemeinde lebendig ist“[298]. In den Sakramenten wird eine innere Befreiung vorangebracht, und Menschen lernen im Horizont des mitgehenden Gottes mit

---

[295] Vgl. ebd.

[296] Vgl. K. Herzberg, Taufe, Glaube und Ehesakrament. Die nachkonziliare Suche nach einer angemessenen Verhältnisbestimmung. In: Bamberger Theologische Studien. Bd. 11. Frankfurt a. M. u. a. 1999, 394.

[297] P. M. Zulehner, Heirat, Geburt, Tod. Eine Pastoral zu den Lebenswenden, Wien/Freiburg/Basel ^{4}1982, 245.

[298] Ebd.

unvermeidbarem Leid zu leben.[299] In den Symbolen und Handlungen der Sakramente zeigt sich, „[...] daß wir hier das Drama unseres Lebens hineinspielen in die Welt Gottes, um es daraus, auch wenn die Vollendung noch aussteht, als ganzheitlich ‚in Ordnung' – heil – zurückzunehmen. Hier begegnet uns ein ‚Curriculum vitae', wo wir lernen können, unserem endlichen Menschsein zuzustimmen."[300] Symbole und Rituale der Sakramente stehen nicht nur mit der jenseitigen Welt in Zusammenhang. Sie greifen vielmehr zuerst krisenhafte Grenzsituationen und Fragen des menschlichen Lebens auf, wie etwa die Übergänge in der Lebensgeschichte, Erfahrungen von Schuld oder der Angst vor dem Endlichsein. Diese bringen sie mit der ganzheitlichen Kraft des Glaubens und dem daraus resultierenden Vertrauen auf Heilung zusammen. In den Symbolen ereignet sich die Korrelation von Lebenskrise und der direkten Antwort aus dem Glauben. Eine Ausweglosigkeit menschlicher Existenz wird mit der ausdrücklichen Erinnerung an Gottes zentrale Heilstat zusammengebracht und entscheidend uminterpretiert.[301]

Die Spendung der Sakramente ist ein Mittel zur pastoralen Hilfeleistung. Der Empfang eines Sakraments kann generell für Krisensituationen des Lebens von unschätzbarem Wert sein.[302] Die psychische Belastung kann erleichtert und neues Vertrauen ermöglicht werden, da sich ein Leidender gerade in seiner Not im Glauben und in den Traditionen der Gemeinschaft der Kirche eingebettet wissen darf. Es handelt sich gewissermaßen um „Hinweiszeichen, Wegmarkierungen und nicht

---

[299] Vgl. I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 127f.

[300] Ebd., 127.

[301] Vgl. Ebd., 126.

[302] Vgl. P. Sporken, Umgang, 118.

Endstationen“[303], die durch die Einbindung der konkreten Wirklichkeit über sich hinaus verweisen auf das wirksame Heilshandeln Jesu Christi.[304]

Die Grundthese, dass menschliche Treue von Gottes Treue ermöglicht wird, ist ebenso im Umkehrschluss richtig: Menschliche Treue gelingt dort, wo Gottes Gnade am Werk ist. Damit ist das Heilshandeln Gottes dort am Werk, wo freie Treue lebendig wird.[305] Das Faktum der Sakramentalität der Ehe bietet eine ureigene, theologische Basis für die Gemeinschaft des Paares, die durch ihre Lebenshilfe und ihre Verankerung der Problematik als Vorbild für Krisenzeiten der Partnerschaft betont werden muss.

Die Predigt Jesu erweist sich für ihn nicht nur als Spekulation über eine spekulative Treuebindung. Sie ist für ihn vielmehr die Zusage des Heils: „Die bange Sorge der Jünger, wer denn da überhaupt noch eine Heirat riskieren kann, wird aufgehoben, weil Gott ‚von Anfang an’ die ‚wahre Ehe’ als freie Treue möglich gemacht hat.“[306] In dieser Kernaussage zeigt sich auch, dass Gottes Treue und Liebe erfahrbar ist in den Kategorien von Gnade und Heil. Es gibt keine menschliche Treue, die nicht von Gottes Treue ermöglicht und getragen werden müsste. So erweist sich das Sakrament als Zeichen und Werkzeug jener Gnade, die für das Paar in ihrer gottgeschenkten freien Treue und ihrer gottgestifteten Einheit besteht. Das Ehesakrament ist damit kein punktuelles Ereignis. Vielmehr handelt es sich dabei um einen Prozess, eine „bewegte Geschichte zwischen zwei Menschen“.[307]

---

[303] J. Müller, Pastoraltheologie, 166.

[304] Vgl. ebd.,

[305] Vgl. P. M. Zulehner, Heirat. 111.

[306] Ebd., 112.

[307] Ebd.

Das Ehepaar kann besonders in schwierigen Zeiten einer Krise auf die Zusage Gottes bauen: „daß in der gegenseitigen Annahme auch Gottes (verändernd) heilende Nähe gegenwärtig ist. Anders gesagt: Die Eheleute ‚irren' nicht, wenn sie sich gerade auch in Krisen wieder neu suchen und neu anfangen – wenn sie das sakramentale Zeichen neu setzen."[308] Diese Heilswirklichkeit ist aber zugleich immer gefährdet. Dass die lebenslange Ehe der Gnade Gottes entspringt, bedeutet nicht, dass das Eheversprechen sicher auch auf Lebenszeit hält; auch das Sakrament gibt keine Garantie des Gelingens. Menschen können immer auch scheitern und schuldig werden. Daher kann auch der glaubende Mensch eine endgültige Sicherheit nie von sich aus allein garantieren:[309]

> „Das Glück des Glaubens liegt nicht darin, dass er alle Rätsel der menschlichen Existenz, die das Glücksverlangen vorantreiben, für immer löst. Vielmehr findet der Glaube eine vor-läufige, über dieses Leben hinausweisende Antwort, die den Anforderungen der Vernunft und der Sehnsucht des menschlichen Herzens gerecht wird. In der Begegnung mit dem dreieinigen Gott und in dem Lebensmodell Jesu entdecken gläubige Menschen das Glück, unter dem Anspruch eines weitgesteckten Lebenszieles zu stehen, das ihre natürlichen Kräfte übersteigt, und dennoch den Weg zu kennen, der zu diesem Ziel führt."[310]

Das Eheversprechen bedeutet folglich, dass die Partner anstreben und anerkennen, sich immer neu aufeinander einzulassen. Es bedeutet die Zusage, in den Krisen und wechselnden Zeiten der Beziehung immer wieder mit ganzer Kraft darum zu ringen, einander neu anzunehmen und gemeinsam neu anzufangen. In dieser Gewissheit können und müssen sich die Eheleute lebenslang mühen mit- und umeinander, besonders in den Krisen einer Ehe, da sie darum wissen, dass

---

[308] Ebd.

[309] Vgl. dazu auch die folgenden Überlegungen über „Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens", Kapitel 7.4.

[310] E. Schockenhoff, Der Glaube als Tugend. Überlegungen zu seiner Bedeutung für das moralische Leben der Christen, in: S. E.Müller/B. Sill (Hgg.), Glaube, der leben hilft. Moraltheologische Perspektiven, Glaube und Ethos. Theologie im interdisziplinären Dialog, Bd. 2, Münster 2004, 41-68, hier 68.

Gott mit ihnen ringt, dass er sein Versprechen gab in der Partnerschaft präsent zu sein. Darin liegt in der Krise die herausragende Bedeutung der Sakramentalität der Ehe: Die Partner können darauf vertrauen, dass sie das Gelingen der Ehe nicht alleine ermöglichen müssen und auch nicht können. Vielmehr muss – und wird – Gott zum Bestehen des vom Scheitern Gefährdeten „seinen Teil beitragen". Dementsprechend ist in 2 Kor 4,7 festgehalten: „Diesen Schatz tragen wir in zerbrechlichen Gefäßen; so wird deutlich, dass das Übermaß der Kraft von Gott und nicht von uns kommt."

7.4. Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens

Nachdem in den vorhergehenden Kapiteln die Grundlagen der christlichen Ehe sowie die Bedeutung der Sakramentalität der Ehe als konkrete Lebenshilfe in Krisen aufgezeigt wurden, gilt es nun, eine spezielle Ehekrisen-Bewältigung in Fern-Beziehungen zu formulieren. Dazu sollen als tragender Hintergrund zunächst Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens interpretiert werden.

Zeiten der Krise stellen insbesondere auch die Frage nach Sinn und Halt im Leben, da grundsätzliche Strukturen ins Wanken geraten. Lebenskrisen sind immer auch Sinnkrisen, in denen die letzten Fragen nach der Transzendenz neu gestellt werden. Das bedeutet, dass jede Krise einen Wendepunkt darstellt, bei dem der Mensch in seiner Ganzheit auf dem Spiel steht und der Kern seines Selbst der Gefahr des Scheiterns ausgesetzt ist. Dadurch, dass die gewohnten Strukturen unsicher geworden sind, gewinnt die persönliche Haltung zum Sinn des Lebens insgesamt an Bedeutung. Halt und Orientierung werden auch besonders in der Auseinandersetzung mit der transzendenten Dimension gesucht, die für den gläubigen Menschen auf Gott verweist. Lebenskrisen werfen also neben der Frage nach dem Sinn von Leben und Leiden auch die Frage nach Gott auf. Es kann die Frage nach einer eventuellen Verdrängung der Gottesfrage auf dem bisherigen Weg gestellt werden.

Tatsächlich wird in der Sinnsuche über die immanente Lebenswelt hinaus verwiesen. In ihr meldet sich die grenzenlose Sehnsucht des Menschen nach Glück und Frieden. Christen glauben, dass sich in einer solchen Sehnsucht nach dem Himmel Gott selbst mit seiner Sehnsucht nach dem Menschen in Erinnerung hält. Der von der Krise Betroffene stößt zwangsläufig, insofern sich ihm letzte Fragen stellen, auf seine Gottesbedürftigkeit.[311] Die Lebenskrise ist – im Glauben betrachtet – die Möglichkeit und Notwendigkeit, tragende Sinnfragen und die Frage nach Transzendenz – d. h. die Frage nach Gott – neu zu bedenken. Der Mensch muss im umfassenden Sinne ganz neu Stellung beziehen. Der Glaube kann sich in den Krisen des Lebens als tragfähiger Boden erweisen. Er ermöglicht es, Krisen so zu erleben und zu interpretieren, dass sie eine Chance bieten, in der Annahme seiner selbst und in der Annahme des Partners voranzukommen.[312] Der Glaubende weiß sich von Gott gewollt. Daher erhält für ihn die Krise in ihrem Fragen nach Identität und in der sich daraus entwickelnden lebensgeschichtlichen Konsequenz eine wichtige Bedeutung. „Gott hat uns schöpfungsursprünglich nicht zu einem krisenfreien, krisenfesten, sondern zu einem riskierend gelingenden und so sich freuenden Leben gerufen.“[313]

Trotz alledem ist die Unsicherheit in der Suche nach Sinn keine nur vorübergehende Phase. Vielmehr kann die Frage nach Sinnhaftigkeit auch auf längere Sicht oft jeglicher Antwort entbehren. Die Folge ist dann das mögliche Scheitern und Zerbrechen an Gott in seiner Unergründlichkeit. Diese Phasen sind nicht mehr nur ein temporärer Prozess. Hier ist der Mensch auf der Suche nach Sinn, resultierend aus der Fragestellung nach der transzendenten Dimension, als Ganzer existentiell herausgefordert und unter Umständen auch vom Scheitern bedroht. Dieser Zustand des Sinnmangels innerhalb der Sinnsuche kann somit die theologische

---

[311] Vgl. I. Baumgartner, Heilende Seelsorge in Lebenskrisen, Düsseldorf 1992, 117.

[312] Vgl. ders., Pastoralpsychologie, 234.

[313] G. Schnurr, Krise, 61-65, hier 63.

Erfahrung vermitteln, dass die Auseinandersetzung im Glauben „ehrlich und unverbogen beschritten, normalerweise in eine Nacht mündet: in das Nichtmehrsehen, wozu man betet, wozu man verzichtet hat, das Nichtmehrwissen, ob Gott überhaupt noch zuhört, das Opfer noch will und noch annimmt“[314].

Das Gefühl und die Erfahrungen der Trostlosigkeit und der Gottverlassenheit verweisen auf die einzige Möglichkeit: sich vertrauend und hoffend Gott hinzuhalten. Schließlich wird Bedrängnis für den Menschen immer auch „Ärgernis und Torheit“ bleiben (vgl. 1 Kor 1,23).[315] Jede Krise birgt die Gefahr des Scheiterns, wie es sich auch in der (vorläufigen) Niederlage Jesu am Kreuz zeigt. Die Bedrängnis kann trotz ihrer Unerfassbarkeit in einer Haltung gläubiger Hoffnung erträglich sein.[316] Diese Erfahrung der Krise als Gottesferne wird theologisch ausgedeutet im Begriff „Hoffnung“.[317] Auf die Bedeutung der Hoffnung als der Perspektive auf einen „Aus-Weg“ im guten Sinne, als Horizont für einen Weg, der heraus- und weiterführt, ist noch gesondert einzugehen.[318]

Theologisch betrachtet sind Krisen unter anderem auch ein Ausdruck dafür, dass der Mensch das Leben nicht aus sich selbst hat, sondern auf Sinndeutung und die Verwirklichung von Sinn angewiesen ist. Der Mensch hat seine Identität und Hoffnung nur als schon begonnene Verheißung, nicht aber als festen und unverlierbaren Besitz. Aus dieser Sicht haben Krisen geradezu eine eschatologische Dimension und verweisen auf die Vorläufigkeit des Lebens, also auf eine noch ausste-

---

[314] H. U. von Balthasar, Wer ist ein Christ? Freiburg i. Br. [5]1993, 82.

[315] Vgl. ebd.

[316] Vgl. M. Schneider, Krisis: Zur theologischen Deutung von Glaubens- und Lebenskrisen. Ein Beitrag der theologischen Anthropologie, Frankfurt a. M. 1993, 284.

[317] Vgl. ebd., 282f.

[318] Vgl. Kapitel 8.2.

hende Endgültigkeit, die vorerst nur angedeutet ist. Der Weg dorthin birgt gleichermaßen Chancen und Risiken.

> „Die Glaubenserfahrung ‚Der Mensch in der Krise ist Gottes Anliegen' zieht sich wie ein roter Faden durch die Schriften, in denen Juden und Christen Gottes Geschichte mit ihnen dokumentiert sehen und erinnern. Wenn das ‚Glaubensbekenntnis' der Israeliten ‚Jahwe ist unser Gott' (vgl. Jos 24,16 ff; 1 Kön 18,21 ff; u. a.) erklärt werden soll, so kann dies im Verständnis der alttestamentlichen Schriften nicht anders geschehen, als dass man erzählt, wie Jahwe das Volk aus den tiefsten Krisen immer wieder herausgeführt hat, wie er es befreite von der Mühsal und Bedrängnis in Ägypten und in ein Land brachte, wo Milch und Honig überfließen (vgl. Dtn 26,9)."[319]

Von Jahwe zu sprechen bedeutet für Israeliten wie für Christen, das eigene Leben im Horizont Gottes zu sehen, der Krisen zwar nicht verhindert, vor ihnen nicht verschont, der aber mit starker Hand und ausgestrecktem Arm, mit großen Furcht erregenden Taten, Zeichen und Wundern in diese Zeiten, in die Geschichte eingegriffen hat (vgl. Dtn 26,8), und zwar gerade dann, wenn die Situation aussichtslos erschien. Jahwe ist nicht der Gott des leichten und bequemen Weges; aber es ist der Gott, der immer mitgeht und dabei ist, besonders in den Krisenzeiten: der „Ich-bin-da" (vgl. Ex 3,14).[320] Der glaubende Mensch leidet nicht weniger an den Krisen des Lebens. Zunächst ist die Krise für den glaubenden Menschen eine Situation vor Gott, zugleich jedoch immer auch eine Situation mit Gott. In der Krise erweist sich die Situation des Glaubenden als zweiseitig.

Glaube kann eine echte „Lebens-Hilfe" sein in der Krisenzeit. Gleichzeitig aber kann durch die Lebens-Krise auch eine Glaubens-Krise ausgelöst werden. Lebens-Hilfe ist der Glaube nicht, weil die Krise dann einfach „spirituell-mystisch" bewältigt werden könnte. Der Glaube befreit den Menschen nicht von der Erfahrung der Krise, sondern befähigt ihn vielmehr, sich ihr zu stellen. Glaube kann in seiner inneren Struktur dazu beitragen, Krisen zu bestehen, denn er hat Raum für

---

[319] I. Baumgartner, Pastoralpsychologie, 237.

das Tasten und Suchen des Menschen in der Krise. Der Glaube als Antwort des Menschen auf die Krise schenkt eine ureigene Sicherheit, sich in seiner Not nicht allein gelassen zu wissen. Der Gläubige kann auch in der Zeit vermeintlicher Sinnlosigkeit aufgrund seiner Belastung im Leben auf den verborgenen Sinn seines Weges vertrauen. In der Krise setzt sich der glaubende Mensch trotz Angst und Unsicherheit Gott als dem letztlich stets Unbegreiflichen und Unfassbaren in hoffendem Vertrauen aus, dass der Weg mit und vor ihm gut sei, zu einem guten Ziel hin führt.

Eine andere Seite des glaubenden Menschen aber zeigt sich ebenso in der Krisensituation: So kann die Krise an sich, mit dem Ringen nach Sinn und der daraus resultierenden „Antwortlosigkeit“, auch zur Glaubenskrise an sich werden. Die Geschichte des Glaubens kann auch eine Geschichte des „Erleidens Gottes“[321] sein. Insbesondere dadurch, dass die Krise für den Glaubenden ein Weg mit und vor Gott ist, wird dieser krisenhafte Weg gewissermaßen erlitten. Die Unerfassbarkeit der Krise in der Rätselhaftigkeit des ganzen Lebensweges macht den Menschen leiden. Insofern sich der Glaubende dem unfassbaren Gott im Vertrauen übereignet, also auf die Sinnhaftigkeit des Lebensweges in der Begleitung Gottes vertraut, „erleidet“ der Mensch Gott, weil er diese Ungewissheit aushalten muss. Der Mensch strebt nach greifbarer Sicherheit. Er will des Lebens habhaft werden. Der Weg mit Gott jedoch wird immer mit Unergründlichkeit und auch Unsicherheit verbunden sein. So erleidet der Glaubende seinen Gott, weil dieser bei aller Gegenwart immer auch der „ganz Andere“ ist, der nicht zu fassen ist. Das ist der grundlegende Widerspruch, dem der Mensch ausgesetzt ist. Sich dem Risiko der Unsicherheit auszusetzen, steht dem Streben und Bedürfnis des Menschen nach Sicherheit diametral entgegen. Zugleich aber wird dem Leben dadurch der nicht zu überbietende Sinn zugesprochen, im Letzten doch geborgen zu sein

---

[320] Vgl. ebd.

[321] M. Schneider, Krisis, 5ff.

in der „Hand Gottes“ und unterwegs zu sein zum guten Ziel: „In deine Hände lege ich voll Vertrauen meinen Geist; du hast mich erlöst, Herr, du treuer Gott“ (Ps 31,6). Das Paradoxon, dass gerade im Aushalten des nicht immer erkennbaren Sinnes im Leben, besonders in einer Krise des Lebens, eine Sinnhaftigkeit sich doch erweisen mag, wird dem Christen zugesagt (Mt 10,39): „Wer das Leben gewinnen will, wird es verlieren; wer aber das Leben um meinetwillen verliert, wird es gewinnen.“ In Jesus Christus hat sich Gott selbst mit dem krisenanfälligen und leidenden Menschen identifiziert, bis hinein in das Schicksal des Sterbens. Er litt im Kampf gegen das Leiden, in Solidarität mit den Leidenden.

> „Der auferstandene Christus ist zum Anführer der Menschheit auf ihrem Weg aus Leid und Tod hinein in den Lebenskreis Gottes geworden. Er ist für die Menschheit wahrhaft der Heiler – Christus medicus. […] Von dieser Neudefinition menschlicher Existenz und ihrer krisenhaften Infiziertheit leiten Christen die entscheidenden Hinweise für gelingendes Leben ab. Sie erkennen sich bereits in diesem Leben auf göttlichem Boden stehend, wo Krise, Leid und Tod nicht als endgültig anzusehen sind. […] Sie wissen sich berufen, am Aufbau eines Reiches Gottes mitzuarbeiten, wo der Einfluß von Angst, Leid und Tod immer mehr zurückgedrängt wird zugunsten eines neuen, bereits angebrochenen Lebens in der Partnerschaft Gottes.“[322]

7.5. Moraltheologische Grundaussagen: Ehekrisen-Bewältigung in Fern-Beziehungen

Nach den Relationen des Menschen als Bild Gottes und der Interpretation der Ehe als der Lebensform partnerschaftlicher Liebe kann nun auf Basis der entwickelten Grundlagen auf Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens und auf die Sinnfrage als Zuspitzung von Lebenskrisen und Ehekrisen verwiesen werden. Daraus werden schließlich Aspekte einer spezifisch christlichen Bewältigung von Ehekrisen in Fern-Beziehungen entwickelt. Diese wiederum bilden die Klammer für die folgenden Leitbilder und Grundhaltungen in akuten Krisen für die erfüllende Ehe als Fern-Beziehung.

7.5.1. Die Sinnfrage: Zuspitzung von Lebenskrise und Ehekrise in der Fern-Beziehung

Nachdem zuvor der Mensch in seinen tragenden Grundrelationen als Bild Gottes skizziert wurde[323] und Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens verortet wurden, ist aus dieser Perspektive eine eigene Zuspitzung der Zusammenhänge zwischen Lebenskrisen[324] und Ehekrisen in der Fern-Beziehung möglich: Erstens ist es möglich, dass in Krisen der Beziehung auf Distanz ebenso wie in Lebenskrisen dem Paar oder einem Partner ein Mangel an tragender Sinngebung bewusst wird. Dann ist die Partnerschaft existentiell herausgefordert und es stellt sich die Frage nach möglichen Ressourcen, aus denen eine Hilfe zur Bewältigung oder schlicht zum Standhalten geschöpft werden kann. Zweitens ist es möglich, dass eine bisher als tragend erfahrene Sinngebung des eigenen oder gemeinsamen Lebens erschüttert wird und sich nun nicht mehr als Lebenshilfe erweist. Drittens kann sowohl die Lebenskrise als auch die Ehekrise der Fern-Beziehung durch eine falsche Sinngebung des Lebensentwurfes mitbedingt sein, die sich als Ausdruck einer desorientierenden Sinngebung erweist. Anhand dieser drei Zusammenhänge kann gefolgert werden, dass eine Krisen-Bewältigung, die die Frage nach dem Sinnhorizont der menschlichen Existenz ausklammert, immer die Gefahr provoziert, die Symptome einer transzendierenden Sinnsuche falsch zu verstehen oder zu missachten.[325] Somit muss den betroffenen Ehepartnern klar werden, dass in existenziellen Krisen der gesamte Sinn-Horizont des gemeinsamen Lebensentwurfes hinterfragt wird. In dieser Herausforderung besteht aber auch die Gelegenheit für eine gemeinsame, tragfähige Neuausrichtung.

---

[322] I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 47f.

[323] Vgl. Kapitel 7.1.

[324] Vgl. vorhergehende Reflexionen zu Krisen, Kapitel 6 sowie Kapitel 8.

[325] I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 384ff.

Der Mensch muss sich zu den veränderten Gegebenheiten der Krisen in Fern-Beziehungen verhalten. Krisen haben keinen unbeeinflussbaren Ablauf. Krisen können gerade durch das Verhalten des betroffenen Menschen zu seiner Situation eine Wende erfahren.[326] Aus seinen Freiheitsmöglichkeiten kann der Mensch Stellung beziehen und das Geschehen lenkend beeinflussen. Die Beziehungen des Menschen entwickeln sich nicht selbstverständlich in eine bestimmte Richtung. Vielmehr verhält sich der Mensch zu seiner Entwicklung und damit zur Entwicklung seiner Relationen. Die Haltung zu den Entwicklungen bedeutet das personale Werden des Menschen.[327] Der Mensch kann im Rahmen seiner Bedingungen dazu beitragen, dass Krisen zu kreativen „Werdenskrisen“ anstatt zu „Verfallskrisen“ werden.[328] Mit Blick auf Krisen der Fern-Beziehung bedeutet dies, „daß nichts von allein wird. Wir müssen etwas tun, nicht dagegen, sondern damit“.[329] Für Beziehungskrisen bedeutet dies: Die Krise einer Ehe ist kein unbegreiflicher Prozess des Schicksals. „Ohne unsere bewußte oder unbewußte Mitwirkung geschieht nichts, weder beim Zustandekommen der Krise noch bei deren Überwindung.“[330] Aus dieser Perspektive wird deutlich, was die Interpretation im Horizont der Moraltheologie vorgibt: Sie will dem Menschen aufzeigen, wozu er in der Krise aufgerufen und herausgefordert ist. Sie zeigt einerseits ein präventives Leitbild der Ehe auf, das ein Klima der Krisenprävention und -bewältigung fördert. Andererseits ist eine Grundhaltung zu formulieren, die auf Krisensituationen vorbereitet und die Partner befähigt, so dass eine persönliche und gemeinsame Weiterentwicklung und damit positive Bewältigung der Krise ermöglicht wird.

---

[326] Vgl. T. Steinbüchel, Christliche Lebenshaltungen in der Krise der Zeit und des Menschen, Frankfurt a. M. 1949, 37.

[327] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 387.

[328] Vgl. ebd., 388.

[329] J. Duss-von Werdt, Die Ehe – eine Kette von Scheidungen, in: H. J. Schultz (Hg.), Trennung. Eine Grunderfahrung des menschlichen Lebens, Stuttgart 1984, 85.

[330] E. Meueler, Wie aus Schwäche Stärke wird. Vom Umgang mit Lebenskrisen. Reinbek 1987, 51.

Im Vordergrund des Interesses stehen Tugenden als Aspekte der sittlichen Kompetenz bzw. Lebenstüchtigkeit, wobei diese Haltungen zum Finden und zum Vollzug von Entscheidungen führen, die die Krise einfordert.[331] Der Sinn von Krisen der Fern-Beziehung kann als „Verwesentlichung der personal-relationalen Existenz“ der Beziehung gedeutet werden.[332] Die Erkenntnisse aus den zuvor entfalteten Relationen des Menschseins[333] gilt es nun auf die Situation des Menschen in der Krise zu übertragen. Der Begriff der Verwesentlichung bezieht sich dabei auf vier grundlegende anthropologische Dimensionen in der Krise, die vor allem auch im Erleben, Gestalten und Überwinden der Krise der Fern-Beziehung von zentraler Bedeutung sind und die anschließend im Wesentlichen knapp erläutert werden:[334] Die Relation zu sich selbst, der Fokus auf den Partner, die Beziehung als Gegenseitigkeit und die Frage nach dem Lebenssinn.

Die Selbst-Relation:

> In der Beziehung zu sich selbst vollzieht sich in der Krise der Fern-Beziehung eine Unterscheidung zwischen Wesentlichem und Unwesentlichem des Alltäglichen – sowohl für die gemeinsame als auch für die getrennte Zeit der Partner. Der Mensch kommt sich selbst und der Wahrheit seines Lebens und damit seiner Partnerschaft näher und muss seine Lebenswahrheit vollziehen im Rahmen seiner Möglichkeiten (der Mensch im Unterwegssein, der zu werden, der er ist bzw. der er sein kann).

Die Partner-Relation:

> In Hinsicht auf den Partner kann im Sinne von Verwesentlichung davon gesprochen werden, dass in der Krise der Fern-Beziehung die Wahrheit des anderen, des Du, immer neu gesucht und respektiert werden muss. Sie muss, sofern sie

---

[331] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 388.

[332] Ebd., 389.

[333] Vgl. Kapitel 7.1.

erfassbar ist, aktiv respektiert werden, was wiederum bedeutet, dass eine Weiterentwicklung ermöglicht und bewusst herausgefordert wird.

Die Gegenseitigkeits-Relation:

Der Umgang des Paares in der Fern-Beziehungskrise miteinander bedeutet ebenso eine Verwesentlichung: vor allem die Aufgabe, sich wesentlich mit-zuteilen, wesentlich miteinander zu reden. Kann in Hinsicht auf den Partner-Fokus von herausgeforderter, also nahezu provozierter Weiterentwicklung gesprochen werden, so bedingt diese im weiteren Schritt die Kommunikation des Paares. Dazu zählt der Lernvorgang der Artikulation der wesentlichen Bedürfnisse – wiederum konkret für die gemeinsamen, aber auch für die entfernten Zeiten.[335]

Dabei geht es nicht um eine selbst- oder ichbezogene Verwirklichung. Es ist dabei auch nicht die Entfaltung der persönlichen Eigenarten gemeint. Vielmehr geht es darum, dass sich Selbstverwesentlichung und relationale Verwesentlichung gegenseitig fördern. Dann geraten funktionale Dimensionen („Wie nützt du mir?“) in den Hintergrund zugunsten der personalen Dimensionen („Wie vermögen wir miteinander, füreinander und im Dienst an einer übergeordneten Aufgabe die zu werden, die wir sein können?“).[336]

Die Lebens-Sinnfrage:

Alle drei vorgenannten Aspekte korrelieren stark mit dieser zugrunde liegenden Dimension, die in der Partnerschaft auf Distanz außerordentliche Bedeutung erlangt. Krisen in der Fern-Beziehung lassen oftmals die verlorene Tragfähigkeit

---

[334] Vgl. zu den Grunddimensionen: S. E. Müller, Krisen-Ethik, 389ff.

[335] „Nichts enttäuscht uns tiefer als die Unmöglichkeit, nach unserem eigenen Wesen zu leben. Die wesentlichen Bedürfnisse gehören zu unserem Selbstzentrum. Wir leben nicht als diejenigen, die wir sind, solange es uns nicht gelingt, ihnen Gehör zu verschaffen. Das gilt für beide Partner gleich. Ein Paar, das sich nicht abstimmen kann, verhindert die Selbstverwirklichung beider Partner. Aber nicht nur das: Es verhindert die eigene Beziehung.“ M. L. Moeller, Anders helfen. Selbsthilfegruppen und Fachleute arbeiten zusammen, Stuttgart 1988, 14.

[336] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 390.

eines eigenen und – damit in Korrelation – des gemeinsamen Sinnentwurfes deutlich werden. Das erfordert eine Neuordnung der eigenen sowie der gemeinsamen geltenden Sinn- und Werteordnung.

Aus der Spannung dieser vier Dimensionen in der Fern-Beziehungskrise kann die Möglichkeitsbedingung entstehen für eine gleichzeitige Versöhnung der Relationen, für den nie fertigen, dynamischen Werdeprozess der Persönlichkeit und damit für eine gelingende Partnerschaft auf Distanz. Schließlich

> „kann schon darauf verwiesen werden, daß eine solche vierdimensionale Verwesentlichung selten geradlinig verlaufen wird, da mit Widerständen zu rechnen ist. Insofern kann dieser Werde-Prozeß als stets nötige dynamische Versöhnung verstanden werden, mit sich selbst, mit dem anderen und schließlich mit dem Ursprung und Ziel des Daseins überhaupt. So wird deutlich, daß Bewältigung der Krise nicht mißverstanden werden darf als Beseitigung ihrer Symptome, sondern personal-realtionale Wandlung meint."[337]

7.5.2. Ehe als Fern-Beziehung im Horizont der Moraltheologie

Die Moraltheologie zeigt, wie die christliche Botschaft in Anbetracht der Herausforderung der Gegenwart gelebt werden kann.[338] Gleichzeitig ist es ihre Aufgabe, aus dem Licht des Evangeliums spezielle Wege aufzuzeigen, wie die Lebensführung angesichts der Herausforderungen moderner Gesellschaft gelingt. Im Zeitalter der Mobilität sind „Ehe und Familie als Bündelung von Lebensplänen […] mittlerweile in allen Bezugspunkten [...] durch vielfältige Wahlmöglichkeiten und -zwänge"[339] aufgebrochen. Dies bezieht sich nicht nur auf die Belastungs- und

---

[337] Ebd.

[338] Vgl. E. Schockenhoff, Wie gewiss ist das Gewissen?, 171f.

[339] H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 33. Vgl. dazu ebenso ders., Familie und christliche Ethik.

Scheidungsproblematik, sondern auf die ganze konkrete Gestaltung des ehelichen und familiären Lebensalltags:

> „Mehr noch als in Bezug auf die Paarbeziehung ist die Sehnsucht nach einer bereichernden Balance zwischen den Bedürfnissen, Wünschen, Ängsten, Zwängen, in denen die Familienmitglieder stehen, heute die innere Dynamik, die nach immer neuen Formen gelungenen Zusammenlebens zwischen Eltern und Kindern, junger Generation und Alten, durch Scheidung entstehender ‚Restfamilien' und ‚Patchworkfamilien' Ausschau zu halten scheint".[340]

Die Pluralität der gegenwärtigen modernen Gesellschaft, insbesondere des ehelichen bzw. partnerschaftlichen Lebens, ist ein Spiegel der Versuche der Menschen, im Kontext verwobener sozialer, ökonomischer und politischer Entwicklung die Balance in der Selbstdefinition herzustellen. Christlicher Glaube hat als mehrdimensionaler und authentischer Lebensentwurf zwischen Kreativität und Akzeptanz von Grenzen dafür seine ureigene Bewältigungshilfe zu entfalten.[341] Theologie muss ermutigen zu einer Hoffnung für ein Gelingen menschlicher Liebe als geschenkte und empfangene Intimität in der Ehe, in der die Partner in Hingabe und Autonomie ihren Platz finden und in dauerhafter, lebenslanger Bindung und Treue die gemeinsamen Lebensentwürfe entfalten können. Neben der Ermutigung, die die Theologie leisten kann, dass intime Nähe und liebende Reife in gegenseitiger Hingabe und Selbständigkeit gelingen können, gilt es die Partner zu einer „realistischen Kultur der Belastungen"[342] zu befähigen, ohne die eine Ehe in Hinblick auf die Herausforderungen der Mobilität unrealistisch und nicht tragfähig lebbar sein wird.

---

[340] J. Römelt, Freiheit, die mehr ist als Willkür. Christliche Ethik in zwischenmenschlicher Beziehung, Lebensgestaltung, Krankheit und Tod, Regensburg 1997, 117.

[341] Vgl. ebd.

[342] Vgl. ebd., 124.

Der christliche Lebensentwurf gibt Richtlinien vor, in denen die Beziehung in der modernen Lebenswelt erfüllend gestaltet werden kann. Es geht dabei sowohl um die gestaltende Überwindung der Belastungen des Lebens als auch um die kreative Akzeptanz der gegebenen Grenzen.[343] Aus Sicht der Moraltheologie betrachtet ist die Begrenztheit des menschlichen Lebens keine Bedrohung gelingender Lebensbalance in gesellschaftlicher und privater Aktivität. Vielmehr muss sie diese im Ringen um befriedigende Lebensgestaltung zur Geltung bringen. Die theologische Deutung stellt daher bei ihrer Interpretation im Kontext der gegenwärtigen Struktur der Gesellschaft eine Perspektive heraus, die sich nicht auf formale Perspektiven des Ehe- und Beziehungslebens als Funktion der Gesellschaft reduzieren lässt. Die individuelle, aber auch die gemeinsame Lebensgeschichte der Partner (mit ihrem Glück, den sinnstiftenden Möglichkeiten der Begegnung aber auch den Sachzwängen und Begrenzungen) konkretisiert die Gestalt der Ehe zu einem einzigartigen Entfaltungsreichtum. Grenzen und Krisen des gemeinsamen Lebens, wie sie bedingt durch Fern-Beziehungen auftreten, können dabei integriert und für die partnerschaftliche Entwicklung bereichernd gestaltet werden.

Ehetheologie im Zeitalter der Mobilität ist konfrontiert mit der Aufgabe, Partnerschaft und Ehe unter den Herausforderungen und Ansprüchen der modernen Gesellschaft neu zu bedenken. Demnach müssen pluralistische und individualisierende Bedingungen der Gesellschaft so reflektiert werden, dass für die Lebenssituation der Paare die Bedingungen für eine spezifisch christliche Prävention und für die Bewältigung von Grenz- und Krisenprozessen entwickelt und aufgezeigt werden. Eine Bewertung der Ehe aus theologischer Sicht hat also zweierlei zu leisten: Einerseits müssen die herausfordernden und belastenden Gegebenheiten monogamer, lebenslanger Ehe in der gegenwärtigen Gesellschaft berücksichtigt werden. Andererseits aber muss sie den Impuls aufnehmen, die „lebendige Ge-

[343] Vgl. ebd.

genwart der in Jesus Christus geschenkten Liebe Gottes zu bezeugen […]“[344], die der Ehe aus dem Anteil am Sendungsauftrag Jesu zukommt.

Das Verhältnis der lebenslangen Bindung der Ehepartner muss durch personale und moralische Gestaltungskraft befähigt und stabilisiert werden. Darin liegen wesentliche theologische Chancen, aber auch Probleme in Bezug auf die gegenwärtige Situation der Ehe. So kann ein Sinnanspruch verwirklicht werden, der am christlichen Menschenbild orientiert ist. Im Subjektbezug moderner Ehe ist ein stark individueller Entfaltungsraum vorgesehen, der den Partnern ermöglicht, sich füreinander zu öffnen, sich zunehmend, wechsel- und gegenseitig zu verstehen und zu wachsender personaler Wertschätzung zu gelangen.

Durch die veränderte Lebenserwartung der Menschen und der damit stark veränderten Dauer des ehelichen Zusammenlebens wirkt sich auch die Dynamik der wechselnden Aufgaben und Interaktionen der beschriebenen Abschnitte im Ehezyklus stärker aus. Zentral für die dauerhafte Tragfähigkeit der Partnerschaft ist die Ausbildung einer starken subjektiven Identität. Diese muss die Partner befähigen, eine ständige Versöhnungsbereitschaft innerhalb der Partnerschaft in der Dynamik des Zusammenlebens, in der Spannung von Distanz und Nähe (örtlich wie psychologisch), bei Stabilisierung und Stimulierung, in der Fürsorge und Selbstabgrenzung, für Entzug und Befriedigung zu kultivieren.[345] Diese Balance realisieren zu können, stellt eine bleibend hohe Anforderung an die sozialen Kompetenzen der Partner im Umgang miteinander dar. Diese Kompetenzen, besonders die Kommunikationsfähigkeit und damit verbunden die Konfliktfähigkeit und die Versöhnungsbereitschaft, stärken und ausbauen zu helfen, ist eine primäre

---

[344] Christlich gelebte Ehe und Familie, in: Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland. Offizielle Gesamtausgabe, Freiburg i. Br. [2]1976, 425.

[345] Vgl. dazu besonders die folgenden Reflexionen in Kapitel 7.6.

Aufgabe der Theologie. Die Theologie kann hier Hilfestellung geben, die dazu notwendigen Kräfte der Betroffenen zu mobilisieren.[346]

Neben den Bedingungen der modernen Gesellschaft muss eine theologische Bewertung zugleich den Zielnormen des christlichen Eheverständnisses gerecht werden. Alttestamentlich ist dabei Jahwes Bundesverhältnis zu Israel zu nennen. Es bietet eine Leitlinie, wie die Menschen ihre Ehe in den unterschiedlichen normativen und akzidentellen Krisen und Wandlungen gestalten sollen. Das wird deutlich in der spannungsreichen Entfaltung der Bundesgeschichte. Es bietet die hermeneutische Basis für das Verständnis, wie Menschen in der Ebenbildlichkeit Gottes, im schöpferischen Fürsorge- und Treueverständnis, Ehe gestalten sollen. Im Neuen Testament verdeutlicht die Stellung Jesu zur Ehescheidung (Mk 10,2-12) die ursprüngliche Absicht Gottes mit dem Menschen. Mann und Frau sind demnach von Gott zu einer unauflösbaren Einheit gefügt. Dieses Band, das seiner Erfüllung und Integrität wegen geschaffen ist, sollen die Menschen nicht trennen.[347] Die Ehe ist darüber hinaus symbolisches Verhältnis zwischen Christus und der Kirche (Eph 5,22). In der Zuwendung Christi zu seiner Gemeinde ist die Qualität der Beziehung von Mann und Frau vorgezeichnet. Wird die Ehe in dieser Form als stellvertretend verstanden, ist sie der Ort, an dem sich Nachfolge und Sein in Christus verwirklichen kann.[348]

7.5.3. Christliche Ehekrisenbewältigung in der Spannung von Unauflöslichkeit und möglichem Scheitern der Ehe

Nachdem die Ehe als Fern-Beziehung im Horizont der Moraltheologie aufgezeigt wurde, können nun daran anschließend die Besonderheiten christlicher Bewälti-

---

[346] Vgl. M. Masshof-Fischer, Ehe, XI. Theologisch-ethisch, in: LThK3, Bd. 3, 482f.

[347] Vgl. dazu folgendes Kapitel 7.5.3.

[348] Vgl. M. Masshof-Fischer, Ehe, 483f.

gung von Ehekrisen in der Spannung der Unauflöslichkeit der Ehe einerseits und der Gefahr des möglichem Scheiterns andererseits dargelegt werden. Die Überlegungen orientieren sich wesentlich an den Erkenntnissen über die zuvor entfalteten Gedanken der Lebenskrisen aus der Sicht des Glaubens.[349] Damit wurden die wichtigsten Bedingungen aufgezeigt, um daraus auch ein moraltheologisches Leitbild zu entwerfen, wie die Ehe unter den Bedingungen einer Fern-Beziehung gelebt werden kann.[350]

Moraltheologie steht im Zeitalter der Mobilität und Flexibilität angesichts steigender Belastungen für Ehe und Familie und der Konsequenz zunehmender Scheidungszahlen vor der Herausforderung, die ureigene Botschaft von Gottes-, Nächsten- und Selbstliebe für das Gelingen persönlicher Beziehungen, besonders auch für Krisenzeiten der Ehe zu konkretisieren.[351] Die Moraltheologie kann den Menschen Orientierung für ein gelingendes Leben in Krisen geben. Für die konkrete Situation von Ehekrisen in Fern-Beziehungen bedeutet dies, dass aus dem Blickwinkel der katholischen Moraltheologie heraus einerseits ein konkretes Leitbild für die Ehe als Fern-Beziehung aufgezeigt werden muss, das Ehekrisen vorbeugt, und zugleich dem Paar im konkreten Fall eine verbesserte, gemeinsame Bewältigung von Krisen erleichtert. Andererseits sollen grundlegende Haltungsbilder für akute Krisenzeiten aus der gleichen Perspektive entwickelt werden. Diese sind als Grundhaltungen konzipiert, die die Partner befähigen, mit Krisen umzugehen. Ein moraltheologisches Leitbild und formulierte Grundhaltungen sind eine Einladung für Betroffene, zur „kreativen Applizierung auf deren konkrete Situation“[352]. Kreative Prozesse sind in Krisen meist stark eingeschränkt oder sogar unmöglich. Oft ist dann der Grundbestand an Wissen und an Reaktionsmöglichkeiten nicht mehr

---

[349] Vgl. Kapitel 7.3.

[350] Vgl. Kapitel 7.5.

[351] Vgl. D. Mieth, Kontinuität und Wandel der Werteordnung, in: Concilium 23, 1987, 213.

[352] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 369.

abrufbar und realisierbar. Diese Erkenntnis ist auch für ein krisen-ethisches Leitbild und für die Grundhaltungen der Fern-Beziehung von Bedeutung: Sie sollen emotionale Entlastung bieten, das Erkennen von gemeinsamen Bewältigungsstrategien ermöglichen sowie Auswege zum neuen Erwerb von sozialen Kompetenzen aufweisen. Dadurch werden Hilfestellungen zur Angstbewältigung leichter erschlossen und notwendige kreative Prozesse gefördert, die die Bewältigung von Krisenzeiten in Beziehungen überhaupt erst möglich machen. Somit geht es hier auch darum, wie aus einem ambivalenten, oft auch lähmenden Schwebezustand der Ehekrise, zwischen einem „Ja“ oder „Nein“ zur Partnerschaft, ein „Trotzdem“ werden kann.[353]

Als Thema der Moraltheologie enthüllen auch die Situationen der Krisen in Fern-Beziehungen, wie vorangehend für Lebenskrisen gezeigt,[354] zunächst das „Gefahrengewicht der Insecuritas“ der menschlichen Existenz.[355] Gewissheit, die der Mensch, der ewig Suchende, erreichen kann, ist auch in Beziehungen immer zugleich eine in Ungewissheit. Eine Deutung und Aufarbeitung der Krise der Fern-Beziehung kann nicht ausschließlich anhand humanwissenschaftlicher Einordnungen vorgenommen werden. Die Wirklichkeit von Beziehungen überschreitet immer auch ein messbares Maß an Interpretation. Ein ganzheitliches Verständnis der Krisenzeit bedarf daher auch theologischer Orientierung bzw. damit eng verbunden eine Deutung aus der Perspektive des Glaubens. Aus theologischer Sicht ist es der Glaube, der den Blick aus der Enge der Beziehungskrise ermöglicht. Es geht dabei keinesfalls um Mystik im Sinne übernatürlicher Einflussnahme, sondern um eine erweiterte Entschlüsselung der Lebens- und Beziehungswirklichkeit. Im Horizont der Offenbarung gibt es kein blindes Schicksal. Indem der glaubende Mensch sich der Selbstmitteilung Gottes öffnet, geschieht „Enthüllung der Wirk-

---

[353] Vgl. ebd., 381f.

[354] Vgl. Kapitel 7.3.

[355] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 384.

lichkeit“[356]. Denn was als Schicksal auftritt, erscheint im Blick des Glaubenden in einem neuen Zusammenhang, da alles, was sich ereignet, in einem personalen Bezug erscheint.[357] Das Leben wird in Relation zu dem Du betrachtet, das Ziel, aber auch Ursprung des Ganzen ist: Gott.

Die Fragestellung kann für den Glaubenden dann auch lauten: Ist in der Herausforderung einer Fern-Beziehungskrise ein Richtungsweisen Gottes erkennbar – und wohin weist Gott darin den einzelnen Partner und das Paar? Für den glaubenden Menschen sind alle Geschehnisse auch Verweise auf die Vorsehung oder zumindest die Zulassung Gottes. „Es kann für ihn prinzipiell gar kein Ereignis geben, auf das sich dieser Verstehensschlüssel nicht anwenden ließe.“[358] Um etwas von diesem Plan annehmen bzw. entdecken zu können, bedarf es einer intensiven betrachtenden und deutenden Bemühung.[359]

Bereits der Coram-Deo-Standpunkt des Glaubens vermag in der Enge der Beziehungskrise zu entlasten und im Vertrauen Hoffnung zu ermöglichen.[360] Was zuvor bereits zum Thema Lebenskrise[361] erörtert wurde, gilt, darauf aufbauend, umso mehr für die Krise der Fern-Beziehung: Glaube bewahrt in keiner Weise vor den Herausforderungen. Auch ist er kein billiges Heilmittel oder gar Prophylaktikum. Gewissheiten, die der Glaube schenkt, bleiben immer angefochten und fordern immer wieder heraus. Dennoch: Der Glaube befähigt den Menschen nachhaltig, sich den Herausforderungen zu stellen und gibt eine ureigene „Handreichung“,

---

[356] R. Guardini, Freiheit, Gnade, Schicksal, München 1948, 262.

[357] Vgl. Ebd., 244.

[358] K. Demmer, Gottes Anspruch denken. Die Gottesfrage in der Moraltheologie, Freiburg i. Br.1993, 90f.

[359] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 392.

[360] Vgl. ebd.

[361] Vgl. Kapitel 7.3.

wodurch erst ein Klima der verbesserten Prävention und Bewältigung ermöglicht wird.[362] In allen Ehekrisen ergeht eine Anfrage Gottes, die sich an das Paar richtet.

Es ist bemerkenswert, wenn in der Urgeschichte der Genesis für eine Dialektik des Bösen als Erstes die Beziehung von Mann und Frau aufgezeigt wird. Die wesensgemäße Bestimmung der Mann-Frau-Beziehung liegt in der Gemeinschaft des Lebens und der gegenseitigen Daseinshilfe, in einer beiderseitigen „Gehilfenschaft“[363]. Die Erzählung zeigt jedoch auch, dass diese Bestimmung nur errungen werden kann, wenn sie bestärkt wird durch die Lebendigkeit, die aus dem Einvernehmen mit dem Schöpfer erwachsen muss. Die Relation des Menschen als Geschöpf zum Schöpfer ist in Analogie eine Grundlage für die Würde und Achtung der Partnerin bzw. des Partners. Wenn die Einheit mit Gott zerbricht, verkehrt sich die „Gehilfenschaft“ in ihr Gegenteil. Die Folge wäre ein Kampf der Geschlechter, „das Chaos der Geschlechtsbeziehungen“[364].

Jesus stellt zum Problem von Ehekrisen, die in der Spannung zwischen einem möglichen Scheitern der Ehe einerseits sowie ihrer Unauflöslichkeit andererseits stehen, eine zentrale „Diagnose“. Er nennt einen einzigen Grund, warum Ehepartner langfristig nicht mehr miteinander zurechtkommen: Nach Mk 10,5 ist der Ursprung für ein Scheitern in der „sklerokardia“, der Herzenshärte, zu sehen. Die „sklerokardia“ ist ein biblischer, besonders weisheitlich geprägter Begriff. Allgemein wird darunter die „Innenseite der Sünde“, besonders aber die Sünde gegen Gott verstanden: „mangelnde Umkehrbereitschaft, Verschlossenheit gegenüber Gott, Verstockung“.[365] Damit ist ebenso ein besonderes, generelles Verschlossen-

---

[362] Vgl. E. Biser, Ist der Mensch, was er sein kann?, in: StZ 106, 1981, 297 in Bezug auf Mt 14,31.

[363] R. Guardini, Der Anfang aller Dinge. Weisheit der Psalmen, Mainz 1987, 101.

[364] Ebd., 109.

[365] U. Lutz, Das Evangelium nach Matthäus (Mt 18-25), EKK, hg. v. Josef Blank u. a., Neukirchen-

sein gegenüber dem anderen Menschen gemeint.[366]Ein verhärtetes Herz hat zur Folge, dass der Mensch nichts mehr an sich heran lässt. Er lässt sich von nichts mehr berühren. Gegen die Impulse seines Gewissens und seines Gefühls ist er nicht mehr empfänglich. Das verhärtete Herz verschließt sich gegen Impressionen von außen (Du-bezogen) ebenso wie von oben (Gott-bezogen). Ein verhärtetes, erstarrtes Herz entwickelt sich nicht mehr weiter.[367] Jesu konkretes Verbot widerspricht der Möglichkeit einer Ehescheidung, um den ursprünglichen Schöpferwillen Gottes wieder zur Geltung zu bringen. „Gottes ursprünglicher Wille ist im Scheidungsverbot getroffen."[368]Der Mensch soll nach Gottes in seiner Schöpfung zum Ausdruck gebrachten Willen seinen Ehebund nicht lösen.[369] Die Betonung liegt auch auf der Einheit von Mann und Frau, die den ganzen Menschen mit Leib und Seele einbezieht.[370] Danach ist die Ehe von Gott gewollt als grundlegend personale Gemeinschaft von Mann und Frau, die sich unwiderruflich verbinden. Lutz betont zu der analogen Stelle bei Matthäus (Mt 19,1-9), dass im Begriff des „ein Fleisch Werdens" vor allem die in der Sexualität erfahrene Einheit von Mann und Frau zum Ausdruck kommt.[371] So gelangt er schließlich zu der Zusammenfassung: „Gott selbst ist es, der die Ehen zusammengefügt hat; deswegen soll sie der

---

Vluyn 1997, 94. Der evangelische Theologe Wiefel sieht darin eine Konzession, die sich auf die von den Propheten beklagte Herzensverhärtung bezieht (Jes 4,4; Ez 3,7). Vgl. W. Wiefel, Das Evangelium nach Matthäus, Theologischer Handkommentar zum Neuen Testament, Bd. 1, Leipzig 1998, 333.

366 Vgl. T. Sorg, Herz, in: TBLNT, Bd. 1, 1979, 683 sowie S. E. Müller, Ist die Liebe noch zu retten? Spirituelle Impulse zu Krisen und Versöhnung in der Ehe, in: ders., E. Möde (Hgg.), Ist die Liebe noch zu retten? Brennpunkt Partnerschaft, Sexualität und Ehe, Glaube und Ethos. Theologie im interdisziplinären Dialog, Bd. 1, Münster 2004, 261-274, hier 267.

367 Ebd.

368 R. Pesch, Das Markusevangelium II. Teil, Band II, Kommentar zu Kap. 8,27-16,20, Herders Theologischer Kommentar zum Neuen Testament, Freiburg/Basel/Wien 1977, 124.

369 Vgl. ebd.

370 Vgl. J. Ernst, Das Evangelium nach Markus, Regensburger Neues Testament, Regensburg 1981, 289.

371 U. Lutz, Das Evangelium nach Matthäus (Mt 18-25), 94.

Mensch nicht scheiden."[372] Nur wenn der Mensch in seinem Herzen innerlich verhärtet, kann er den Willen des Schöpfers nicht mehr erfüllen. „Da wir aber den Anweisungen der Liebe folgen sollen, müssten wir zusehen, die eigenen Fehler nicht mit dem Mantel der Gesetze zuzudecken, um so die Schuld nur zu verdoppeln.[373] Aus der Sicht Jesu geht es in der Aussage, dass der Mensch nicht trennen soll, was Gott verbunden hat (vgl. Mk 10,9), nicht um eine ethisch rigorose Entscheidung.[374] Vielmehr ist seine Perspektive geprägt von der nahenden eschatologischen Herrschaft Gottes. Diese ist wiederum nur von einer neuartigen Zuwendung Gottes zum Menschen zu verstehen.[375] Durch sie kann der Mensch die Herzenshärte immer wieder überwinden und dann dem Schöpferwillen wieder entsprechen. „Denn zuvor stehen das gekommene Reich Gottes, der erfüllte Bund, die erschienene Gnade. Wer dieses Geschenk von Jesus annimmt, indem er sich zu seinen Worten bekennt, für den ergäbe sich die Unmöglichkeit der Scheidung als der offenbare ursprüngliche Sinn von Gen 2,18ff."[376]

Der Mensch ist von der Schöpfung auf die Ehe verwiesen, als eine Bindung, die einzigartig und endgültig ist. So erfüllt der Mensch seine innere Weisung. Daher findet das monotheistische Gottesbild seine Entsprechung in der monogamen Ehe.[377] Die Möglichkeit, die einzigartige und endgültige Bindung der Ehe gegen alle Anfechtungen der lebenslangen Krisenanfälligkeit zu leben, nährt sich aus der uns immer schon zuvorkommenden Liebe Gottes, der uns zuerst geliebt hat. So ist es nicht mehr „Gebot von außen her, das uns Unmögliches vorschreibt, son-

---

[372] Ebd.

[373] J. Gnilka, Das Evangelium nach Markus (Mk 8,27-16,20), Evangelisch-Katholischer Kommentar zum Neuen Testament II/2, EKK, 79.

[374] Vgl. dazu auch Kapitel 7.2.

[375] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 130f.

[376] J. Gnilka, Das Evangelium nach Markus, 79.

[377] Vgl. Benedikt XVI, Deus caritas est, I 11.

dern geschenkte Erfahrung der Liebe von innen her, die ihrem Wesen nach sich weiter mitteilen muß. Liebe wächst durch Liebe. Sie ist ‚göttlich' weil sie von Gott kommt und uns mit Gott eint, uns in diesem Einigungsprozeß zu einem Wir macht, das unsere Trennungen überwindet. Und uns eins werden lässt, so daß am Ende ‚Gott alles in allem' ist (vgl. 1 Kor 15,28).[378]

Für den Extremfall der Ehekrise mit der Möglichkeit des Scheiterns ist jedoch auch zu bedenken, dass das Aufrechterhalten möglicherweise inhuman gewordener Eheverhältnisse mit dem Kernanliegen der Kirche, Humanität zu ermöglichen und zu schützen, stets als unvereinbar betrachtet worden ist.[379] Denn „eine Gemeinschaft, die keine Ehe mehr sein kann, ist nach Ansicht der Tradition aufzulösen"[380]. Es ist also auf die Gefährdung zu achten, die durch einen juristischen oder ethischen Rigorismus entstehen könnte. „Scheidung kann Zeichen der Buße sein, in der zwei Menschen zu ihrer Schuld stehen, daß es ihnen nicht gelungen ist, nach Gottes Willen aus seinem Geschenk heraus zu leben, und kann darum freimachen zu neuer Barmherzigkeit Gottes. Umgekehrt kann ein äußeres Weiterführen einer zerbrochenen Ehe solche Schulderkennntnis gerade verwischen."[381] Knapp spricht diesbezüglich von einem nüchtern-realistischen Bemühen im Neuen Testament um lebbare und praktikable Regelungen. Er konstatiert aber zugleich, dass nirgendwo im Neuen Testament ausdrücklich oder gar eindeutig von der Möglichkeit einer Wiederverheiratung Geschiedener die Rede ist.[382] Für Jesus ist es in seiner Botschaft zentral, Werte wie Vertrauen, Verbindlichkeit und Treue immer wieder neu wachzurufen. Er verkündet eine entschiedene und unbedingte

---

[378] Ebd. I 18.

[379] Vgl. G. Marschütz, Familie humanökologisch, 387.

[380] B. Schüller, Die Begründung sittlicher Urteile. Typen ethischer Argumentation der Moraltheologie, Düsseldorf ^{3}1987, 255.

[381] E. Schweizer, Das Evangelium nach Markus, Teilband 1, Das Neue Testament Deutsch, Göttingen und Zürich 1989, 111.

[382] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 65f.

Liebe für die lebenslange Partnerschaft von Mann und Frau: „Die Liebe, die er lehrt, soll in der Bereitschaft zum Verzeihen selbst Untreue und Enttäuschungen überdauern. Sie weiß sich […] verantwortlich bis zum Tod; und diese Verantwortung kann nicht einfach durch einen Scheidebrief abgegolten werden."[383]

Ob der Mensch sich gewinnt oder verliert bzw. vom Du zum Wir in den krisenhaft bedrohenden Herausforderungen der Ehe als Fern-Beziehung findet oder nicht, hängt, theologisch betrachtet, auch von der Entfernung bzw. Annäherung des Menschen von seinem Wesensort ab, der in einer lebendigen Gottbezogenheit besteht. Alle im Menschen wirksame Lebendigkeit hat ihren Ursprung in Gott. So kann von einer „vertikalen Bezogenheit" des Menschen gesprochen werden, von Angesicht zu Angesicht auf den lebendigen Gott hin, in der er sich als die lebensspendende Achse des menschlichen Daseins schlechthin erweist.[384] Daraus lässt sich ableiten, dass „der ganze Reichtum der Beziehung von Mann und Frau zu wirklicher Lebendigkeit nur kommt und in ihr verbleibt, wenn diese Achse erhalten bleibt. Wo immer diese Grundausrichtung gefährdet ist, […] ist Lebensminderung die Folge, taumelt der Mensch in ein verkürztes Dasein."[385] Die Konzilsväter zeigen diese grundlegende Situation des Menschen in der Pastoralkonstitution auf (GS 13):

> „So ist der Mensch in sich zwiespältig. Deshalb stellt sich das ganze Leben des Menschen, das einzelne wie das kollektive, als Kampf dar, und zwar als einen dramatischen, zwischen Gut und Böse, zwischen Licht und Finsternis. Ja, der Mensch findet sich unfähig, durch sich selbst die Angriffe des Bösen wirksam zu bekämpfen, so daß der sich wie in Ketten gefesselt fühlt. Der Herr selbst aber ist gekommen, um den Menschen zu befreien und zu stärken, indem er ihn innerlich erneuerte und ‚den Fürsten der Welt' (Jo 12, 31) hinauswarf, der ihn in der Knechtschaft der Sünde festhielt."

---

[383] F. Böckle, Pastoraltheologie der Ehe, in: ders./N. Greinacher/F. Betz (Hgg.), Ehe in der Diskussion, Freiburg i. Br. 1970, 9-46, hier 31.

[384] Vgl. B. Fraling, Sexualethik, 112.

[385] Ebd.

Der Christ ist realistisch genug, Abgründe der Sünde zu sehen, aber er sieht sie eingebettet in der immer größeren Hoffnung, die in Jesus Christus geschenkt ist.[386] Jesus Christus ist als das einzige Heil des Menschen zu sehen. Der Mensch bedarf neben der Reifung vor allem auch der Erlösung.[387] Wird demzufolge eine mögliche Sinnbestimmung von Krisen der Fern-Beziehung formuliert, kann sie als Ruf Gottes interpretiert werden, der sich ausspricht in der Wo-Frage der Genesis. Somit ist ein Einspruch für Krisen des Paares gegeben, nicht weil das Paar in Gott einen Widersacher haben würde, sondern vielmehr weil er der Frau-Mann-Beziehung „Erfüllungs- und Beglückungsmöglichkeiten"[388] zudenkt, die in der Distanziertheit zu ihrem Wesensort dem Paar nicht zugänglich werden.

Die vertikale Ausrichtung der Partner auf den Ursprung und das Ziel allen Seins, die den Menschen vor der Verfehlung seiner selbst und des Du seines Partners bewahren kann, eröffnet eine spezifische Grundbereitschaft und Möglichkeit der Umkehr. Umkehr bedeutet in diesem Zusammenhang die Ergreifung einer Handreichung, die Jesus Christus bietet, aufzeigt und selbst ist.[389] Die Ermöglichung eines stetig nötigen Neuwerdens des Paares, um in den Krisen der Beziehung bestehen zu können, sie explizit aus christlicher Perspektive bewältigen zu können, erfordert eine immer neue, dynamische und grundsätzliche Aufbruchs- und Veränderungsbereitschaft des Menschen.[390] Mit diesem Anspruch verbunden ist ein Zuspruch für einen Halt gebenden Beistand und Hilfen, derer die Partner in

---

[386] Vgl. KEK Bd. 1, 137.

[387] Vgl. J. Gründel, Schuld und Versöhnung, Mainz 1985, 110.

[388] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 397.

[389] Vgl. ebd.

[390] Vgl. B. Fraling, Geistliche Erfahrungen machen. Spiritualität im Seelsorge-Verbund, Würzburg 1992, 74.

Krisen bedürfen, um auch die Wandlung und notwendige Umkehr und damit die Verwandlung der Herzenshärte immer wieder vollziehen zu können.[391]

7.6. Moraltheologisches Leitbild: Ehe als Fern-Beziehung

Im Horizont der in den vorangehenden Abschnitten skizzierten Voraussetzungen kann nun ein signifikant moraltheologisches Leitbild für die Ehe als Fern-Beziehung entwickelt werden. Dieses Leitbild muss ein übergeordnetes Orientierungs-Modell für den gemeinsamen Lebensentwurf des Paares entfalten. Dabei sollen die Eckpunkte einer Grundeinstellung für die Partnerschaft abgesteckt werden, welche einen erfüllten – auch räumlich getrennten – Ehealltag erleichtern. Die Orientierungen sollen einerseits die Persönlichkeit der Partner stärken und damit andererseits das Ehepaar befähigen, in ihrer Partnerschaft gemeinsam ein krisenpräventives Grundklima entstehen zu lassen. Schließlich sollen somit existenzielle, vorwiegend mobilitätsbedingte Krisenzeiten der Partnerschaft nachhaltig verhindert, aber auch besser bewältigt werden können. Die Überlegungen müssen im Horizont der Herausforderungen der Militärseelsorge so konzipiert werden, dass sie ihre Orientierungs- und Vorbildfunktion auch für Paare im „zivilen“ Bereich entfalten können. Die Überlegungen orientieren sich theologisch an den zuvor entwickelten moraltheologischen Grundaussagen bzw. an der Liebe und dem Streben der Partner nach Einheit, ohne die realen Bedrohungen und die Herausforderungen für die Ehepartner zu vernachlässigen:

> „Einheit und Liebe sind das Ziel; den schmerzhaft erfahrenen Weg dazu, auf dem viele scheitern, nämlich das Umgehen mit Ermüdung, Bedrohungen und Spannungen zu deuten, ist Aufgabe der Theologie; redet sie zu früh und undifferenziert von Einheit und Liebe ohne Bedrohungen und Spannungen, auch Angst und Schuld der Partner zur Sprache zu bringen, wird ihre Ehelehre flach und naiv erscheinen. Erst so kann von Vergebung und Erlösung geredet werden, ohne die das kommunikative Handeln der

[391] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 398.

> Partner auch in gesellschaftlichen Zusammenhängen nicht befreien kann.“[392]

Demnach lässt sich postulieren, dass ein Leitbild für die Ehe als Fern-Beziehung die Grundbedingungen dafür aufzuzeigen hat, wie Ehe bzw. Partnerschaft auf Distanz gelingen kann. Das Leitbild kann dann ein grundlegender Wegweiser für die Partner sein.

7.6.1. Aspekt der Selbstfindung in wechselseitiger Hingabe

Mit der Leitidee der wechselseitigen Hingabe zielt das christliche Verständnis der ehelichen Liebe und Partnerschaft einer Fern-Beziehung auf die Person des anderen und ist an seinem Wohlergehen zentral interessiert. „In Wirklichkeit kommt der Mensch in dem Maß zur Verwirklichung seiner selbst, in dem er sich gibt. ‚Wer sich selbst retten will, verliert sich; wer sich verliert…, rettet sich', heißt daher ein zentrales und urmenschliches Wort Jesu (Mk 9,35). Nur am Du und durch das Du kann ich zu mir selber kommen […].“[393] Die christliche, wechselseitig hingebende Liebe ist auf das Du bezogen, weshalb ihre Grundbewegung sich vom Ich auf das Du zubewegt.[394] „Das Ich will so beim Du sein, daß es dieses hat und so, aber auch nur so, dann auch bei sich selber ist beziehungsweise sich selbst hat.“[395] Diesem Du wird deutlich zugesagt, dass die Partner füreinander verantwortlich sind und sich somit Sicherheit und Selbstvertrauen geben. Eine Vervollkommnung der Partnerschaft ereignet sich demnach besonders in der „wechselseitigen An-

---

[392] B. Wachinger, L. Wachinger, Ehe/Familie, 205.

[393] J. Ratzinger, Wer in der Liebe bleibt. Ein Wort über die Ehe, München 1980, 8f.

[394] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und Ethik, 114ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 328-332.

[395] E. Jüngel, Gott als Geheimnis der Welt. Zur Begründung der Theologie des Gekreuzigten im Streit zwischen Theismus und Atheismus, Tübingen ^{5}1986, 437.

nahme und Bejahung, in der die Ehepartner verlässlich füreinander da sind“[396]. Damit ist angezeigt, dass die Partner bereit sind, sich ganz hinzugeben. Hingebende Liebe ist es, was sich die Ehepartner versprechen.[397] Hier nähert sich das Verständnis von Liebe der Bedeutung, wie es das Evangelium lehrt, wenn es davon spricht, dass es keine größere Liebe gibt, als die, wenn ein Mensch sein Leben für seine Freunde gibt (vgl. Joh 15,13). Mit dem Versprechen der hingebenden Liebe wird zugesagt, dass sich die Partner so wichtig sind, dass sie auch, Krisen und Konflikte der Fern-Beziehung überwindend, mit ganzer möglicher Kraft, zueinander stehen. In diesem Klima der unbedingten gegenseitigen und ganzheitlichen Annahme der Mann-Frau-Beziehung, aber auch der Eltern-Kind-Beziehung, können sich die einzelnen Persönlichkeiten so weiter entwickeln, dass sie sich in einem lebenslangen Prozess immer mehr selbst finden und verwirklichen.[398]

Dabei handelt es sich nicht um eine schlechthin selbstlose Hingabe an den Partner. Jede echte Hingabe setzt Individualität, Selbstliebe und Selbstbesitz voraus. „Zur Person gehören Selbstbejahung, Selbstabgrenzung auf die eigene Identität hin, das Streben nach Selbstentfaltung und Autonomie ebenso wie die andere Tendenz zur Teilnahme aneinander, zu Rücksicht, Anpassung und nachgeben.“[399] Denn nur wer sich selbst „besitzt“, kann sich hingeben, und nur wer sich selbst liebt und annimmt, kann andere lieben und annehmen. Die Bedeutung der Individualität muss gerade für Paare in Fern-Beziehungen betont werden, ebenso wie die wichtige Funktion der Distanz – ohne die es keine Nähe geben kann. Ansonsten führt Hingabe zu einer überzogenen, unkontrollierbaren Sehnsucht nach Intimität – und damit zu Abhängigkeit. Diese wäre nicht nur psychologisch, sondern

---

[396] M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 125.

[397] Vgl. D. Schwaderlapp, Erfüllung durch Hingabe, 231.

[398] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und Ethik, 114ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 328-332.

[399] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 209.

auch theologisch-ethisch höchst fragwürdig.[400] Somit ist neben der Selbstfindung in wechselseitiger Hingabe eine zweite notwendige Ehefähigkeit für die Fern-Beziehung angedeutet: in Hingabe die Eigenständigkeit zu bewahren.

7.6.2. Aspekt der Eigenständigkeit in Bindung

Je emotionaler und enger die Beziehung von Menschen ist, desto verletzlicher wird sie auch. Christliches Verständnis der Ehe als Fern-Beziehung weist auch darauf hin, dass es bei aller Liebe zwischen Menschen letzten Halt und Sinn nur von Gott geben kann. Dadurch werden Partner und Familie vor inhumanen, nicht erfüllbaren Erwartungen geschützt. Damit kann ein humanes Maß an Distanz und Nähe, Individualität und Intimität in der partnerschaftlichen und familialen Beziehung wachsen.[401] „Nähe ist ohne angemessene Distanz nicht zu denken".[402] In der notwendigen und lebendigen Bewegung zwischen Intimität und Distanzierung erwächst die Balance, die Identitätsbildung für den einzelnen Partner und die gemeinsame Partnerschaft gleichermaßen ermöglicht.[403] In der selbstlosen Liebe, die sich erfüllt in der Bindung an das Du und darin doch ein Höchstmaß an Eigenständigkeit lebt, zeigt sich, dass darin ein entscheidender Aspekt des Christlichen liegt: Eigenständigkeit in Hingabe und Bindung ist dann nicht der Weg einer Selbstaufgabe oder Selbstvergessenheit, sondern ein herausragender Prozess der Selbstverwirklichung.[404] Da sich der gläubige Christ letztlich in der Liebe Gottes geborgen weiß, ist er nicht nur auf seinen Partner und die Familie verwiesen.

---

[400] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und Ethik, 114ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 328-332.

[401] Vgl. ebd.

[402] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 207.

[403] Vgl. Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 114ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 328-332

[404] D. Schwaderlapp, Erfüllung durch Hingabe, 232.

Damit ist vorgezeichnet, dass, für die christliche Perspektive der Ehe als Fern-Beziehung, die Hingabe an den Partner keinesfalls zugleich bedeutet, jegliche Selbständigkeit und Eigenständigkeit aufzugeben.[405] Die Hingabe und Liebe zum Partner und zu den Kindern ist aber das Bewährungsfeld der Liebe zu Gott.

> „Im Wissen, daß Ehe und Familie ein Weg zum christlichen Ziel, nicht aber das Ziel selbst sind, von dem ewiges Heil zu erwarten ist, verbietet sich eine ‚Vergöttlichung' sowohl der Partnerbeziehung als auch der Eltern-Kind-Beziehung. […] Von ihm [Gott] – nicht vom Ehepartner oder vom Kind – haben sie Glück und ewiges Leben zu erwarten. Ihm, nicht dem Ehepartner oder dem Kind, sind sie daher auch allein Antwort und Rechenschaft schuldig. Vor ihm haben sie ihr Tun und Lassen zu verantworten".[406]

Diese Einbettung verhindert eine überzogene Erwartung an die Fern-Beziehung. So wird verhindert, dass die menschliche Liebe in den Rang einer göttlichen Liebe überhöht würde und damit die Eigenständigkeit der Partner nivelliert wird. Ansonsten wären die Ehepartner bezüglich des Lebenssinns radikal und inhuman voneinander abhängig.[407] Damit würden die Partner zugleich ihre eigene Autonomie und selbständige Persönlichkeit aufgeben – was eine tragfähige Fern-Beziehung in Treue unmöglich machen würde.[408]

7.6.3. Aspekt des Wachstums und der Bereicherung im Verzicht

Im christlichen Eheverständnis ermöglichen Ehe und Familie für den einzelnen personales Wachstum. Personale Selbstfindung und Lebenssinn erwächst aus der Hingabe an den Ehepartner und – in natürlicher und unmittelbarer Folge daraus – in der Hingabe an die Kinder. Verzicht liegt beiden Formen als personale und

---

[405] Vgl. H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft 333ff sowie ders., Familie und christliche Ethik, 116ff.

[406] Ders., Familie und christliche Ethik, 118.

[407] Vgl. ebd., 116-119 sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 333ff.

[408] Theologisch gesehen wäre dies Götzendienst und damit Sünde.

soziale Werthaltung zugrunde. In lebenslanger und unbedingter Treue verzichtet der Christ auf ein Leben in Ungebundenheit, indem er auf andere mögliche Geschlechts- und Lebenspartner verzichtet. Die Ehepartner sind bereit, ihre Lebensentwürfe und Zukunftspläne mit dem Partner abzugleichen. Auf Wünsche und Bedürfnisse des Partners nehmen die Eheleute in den eigenen Entscheidungen und Handlungen Rücksicht. Auf die Realisierung eigener Vorhaben wird bisweilen aus Respekt vor dem Partner verzichtet. Die Partner schränken ihre Entscheidungsspielräume also freiwillig ein. Aus diesem Verzicht jedoch erwachsen neue Freiheitsspielräume: besonders die Freiheit der Entschiedenheit füreinander.[409] Benedikt XVI. betont, dass im Gegensatz zu einer noch suchenden und unbestimmten Liebe darin die Erfahrung der Liebe ausgedrückt wird, dass entschiedene Liebe wirkliche Entdeckung des anderen ist und so egoistische Züge des Menschen überwindet, die vorher noch deutlich waren. Verzicht und Konzentration auf den anderen wird damit zur Bereicherung:

> „Liebe wird nun Sorge um den anderen und für den anderen. Sie will nicht mehr sich selbst – das Versinken in der Trunkenheit des Glücks -, sie will das Gute für den Geliebten. […] Zu den Aufstiegen der Liebe und ihren inneren Reinigungen gehört es, daß Liebe nun Endgültigkeit will, und zwar in doppeltem Sinn: im Sinn der Ausschließlichkeit – ‚nur dieser eine Mensch' – und im Sinn des ‚für immer'. Sie umfaßt das Ganze der Existenz in allen ihren Dimensionen, auch in derjenigen der Zeit. Das kann nicht anders sein, weil ihre Verheißung auf das Endgültige zielt: Liebe zielt auf Ewigkeit. Ja, Liebe ist ‚Ekstase', aber Ekstase nicht im Sinn des rauschhaften Augenblicks, sondern Ekstase als ständiger Weg aus dem in sich verschlossenen Ich zur Freigabe des Ich, zu Hingabe und so gerade zur Selbstfindung, ja, zur Findung Gottes".[410]

Daraus werden neue Kräfte freigesetzt. Indem sich die Partner unbedingt geliebt und angenommen wissen, können Vertrauen und jene Sicherheiten entstehen, die personale Anlagen überhaupt erst zur vollen Entfaltung bringen können. Sich der

---

[409] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 119ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 335-338.

[410] Benedikt XVI., Deus caritas est, I 6.

Zuneigung und Liebe nicht permanent versichern zu müssen, setzt Kräfte frei für die Entfaltung in Familie, Gesellschaft, Beruf und damit letztlich auch in der Ehebeziehung.[411] Aus christlicher Perspektive erweist sich eheliche Liebe als frei und echt gerade auch darin, dass sie zu Verzicht und Opfer bereit ist. Einen Widerspruch gibt es zwischen Verzicht und Wachstum bzw. Bereicherung nicht. Vielmehr ist der Verzicht ein wesentlicher Weg für mögliches Wachstum.[412] So erklärt sich auch die Aussage des Evangeliums: „Wer sein Leben retten will, wird es verlieren; wer aber sein Leben um meinetwillen verliert, der wird es retten“ (Lk 9, 24).

Ein weiteres Bewährungsfeld dieser so geprägten Liebe sind Kinder. Sie erfordern von Eltern freiheitlichen, physischen, emotionalen und finanziellen Einsatz und damit auch Verzicht. Gleichzeitig lenkt die Elternschaft den Blick der Eheleute auf den gemeinsamen Lebensentwurf und damit auf einen gemeinsamen Zukunftsentwurf, der gerade auch für Paare in Fern-Beziehungen von besonderer Bedeutung ist. Kinder sind nicht nur Belastung, sondern auch Chance, wesentliche menschliche Werte und Haltungen wie Verantwortung und Fürsorge, Emotionalität und Einfühlsamkeit zu entfalten. So tragen sie zu Wachstum und Reifung der eigenen Persönlichkeit bei. Gerade wegen des damit verbundenen Verzichts kann sich also Elternschaft für Eheleute, bei aller Belastung und Veränderung der Partnerschaft, als nachhaltige und echte Bereicherung in ihrem Leben erweisen.[413]

Kinder erzeugen bei den Eltern Ehrfurcht vor dem Schöpfer und vor der Schöpfung. Sie lassen grundlegenden Daseins-Sinn hervortreten. Sie verdeutlichen die zentralen Fragen des Menschen nach dem Woher, Wohin, Warum und verweisen

---

[411] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 119ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 335-338.

[412] Vgl. D. Schwaderlapp, Erfüllung durch Hingabe, 232.

[413] Vgl. H.-G. Gruber, Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 335-338 sowie ders., Familie und christliche Ethik, 119ff.

in der Vergänglichkeit des Lebens auf die Zukunft des Lebens. Entwicklungspsychologisch bringen Kinder für die Eltern eine wesentliche Reifungsstufe mit sich. So wird die Überwindung von Stagnation und Tod greifbar.[414] Der Mensch lernt im Verlauf des Lebens „sich selbst zur Vergangenheit zu machen und zurückzutreten, um den Kommenden Platz zu geben.“[415]

7.6.4. Aspekt des Wandels in Beständigkeit

Das christliche Ehemodell für Fern-Beziehungen spielt nicht Beständigkeit gegen die Bedeutung von Wandel, Flexibilität oder Mobilität aus. Vielmehr strebt es danach, diese wesentlichen Merkmale moderner Gesellschaftsansprüche zu vereinbaren. Einerseits hält der christliche Entwurf an der lebenslangen Bindung und damit an der Unauflöslichkeit der Ehe fest. Darin wird der Schutzraum für Persönlichkeitsentfaltung und -wachstum bei intensiver ehelicher Intimität und damit für die personale Freiheit der Partner gewährleistet. Dieser Schutzraum erlangt umso mehr Bedeutung, als die Ehe durch berufliche, gesellschaftliche oder persönliche Beeinflussungen und Widrigkeiten belastet wird. Gerade im Wissen um die entschiedene Verlässlichkeit des Partners wird Entfaltung und notwendige Wandlung der Partner, gerade auch in Krisen, möglich. Indem sich die Partner angenommen und bejaht wissen, werden sie befähigt, sich liebend aufeinander, aber auch auf die Veränderungen und Herausforderungen hin zu öffnen.[416] Erst durch die Sicherheit und das unbedingte Vertrauen der Partner entfaltet sich die Möglichkeitsbedingung, Belastungen zu bestehen und zu integrieren. Dabei bedarf diese Zusage und gelebte Erfahrung des Zusammengehörens immer neuer Bestätigung durch Verlebendigung. Wenn diese auf Dauer ausbleibt, wird die Vertrauensgrundlage erschüttert. Das bedeutet auch, dass die Ehe nicht per se als persona-

---

[414] Ebd. 119-123 sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 335-338.

[415] Ders., Familie und christliche Ethik, 123.

ler Schutzraum und als unauflöslich erfahren wird. Vielmehr geschieht dies durch das Zutun der Ehepartner.[417]

Nach christlichem Verständnis ist die Ehe als Sakrament ein Aufbruchsmerkmal. Das Ehepaar wird ermutigt und befähigt, sich auf den gemeinsamen Lebensweg zu machen, der sich als lebenslanger Prozess entfaltet und damit auch die Ehepartner wachsen lässt. Dieser Weggemeinschaft des Lebens ist sakramentales Heil zugesagt. Die Zusage des Heils entbindet jedoch das Paar keineswegs von der Verantwortung füreinander und für ihre Kinder. Das Paar muss sich immer neu diesem Heil öffnen. Gleichzeitig ist die Verlebendigung des Schutzraumes der Ehe eine herausfordernde Aufgabe, die im Horizont sicher auftretender normativ-biographischer und akzidenteller Krisen und damit qualitativer Veränderungen der Ehe und Familie lebenslang gestellt bleibt.[418] Ob und wie dem Ehepaar diese Herausforderung gelingt, hängt angesichts einer sich stark verändernden Gesellschaft – und mit ihr sich verändernder Qualität von christlicher Ehe – in einem hohen Maß von erlernbaren Kernkompetenzen für die erfüllende Partnerschaft ab: von grundlegender Versöhnungsbereitschaft, von dynamisch sich entwickelnden Kommunikationsfertigkeiten und damit von den Gesprächskompetenzen sowie den damit stark in Verbindung stehenden Konfliktlösekompetenzen.[419]

---

[416] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 127.

[417] Vgl. dazu auch Kapitel 7.5.3. zur Spannung zwischen möglichem Scheitern und Unauflöslichkeit der christlichen Ehe.

[418] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 123ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 338-341.

[419] Vgl. ebd., Familie und christliche Ethik, 126f. Weitere Ausführungen zur Grundhaltung der grundlegenden Versöhnungsbereitschaft vgl. folgende Kapitel sowie explizit Kapitel 7.7.

7.6.5. Aspekt der Kooperation und Versöhnung in Krisen

Mit der gesellschaftlichen Herausforderung der Mobilität hat auch das Konfliktpotenzial für Ehen stark zugenommen. Ein entscheidender Faktor für die Beständigkeit des Ehe- und Familienlebens liegt daher im Erlernen und Kultivieren eines adäquat-konstruktiven Kommunikations- und Konfliktlöseverhaltens. Die christliche Ehe bringt nicht automatisch den notwendigen Erwerb dieser Kernkompetenzen mit sich. Sie werden vor allem in Familie und Schule sowie paarspezifisch in konkret angepassten Kommunikationstrainings und systematischen Ehevorbereitungskursen vermittelt.[420] Was in diesen Kursen jedoch zu wenig berücksichtigt wird, sind unverzichtbare Grundhaltungen, wie die prinzipielle Versöhnungsbereitschaft in grundlegendem gegenseitigem Wohlwollen und Akzeptanz, Kooperations- und Konfliktlösebereitschaft, Bindungswille sowie eine notwendige Kompromissbereitschaft als stets neu und dynamisch zu erwerbende Stabilitätsbedingung. Ohne diese zentralen Grundhaltungen degeneriert jedes Kommunikations- und Konfliktlösetraining und jede Eheberatung zu einer rein sachlichen Technikvermittlung ohne nachhaltige Erfolgsaussicht.[421] Genau diese unverzichtbaren Grundhaltungen ergeben sich aus dem ethischen Leitbild der christlichen Ehe. Zur Voraussetzung des Versöhnungs- und Kooperationsaspekts von Ehe und Familie formuliert die „Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland“:

> „Der Mensch ist darauf angewiesen, von anderen anerkannt zu werden. Er lebt davon, daß andere ihm bezeugen: Es ist gut, daß es dich gibt. Eine Anerkennung, die den Menschen um seiner selbst willen meint, darf nicht nur auf seine positiven Eigenschaften und Leistungen bauen. Wirklich angenommen ist der Mensch nur dort, wo jemand ihn auch in seiner Hinfälligkeit und Schwäche und mit all den Belastungen annimmt, die ihm im Laufe seines Lebens, mit oder ohne eigene Schuld, zugewachsen sind. Eine solche Annahme ist auch nicht abhängig davon, wie der andere Mensch sich

---

[420] Diese werden ausführlich unter in Teil III. „Umsetzung“ (Kapitel 10) behandelt.

[421] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 127sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 341ff.

> entwickelt oder was ihm widerfährt. Sie gilt für immer. Wo das geschieht, wird die Annahme durch den anderen Menschen ein unbedingte.“[422]

Grundsätzlich trägt das christliche Eheverständnis einer angemessenen Regelung zur Konfliktlösung existenziell dadurch Rechnung, dass, wie bereits dargelegt, die Bereitschaft zu Anpassung und Wandel in der Beständigkeit und Dauerhaftigkeit konstitutiv ist. Es geht dabei aber nicht um ein unrealistisches Bild konfliktfreier Ehe- und Familienidylle. Vielmehr ist das christliche Leitbild für eine Ehe als Fern-Beziehung Voraussetzung dafür, sich möglichen Krisen des Lebens stellen zu können und sie, wenn möglich, zu lösen. Nach christlichem Verständnis ist die Ehe von Entschiedenheit geprägt. Somit erweist sich in Zeiten der Krise und der Veränderung, dass sich die Partner besonders zueinander und zur gemeinsamen Familie bekennen und zusammen darum ringen, Krisen in ihren Lebensentwurf zu integrieren.[423]

Über eine lebenslange Entschiedenheit hinaus zeichnet das moraltheologische Leitbild der Ehe die gegenseitige Liebe in einem sich hingebenden und fürsorglichen Charakter aus. Darin wird nicht primär danach gefragt, was der Partner geben kann, sondern wie der Partner begleitet und womit er bereichert werden kann. Für Zeiten der Beziehungskrise erwächst daraus eine versöhnungsbereite Grundeinstellung. Die Partner wissen darum, dass Konfliktzeiten nicht das Ganze der Beziehung darstellen, auch wenn sie gerade dann bisweilen alle anderen Dimensionen der Ehe in den Hintergrund drängen und überdecken. Für Zeiten der Ehekrise in Fern-Beziehungen wissen die Partner und die Familien darum, dass sie in ihrer Entschiedenheit nur gemeinsam gewissermaßen verlieren oder gewinnen.[424] Treffen in der Beziehung gegensätzliche Lebenseinstellungen und -ansichten aufeinander, so gilt es für die Eheleute präventiv eine „realistische Kultur der Be-

---

[422] Christlich gelebte Ehe und Familie, 426.

[423] Vgl. ebd.

lastungen“[425] zu kultivieren sowie für akute Zeiten der Krise ein Klima der Kompromissbereitschaft zu schaffen, das durch die Bereitschaft zum Teilverzicht aller Parteien letztlich gemeinsame und daher volle Zielverwirklichung für alle ermöglicht.

Daraus erwächst eine Grundhaltung, in der in und nach Konflikten alle Partner aufeinander zugehen, ohne sich langfristig zurückzuziehen und den ersten Schritt vom Partner zu erwarten. So werden die Partner befähigt, über die Beziehung nicht aus der Perspektive der Vergangenheit zu sprechen, sondern eine grundsätzlich und lebenslang zukunftsorientierte Sichtweise der gemeinsamen Partnerschaft einzunehmen. Naturgemäß führt diese Grundeinstellung, für sich allein genommen, noch nicht zur Lösung von Konflikten. Aber daraus ergibt sich die Möglichkeitsbedingung einer Lösung. Der Teufelskreis gegenseitiger Schuldzuschreibungen wird durchbrochen, eine Deeskalation der Krise wird erleichtert, indem ein gemeinsames kreatives Klima entfaltet wird, das Konfliktlösungen und Lösungsentwürfe begünstigt.[426]

> „Ehe als Weg schließt die notwendige Umkehr, den gegenseitigen Ruf dazu, das Kämpfen umeinander ein. Verarbeitung von Schuld, eigener und des Partners, Buße und Vergebung sind im realen Miteinander zu üben; Umkehr und Wandlung des Lebens, sind im realen Miteinander zu üben; Umkehr und Wandlung des Lebens des eigenen und des anderen, sind zu lernen und anzunehmen, Taufe und Buße also, letztlich Tod und Auferstehung Jesu ins Miteinander zu übersetzen. So trägt das Symbol Ehe die Spannung von Wandlung und Selbsterfahrung und bleibt davon dauernd bewegt.“[427]

---

[424] Vgl. ders., Familie und christliche Ethik, 127f.

[425] Vgl. J. Römelt, Freiheit, die mehr ist als Willkür, 124.

[426] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 128ff sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 341ff.

[427] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 213.

Die grundlegende Kraft dafür kann das Paar vor allem auch aus dem Glauben schöpfen, der die Partner in ihrer Mühe bestätigt sowie Hoffnung und Gewissheit ermöglicht, dass Gott den fortgesetzten Ehebund will, begleitet und stärkt – besonders auch über schwierige Zeiten der Krise hinweg.[428] So wird Hoffnung begründet, die vorschnelle Resignation verhindert, in der die Partner vertrauensvoll die Gegenwart gestalten und gemeinsam in die Zukunft blicken.

7.6.6. Aspekt der Hoffnung im Scheitern

Bei aller Bedeutung, die der konstruktiven Konfliktregelung und der Versöhnungsbereitschaft für eine erfüllende Fern-Beziehung auf Dauer zukommen, können nicht alle Konflikte gelöst und Krisen integriert werden. Es gibt Konflikte in Ehe und Familie, die sich nicht klären lassen. In diesen Fällen besteht eine wesentliche Aufgabe aus christlicher Sicht darin, damit umgehen zu lernen und diese unter Kontrolle zu halten, damit nicht andere, intakte und gesunde Lebensbereiche der Partnerschaft und Familie damit belastet werden. Nicht allen Menschen gelingt das und nicht immer ist das möglich. Es gibt schwerwiegende Konflikte und Krisen, die zentrale Bereiche der Ehe derart belasten, dass ein sinnvolles und verträgliches Zusammenleben nicht mehr möglich ist. In solchen Situationen kann christlicher Glaube, wie er im Verständnis der Sakramentalität der Ehe grundgelegt ist, eine zentrale Hilfe sein. Das Paar, das seine Ehe im Glauben aus der Heilsgeschichte lebt, darf selbst im Scheitern noch auf Heil hoffen.[429] Grundlegende Hoffnung im Scheitern erübrigt nicht den Einsatz. Vielmehr fordert sie ihn als Verantwortung und Vermittlung heraus. Die Gegenwart und die Zukunft gewinnen in einer vermeintlich alles dominierenden Krise durch Hoffnung an Gewicht, weil in ihr über eine mögliche Zukunft mit entschieden wird. Hoffnung ist eine Stimulie-

---

[428] Vgl. dazu vor allem die Ausführungen im folgenden Kapitel 8 sowie in Kapitel 7.2.4.

[429] Vgl. dazu Kapitel 8.1.1. Hoffnung als Grundlage für eine Bewältigung von Krisen.

rung für die Kraft, die Zukunft gestalten kann, gerade auch im Scheitern.[430] Nicht erst im Jenseits greift diese Kraft, sondern bereits im Hier und Jetzt. Hoffnung setzt Energie frei, Krisen und Verletzungen, die mit Trennung und Scheidung meist einhergehen, zu überwinden.[431] Im Scheitern noch nimmt Gott das hoffende und ringende Paar an. Er geht mit den Partnern durch schwierige Ehephasen. „Glauben heißt, auch im Scheitern der Ehe nicht vor dem Nichts stehen, sondern Gott begegnen. […] So müßte das Sakrament Ehe, auch die christl[iche] Würde der Scheiternden, noch im Zerbrechen einer Ehe sichtbar werden."[432]

Diese Verwurzelung lässt selbst im Scheitern neue, gute Zukunft erkennen. So werden der Mut und die Kraft verliehen für einen weiteren Umgang miteinander, der der Bedeutung des bisherigen gemeinsamen Lebens in großem Respekt Rechnung trägt. Vor allem die bleibende Verantwortung beider gegenüber ihren Kindern soll und muss im Glauben gewährleistet und lebbar bleiben.[433] Die grundlegende Quelle dieses Glaubens „ist die Frohbotschaft beider Testamente, die dem Hellhörigen bezeugt, daß Ohnmacht keine Schwäche sein muß, sondern ganz im Gegenteil ein Tor zu neuer Zuversicht erschließen kann"[434].

---

[430] Vgl. K. Rahner (Hg.), Hoffnung, Herders Theologisches Taschenlexikon, 304f.

[431] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 130f sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 343f.

[432] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 214. Vgl. dazu auch Kapitel 7.5.3. zur Spannung zwischen dem möglichem Scheitern und der Unauflöslichkeit der christlichen Ehe.

[433] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 130f sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 343f.

[434] P. Lapide, Am Scheitern hoffen lernen. Erfahrungen jüdischen Glaubens für heutige Christen, Gütersloh ^{2}1988, 23f.

7.7. Grundhaltung in akuten Ehekrisen der Fern-Beziehung

In den vorhergehenden Reflexionen wurde aus moraltheologischer Perspektive ein übergeordnetes Leitbild für die Ehe als Fern-Beziehung entworfen, das den gemeinsamen Lebensentwurf des Paares, das örtlich entfernt lebt, entfalten hilft. Die Aspekte für die Fern-Beziehung zeigen insofern Eckpunkte auf, wie das Paar ein Klima der gelingenden Beziehung auf Distanz immer neu kultivieren kann. Diese Leitbilder widmeten sich also den Möglichkeitsbedingungen erfüllender Ehe als Fern-Beziehung und damit implizit einer präventiven Perspektive. Davon abgeleitet sollen nun in den folgenden Überlegungen wesentliche Aspekte einer Grundhaltung für die Partner in akuten Ehekrisen aufgezeigt werden. Das aufgezeigte Leitbild wird somit auf den akuten Krisenfall der Ehe als Fern-Beziehung übertragen.

Unter den genannten Bedingungen sind aus den präventiven Leitbildern Grundhaltungen für Ehekrisen zu formulieren, die die Partner bestärken, auf Basis des gemeinsamen Lebensentwurfes auch akute Krisenzeiten zu gestalten. Die Grundhaltungen sind keine sicheren „Regeln“, die eine Bewältigung garantieren könnten. Die Grundhaltungen in akuten Krisen müssen vielmehr stets neu kreativ mit Leben gefüllt und daraufhin in das Beziehungsleben übertragen werden. Nur so entfalten sie im Alltag ihre präventive Kraft – und im Krisenfall ihre Dynamik für die Bewältigung. Ein alltägliches gemeinsames Einüben dieser Grundhaltungen verbessert darüber hinaus auch die Qualität der Beziehung im Allgemeinen und verhindert damit eine Eskalation von normativen und akzidentellen Krisenzeiten gleichermaßen. Ebenso verbessert das gemeinsame Ringen um die Grundhaltungen unter den Eckpunkten und Bedingungen des vorher gezeigten Leitbildes für die Partnerschaft die Konfliktlösekompetenzen der Partner. Diese wiederum sind, wie bereits gezeigt,[435] zentrale Voraussetzungen für eine hohe Partnerschaftsstabilität und die

[435] Vgl. Kapitel 4.

Zufriedenheit in der Beziehung, welche letztendlich die Wahrscheinlichkeit für Ehescheidungen nachweislich senken. Auch die Grundhaltungen sollen eine positive und tragfähige Grundeinstellung der Partner zueinander entstehen lassen. Sie sollen die Möglichkeitsbedingung schaffen, die die Partner im Ehealltag befähigt, eine der jeweiligen Phase des Ehezyklus adäquate und wahrhaftige Lebens- und Beziehungseinstellung miteinander umzusetzen.

Das bedeutet einerseits, dass das Paar im Rückblick Respekt, Dankbarkeit und Versöhnung mit der gemeinsamen Lebensgeschichte empfinden können soll. Andererseits sollen die Partner, aus der Vergangenheit gestärkt, im Ausblick auf die gemeinsame Zukunft zuversichtlich Neuanfang, Versöhnungsbereitschaft und Weitergestaltung der Ehe mit Leben füllen.

7.7.1. Prospektive Versöhnungsbereitschaft in Treue als schöpferische Grundeinstellung

Die christliche Grundeinstellung für Ehekrisen ermöglicht den Eheleuten prospektiv ein Bewusstsein dafür, dass sie im Zyklus der Ehe immer wieder auch Schuld und Versagen auf sich laden werden. Daher muss ein grundlegendes Haltungsbild für die Partner von einer existenziellen und stets neuen Versöhnungsbereitschaft getragen sein. Sonst können die in der Wirklichkeit unweigerlich auftretenden Wende- und Krisenzeiten nicht bestanden werden. Daher muss die Verbindung von Treue geprägt sein, die schöpferisch sich in veränderten Lebensbedingungen neu entfaltet.

Prospektiv muss die Versöhnungsbereitschaft deshalb sein, weil sich die Partner von Anfang an bewusst sein müssen, dass Krisenzeiten normale und damit sicher auftretende Konflikte im Beziehungsleben sind, die unweigerlich auf die Ehepartner zukommen werden. Sie sind als solche auch Zeichen der Lebendigkeit, mit

denen fest zu rechnen ist.[436] Eine prospektive Haltung meint ein Voraus-Schauen, das sich der Wirklichkeit stellt und so bei aller umfassenden Liebe und lebenslangen Zusage für den Realitätssinn der Partner spricht. Damit ist der Entwurf der Ehe immer auf die gemeinsame Zukunft hin ausgerichtet.

Von der Treuezusage der Partner ist die Ehe ihrem Wesen nach umspannt. Damit ist eine Sicherheit zugesagt, durch die die Partner einander trotz – und gerade in – Krisenzeiten versichert sein können, gemeinsam auf dem Weg zu bleiben. Gegenseitige Bejahung wird in Krisen nicht verschüttet, wenn Konflikte, richtig angenommen und ausgetragen werden. „Das Nein, das zum Ja kommt, ist von diesem umgriffen; in der Dialektik von Annehmen und Zurückweisen, von Fordern und Verheißen, von Zorn und Versöhnung geschieht der Bund […]“.[437]

Ehepartner, die sich lebenslange Treue zugesagt haben, wissen um die Herausforderungen und Versuchungen des Lebens ebenso wie um die Schwierigkeit dieser Zusage. Sie wissen um Versagen und Schuld – und entziehen sich diesem Phänomen ganz bewusst nicht. Vielmehr wissen sie von der Beständigkeit des gemeinsamen Bandes, das nicht wegen Krisen sofort aufgegeben würde. Das Paar wird gerade in diesem Wirklichkeitssinn gefestigt und die Partner können sich so den Herausforderungen stellen und in einem lebenslangen Prozess, auch nach Verfehlungen, immer wieder prozesshaft zueinander finden.

Mit dem Begriff der schöpferischen Grundeinstellung in Treue aber korreliert zur lebenslangen Zusage zugleich auch das Bewusstsein, dass die Partner in Treue zwar entschieden, aber menschlich fehlbar sein können – und sich auch stets neu in den Ehephasen ausrichten müssen. Dass das Paar schöpferisch sein muss, zeigt an, dass die Beziehungsqualität schwankt und das Paar daher in den unter-

---

[436] Vgl. Kapitel 6.

[437] B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 213.

schiedlichen Lebensphasen ihre Partnerschaft stets neu finden und definieren muss.

Kreative Anpassungs- und Verarbeitungsprozesse werden notwendig sein in der Krise der Beziehung. Bewältigungsstrategien und Konfliktlösungskompetenzen müssen daher auch in erfüllenden Zeiten der Partnerschaft beständig neu entwickelt und gepflegt werden.

Eine spezifisch christliche Grundhaltung der Ehepartner für Krisen der Fern-Beziehung beruht aber auch im Vertrauen darauf, dass Gott das Leben der Partner begleitet, trägt und alles Unvollendete zur Vollendung bringen wird. Voller Sinngehalt der Ehe und damit auch der Krise ist letztlich nur möglich, wenn beide Partner darauf vertrauen können, dass Gott selbst der Lebensgefährte der Ehepartner ist und dass das immer vorläufige gemeinsame Leben aufgehoben und in der göttlichen Liebe des Reiches Gottes vollendet wird.

Nur in dieser Gelassenheit und Hoffnung[438], die sogar über den Tod hinaus verweist, ist die schöpferische Grundhaltung begründet und vollendet lebbar.[439] Theologische Ethik weiß um Schuld und Versöhnung des Menschen ebenso wie um seine Größe der Berufung und der Möglichkeit seines Versagens und Scheiterns. Den hohen Anforderungen Jesu an die Ehe weiß sie sich verpflichtet. Zugleich aber weiß sie, dass sich diese Anforderungen an Menschen richten, die in ihrer Vorläufigkeit immer hinter diesen Ansprüchen zurück bleiben werden. Daher muss eine christliche Grundhaltung für die Ehekrise in Fern-Beziehungen immer auch zugleich ein Haltungsbild einer befähigenden „Ethik des Scheiterns in der Ehe“ vermitteln. Es geht darum, die Partner im alltäglichen, aber auch im möglichen wesentlichen Scheitern zum stetigen, gemeinsamen Neuanfang zu befähigen. Es

---

[438] Vgl. Kapitel 8.

[439] Vgl. S. Müller, Krisen-Ethik, 385f.

geht um Begleitung und Bestärkung, damit verhindert wird, dass Scheitern und Schuld in persönlichen Katastrophen enden. Vielmehr müssen Krisenauslöser offen gelegt, betrauert, verarbeitet und wahrhaftig in den Lebensentwurf integriert werden.

Scheitern und Schuld, die in akuten Krisen deutlich werden, können so als stetige Zwischenstufen gemeinsamen Weiterlernens, Weiterreifens und Weiterwachsens interpretiert werden. Diese christlichen Grundhaltungen müssen eingebettet sein in ein intensives Sakramenten- und Glaubensleben, welches dem Menschen Heil, Lebensperspektive und Annahme Gottes zusprechen kann.[440]

In der interpersonalen und lebenslangen Treuebindung zeigt sich der volle Sinn der christlichen Eheexistenz. Sie ist darin auch ein Abbild der schöpferischen Treue im Bund Gottes. Die schöpferische Treuezusage der Partner für und in Krisen ist eine Grundhaltung der Freiheit. Darin überantworten sich die Partner verbindlich und im Vertrauen in eine offene Zukunft, die unberechenbar und unvorhersehbar ist. Wie zuvor in den generellen Leitbildern entfaltet, bedarf die schöpferische Treue gerade in akuten Krisen der Zeit und der Energie, sich in Beständigkeit immer neu auf die Intensivierung der Partnerschaft und auf den gemeinsamen Lebensweg einzulassen.[441] Die Partner können sich bisweilen nicht mehr gegenseitig helfen, die Lebensaufgaben in Krisenzeiten zu bewältigen. Liebe und Partnerschaft des Menschen ist daher beständig nur möglich, wenn sich die Partner gegenseitig Belastungen zumuten und zugemutet bekommen.[442] Eine schöpferische Haltung in der Krise erfordert es in jeder Phase der Ehe, immer neu wach die biographisch und akzidentell sich verändernden Problemstände der Gegenwart zu erkennen – aber auch zugleich die besonderen Chancen der Entfal-

---

[440] Vgl. ebd., 386f.

[441] Vgl. „Wandel in Beständigkeit“, Kapitel 7.5.4.

[442] Vgl. „Selbstfindung in wechselseitiger Hingabe“, Kapitel 7.5.1.

tung für die eigene Persönlichkeit und auch die Qualität der gemeinsamen Partnerschaft zu gestalten und zu nutzen. Treue bedeutet, Entwicklungen und Veränderungen des Partners lebenslang zu begleiten, ihnen Verständnis und Akzeptanz entgegenzubringen und die Entwicklungen in das gemeinsame Leben zu integrieren.

Treue als kreative Grundhaltung in Krisen bedeutet, mögliche krisenhafte Veränderungen in der Partnerschaft z. B. durch die Geburt eigener Kinder[443] zu integrieren und sich als Paar gemeinsam zu öffnen für die mitverantwortliche Gestaltung der Lebenswelt.[444] Sie zu zeugen und in Verantwortung zu erziehen, ist die Offenheit der schöpferischen Treue, die eine künftige Welt mitgestaltet. Schöpferische Treue erweist sich darüber hinaus in der Bereitschaft zu verzeihen. Die Bereitschaft zu Verzeihung und Versöhnung muss in Treue immer wieder im sich entfaltenden Lebensentwurf entgegengebracht werden. Besonders muss sich das Paar die Notwendigkeit einer Versöhnungsbereitschaft im Voraus bewusst machen, und das im Wissen darum, dass Versöhnung sicher immer wieder nötig sein wird, da das Paar immer wieder naturgemäß aneinander schuldig werden wird.[445]

Damit ist keine vorweggenommene Entschuldigung für Verfehlungen gemeint. Die Bereitschaft zu Versöhnung muss das Paar kultivieren. In der prospektiven, kreativen Versöhnungsbereitschaft, Schwächen zu erkennen, Schuld einzugestehen und einander zu vergeben, machen die Partner ihren Willen deutlich, dass sie sich darum mühen, ihre Ehe stärker sein zu lassen als die im Leben sicher auftretende Kräfte der Entzweiung in Schuld und Entfremdung.

---

[443] Vgl. Ausführungen über mögliche Beziehungskrisen nach der Geburt gemeinsamer Kinder („Erstkinderschock“ etc.), Kapitel 4.4.

[444] Vgl. „Wachstum und Bereicherung im Verzicht“, Kapitel 7.6.3.

[445] Vgl. „Kooperation und Versöhnung in Krisen“, Kapitel 7.6.5.

Eine kreative Grundhaltung der Treue erweist daher ihre besondere Stärke auch gerade darin, dass sie sich über Lebenszeiten hinweg realisiert, in denen die Partner keinen gemeinsamen Weg gehen und nicht zueinander finden. Die kreative Grundhaltung bewahrt den Respekt vor der Eigenständigkeit des anderen, bei aller Gemeinsamkeit. Anderssein akzeptieren bedeutet dann nicht, sich am anderen nur bestätigt finden zu wollen, sondern sich in Auseinandersetzung mit ihm seinem veränderlichen Anspruch anzunähern.

Zugleich erfordert eine Grundhaltung kreativer, also schöpferischer Treue, sich selbst und den Partner in der persönlichen Identität, den Anlagen, Mängeln und Vorzügen und der je eigenen und je gemeinsamen Lebensgeschichte anzunehmen. Wichtige Selbsttreue bedeutet dann nicht, sich in unfreie Abhängigkeit in Form von Hörigkeit zu begeben, sondern dem Partner als gleichwertiger Partner gegenüberzutreten.[446] Die kreative Grundhaltung in Treue muss beiden Partnern gerecht werden – in engagierter Liebe und unter Bewahrung der eigenen Identität.[447]

7.7.2. Prospektive Versöhnungsbereitschaft in Treue als schöpferischer Weg und Ziel

Moraltheologie kann in Krisen der Fern-Beziehung inspirieren und stimulieren zum Entdecken von individuellen und paarbezogenen Alternativen und zum neuen Ausrichten des gemeinsamen Lebens.[448] Aus dieser Perspektive besteht die Alternative für eine konstruktive Bewältigung von Ehekrisen in der Bereitschaft und im Vollzug von Versöhnung.

---

[446] Vgl. „Eigenständigkeit in Bindung“, Kapitel 7.5.2.

[447] Vgl. S. Müller, Krisen-Ethik, 484f.

[448] Vgl. K. Demmer, Gebet, das zur Tat wird. Praxis der Versöhnung. Freiburg i. Br. 1989, 19 sowie ders., Gottes Anspruch denken. Die Gottesfrage in der Moraltheologie, Freiburg i. Br. 1993, 32f., 173.

Die dazu notwendige Versöhnungsbereitschaft ist keine Kompetenz, die ein für alle Mal erworben werden könnte. Vielmehr muss sie selbst einerseits als Weg, zugleich aber auch als Ziel der gemeinsamen Ehe gelebt werden. Versöhnung ist besonders in der akuten Krise „der Prozeß der Wiedergewinnung des Ja als Trotzdem“[449]. Wenn die Beziehung und damit, christlich verstanden, die Ehe der Ort lebenslanger, treuer Liebe ist und „das Wohl der Person sowie der menschlichen und christlichen Gesellschaft […] zuinnerst mit einem Wohlergehen der Ehe- und Familiengemeinschaft verbunden“ ist (GS 47), kann sich die Bereitschaft zur Versöhnung als eine Strukturkomponente der Liebe erweisen. Die Versöhnung, als „Mitte der christlichen Sittlichkeit [ist] präferentiell dort wirksam, wo alle Einzelentscheidungen ihr Gravitationszentrum haben, nämlich im Lebensentwurf, der Grundentscheidungen wie Lebensentscheidungen gleich umspannt“.[450] Eine ethische Orientierung für die akute Krise der Fern-Beziehung will einer Eskalation der Krisen, die die Chancen für eine Versöhnung immer mehr verringern, unbedingt vorbeugen.[451] „Versöhnung ist Weg und Ziel zugleich, entscheidend ist das Unterwegs-Sein zu diesem Ziel, dessen vollendete Realisierung innergeschichtlich nie ganz möglich ist.“[452]

7.7.3. Prospektive Versöhnungsbereitschaft in Treue als schöpferischer Prozess

Versöhnungsbereitschaft ist an dieser Stelle als Tugend zu verstehen, mit der die Grundlagen für einzelne Versöhnungsschritte als Beitrag für eine Bewältigung von Krisen aufgezeigt werden können. So gesehen steht „christliche Sittlichkeit als ganze unter dem Vorzeichen von Vergebung und Versöhnung […], ohne daß dies

---

[449] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 398.

[450] K. Demmer, Die Lebensgeschichte als Versöhnungsgeschichte, in : FZPhTh 36, 1989, 393.

[451] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 402.

[452] Ebd.

zu Lasten der Autonomie ginge“[453]. Die Lebensgeschichte des Glaubenden und damit umso mehr die gemeinsame Beziehungsgeschichte des Ehepaares, nimmt die Form einer Versöhnungsgeschichte an. Demnach ist ein umfassend gelungenes, gutes Leben ein immer wieder zur Versöhnung bereites – und damit sich versöhnendes und letztlich versöhntes Leben.[454]

Als anthropologische Grundkategorie gibt die Versöhnungsbereitschaft in einem personal-relationalen Wandlungsprozess, den akute Krisen der Fern-Beziehung nötig machen, die Zielrichtung vor. Als eine Grundvoraussetzung steht hier das sittliche Können, das die Fähigkeit und Bereitschaft zu einem Wandlungsprozess des Paares bedeutet, so dass eine neue und dynamische Annäherung und Bezogenheit aufeinander immer wieder auf einer neuen Ebene möglich werden.[455]

> „Es geht nicht nur um Vergebung schuldhafter Verhaltensweisen […], sondern auch um das Gewinnen einer neuen affirmativen Einstellung zu unabänderlichen und veränderbaren (Vor-)Gegebenheiten, die als widrig erlebt werden und Widerstand oder Hader wecken. Versöhnungshaltung ist die Fähigkeit zum Dennoch-Vollzug von bejahender und fördernder Haltung zum Selbst, zum Du und Wir“.[456]

Damit ist angezeigt, dass zum „Womit der Versöhnung“ nicht nur das Unabänderliche, sondern vor allem das Veränderbare gehört, das erkannt und in konkreten Schritten hin zur Realisierung angegangen werden soll – mit dem Ziel der Überwindung von Diskrepanzen.

Als weitere Komponenten, die der Versöhnung zugrunde liegen und die sich auf das Wissen um Werte beziehen, sind die Friedensbemühung aber auch das Frie-

---

[453] K. Demmer, Der Dienst der Versöhnung als Berufung des Christen im Kontext autonomer Sittlichkeit, in: Hünermann, Schaeffler 1987, 150.

[454] Vgl. ders., Die Lebensgeschichte als Versöhnungsgeschichte, 376.

[455] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 403.

[456] Ebd., 404.

denschließen zu sehen. Der Bereitschaft zu prinzipieller Versöhnung liegt die Einsicht zugrunde, dass nicht nur Streit, Konflikte und Kritik in der Werteskala an oberster Stelle stehen, sondern auch die Verständigung, das Verstehen und die Einigungsbereitschaft bzw. -fähigkeit.

Mit der Versöhnungsbereitschaft ist kein Verschleiern oder Leugnen der akuten Konflikte gemeint, sondern es wird vielmehr der konstruktive und offene Umgang mit ihnen angestrebt.[457] Die Tugend der Versöhnungsbereitschaft ist also eine Vorentschiedenheit auf die Qualität im Umgang mit den Diskrepanzen im Selbst, im Partner und in der Beziehung der Partnerschaft auf Distanz.[458] Letztlich kann die Versöhnungsbereitschaft nur aus der personalen Liebe erwachsen. Als Mittel zur immer neuen Verlebendigung der partnerschaftlichen Liebe in der Fern-Beziehung steht die Versöhnungsbereitschaft in einem reziproken Verhältnis – genau wie die Liebe einer immer wieder nötigen Versöhnung im Beziehungsleben allgemein vorausgeht.[459] Sie bedingen einander wechselseitig.

Als Prozess gesehen, meint Versöhnungsbereitschaft eine Aktivierung der Versöhnungshaltung in Hinsicht auf ein „Womit“ und „Woraufhin“ der Rekonziliation. Versöhnungsbereitschaft, als Krisenprävention und -bewältigung verstanden, meint demnach einen immer wieder neuen, tief greifenden Veränderungsprozess in Bezug auf das Ich, das Du und das Wir in einer Trias von Erkenntnis, Annahme und Wandlung.[460]

Der erste Schritt bezieht sich auf ein Erkennen der Gegebenheiten in der gemeinsamen Fern-Beziehung: wie sie sind, wie sie geworden sind und zugleich – pro-

---

[457] Vgl. ebd., 405.

[458] Vgl. K. Demmer, Versöhnungsgeschichte, 387.

[459] Vgl. S. E. Müller, 406.

[460] Vgl. ebd.

spektiv – wie sie werden können bzw. sollen. „Eine Lebensgeschichte als Versöhnungsgeschichte kann nur gelingen, wenn sie von Wahrhaftigkeit getragen ist.“[461]

Die Wahrheitssuche bezieht sich zunächst auf die eigene Person. Die eingeforderte Selbsterkenntnis ist nötig, um den tatsächlich eigenen Anteil an der akuten Krise und ihrer möglichen Bewältigung klar werden zu lassen. Darüber hinaus bezieht sich die Wahrheitssuche auf den Partner. Es stellt sich die Frage, inwiefern das Partnerbild und Partnerideal der Realität des Du angemessen sind bzw. den Partner unter- oder überfordern (Ansprüche, Erwartungen etc.). Schließlich geht es um die Wir-Erkenntnis. Das Paar muss sich der Frage stellen, welche Form die Partnerschaft und damit die Fern-Beziehung, das Wir, im Augenblick hat und wie die Entwicklung verlaufen ist (gegenseitiger Umgang, Vorgeschichte des Umgangs miteinander, Kommunikationsmuster, Interaktionsabläufe etc.).[462]

Ein zweiter Schritt der Versöhnungsbereitschaft als Prozess in akuten Krisen der Fern-Beziehung lässt sich mit drei weiteren Aspekten umschreiben: Auseinandersetzung, Unterscheidung und Annahme. Der Unterscheidungsprozess bedarf der Annahme des Unabänderlichen. Dadurch können verfügbare seelische Kräfte gespart werden, statt sie für Änderungsbemühungen aufzuwenden: also oft für Dimensionen, die nicht zu ändern sind. Stattdessen werden die Kräfte frei für eine Veränderungsarbeit an den Stellen, wo sie sinnvoll, aber auch möglich ist. Die Annahme beschreibt nicht nur eine „Akzeptanz des Seins und Gewordenseins der eigenen Person, des Partners und der gemeinsamen Beziehung, sondern auch eine Bejahung der Werdemöglichkeiten und -aufgaben, die sich für das Ich, das Du und das Wir ergeben.“[463]

---

[461] K. Demmer, Versöhnungsgeschichte, 382.

[462] Vgl. vorangehende Überlegungen zu den Grundrelationen des Menschen, Kapitel 7. und S. E. Müller, Krisen-Ethik, 407f.

[463] Ebd., 408f.

Im dritten Schritt der Wandlung werden Veränderungen angedacht, die eine „personal-rationale Wandlung“ möglich machen. Zentral dabei ist ein Verabschieden unerfüllbarer Erwartungen, ein Loslassen von Werten und Zielen, die sich in diesem Prozess als Hindernis erweisen. „Hier geht es also um Nachreifung durch das Wagen und Üben von Aktions- und Reaktionsweisen, die zur Lebenstüchtigkeit im umfassenden Sinn dazugehören und die Beziehungsfähigkeit reifen lassen, bisher aber nicht entwickelt werden konnten.“[464] Darüber hinaus ist eine neue Orientierung in Bezug auf die Werte und eine neue Strukturierung der Wertpyramide vonnöten, sowohl in Hinsicht auf die eigene Person als auch auf den Partner bzw. die eigene Partnerschaft auf Distanz. Ein neues Ordnen, aber auch ein neues Entdecken von Werten sind dazu unerlässlich: Erst diese neue Orientierung macht die Versöhnungsbereitschaft, aber auch das Weiter-Entwickeln möglich.[465]

7.7.4. Möglichkeitsbedingung für eine prospektive Versöhnungsbereitschaft: Gnade

Das Gelingen der Ehe und das Bewältigen von Krisen ist aus der Sicht des Glaubenden immer Geschenk und Gnade.[466] Die Kategorie der Versöhnung ist aus christlicher Perspektive eine wesentliche Bezeichnungsweise für das durch Jesus Christus von Gott im Heiligen Geist gewirkte Gnadenhandeln. Dabei ist die stets neue Versöhnungsbereitschaft eine besondere Form der Realisierung der universalen Wirklichkeit der Gnade, besonders in akuten Krisen. Eine theologisch-ethische Einordnung der Versöhnung muss die Versöhnungsbotschaft des christlichen Glaubens in ihrer unmittelbaren Relevanz für Werden, Sein, Handeln und Erkennen des Menschen aufzeigen. In dieser theologischen Perspektive von Ver-

---

[464] Ebd., 410.

[465] Vgl. ebd.

[466] Vgl. B. Wachinger/L. Wachinger, Ehe/Familie, 213.

söhnungsbereitschaft in der Krise ist Gottes Handeln am Menschen, welches auf die Antwort des Menschen ausgerichtet ist, zentral.[467]

Das Besondere des biblischen Verständnisses von Versöhnung liegt darin, dass Gott nicht das Objekt, sondern vielmehr Subjekt der Versöhnung ist. Er versöhnt die Menschen mit sich und untereinander. Nach dem Verständnis des Alten Testamentes kann der Mensch Versöhnung nicht herstellen, sondern sie ist die reine Gabe Gottes. Dabei werden die menschlichen Bemühungen in diesem Prozess nur richtig vollzogen, wenn sie keinesfalls Beschwichtigung gegenüber Jahwe sein sollen. Versöhnung soll vielmehr Spiegel der Umkehr sein, in der das Volk und auch der Einzelne die ausgestreckte Hand Gottes ergreift. Die Menschwerdung des Gottessohnes, der geradezu als personifizierter „Versöhnungshelfer" gesandt ist, ist der entscheidende Ausdruck für Gottes Absicht zur Versöhnung. In diesem unüberbietbaren Höhepunkt der Heilsgeschichte macht Gott einen neuen Schritt auf den Menschen zu. Damit ist Jesus die Mensch gewordene „Handreichung" Gottes zur Versöhnung der Menschen in allen ihren Beziehungen und Lebensvollzügen. Durch sein Wirken, besonders durch seinen Tod und seine Auferstehung, aber auch durch seine Botschaft vom Reich Gottes, eröffnet Jesus Christus die neue Möglichkeit der Versöhnungsbereitschaft, zu deren Annahme er leidenschaftlich aufruft. Dabei ist die wichtigste Bedingung der Versöhnung Jesus selbst und seine Hingabe des Lebens, durch die er „die Sünde der Welt" hinwegnimmt (Joh 1,29).[468] Die Sünde ist die Macht des Bösen, die durch ihr Nein gegenüber Gott in allen Beziehungen des Menschen eine Entzweiung in Gang setzt. Durch seinen Einsatz der totalen Selbsthingabe jedoch entzieht der Sohn Gottes die Grundlage für eine Auflehnung gegen Gott – zum Heil des Menschen.

---

[467] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 407f.

[468] Ebd., 415f.

Das Ja Gottes zum Sohn und dadurch auch zur Welt kulminiert in der Auferweckung. Dadurch bekennt sich der Vater zum Sohn. Somit erweist und bestätigt sich der Weg des Sohnes als Weg zum Leben. Das Kreuz verbildlicht damit die Verdichtung allen Wirkens Gottes in Jesus. Damit wird die Erfüllung der Sendung durch den Sohn zum Symbol für die Versöhnung schlechthin, zu der der Mensch von Gott eingeladen, ja sogar gebeten ist (vgl. 2 Kor 5,20). Diese implizite Aufforderung gilt jedoch nicht nur für die Beziehung des Menschen zu Gott, sondern für alle Relationen, in denen der Mensch sich in seinem Leben befindet. Um dieses Werk der Versöhnung zu gewährleisten und schließlich zu vollenden, hat Gott den Geist der Versöhnung gesandt. Durch ihn wird der Mensch bewegt, angeregt und inspiriert. Durch dieses Wirken werden die Kräfte für die Bejahung Gottes geweckt und dadurch eine Entzweiung in allen Lebensbereichen überwunden. Seit Pfingsten ist der Heilige Geist das Wirkprinzip von Versöhnung.[469] Damit wird gezeigt, dass Gott dem Menschen die Grundlage dafür gegeben hat, ein anderer zu werden. Mit dieser Aussage ist nicht gemeint, ein anderer zu werden im Sinne des Soseins eines anderen Menschen, sondern in der eigenen Persönlichkeit zum vorgegebenen Sosein und Dasein eine verwandelte Einstellung zu gewinnen – und damit auch zum Du und Wir in der Orientierung an Jesus Christus. Dieses Anderswerden vollzieht sich nicht ohne Zutun des Menschen, er muss seinen Beitrag dazu leisten: Er muss mit Glauben und Umkehr auf die Anfrage der geschenkten Gnade antworten, ein anderer werden zu können. Wenn der Mensch sich mit Gott versöhnen lässt, kann er neu werden und damit bereit und befreit zu einer neuen Versöhnungsbereitschaft und zu einer verwandelten immer neuen Beziehungsfähigkeit.[470]

Die Erkenntnis und gläubige Annahme bis zu den Schritten der Verwirklichung des skizzierten Geheimnisses Gottes und seines Rufes lassen sich als Form- bzw.

---

[469] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 417.

[470] Vgl. ebd., 418f.

Gestaltungsprinzip einer Versöhnung mit dem Ich, dem Du und dem Wir bezeichnen. Versöhnung mit Gott ist immer auch Beauftragung zu und Ermöglichung von innergeschichtlicher Beziehungsversöhnung. Damit ist es der Glaube, der Erkenntnis seiner selbst, des anderen und der Gemeinschaft entgrenzt und inspiriert – und damit auch im interpersonalen Geschehen der Krisen eines Paares in der Fern-Beziehung. Damit ist gezeigt, dass Versöhnungsbereitschaft „eine Umwandlung, Erneuerung des Zustandes zwischen Gott und den Menschen und damit der Menschen selbst“[471] ermöglicht. Wie existentiell diese Erneuerung ist, wird an der symbolischen Beschreibung klar: Versöhnung ist Übergang vom Tod zum Leben, ist damit eine Auferstehung (vgl. Röm 11, 15; Joh 11).

Diese Einordnungen der Versöhnung haben eine besondere Bedeutung für die Beziehung der Ehe und ihre Krisen. Paulus formuliert mit Blick auf die Ehepartner: „Zu einem Leben in Frieden hat Gott euch berufen“ (1 Kor 7,15). Ein Zusammenleben in der Beziehung der Ehe ist ohne Frieden auf Dauer nicht möglich. Die Bereitschaft zur Versöhnung ist das, was die Partner zum immer wieder dauerhaft möglichen Frieden beitragen können. Damit ist ein Strukturelement der treuen Liebe bezeichnet, das Dienst am Frieden in der Beziehung ist. Berufung zum Frieden ist zugleich Aufruf zur Versöhnungsbereitschaft, die im Alltag eingeübt sein muss, in der Bewältigung von Krisenzeiten aber umso mehr vonnöten und gefordert ist. Sind doch theologisch Krisen der Fern-Beziehung zu sehen als ein Anruf Gottes an das Paar: „der Einspruch gegen die Friedlosigkeit, Unversöhntheit ist Anspruch an die Partner, die Entzweiungsdynamik zu überwinden durch die Gegendynamik zur Bereitschaft des Sichversöhnens und Zuspruch von Hilfe zum Vollzug der Wiederherstellung der Zustimmung zum Ehepartner und zur Ehe mit ihm.“[472] Das Verständnis der Ehe als Sakrament schließt die Verheißung mit ein, dass Gott die menschlich gefährdete Zusage im Ja der Partner zueinander nicht

---

[471] F. Büchsel, Katallasso, in: ThWNT Bd. 1, 1953, 255.

[472] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 421.

nur zusammenhält und überhaupt ermöglicht, sondern sie auch immer neu heilt.[473] Eine Ehe kann, zumal wenn sie auf Distanz gelebt wird, in der Perspektive des Glaubens nicht nur im Vertrauen auf eigene Kräfte und Möglichkeiten in Bezug auf eine Krisen-Bewältigung bestehen. Sie benötigt eine Zuversicht und Hoffnung auf Gottes nie endendes Versöhnungshandeln. So formuliert der Synodenbeschluss „Christlich gelebte Ehe und Familie“:

> „Gläubige Ehepartner erfassen den Bund Gottes mit den Menschen, den er durch Christus und in Christus schenkt, als Quelle, die auch ihre gegenseitige Liebe ermöglicht und ihre Treue trägt. Aus ihr kann sich der, menschlich gesehen, so zerbrechliche Bund einer Ehe immer wieder erneuern. Gläubige Ehepartner leben nicht nur aus den Reserven ihrer eignen Großmut, sondern aus der unerschöpflichen Versöhnungskraft des Kreuzes.“[474]

Ein Klima der Bewältigung von Fern-Beziehungskrisen durch ständig sich erneuernde Versöhnungsbereitschaft setzt also, aus theologisch-ethischer Sicht, lebendigen Glauben voraus. Die Entfaltung des Glaubens fördert und fordert eine intensive Versöhnungsfähigkeit.

7.7.5. Gemeinschaft und Ort der Ehe für prospektive Versöhnungsbereitschaft: Kirche

Aus katholisch-theologischer Perspektive sind die aufgezeigten Hilfen zur Versöhnungsbereitschaft akuten Krisen auch ekklesiologisch vermittelt. Ein wesentlicher Ort, an dem die grundsätzliche Versöhnungsbereitschaft ermöglicht wird, ist die Kirche, denn sie ist wesentlich Versöhnungsgemeinschaft. Ein grundlegender Vollzug der „ekklesia“ ist die Versöhnung im Rahmen des Sichversöhnens und des Versöhnungsdienstes. Kirche ist eine Frucht aus Gottes Versöhnungshandeln in Christus durch den Heiligen Geist und ist somit auch der Ort des Versöhnungs-

---

[473] Vgl. W. Kasper, Zur Theologie der christlichen Ehe. Mainz 1981, 45.

[474] Christlich gelebte Ehe und Familie, 429.

geschehens und -vollzuges.[475] Somit stehen alle grundlegenden Lebensvollzüge der Kirche unter dem Vorzeichen versöhnender Kommunikation. Das gilt für die Evangeliumsverkündigung in allen Formen ebenso wie für die Spendung der Sakramente, das Gebet und die Liturgie, Diakonie und Theologie.[476] Eine herausragende Stellung kommt dabei den Sakramenten zu.[477] Sie alle stehen ebenso im Dienst der Versöhnung und damit einer ermöglichenden Versöhnungsbereitschaft (RP 27): „Jedes von ihnen ist über die ihm eigene Gnade hinaus auch Zeichen der Buße und Versöhnung."

Versöhnendes Wirken der Kirche zeigt sich nicht nur durch die religiösen Hilfestellungen, sondern auch durch ihr Verständnis als Reifungsgemeinschaft. Sie ist als die Gemeinschaft der Glaubenden ein Raum von Beziehung und Begegnung sowie des Dialogs. Sie kann Versöhnungshelfer vermitteln und ein soziales Lernfeld von „rekonziliativer Valenz"[478] eröffnen:

> „Die Erfahrung von Begegnung, Beziehung und Gemeinschaft ist nicht nur Voraussetzung von Reifung und Nachreifung als Beitrag zur Überwindung von zwischenmenschlicher Entzweiungsdynamik, sondern auch Hilfe in der Auseinandersetzung mit Einflüssen aus dem Raum der Gesellschaft. Ein differenzierender Umgang mit diesen Einflüssen ebenso wie ein gestaltender und einflußnehmender Umgang mit gesellschaftlichen Wirkkräften ist nicht möglich ohne Rückhalt in Beziehungen und in Gemeinschaften, in denen sowohl Kriterien der ‚Unterscheidung der Geister' vermittelt werden als auch die Möglichkeit zum Austausch von Erfahrungen in der Auseinadersetzung mit gesellschaftlichen Wirkkräften gegeben ist."[479]

---

[475] Für grundlegende Ausführungen zu diesen Gedanken vgl. z. B. W. Beinert, Lexikon der Dogmatik, Freiburg i. Br. ^{3}1991, 138-141.

[476] Vgl. S. E. Müller, Krisen-Ethik, 422.

[477] Vgl. Kapitel 7.4.2.

[478] S. E. Müller, Krisen-Ethik, 423.

[479] Ebd.

Wo die Glaubensfähigkeit des Menschen geschwächt oder gehindert ist, sind ihm Versöhnungshilfen aus dem Glauben nicht oder nicht voll zugänglich. Umgekehrt heißt dies: Gelingt es, Hilfen zum Glaubenkönnen zu ermöglichen, dann sind damit Versöhnungshilfen zugleich impliziert. Auf Beziehungen angewandt bedeutet dies, dass ein Dienst am Glauben zugleich ein Dienst für eine grundlegende Versöhnungsbereitschaft und damit für das Gelingen von Krisen-Bewältigung auch in Fern-Beziehungen ist.

7.7.6. Synthese: Kreative Grundhaltung prospektiver Versöhnungsbereitschaft in Treue

Die Grundlegung für eine Konkretion der Wege zur Versöhnungsbereitschaft muss die psychosozialen Gegebenheiten ebenso berücksichtigen wie die Freiheit des Menschen. Die Möglichkeitsbedingung der Versöhnungsbereitschaft ist aus theologischer Perspektive das Mysterium der Gnade als übergreifende Wirklichkeit. So ist es möglich, Versöhnungsbereitschaft als Zielvorgabe für eine Krisen-Bewältigung aus psychologisch-anthropologischer und theologischer Perspektive zu setzen. Versöhnungsbereitschaft erweist sich dabei als Prozess und als Grundhaltung. Eine psychologisch-anthropologische Betrachtung rückt die Notwendigkeit der Reifung und Nachreifung ins Zentrum – als Voraussetzung für die Versöhnung in der Fern-Beziehung. Die theologische Sichtweise stellt die „metanoia“ in den Mittelpunkt, denn eine Versöhnungsbereitschaft mit Gott, dem Ursprung allen Lebens und jeglicher Beziehung, ist die unbedingte Voraussetzung innergeschichtlicher Beziehungsversöhnung. Die angesprochenen Perspektiven schließen sich dabei nicht aus, sondern stehen in einem Verhältnis wechselseitiger Fundierung und Bereicherung. Eine aus dem Glauben verwirklichte und psychologisch fundierte Versöhnungsbereitschaft für akute Krisen in Fern-Beziehungen impliziert drei wesentliche Vollzüge: Erkenntnis, Annahme und Wandlung, die sich auf drei Referenzpunkte beziehen: Ich-Selbst, Du und Wir. Darüber hinaus ist Versöhnung auf Versöhnungshelfer und -hilfen angewiesen. Solche Hilfen sind relationale Hilfen, im religiösen aber auch im zwischenmensch-

lichen Sinn. Eine zentrale Schlüsselposition kommt dabei der Gemeinschaft der Kirche als Versöhnungs- und Reifungsgemeinschaft zu.[480]

8. Theologische Praxis-Orientierungen für die Militärseelsorge: Fern-Beziehung als Lebenskrise

In den vorhergehenden Kapiteln wurden aus systematisch-theologischer Perspektive die Grundrelationen und -bedingungen, Leitbilder und Haltungen für eine Prävention und Bewältigung von Ehekrisen in Fern-Beziehungen entfaltet. In den folgenden Überlegungen werden nun, darauf aufbauend,[481] wesentliche praktisch-theologische Aspekte aufgezeigt, woran sich, aus (militär-)seelsorgerlicher Perspektive, die Begleitung betroffener Paare auszurichten hat, die Fern-Beziehungen als Lebenskrisen erleben. Dabei stellt sich implizit die Frage nach pastoralen Hilfestellungen und praktischen Antworten angesichts des immanenten Auftrages an die Kirche, sich den Fragen und Herausforderungen der modernen Gesellschaft zu stellen, wie sie angesichts zunehmend ehebelastender Aspekte der Mobilität auftreten.[482]

Die Grundlagen dieser Überlegungen bilden schließlich die „Theorie der Praxis“ für die im III. Abschnitt, der Umsetzung, zu entwickelnden möglichen Initiativen und Übertragungen angesichts von Fern-Beziehungen von Soldaten aus der Sicht der Militärseelsorge. Die pastorale Herausforderung der Fern-Beziehungen erfordert eine adäquate Begleitung. Die kirchliche Seelsorge muss diesbezüglich den Anspruch an sich haben, „nicht erst nachträglich passive ‚Schadensbegrenzung’ zu betreiben, sondern eine Heil-Fürsorge zu betreiben, die sich vor allem darum

---

[480] Vgl. ebd.

[481] Vgl. neben dem vorangehenden Kapitel auch die Reflexionen zu Krisen der Fern-Beziehung als Zuspitzung von Ehe- und Lebenskrisen, Kapitel 6.2. bzw. darauf aufbauend Kapitel 7.4.1.

[482] Vgl. Abschnitt I, Beschreibung, besonders Kapitel 1.-4.

bemüht, die Beziehungskompetenz der Menschen zu fördern und zu unterstützen, Lebensräume anzubieten und offen zu halten, in denen lebenslanges Beziehungslernen ermöglicht und auch durch Krisen hindurch begleitet wird.“[483]

8.1. Praxis-theoretische Grundlegung einer Krisen-Bewältigung: „Wege in der Krise“

Mit der metaphorischen Umschreibung „Wege in der Krise“ wird nun zunächst der Versuch unternommen, auf der Grundlage des christlichen Glaubens eine Bewältigung, gewissermaßen als Aus-Weg, aus den Krisenzeiten des Lebens aufzuzeigen. Diese pastoral-theoretischen Überlegungen stellen als Theorie der Praxis Antwortversuche und Hilfestellungen des Glaubens auf die Herausforderungen durch Krisen dar. Sie können keine generell gültige Lösung entwickeln. Dennoch bieten sie in Spannung zu den Überlegungen zur Krisenanfälligkeit des Menschen[484] eine ureigene seelsorgerliche bzw. pastoral-theoretisch motivierte Antwort zu den inneren „Not-Wendigkeiten“, um Krisenzeiten, besonders auch in Fern-Beziehungen, bestehen zu können. J. Butscher beschreibt eine mögliche Grundhaltung und positive Ausgangssituation für schwierige Zeiten der Krisen so:

> „Das Leben sei voller Unklarheiten, sagt der eine. Voller Geheimnisse, meint ein anderer. Damit ignoriert er nicht die Unklarheiten, aber er nimmt ihnen das Erschreckende, Furchterregende, Widerwärtige. Das Unklare verursacht Angst. Die Anerkennung des Geheimnisvollen weckt einen positiven Reiz und regt zu Entdeckungen an. Erahnen wir nicht hinter und in allem Sichtbaren und Greifbaren eine andere Welt, die uns Vertrauen abverlangt? Ja. Wir ahnen es. Allerdings, sich darauf einzulassen erfordert Mut, Ungewöhnliches aufzunehmen, anzuerkennen und zu verwirklichen.“[485]

---

[483] U. Baumann, Zum theologischen Umgang mit der Scheidungswirklichkeit, in: T. Schneider (Hg.), Geschieden – wiederverheiratet – abgewiesen? Antworten der Theologie (QD 157), Freiburg i. Br 1995, 183-201, 200.

[484] Vgl. z. B. Kapitel 6.4.

[485] J. Butscher, Auf den Spuren des Unsichtbaren, Freiburg i. Br. 1987, 3. Rainer Maria Rilke

Obwohl es allgemeine Merkmale der Krise gibt, wie sie z. B. später in den Verlaufsphasen gezeigt werden,[486] ist sie bei jedem Menschen individuell ausgeprägt und wird auch verschieden erfahren, je nach Lebensabschnitt, den auslösenden Bedingungen und der Gesamtverfassung des von der Krise betroffenen Menschen. Die je totale Verschiedenartigkeit der Lebenskrisen für die betroffene Person kann für eine Überlegung „gangbarer Wege" in der Lebenskrise nur bedeuten, dass auch die Möglichkeiten und Wege je individuell sein werden. Nichtsdestoweniger scheinen gewisse Grundeinstellungen notwendig und möglich, die die schwierigen Phasen der Krise überwindbar machen. Grundeinstellungen sind jedoch nur als Prozess, d. h. im Verlauf des Lebens, zu erlernen. Sie können nicht kurzfristig erworben werden. Es geht darum, sich in „stabilen Zeiten" ein „Handwerkszeug" zur Überwindung der schwierigen Zeiten des Lebens anzueignen, auf das in der unberechenbaren Krisensituation zurückgegriffen werden kann, um nicht in ein Gefühl der totalen Ohnmacht zu versinken.

Auf zwei Aspekte der „Wege in der Krise" soll nun eingegangen werden: Ein erster Weg bezieht sich auf die Bedeutung und die Öffnung für die Dimension „Hoffnung" im Zusammenspiel mit Glauben, Vertrauen, Gelassenheit und Geduld. Ein zweiter Gedanke soll auf die Möglichkeiten eines damit korrespondierenden Aspektes verweisen: das „Warten-Lernen".

---

beschreibt aus ähnlicher Perspektive eine weitere Grundhaltung, wenn er in einem Brief an einen an den unlösbaren Fragen des Lebens leidenden Bekannten schreibt: „Ich möchte Sie, so gut ich es kann, bitten […], Geduld zu haben gegen alles Ungelöste in Ihrem Herzen, und zu versuchen, die Fragen selbst liebzuhaben […]. Forschen Sie jetzt nicht nach den Antworten, die Ihnen jetzt nicht gegeben werden können, weil Sie sie nicht leben könnten. Und es handelt sich darum, alles zu leben. Leben Sie jetzt die Fragen. Vielleicht leben Sie dann allmählich, ohne es zu merken, eines fernen Tages in die Antwort hinein... – aber nehmen Sie das, was kommt, in großem Vertrauen hin […]." R. M. Rilke, Briefe, in: N. Lechleitner (Hg.), Worte zum Leben, Freiburg/Basel/Wien 1997, 37f, vgl. dazu auch R. M. Rilke, Das Buch der Bilder, Frankfurt a. M. 1996.

[486] Vgl. Kapitel 7. und 8.

8.1.1. „Hoffnung“ als Grundlage für eine Bewältigung von Krisen

Krisenzeiten sind Zeiten der Verunsicherung. Um in den „beengenden“ Zeiten noch konstruktiv sein zu können, bedarf es einer Besinnung auf tragende Grunddimensionen, die dem Lebensentwurf die benötigte Sicherheit geben, d. h. helfen, entweder wieder in „geordnete Bahnen“ zu gelangen oder sich der veränderten Situation zu stellen und sie, so weit möglich, kreativ zu gestalten. In der Krise breitet sich ein Gefühl der Ohnmacht aus, da der Mensch scheinbar ohne eigenes Zutun die Gegebenheiten erleidet. Er hat das Gefühl, der Situation passiv ausgeliefert zu sein. Herausragende Bedeutung hat in diesen Phasen des Ausgeliefertseins die Dimension des Hoffens in Vertrauen und Gelassenheit. Sie steht nicht für ein fatalistisches „Mit-sich-Geschehenlassen“, ein passives und ohnmächtiges Erleiden, sondern für das gegenteilige Gestalten der verbleibenden Möglichkeiten im Vertrauen auf einen letztlich gelingenden Weg.

Für Karl Barth zeigt sich Hoffnung jeweils im Tun des nächsten Schrittes.[487] Dabei handelt es sich nicht um magische Mittel, die eine sofortige Lösung aller Probleme bedeuten würden. Hoffnung ist die allem zugrunde liegende Dimension. Sie ist getragen vom Vertrauen im Glauben, der sich in der Geschichte des Menschen als tragfähig erwiesen hat und so eine tiefe Gelassenheit ermöglicht, die bedrängende Situation auszuhalten und zugleich im Vertrauen hineinzuhalten in eine letztlich gute Zukunft. So kann der Psalmist sprechen (Ps 37,5-7): „Befiehl dem Herrn deinen Weg und vertrau ihm; er wird es fügen. Er bringt deine Gerechtigkeit heraus wie das Licht und dein Recht so hell wie den Mittag. Sei still vor dem Herrn und harre auf ihn.“ Sinn erschließt sich oft nicht momenthaft, in einem Augenblick, sondern zumeist als Prozess. Dies ist eine wesentliche Erkenntnis, die der Gelassenheit zugrunde liegt. Gelassenheit, die auch ein positives Zu-Lassen bedeutet und Geduld sind Haltungen, die es einzuüben gilt.

---

[487] Zitiert nach: F. Kerstiens, Hoffnung, in: K. Rahner (Hg.), Herders Theologisches Taschenlexikon in acht Bänden, Bd. 3, Freiburg/Basel/Wien 1972, 298-305, hier 304.

Darüber hinaus soll das Verhältnis von Hoffnung und Glauben bedacht werden. Das Hoffen im Glauben bedeutet, dass der Glaubende sich von Gott getragen und geführt wissen darf. Das Vertrauen, sich „im Großen und Ganzen“ getragen zu wissen, steht dem Ringen und Zweifeln nicht entgegen. Ringen und Zweifeln stehen für die rastlose Suche des Menschen, die nie zu Ende sein wird. Der Mensch darf sich mit allen Seiten seiner oft unsicheren Menschlichkeit im Glauben eingebettet wissen. Der Glaube ist die Zusage, auf ein gutes Ziel hin unterwegs zu sein, auch wenn der Weg oft ängstigt und Unsicherheit auslöst. „Die Hoffnung ist der Anwalt der verheißenen, noch offenen, unerfassbaren Zukunft inmitten der Wahrheit des Glaubens und der Wirklichkeit des Heils in der Geschichte.“[488] Die Hoffnung gibt Kraft, sich immer dem je größeren Gott in Vertrauen und Hingabe im Blick auf verheißene Zukunft zu überantworten. Um die Fülle des Lebens zu erfahren, bedarf es der ganzen Geschichte einschließlich der noch ausstehenden Vollendung. Durch Hoffnung wird der Glaubende fähig, die Verborgenheit Gottes nicht falsch als dessen gänzliche Abwesenheit zu verstehen, sondern in Treue die Verheißung Gottes anzunehmen.

So ist der Glaube letztlich die Kraft, die auch äußerste Dunkelheit auszuhalten erlaubt – ohne zu resignieren oder zu verzweifeln.[489] Die Hoffnung des Glaubenden hilft die Krise durchzustehen. Um mit dem Apostel Paulus zu sprechen, wird der Gläubige erst durch die Belastung zur Geduld befähigt, die wiederum das Durchstehen der Krise ermöglicht (Röm 5,3-5): „Bedrängnis bewirkt Geduld, Geduld aber Bewährung, Bewährung Hoffnung. Die Hoffnung aber lässt nicht zugrunde gehen.“ Hoffnung im Glauben wird auch durch den Blick auf die eigene Lebensgeschichte genährt. Wie bereits erwähnt, erschließt sich die Sinnhaftigkeit einer Lebensphase oder einer Situation oft als langer Prozess und ist so erst im Rückblick einsehbar. Ein Rückblick auf frühere Bewältigungen von Krisen kann

---

[488] Ebd., 303.

[489] Vgl. ebd., 303f.

das Vertrauen wachsen lassen, dass der bisherige Lebensweg trotz aller Widrigkeiten gut verlaufen ist. Daher ist ein gelassener, optimistischer Blick im Vertrauen auf die Zukunft möglich:

> „Die Hoffnung erübrigt nicht den Einsatz, sondern fordert ihn als Verantwortung und Vermittlung ihrer selbst heraus. So gewinnt die Gegenwart durch die Hoffnung an Gewicht, weil in ihr über die endgültige Zukunft mit entschieden wird. Die Hoffnung ist nicht ‚Opium des Volkes', sondern Stimulans der Veränderung der Welt unter dem Horizont der Verheißungen Gottes, [ist die] revolutionäre Kraft, die Verhältnisse […] umzuwerfen."[490]

8.1.2. „Warten-Lernen" als Grundlage für eine Krisen-Bewältigung

Die Notwendigkeit, Unsicherheit und Unklarheit im Leben ertragen zu können, verlangt danach, generell das Warten zu lernen. Es geht dabei nicht um Passivität oder Fatalismus. Die Bereitschaft zum „Warten-Lernen" ist eine Form des aktiven Sich-Verhaltens, als Antwort, die ein letztlich vordergründiges Wollen des Ich überschreiten kann. Das Leben ist für den Glaubenden, in Bezug auf Gott, ein Warten auf das vollkommene Erscheinen dessen, was verborgen schon angebrochen ist. Warten zu lernen meint eine Relativierung alles Einzelnen dadurch, dass es in seiner Endlichkeit auf das unendliche Geheimnis bezogen, auf das größere Ganze hin erkannt wird. Die Freiheit des Menschen wird gerade dann respektiert und vergrößert, wenn er anerkennt, dass mit einer zunehmenden Abhängigkeit der Kreatur von Gott deren Eigentlichkeit, Entfaltung und Würde zu- und nicht abnehmen. Deshalb schließen sich angesichts der belastenden Situationen Gelassenheit einerseits und radikales Engagement andererseits nicht gegenseitig aus, um die Gegebenheiten aktiv zu bewältigen.[491]

---

[490] K. Rahner (Hg.), Herders Theologisches Taschenlexikon, 304f.

[491] Vgl. H. Vorgrimler, Gelassenheit, in: LThK^2, Bd. 4, 631-633, hier 632.

Eine ungewisse und ungesicherte Situation auszuhalten, ist in einer Gesellschaft, „die keine Zeit mehr zu haben scheint“, verpönt. Warten gilt als verlorene Zeit. Die Gesellschaft am Beginn des 21. Jahrhunderts versucht, alles möglichst fertig und vollendet zu besitzen. „Die vordringlichste Aufgabe unserer Erziehungsinstitutionen scheint gegenwärtig darin zu bestehen, uns das Wartenkönnen systematisch abzugewöhnen.“[492] Dabei wird übersehen, dass die Fülle an einer Frucht und die Freude daran nicht nur im Besitz des Fertigen liegen, sondern vom Erleben des Reifens abhängig sind. Gerade im Warten, in der darin aufgewendeten Zeit und Kraft, kann Freude bzw. Vorfreude entstehen. Im Erleben des Werdens erst wird der Wert des Vollendeten bewusst. Das Warten bewusst zu erleben und auszuhalten, ist ein Zeugnis des Vertrauens in der Hoffnung auf Sinnfindung. Die Zeit der Krise ist ein Neuwerden. Jede Krise ist ein Prozess des Werdens, dessen Frucht sich in der Krisenzeit entwickelt.

> „Warten ist kein bloßes Geschick und auch keine bloß allgemein reflektierte Daseinsbestimmung. Eine ganz bestimmte Wahl gehört vielmehr dazu. Warten geschieht nicht ohne eine auch noch so minimale Hoffnung auf Sinn. Niemand kann mich warten *machen*, nicht einmal im strengen Sinne warten *lassen*. […] Darin unterscheidet sich Warten von Leiden. Menschen können leiden *machen*. Wenn ein Mensch aber das Leiden als Teil des Wartens übernimmt, ist es auch mit diesem Machen vorbei. Im vorbehaltlosen Warten wird alles Leiden ins Aktiv übersetzt.“[493]

Für Krisen-Zeiten der Fern-Beziehung hat das „Warten-Lernen“ eine doppelte Bedeutung. Zu der aufgezeigten Notwendigkeit, Ungewissheiten auszuhalten, kommt ein weiteres wesentliches Moment für die erfüllende Partnerschaft auf Distanz. „Warten-Lernen“ in der Fern-Beziehung bedeutet auch, die naturgemäßen Phasen des Wartens der Partner aufeinander bis zum Wiedersehen auszu-

---

[492] H. Verweyen, Botschaft eines Toten? Den Glauben rational verantworten, Regensburg 1997, 48.

[493] H. Verweyen, Botschaft eines Toten, 47f.

halten, und nicht fatalistisch und damit ungenutzt verstreichen zu lassen, sondern sinnvoll die speziellen Herausforderungen und Potenziale zu nutzen.

Warten soll nicht fatalistisch geschehen, sondern vielmehr im Wissen darum, dass im Rückblick auf die eigenen Erlebnisse der Vergangenheit vieles sich langfristig gesehen als sinnvoll, als gut erwiesen hat, was zunächst ungut und unangenehm zu sein schien. Das „Warten-Lernen“ korreliert mit der vertrauenden, gelassenen Hoffnung. Es ist eine notwendige Lektion, die alltäglich erlernt werden muss. So erhält es seinen Sinn im Ertragen und Aushalten von Ungewissheit, ist zugleich aber aktiv gesetzter Gegenpol zur vermeintlichen Sinnlosigkeit oder Ungewissheit einer gegebenen Situation.

Es lässt sich also festhalten, dass es sich bei Lebenskrisen um notwendige und zugleich nicht zu verhindernde Phasen der Infragestellung und Entwicklung des Menschen handelt. Jede Lebenskrise, besonders die Ehe- und Beziehungskrise, stellt die Betroffenen vor die Notwendigkeit, ihre Beziehungs- und Lebensausrichtung, den ursprünglichen Sinn ihres Lebens und der Beziehung neu zu bedenken. Die Schwierigkeit des Menschen mit seiner Vergänglichkeit, seiner natürlichen Ungesichertheit umzugehen – und die daraus resultierende Zwangsläufigkeit, immer wieder loslassen zu müssen – sind wesentliche Momente für den Verlauf von Krisen und deren Auslöser. Da der Mensch danach strebt, sein Leben zu kontrollieren und Herr seiner selbst zu sein, sind Enttäuschungen, Wahrheitsentdeckungen und Lebenskrisen – besonders in den Entwicklungen des gemeinsamen Weges der Partnerschaft – schmerzliche Erfahrungen. Darüber hinaus jedoch bieten diese Phasen der Neuordnung die Chance, mögliche Lebenslügen und Täuschungen aufzudecken und in der Entdeckung der Lebenswahrheit voranzuschreiten. Auf die Ehe übertragen bedeutet dies, dass die Krisen der Partnerschaft, trotz aller Gefährdung und Belastung, auch ein „Lebendigbleiben“ bzw. „Lebendigwerden“ der Beziehung erzwingen. Es entsteht die notwendige und bereichernde Chance zu gemeinsamer Neuorientierung, zu Veränderung, Entwicklung und Neuanfang in der Beziehung.

8.2. Krisen: Fortschreiten in der Entdeckung der Wahrheit von Beziehung

Wie bereits gezeigt wurde, sind die Zeiten der Krise intensive Auseinandersetzungen mit den eigenen Möglichkeiten im Rahmen bestimmter Gegebenheiten, also auch unter Einschränkungen. Es sind grundsätzliche Ent-Scheidungen zu treffen, wie der weitere Lebensweg aussehen soll. Alte, bislang tragfähige Bindungen und Gewohnheiten haben sich überholt oder reichen nicht mehr aus. Es findet eine Desillusionierung statt. Es kann an unterschiedlichen Gründen liegen, dass gewohnte Strukturen nicht mehr tragen. Die aus der Infragestellung resultierende „Ent-täuschung" deckt jedoch letztlich immer auch eine persönliche Täuschung auf. Der fortlaufende Prozess der Krise erzwingt immer eine existentielle Betrachtung der Lebenssituation. Im Fortlaufen der Enttäuschung, im Ringen um Verabschieden und Loslassen des Gewohnten sowie im Mobilisieren ungenützter Kraft- und Phantasiequellen, die eine neue Zukunft und neue Strukturen ermöglichen sollen, erweist sich die Lebenskrise als intensiver Weg der ureigenen „Wahrheits-Entdeckung"[494].

Im Durchringen von Enttäuschungen und in deren Annahme kann es gelingen, das Lebenskonzept nicht auf Illusionen und falschen Grund zu stellen, sondern tragfähige Lebensfundamente zu erkennen und neue zu schaffen. Die Auseinandersetzungen mit den Enttäuschungen in den Krisen des Lebens und mit deren Auslösern sind daher die Eckpfeiler, um zu einem wahrhaftigen und echten Lebensentwurf gelangen zu können. Die Lebenskrise ist im besonderen Sinne auch deshalb das Ringen um die Entdeckung der Wahrheit, als die Krise eine Offenheit für neue Möglichkeiten „erzwingt". Nach P. Tillich liegt darin Schicksal und Aufgabe zugleich, denn dieser Gesamtprozess ist eine stets gefährdete Gratwanderung an den eigenen Grenzen. Die Grenze aber ist der eigentlich fruchtbare Ort der

---

[494] E. Schuchardt, Jede Krise ist ein neuer Anfang, 28.

Erkenntnis.[495] So ist die „Grenzzeit“ der Lebenskrise, die Zeit der „Ent-Täuschungen“ und des Ringens um tragfähige Lebensinhalte diejenige Zeit der – auch schmerzhaften – Erkenntnisse und somit die Entdeckung der Lebenswahrheit.

In der Beschäftigung mit den Krisen des Lebens allgemein wurde festgestellt, dass jede Krise ein Be- und Überschreiten von Grenzen ist. Wenn nach Tillich die Grenze aber der eigentlich fruchtbare Ort der Erkenntnis ist, ist die Grenzbeschreitung, wie sie Krisen des Lebens sind, immer auch eine Entdeckung der Wahrheit.[496]

Demnach sind die Phasen der Lebenskrisen, also auch der Prozess einer Ehe- und Beziehungskrise, hochrangige Chancen, in der persönlichen Wahrheitsfindung und in der Wahrheit der gemeinsamen Beziehung voranzuschreiten. Menschen reagieren ängstlich, hilflos und verdrängend auf die unabweisbare Grenzbegegnung, da das Kommende völlig unklar ist. Bei Grenzerfahrungen handelt es sich um außerordentliche, oft bedrohliche Zuspitzungen des Lebens. Die Krise schafft in der Beziehung sowohl Abgrenzungen zwischen den Partnern, wie sie auch gleichzeitig konzentrierte Berührungspunkte der beiden markiert. Die Beziehungskrise ist eine Grenz-Situation, die bis hin zum möglichen Scheitern des vermeintlich Unaufkündbaren führen kann. Sie wird dominiert von einer Unvorhersehbarkeit und einer Vermischung von Überraschung und Geheimnishaftigkeit.[497]

Im Erleben von Lebenskrisen schreitet der Mensch voran, im Überschreiten seiner Grenzen die Wahrheit seines Lebens zu realisieren. In Extremsituationen, wie es

---

[495] Vgl. P. Tillich, Auf der Grenze. Aus dem Lebenswerk Paul Tillichs, München/Hamburg 1965, 9.

[496] Vgl. weitere Überlegungen zur Krise als Ent-Täuschung und Entdeckung der Wahrheit (Kapitel 8.3.).

[497] Vgl. H. Pompey, Sterbende nicht alleine lassen. Erfahrungen christlicher Sterbebegleitung, Mainz 1996, 56f.

Lebens- und besonders Ehekrisen darstellen, ist die Haltung einer – ehrfürchtigen – Neugierde und phantasievollen Kreativität durchaus legitim. Es ist eine Chance für die Partner in der Krise, neue Möglichkeiten im Umgang miteinander in der Beziehung zu entdecken, auszuloten und zu nützen. Nach Karl Jaspers lässt sich auf Grenzsituationen „nicht durch Planung und Errechnung reagieren, sondern durch eine ganz andere Aktivität, das Werden der in uns möglichen Existenz; wir werden wir selbst, indem wir in die Grenzsituationen offenen Auges eintreten. […] Grenzsituationen erfahren und existieren ist dasselbe.“[498] Diese Feststellung korreliert mit der bereits getroffenen Aussage von O. F. Bollnow, dass Existieren heißt, in der Krise zu stehen.[499]

Eine Grenze „offenen Auges“, also möglichst bewusst, zu übersteigen, kann ausschließlich „in einem praktischen Akt des Vertrauens gelingen“[500]. Der Akt des Vertrauens ist notwendig, da das Bedrohliche eines Grenzereignisses in seiner unbekannten Zukünftigkeit liegt.[501] Im Überschreiten von Grenzen liegt eine Chance der Entwicklung. Ein Transzendieren der Grenzen ermöglicht Erfahrungen über die vorgefertigte eigene Welt hinaus. So wird eine Entwicklung, eine Verwandlung ermöglicht, die wiederum Grundlage der Lebendigkeit ist. Im Beschreiten äußerster Grenzen kann durch eine Haltung der Offenheit die Chance wahrgenommen werden, selbst diese Krisenphasen der Ehe bzw. der Beziehung aktiv und lebendig zu gestalten und zu füllen, indem sogar persönliches Reifen und Entwickeln noch ermöglicht wird.[502] Grenzerfahrungen sind möglicherweise auch Transzendenzerfahrungen in dem Sinn, dass im Beschreiten von Grenzen eine neue, gänz-

---

[498] K. Jaspers, Philosophie, Bd. 2, Existenzerhellung, Berlin 1932, 203.

[499] Vgl. die vorangehenden Überlegungen zu philosophisch-anthropologischen Voraussetzungen für die Krisenanfälligkeit (Kapitel 3).

[500] H. Pompey, Sterbende, 58.

[501] Vgl. K. Rahner, Zur Theologie der Zukunft, München 1971, 178.

[502] Vgl. H. Pompey, Sterbende, 61.

lich unbekannte andere Seite erahnt und ansatzweise bereits erfahren wird. Jede Grenze ist ihrem Wesen nach Anreiz und Einladung zur Grenzüberschreitung und somit möglicherweise auch ein Tor zur Transzendenz:[503] „Was nämlich macht die Grenze zur Grenze? Es ist das Mehr jenseits der Grenze, das diesseits nicht erfüllt werden kann. So spüre ich in der Begrenzung meiner selbst, eingebunden zu sein und gleichzeitig auf etwas bzw. auf jemand außerhalb meiner selbst verwiesen zu bleiben."[504] Die Beschränkung ist auf der anderen Seite auch eine Entschränkung. Die Grenzen, die Begrenzungen des Menschen überhaupt, verweisen letztlich auf Gott – auch dann, wenn der Mensch ganz auf sich allein verwiesen zu sein scheint.[505] Der Grenzgang der Krise birgt stets auch die Gefährdung, an den Belastungen zu zerbrechen. In jeder Lebenskrise steckt die Gefahr des Scheiterns. Biblisch gesehen ist Jesus selbst dafür Vorbild. Seine Botschaft scheint im Kreuzestod gescheitert zu sein. Gerade aber im vermeintlichen Scheitern erweist sich die spezifische Perspektive der Hoffnung (1 Kor 1,23-26): „Wir dagegen verkündigen Christus als den Gekreuzigten: für Juden ein empörendes Ärgernis, für Heiden eine Torheit, für die Berufenen aber, Juden wie Griechen, Christus, Gottes Kraft und Gottes Weisheit. Denn das Törichte an Gott ist weiser als die Menschen, und das Schwache an Gott ist stärker als die Menschen." So zeigt sich am Kreuz, dass das Leiden, wie es sich in der Krise vollzieht, in die göttliche Verheißung des Lebens eingebettet ist. Die Auferstehung ist die Antwort auf das Kreuz.[506]

---

[503] Vgl. H. Windisch, In hora mortis. Pastoraltheologie im Horizont von Abschiedlichkeit, in: M. Liebmann/E. Rennhart/K. M. Woschitz (Hgg.), Metamorphosen des Eingedenkens. Gedenkschrift der Katholisch-Theologischen Fakultät der Karl-Franzens-Universität Graz 1945-1995, Graz/Wien/Köln 1995, 389-397, hier 395.

[504] Ebd.

[505] Vgl. ebd.

[506] Vgl. G. Greshake, Wenn Leid mein Leben lähmt. Leiden – Preis der Liebe, Freiburg i. Br. 1992, 52.

8.2.1. Lebens- und Ehekrisen: Einübung in die Krisen-Bewältigung

Eine innere Entsprechung von Lebenskrisen, Ehekrisen und dem Trauern wurde bereits aufgezeigt und in ihren äußeren Phasenabläufen dargestellt.[507] Es handelt sich dabei um extreme Grenzsituationen im Leben eines Menschen, in denen in besonderer Weise die ganze Persönlichkeit und damit auch die Beziehungen des betroffenen Menschen gefährdet sind. Häufig müssen die Extremsituationen letztlich alleine bestanden werden. In der besonderen Situation der Beziehungskrise betrifft dies jedoch die „Einheit" des Paares, d. h. dass einerseits jeder Partner für sich die Situation zu bewältigen hat: „Im Durchleben der Grenzsituationen wird offenbar, dass der vordergründige Halt an äußeren Lebensbedingungen zerbrechen kann und ich radikal auf mich selbst zurückgeworfen werde."[508] Intensiv erlebbar geschieht dies im Bewusstsein des Alleinseins, durch das das Dasein im Alltag zum Prüfstein wird.[509] Gleichzeitig jedoch betrifft die Gegebenheit ebenso intensiv den anderen Partner, mit dem die Problematik durch- und erlebt wird sowie die gemeinsame Partnerschaft.

Die Krise der Beziehung stellt zwar einen besonders belastenden Lebensabschnitt dar, sie unterscheidet sich aber zunächst nicht grundsätzlich von anderen ‚kritischen' Lebensereignissen.[510] Es kann angenommen werden, dass Menschen, die besonders belastende Ereignisse im Leben mit relativ großer Gelassenheit erlebt haben, auch mit der gefährdenden Situation der Beziehungs- bzw. Ehekrise verhältnismäßig gut umzugehen vermögen. Das mögliche „Sterben" menschlicher Beziehungen, Krankheiten und zunehmende körperliche Gebrechen, der Abschied vom Berufsleben und das Loslassen der Kinder, der Verlust von Lebensmöglich-

---

[507] Vgl. Kapitel 5. sowie später Kapitel 9.

[508] P. Kunzmann/F.-P. Burkard/F. Wiedmann, dtv-Atlas zur Philosophie. Tafeln und Texte, München [5]1995, 199.

[509] Vgl. ebd.

[510] Vgl. J. Wittkowski, Psychologie des Todes, Darmstadt 1990, 132.

keiten und die Erfahrung der eigenen Ohnmacht im alltäglichen Leben sind die Schule des Loslassen-Lernens und somit stets ein Weg des Leben-Lernens: „[…] wer die guten wie die schlechten ‚Wirk'-lichkeiten des Lebens nicht bejahend akzeptiert und in Liebe angenommen hat, hat das Wieder-Auferstehen zu neuen Lebensmöglichkeiten nicht erfahren und nicht gelernt. Ein solcher Mensch ist aus Todeserfahrungen noch nie zu neuem Leben hinübergeschritten."[511]

Normative Lebenskrisen werden von zyklischen Übergängen im Lebensrhythmus ausgelöst. Diese normativen Übergänge sind allgegenwärtige Prozesse des Vergehens und des Werdens. Nur wer zu einem dauernden Neuwerden imstande ist, vermag lebendig zu bleiben. Nur wer, bei aller notwendigen Vertrautheit, die Entwicklungen und Veränderungen in der Partnerschaft aktiv anzunehmen, zu gestalten lernt, erhält die Beziehung lebendig und tragfähig. Es ist gewissermaßen ein Loslassen-Lernen, ein „Einlernen der Vergänglichkeit", die der Mensch erlebt, in den Übergängen wie von der Kindheit zum Jugendalter, von der Pubertät zum Erwachsenwerden, der so genannten „Midlife Crisis" oder aber auch im fortlaufenden Altern, in seinem Übergang zum betagten Menschen bis hinein in den Tod.

8.2.2. Ausblick: Endlichkeit überwinden?

Die Begrenztheit ist es, die dem Menschen zu schaffen macht. Er will das Unbegrenzte und Ewige, will des Lebens und der Lebendigkeit habhaft werden. Der Moment der Fülle, von dem wir uns wünschten, dass er nicht mehr vergehen solle,[512] ist manchmal für Augenblicke erreichbar oder zumindest erahnbar, sei es im Moment tiefer Zufriedenheit oder auch in großer Geborgenheit. Dann wird inmitten

---

[511] H. Pompey, Sterbende, 79.

[512] Vgl. J. W. Goethe, Faust. Der Tragödie erster Teil. Neu durchgesehene Ausgabe, Stuttgart 1986. Dabei ist im berühmten Disput von Faust und Mephistopheles ein zentrales Moment die Auseinandersetzung darüber, ob der Augenblick erreichbar sei, in dem Faust „wunschlos glücklich" sein würde.

der Zeit spürbar, was Ewigkeit meint und was sie ausmacht. Die Ewigkeit, die totale Erfüllung, ist es, wonach sich der Mensch in seiner Endlichkeit ausstreckt. In diesem Streben wird die Sehnsucht nach der Fülle schlechthin spürbar – und das ist, theologisch betrachtet, letztlich die Sehnsucht nach Gott. Da dieses Unterwegssein im Leben in der Sehnsucht nach Gott jedoch durchaus auch als beschwerlich erlebt wird, ist das Wissen um ein Ende im Sinne eines möglichen Zieles tröstlich. Die Theologie spricht vom Tod als dem „Ende des Pilgerstandes“[513]. In diesem Sinne ist die Frage, was also der Tod sei, auch damit zu beantworten, dass er der Ort und Zeitpunkt ist, der ein sicheres Ziel garantiert. Er ist der Ort, der in den Unsicherheiten des Lebens die große Gewissheit darstellt. Der Tod ist gewissermaßen die tröstliche Garantie, irgendwann ankommen zu dürfen. Wunibald Müller spricht „von der Sehnsucht heimzukehren“[514].

Die Erfüllung dieser Sehnsucht liegt darin, den Weg nach vorne, im Zugehen auf das Ende zu wagen. Das Verlangen heimzukehren darf also nicht verwechselt werden mit Nostalgie oder mit dem Bedürfnis, sich zu verkriechen, sich der Verantwortung zu entziehen, sich einfach gehen zu lassen. Diese Bedürfnisse und Wünsche werden den Einzelnen immer wieder überkommen und es wird Augenblicke und Phasen im Leben geben, in denen das gut ist und zugelassen werden kann. Das Verlangen aber, dahin zu kommen, wohin es den Menschen letztlich drängt, geht in die andere Richtung. Dies ist nach Müller kein Regredieren, sondern ein Progredieren. Es verlangt, nach vorne zu gehen, aus sich herauszutreten, das zuzulassen und zur Entfaltung zu bringen, was in der Tiefe des Menschen steckt. Das Leben ist durch- und auszuleben in der Sehnsucht, schließlich einmal heimzukehren, ankommen zu können, in der Hoffnung und Erwartung einer guten, ewigen Heimat, die uns im Tode erwartet. Die Sehnsucht heimzukommen ist letzt-

---

[513] K. Rahner, Zur Theologie des Todes, Freiburg i. Br. [5]1965, 26.

[514] W. Müller, Von der Sehnsucht heimzukehren, Mainz 1996.

lich die Sehnsucht, in Gott anzukommen, endgültig sich auf Gott hin ausstrecken zu können, weit zu werden für ihn.[515]

Im christlichen Glauben wird dieser Gedanke des „Ankommen-Dürfens“ dadurch überholt, dass der Tod nicht endgültiger Rastplatz nach der Last des Lebens ist, sondern dass durch ihn die Ankunft in der echten Heimat gewährleistet ist. So weiß sich der Christ als Pilger im Leben, er sieht Sterben und Tod als Unterwegssein zur endgültigen Heimat in Gott.

8.3. Das Vorbild Jesu in der Krise

Der christliche Glaube wird realisiert durch Identifikation, durch Imitation und durch persönliche Verinnerlichung des Lebens, Leidens und Sterbens Jesu. So ist die Kernbotschaft des Neuen Testamentes keine Theorie über Sterben und Tod, sondern ein Lebensmodell sowohl für Menschen in der Krise, als auch für deren seelsorgerliche Begleiter: Jesus will als Weg, Lebenswahrheit und Lebenssymbol (vgl. Joh 14,6) einerseits konkretes Vorbild für den Alltag des Lebens sein, andererseits aber besonders auch für Zeiten der Krise.[516]

8.3.1. Das Vorbild Jesu als Lebensmodell

Nach der christlichen Botschaft ist der tagtägliche Tod von Lebensmöglichkeiten, ebenso wie der physische Tod, ein Teilhaben am Sterben Jesu Christi. Wenn der Glaube in vielen Grenzsituationen ein Weiterleben ermöglicht, ist dieser Glaube in der Lage, auch große Bewährungsproben zu bestehen. „Alle Lebensenergie und jede Lebensphantasie brechen zusammen, wenn sie nicht auf etwas bauen dür-

---

[515] Vgl. ebd., 9ff.

[516] Vgl. H. Pompey, Sterbende, 91-94.

fen, das nicht ausschließlich auf eigene Leistung und Lebenserfahrung zurückgeht. Für den Christen ist diese Lebensenergie […] im Tun Jesu [be]gründet.“[517] In der Bewältigung von Krisen wird es dem Menschen nicht anders gehen als Jesus im Garten des Ölberges am Vorabend seines Todes: Einsamkeit, Enttäuschung und Angst dominieren, bis es gelingt, in einem Urvertrauen auf das in Gottes Hand geborgene Leben auch diesen letzten großen Weg gehen zu können. In dem Vorgang, dass Jesus in seiner Angst von einem himmlischen Boten gestärkt wird, zeigt sich, dass große Vertrauensakte nicht aufgrund eigener Leistung erbracht werden können und auch nicht erbracht werden müssen, sondern nur im Vertrauen auf die Gnade Gottes geschenkt werden.

Dies erfordert, nicht unaufhörlich gegen die Leidensrealität anzukämpfen und dabei die restlichen noch verbliebenen Lebensenergien zu verschwenden. Vielmehr ist gerade in den entscheidenden Phasen des Lebens eine Selbstdisziplinierung vonnöten, um mit Phantasie, Kreativität und Vertrauen Lösungen zu finden, die das Leiden bestehen helfen. Im Glauben wird ein Erkennen des Weges möglich, der in unabänderlichen Grenzsituationen zu gehen ist. In der Bitte des „Vater Unser“: „Dein Wille geschehe“ (Mt 6,10), herrscht die vertrauende Gelassenheit auf einen guten letzten Weg vor. G. Greshake beschreibt diese geistig-geistliche Haltung in der extremsten Krise, dem Sterben, so:

> „Doch gibt es auch eine andere Gestalt des Todes. Wo der Mensch sich Zeit seines Lebens einübt in die Haltung des ‚Vater, in deine Hände lege ich mein Leben‘, wo er im Gehorsam gegen Gott und im Vertrauen auf sein Wort sein Leben als Gabe und Aufgabe entgegennimmt und im Dienst an den Brüdern lebt, da verwandelt auch der Tod sein ‚(Un-)Wesen‘, er kann wieder zum ‚Bruder Tod‘ werden, zur ‚Pforte’ des besseren Lebens‘ (Franz von Assisi), zum Ort der Hoffnung, zum seligen Übergang in Gottes Herrlichkeit. Aber eben diese ‚neue‘ Todeserfahrung ist eine Frucht des Glau-

[517] Ebd., 96f.

> bens, der Hoffnung und der Liebe, vor allem aber der Hoffnung, dass der Tod nicht ‚das Letzte' ist."[518]

Wie bei Christus im Garten Getsemani wird die Annahme und Gestaltung dieser Botschaft ein schweres Ringen erfordern.[519] Im Vorbild von Jesu Tod am Kreuz und seiner Auferstehung wird die Perspektive der Hoffnung eröffnet. Der Christ besteht Krisen nicht gelassener, weil er erahnen würde, was kommen wird, sondern vielmehr, weil er lernen konnte, das Leben loszulassen und Enttäuschungen in sein Leben zu integrieren. Jesus selbst starb einen grausamen Tod. Sein Sterben aber zeigt, dass der Mensch der Erfahrung der totalen Ohnmacht nicht gänzlich ausgeliefert ist. Wer im Vertrauen auf Jesu Weg gelernt hat loszulassen und die Vorboten des Sterbens, die Lebenskrisen, in sein Leben eingelassen hat, erringt nach und nach eine Vertrautheit mit ihnen:[520] „Wer das Glück und die Freude seines Lebens nicht verkrampft für sich behält, sondern sich selbst weggeben kann, der übt sich in vielen kleinen Schritten in das Loslassen ein, das später im Sterben von ihm gefordert ist."[521]

8.3.2. Jesus, der Heiler, als Vorbild für die Seelsorge-Praxis

Bis heute wird versucht, auf Grundlage der biblischen Heilungen im Fokus moderner Wissenschaften eine Diagnose für Krankheitsfälle oder mögliche psychische Ursachen für Heilungen und Krankheiten vorzunehmen.[522] Ohne auf dieses Inte-

---

[518] G. Greshake, Stärker als der Tod. Zukunft, Tod, Auferstehung, Himmel, Hölle, Fegefeuer, Mainz [11]1984, 58.

[519] Vgl. ebd., 97-104.

[520] Vgl. E. Schockenhoff, Vom Leben vor und nach dem Tod. Theologische Perspektiven angesichts der Herausforderungen durch die naturwissenschaftlichen und medizinischen Entwicklungen, in: J. Müller (Hg.): Von Hoffnung getragen, 13-28, hier 21f.

[521] Ebd., 21.

[522] Vgl. H.-H. Stricker, Krankheit und Heilung. Anthropologie als medizinisch-theologische Synopse, Neuhausen/Stuttgart 1994, 148f.

resse vertiefend einzugehen, soll an dieser Stelle aber danach gefragt werden, welche Orientierung Jesus, der Heiler, als Vorbild für die Praxis der seelsorgerlichen Begleitung unmittelbar geben kann. Im christlichen Glaubensverständnis ist in der Gestalt und im Handeln Jesu die heilende Grundgesinnung Gottes offenbar geworden. Im Leben und Wirken Jesu hat sich gezeigt, wie sich heilende Für-Sorge nach der Art Gottes vollzieht. Die Verkündigung Gottes ist für Jesus nur in Verbindung mit der heilenden Tat denkbar.[523] „Er verkündete das Evangelium vom Reich und heilte alle Krankheiten und Leiden“ (Mt 4,23). Daher soll das Besondere der jesuanischen Heilungspraxis als konkretes Vorbild aufgezeigt werden, das sich wesentlich dadurch ausweist, dass sie keine Trennung von Seele und Leib kennt. U. Kostka macht eine Besonderheit der biblischen Texte im Kontext von Gesundheit, Krankheit und Heilung deutlich: „Krankheit oder Heilung trifft immer die ganze Person in ihren sozialen und religiösen Beziehungen. Eine rein medizinische Interpretation würde der Grundstruktur der biblischen Texte widersprechen, die als erzählende Texte eine bestimmt literarische und theologische Funktion in der Komposition der biblischen Schriften einnehmen.“[524] Vielmehr handelt es sich bei der Betrachtung des Heilungshandelns der Person Jesu um zentrale Rahmenbedingungen für die Pastoral, die hier, wie zuvor aufgezeigt, auch für die militärseelsorgerliche Begleitung in krisenhaften Grenzsituationen wie den Fern-Beziehungen von Soldaten als Orientierungsgrundlage dienen kann und aus der Perspektive der Seelsorgers dies auch muss.[525] So werden im Folgenden auf dieser Basis auch spezielle Initiativen für die Begleitung und Befähigung von betroffenen Paaren zu entwickeln sein.[526]

---

[523] I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 43f.

[524] U. Kostka, Der Mensch in Krankheit, Heilung und Gesundheit im Spiegel der modernen Medizin. Eine biblische und theologisch-ethische Reflexion, Studien der Moraltheologie, Bd. 12, hg. v. Prof. DDr. Antonio Autiero und Prof. Dr. Josef Römelt, Münster 1999, 8.

[525] Vgl. I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 44-48.

[526] Vgl. folgende „Umsetzung“ im III. Abschnitt der Studie, besonders den „Orientierungsleitfaden

Das Heilen Jesu beginnt bereits mit der bloßen Wahrnehmung von Not und Bedürftigkeit. Jesus sieht hin, wo Leid herrscht, fühlt mit und hilft: „Er sagt mit seinem kommunikativen Heilungshandeln: Erst wenn einer vom andern mit liebenden Augen angeschaut wird, kann er wieder Mensch werden, wird er sich selbst und den anderen zurückgegeben.“[527] Durch seinen Blickkontakt gibt er Ansehen zurück und ermöglicht ein neues Gefühl der Würde, neues „Selbst-Bewusstsein“.
Das Heilen Jesu geschieht als personales, dichtes Beziehungsgeschehen. Für ihn kann eine Gesundung für Leib und Seele nur in wirklicher Begegnung geschehen. Er teilt dem anderen durch Blick, Berührung und Anrede mit, dass er an die größeren Möglichkeiten in jedem Einzelnen glaubt und weckt Vertrauen in die ungeahnten Möglichkeiten Gottes mit ihm. Er weckt Zuversicht, denn der Gott Jesu ist ein Gott, der Hoffnung und Zukunft gibt (Jer 29,32).
Jesus führt ohne Umwege und dennoch einfühlend an den wunden Punkt. Den reichen Jüngling z. B. konfrontiert er mit der Aufforderung, alles zu verlassen und ihm bedingungslos nachzufolgen (Mt 19,12). Ebenso direkt verfährt er mit der Frau am Jakobsbrunnen (Joh 4,16). Er fordert auf, sich den Verweigerungen und Enttäuschungen des Lebens zu stellen und provoziert so zu wahrem Leben.
Die Heilungspraxis Jesu verweist auf Gott. Er macht deutlich, dass die Wurzel und der Initiator allen Heilens und Geheiltwerdens Gott selbst ist. Diese Transparenz und ebenso der nötige Mut und die Freiheit als Voraussetzungen seines Handelns sind ihm durch die Erfahrung möglich, selber ganz von Gott, seinem Vater, angenommen und getragen zu sein.

Die Heilpraxis Jesu erfolgt ohne Hintergedanken. Es soll nichts demonstriert oder autoritär bewiesen, niemand gegen seinen Willen verpflichtet werden. Bei Jesus handelt es sich um die Auslegung Gottes in Tat und Wort. „Lukas erläutert lapidar an der Stelle, wo Jesu Gottesverkündigung von den Johannesjüngern angefragt wird: ‚Damals heilte Jesus viele Menschen von ihren Krankheiten und Leiden,

---

für die Militärseelsorge“.

[527] I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 45.

befreite sie von bösen Geistern und schenkte vielen Blinden das Augenlicht' (Lk 7,21). Hiermit ist von Gott, dem Freund des Lebens, alles gesagt. Wer heilt, spricht wahr und unverkürzt von Gott."[528]

8.4. Seelsorgerliche Orientierung: Grundlage der Krisenbegleitung

Die bisher angesprochenen Themen behandelten schwerpunktmäßig Lebenskrisen als allgemeines Phänomen. Im Folgenden soll die seelsorgerliche Begleitung speziell in Lebenskrisen thematisiert werden. Pastoralpsychologische Ansätze bieten eine Voraussetzung dafür, die Wahrnehmungsfähigkeit des seelsorgerlichen Begleiters bei der Begleitung von Menschen in Krisen zu schärfen. Im Folgenden sollen nun Faktoren betrachtet werden, die für Beratungsgespräche allgemein bedeutsam, die aber für die Begleitung von Paaren in Fern-Beziehungen von besonderer Bedeutung sind.

8.4.1. Begriffsklärung: Seelsorge und Begleitung in Ehekrisen

Nach J. Müller sind die Begriffe Pastoral und Seelsorge nach ihren Aufgabenfeldern und einzelnen Aufgaben zu unterscheiden.[529] Der Begriff „Pastoral" wird in der Regel für Vollzüge verwendet, die zusammenhängen mit dem Grundauftrag der Kirche, Heilszeichen für die Welt zu sein (vgl. LG 1). Besonders dabei im Blick ist die Heilssendung der Kirche und der Christen in der Wirklichkeit des menschlichen Lebens, in der jeweiligen Zeit und Gesellschaft. Unter dem Begriff „Seelsorge" wird das im Bund Gottes gründende, helfende und heilende Beziehungshan-

---

[528] Ebd., 47.

[529] J. Müller, Pastoraltheologie. Ein Handbuch für Studium und Seelsorge, Graz/Wien/Köln 1993, 15f.

deln untereinander verstanden.[530] Dabei geht es also um die Vollzüge im kirchlichen Handeln, die einzelnen, aber auch bestimmten Gruppen in besonderen Ereignissen und Krisen des Lebens Begleitung anbieten, wobei die gesamten Lebenszusammenhänge beachtet werden.[531]

In der Musik bedeutet „Begleiten", einen Solisten mit einer zweiten Partie harmonisch zu unterstützen. Dabei geht die Bedeutung der Begleitung über ein Helfen hinaus. Sie bezieht sich darauf, dem anderen nahe zu sein, um dessen eigene Möglichkeiten zu wecken und zu verstärken. Es sollen nicht die Probleme für den anderen gelöst werden, sondern er soll dabei unterstützt und befähigt werden, sein eigenes Leben leben – und seine Krisen bestehen zu können.[532] Der seelsorgerliche Begleiter kann als ein Glaubender definiert werden, der die christliche Botschaft verkündigen will. Dies geschieht, indem er sich selbst, seinen Glauben und auch die Hilfe der Glaubensgemeinschaft dem anderen Menschen zur Verfügung stellt. Für die Begleitung von Menschen in Lebenskrisen bedeutet dies auch, Ruhepunkt und Gesprächspartner zu sein. Der christliche Seelsorger, der Gott verkündigen möchte, muss ermöglichen, dass das, was von Gott gesagt wird, durch sein Begleiten menschliche Gestalt annimmt. Christen glauben an den, in der Gestalt Jesu Mensch gewordenen Gott, der durch alle Menschen guten Willens personal erkennbar wird. P. Sporken spricht davon, dass Gott den Menschen braucht, um ein Gott der Menschen sein zu können:

> „Wenn ein Christ und besonders ein Seelsorger […] sagt: ‚Gott wird dich nicht im Stich lassen', dann darf er nicht weglaufen, sondern muss […] nahe bleiben. Wenn er sagt: ‚Gott wird dich trösten', muss er ein Wort des Trostes sprechen und die Tränen eines weinenden Kranken abwischen. Gott braucht einen Menschenmund, um ein Wort der Liebe und Vergebung

---

[530] Zum Spezifikum der Militärseelsorge vgl. Kapitel 2.

[531] Vgl. J. Müller, Pastoraltheologie, 15f.

[532] Ebd.

> zu verwirklichen. Der Gläubige muss dafür sorgen, dass Gottes Heil immer wieder neu Gestalt gewinnt in menschlichem Heil.“[533]

Seelsorgerliche Begleitung kann als ein Mitgehen in der Krise verstanden werden. Dies meint ein Dabei-Bleiben, Da-Sein und Aus-Halten der extremen Situation in Solidarität mit dem Leidenden. Die Begleitung in jeglicher Krise kann keine systematisch funktionierende Interventionsmethode sein, sondern vielmehr ein spontanes „Offen-Sein“ für die Bedürfnisse. Dabei kann es bereits sehr viel bedeuten, in der Situation der totalen Ungewissheit und Unsicherheit Hoffnung zu bezeugen, die über die Bedrohung der Sinnlosigkeit hinaus verweist – durchaus im Sinne der Aufforderung des 1. Petrus-Briefes (3,15): „Seid stets bereit, jedem Rede und Antwort zu stehen, der nach der Hoffnung fragt, die euch erfüllt.“ Es werden also keine geheuchelten Sicherheiten gefordert, sondern Perspektiven des „Hoffen-Könnens“, die die Lähmung der Angst zerbrechen und so zu möglicher Freiheit und Gestaltungsmöglichkeit zu führen vermögen.

Seelsorgerliches Mitgehen als heilende Begegnung geschieht Sinn-, Hoffnung- und Kraft gebend durch eine Vorbildlichkeit, durch ein „Vorleben“ von Hoffnung trotz der Unsicherheiten. In der Krise endet Wissen im Sinne einer Intelligibilität, dort muss auch Vertrauen „in extremis“ gelebt werden, das für den Christen vom Glauben getragen ist, der über Grenzen hinaus verweist.

Für den speziellen Aspekt der Begleitung von Menschen in Lebenskrisen, besonders in einer akuten Krise der Ehe, lässt sich vor allem eines festhalten: In der Begleitung zählt zunächst das „Geleiten“. Daran muss sich das gemeinsame Suchen von Lösungswegen anschließen. Ist dies aufgrund verhinderter Kommunikation nicht möglich, so muss eine andere, profunde Hilfestellung für das Paar eröffnet werden. Dann kann sich helfende Begegnung ereignen, die stärker ist als jede Krise, die stärker ist als jede Furcht vor Scheitern. Jede aufrichtige Begegnung

---

[533] Ebd., 125f.

verwirklicht die Solidarität des Menschen zum Menschen und ist somit Spiegel der Liebe des unfassbaren Gottes zum Menschen. Darin aber zeigt sich, dass selbst die großen Krisen niemals ein Ende sind, sondern immer auch Verwandlungen zum Neuen darstellen können.

Während Ehe- bzw. Beziehungskrisen für die Betroffenen einerseits die Gefährdung des Scheiterns, andererseits die Chance der Neuordnung und Neuorientierung darstellen, stellen diese Herausforderungen für den seelsorgerlichen Begleiter die Chance dar, die spezifische Botschaft des Christlichen fruchtbar werden zu lassen. Krisen sind besondere Zeiten der Offenheit für die Botschaft des Reiches Gottes, denn der Betroffene ist auf der Suche nach wirklichem Sinn und Halt. Glaube ist kein Widerspruch oder Rückzug gegenüber der Krise, der Trauer und dem Zweifel. Für den Seelsorger bietet die Begleitung in Krisen eine herausragende Möglichkeit für die Verkündigung der Botschaft Jesu. Zugleich ist es die Aufgabe des Seelsorgers, einem verkrampften „Alles soll so bleiben wie es ist“ bzw. einem extremen „Alles muss sich ändern“ im Leben entgegenzuwirken, um eine wahrhaftigere Lebenseinstellung zu erwirken, die den notwendigen Veränderungen im Laufe der Partnerschaft gebührenden Raum gibt. Dann bieten die Herausforderungen der Lebenskrisen große Möglichkeiten für Betroffene und Begleiter: das Leben auf echte und tragfähige Strukturen zu bauen, das Faktum der Veränderung und der Endlichkeit und somit die Entwicklungen innerhalb der Partnerschaft, zumal in den Trennungszeiten der Fern-Beziehung, annehmen zu lernen und sich trotz aller Unsicherheiten unterwegs zu wissen zu einem guten Ziel.

8.4.2. Die pastoralpsychologische Diagnose

In der Regel ist es keine primäre Aufgabe des Seelsorgers, eine genaue psychologische bzw. humanwissenschaftliche Diagnose der Situation zu erstellen. Für ihn, als oft ersten Ansprechpartner eines Ratsuchenden, ist es aber nötig, eine zumindest generelle Orientierung über das Problem und die Person des anderen zu erhalten. Richtig verstanden bleibt die pastorale Diagnose im Erstgespräch

sowie in eventuellen späteren Begleitungsphasen immer eingebunden in die Absicht, dem anderen wirkungsvoll, ohne Hintergedanken und in der Achtung vor der Würde seiner einmaligen, individuellen Persönlichkeit zu helfen. Dies schließt ein distanziertes Erfragen von Daten, Fakten und Informationen ein. Es kommt darauf an, den mit den berichteten Vorgängen verbundenen subjektiven Bedeutungen – wie Angstgefühlen, Hoffnungslosigkeit, Zorn und Trauer, Schuld und Minderwertigkeit – Raum zu geben, so dass Angestautes abfließen und Überlastendes losgelassen werden kann. Es soll Raum geschaffen werden für eine verstehende und helfende Begegnung, für eine dialogische Mitteilung, die nie endgültig abgeschlossen, nie Festlegung des anderen auf ein unveränderbares Bild („Schubladen-Denken“) sein darf.[534] Um bei der pastoralen Diagnose auf einem guten Weg bleiben zu können, ist es hilfreich, sich an drei grundlegende Prinzipien zu halten. Diese Leitfragen sind von großer Bedeutung, da sie alles Wesentliche des personalen Wahrnehmens bündeln und andererseits den Seelsorger ganz zum anderen und zugleich zu sich selbst zu bringen vermögen.[535] Diese Fragen sollten beständig in der seelsorgerlichen Begleitung bei Ehekrisen Beachtung finden:[536]

Was will der andere durch seine Worte, aber auch durch seine Mimik, Gestik und nonverbalen Signale eigentlich mitteilen?
Wieso teilt der Gesprächspartner das, was er mitteilt, gerade jetzt mit?
Wieso wird das gerade einer „religiösen Figur“ (dem Seelsorger, dem Priester, dem Pastoralreferenten oder Mitarbeiter einer kirchlichen Einrichtung) mitgeteilt?

---

[534] Vgl. I. Baumgartner, Pastorale Diagnose und Zuständigkeit, in: K. Baumgartner/W. Müller (Hgg.), Beraten und Begleiten. Handbuch für das seelsorgliche Gespräch, Freiburg/Basel/Wien 1990, 62-73, hier 63f.

[535] Für ausführliche Darstellungen dazu vgl. z. B. J. Scharfenberg, Einführung in die Pastoralpsychologie, Göttingen 1985.

[536] Vgl. weiter unten das damit korrespondierende Modell nach F. Schulz von Thun (Kapitel 10). Dabei werden grundlegende Abläufe der Kommunikation („Kommunikations-Theorie“) aufgezeigt.

8.4.3. Hilfreiche Grundhaltungen: Echtheit – Anteilnahme – Empathie

Über alle Schulen, Techniken und Theorien hinweg haben sich drei wesentliche Grundhaltungen für den Helfer herauskristallisiert. Es sind dies die Echtheit, die wertschätzende Anteilnahme und das einfühlende Verstehen. Dabei geht es zunächst noch nicht um konkrete methodische Vorgehensweisen bei speziellen Problemen, sondern um notwendige Voraussetzungen, die ein Wachsen der Beziehung des Ratsuchenden zum Helfer überhaupt erst ermöglichen. Die folgende Charakterisierung basiert auf der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie nach Carl Rogers, wie sie von I. Baumgartner für die Seelsorge interpretiert wurde.[537]

Echtheit:

Sie bezeichnet die Fähigkeit, Kontakt aufzunehmen und in Kontakt zu bleiben. Darüber hinaus steht Echtheit für kommunikative Aufrichtigkeit, für den Verzicht auf „Fassaden und Versteckspielen“. Der echte Helfer muss sich nicht hinter einer Maske verbergen. Er vermeidet *man*- und *wir*-Floskeln, indem er den Menschen direkt und persönlich anspricht. Auf unnötig lange Monologe kann er verzichten. Stattdessen vermag der Begleiter sich dem Partner so mitzuteilen, wie er sich fühlt und erlebt. Der echte Begleiter zeigt sich als der, der er wirklich ist. So ist die Haltung der Echtheit im sozialen Kontakt als verlässliche Wahrhaftigkeit dem anderen gegenüber zu verstehen, die Anteil nehmen lässt.

Wertschätzende Anteilnahme:

Sie bezeichnet zunächst vor allem das Akzeptieren des anderen als eigenständige Person mit eigener Würde. Das bedeutet einerseits, den anderen als unvollkommenen Menschen gelten zu lassen und ihn mit seinen Schwächen und Gefühlen anzunehmen. Als weiterer Aspekt kommt hinzu, den anderen als Individuum in seinem einmaligen Lebensentwurf anzuerkennen. Dies erfordert

---

[537] I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 91.

auch, ihn nicht zu bevormunden, zu vereinnahmen oder ihm die eigene Idealvorstellung des Lebenskonzeptes aufzuzwingen. Vielmehr soll der Ratsuchende dazu ermutigt werden, Vertrauen in seine noch unentdeckten Möglichkeiten und Kräfte zu fassen. „All dem liegt die Überzeugung und Erfahrung zugrunde, dass einer erst dadurch (wieder) zum Menschen wird und neu zur Welt und zu sich kommt, wenn er von liebenden Augen angeschaut wird.“[538]

Einfühlendes Verstehen (Empathie):

Dieser Aspekt steht dafür, sich in die private, eigene Wahrnehmungswelt des anderen einzufühlen und sich darauf einzulassen. Es soll ein Gespür für die andere Person entstehen. Dabei sollte der Begleiter Gefühle des anderen zu erfassen suchen. Es kommt auf wirkliche Nähe zum anderen und zu seinem Erleben an. Dabei darf der Helfer jedoch selbst nicht im anderen aufgehen, sondern soll und muss ein erkennbares Gegenüber bleiben. H. Meng spricht dabei von einem Dreiklang aus „Takt, Kontakt, Distanz“[539], der vom Helfer gefordert ist. Es kommt darauf an, dem anderen durch das Zusammenwirken von einfühlendem Kontakt und nötiger Distanz eine Begegnung mit sich selbst zu ermöglichen: „Den anderen anzuhalten, sich auf einen Bezugspunkt oder Fokus zu konzentrieren, bedeutet folglich auch, ihn zu ermutigen, sich mit sich selbst konfrontieren zu lassen. Gelingt diese empathisch gestützte Selbstbegegnung, dann vermag der andere immer mehr, sich auch in den bisher abgedunkelten Anteilen stärker zu erkennen und zu erleben.“[540]

Diese drei Grundhaltungen (Echtheit, wertschätzende Anteilnahme und Empathie) sind auch für den Seelsorger die Basis seines ureigenen Tuns: „Diakonisch heilende Praxis wird möglich, wenn Glaube, Hoffnung und Liebe im Leben der Chris-

---

[538] Ebd., 92.

[539] H. Meng, zitiert nach: I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 93.

[540] Ebd., 93.

ten Raum gewinnen. Mit dieser Art von Lebenskultur werden sie durchlässig für die Nähe und Treue Gottes und schaffen ein Klima, in dem Gebeugte, Deprimierte und Gekränkte aufatmen können. Ein Erlösungs- und Auferstehungs-Milieu entsteht, das in der christlichen Tradition Gemeinde genannt wird, […] indem Menschen einander heilend begegnen."[541]

8.4.4. Krisengespräch und -intervention

Zunächst ist mit der Intervention das eingreifende Handeln gemeint, das eine fortlaufende Zuspitzung der Krisensituation unterbinden soll. Durch die Intervention soll zunächst eine „Pause" der Krise erreicht werden in dem Sinne, dass durch eine emotionale Entlastung des Betroffenen dieser überhaupt wieder „handlungsfähig" werden kann. Eine Intervention ist als erste Reaktion eine „Erste Hilfe" innerhalb der belastenden Gegebenheiten, die aber mittelfristig zu einem Ausweg und einer Neugestaltung der problembeladenen Situation führen soll:

> „Krisenintervention kann heißen: den Betroffenen an die Hand nehmen, damit er durch die Begegnung mit einem Du sich und die Welt neu sehen kann und zu seinen Handlungsmöglichkeiten zurückfindet. Sie ist Begleitung im Prozeß des Sich-einlassens auf die Krise, damit die Chance ergriffen werden kann, die Neuwerden ermöglicht. Krisenintervention setzt heilende Nähe gegen Isolation, Verstehen gegen Unverständnis, Klarheit gegen Verwirrung, Sicherheit gegen Unsicherheit. In ihr wiederholt sich die Exoduserfahrung Israels mit dem mitgehenden Gott."[542]

Der Begriff der „Ersten Hilfe" soll in Bezug auf die Krisenintervention als leicht verständlicher Überbegriff dienen. Gemeint sind die notwendigen ersten Schritte des Helfers in der akuten Krise. Es handelt sich also um Grundlagen, die ein sinnvolles Vertiefen und Fortführen der heilenden und helfenden Begegnung überhaupt erst ermöglichen. Es geht in der Krisenintervention zunächst um ungeteilte

---

[541] Ders., Pastoralpsychologie, 543.

[542] J. Heyer, Seelsorgliche Beratung, 95.

Aufmerksamkeit in der Begegnung und darum, ein deutlich definiertes und erreichbares Ziel zu erarbeiten. Für die Zeit, bis der Hilfsbedürftige sich seiner Kraftreserven, Möglichkeiten aber auch Grenzen wieder bewusst wird, übernimmt der Helfer zeitweilig eine aktive und direktive Rolle. Es ist wichtig für den Hilfesuchenden, dass die Begegnung mit dem Helfer und die Beziehung zu ihm als tragfähig erlebt wird. Ohne eine Abhängigkeit entstehen zu lassen, sind zunächst Anlehnungsbedürfnisse, die der ersten emotionalen Entlastung dienen, zu befriedigen. Dabei ist jedoch nach und nach die Autonomie des Betroffenen zu reaktivieren. Die emotionale Entlastung kann dadurch gefördert und ermöglicht werden, dass der Helfer negative Gefühle annimmt und hilft, sie auszudrücken. Dies baut Spannungen ab und ermöglicht im Zulassen von Aggression und Wut ein Überwinden von Blockaden und der Unfähigkeit, Entschlüsse zu fassen.

Das Helferverhalten sollte in jedem Fall von Respekt getragen sein und davon, den anderen als eigene Person zu akzeptieren, ohne zu moralisieren oder zu werten. Es liegt nahe, dass eine Begleitungspraxis und Intervention je nach spezifischer Phase der Krise gestaltet werden muss.[543] Primär geht es in der Krisenhilfe darum, akute Konflikte realitätsgerecht zu klären, so dass die betroffene Person ihre Selbstverantwortung im Handeln wieder finden kann und die notwendigen Schritte zur Veränderung der Lage ermöglicht werden. Priorität für den Helfer hat die Unterstützung zur Behebung der Ursachen.[544]

Die seelsorgerliche Intervention in Krisen kann zunächst auf fünf Schritte konzentriert werden:[545]
Emotionale Entlastung:

---

[543] Vgl. Phasenmodelle der Krisen Kapitel 8., besonders C. Kulessa und E. Schuchardt (Kapitel 8.2. und 8.3.).

[544] Vgl. J. Heyer, Seelsorgerliche Beratung, 95.

[545] Vgl. ebd., 95f.

Der erste Schritt muss dem Abbau von Angst und Verwirrung und dem Schaffen von Vertrauen gelten, um der Aussichtslosigkeit entgegenzuwirken. Es geht dabei also primär um Entlastung durch Zuhören im weitesten Sinne.

Erfassen der Fakten:

In einem zweiten Schritt steht die objektive Erörterung der Situation im Vordergrund. Dadurch wird ein größerer Blickwinkel eröffnet, der Alternativen aufzuzeigen hilft. Der Blick soll aus der Enge der Stresssituation herausgerichtet werden. Im Ordnen und Zusammenfassen der belastenden Faktoren soll der Überblick über das eigene Leben zurück gewonnen werden – um wieder den Boden unter den Füßen zu spüren.

Suche nach Lösungswegen:

In einer dritten Stufe geht es darum, Lösungswege zu suchen. Die Aufmerksamkeit des Helfers richtet sich dabei auf Lösungsansätze, Ideen und Richtungen, die der Ratsuchende selbst andeutet. Eventuelle Angebote des Beraters sollten möglichst konkret sein, ohne jedoch Versprechen zu machen, die nicht gehalten werden können.

Überprüfung des Lösungsweges:

Ist ein Lösungsweg gefunden, wird seine Durchführbarkeit überprüft. Der Weg sollte in kleine gangbare Etappen untergliedert werden. Um eine Selbstüberforderung zu verhindern, ist eine „Alles-oder-Nichts-Haltung“ zu korrigieren. Es muss dem Hilfesuchenden klar werden, dass Entwicklungen im psychischen und zwischenmenschlichen Bereich Zeit brauchen und nicht von selbst eintreten.

Die Begleitung und Durchführung neuer Wege:

In dieser Phase sind die Aufgaben des Helfers: die neuen Möglichkeiten aufzeigen, Ängste und Zweifel beachten sowie eventuell neue Gespräche anbieten. Anvisierte Schritte sollten klar und zeitlich eingegrenzt sein. Die Begrenzung wird die Belastungen erträglicher machen. Bei früheren missglückten Handlungsversuchen sollten Fehlerquellen ausgeleuchtet werden. Es sollte stets mit-

> schwingen, dass „die Beziehung selbst das Instrument der Hilfe, das Mittel der Veränderung ist. […] Untauglich ist es, dem anderen einfach die Sorge abzunehmen, weil das eher Abhängigkeit als Wachstum bringt und keine dauernde Erleichterung. […] Helfend ist nie allein ‚Für-sorge', sondern immer das Mitsein".[546]

Zusammenfassend lässt sich festhalten, dass das erste Ziel der Krisenintervention das Überwinden der akuten psychischen Enge und Belastung ist. Dadurch soll die momentane Beklemmung des Betroffenen überwunden werden können. Erst dadurch, dass der Klient in die Lage versetzt wird, die Gesamtsituation aus einer gewissen inneren Distanz zu interpretieren, wird er überhaupt wieder rational und psychisch handlungsfähig. Die Krisenintervention legt das Schwergewicht auf drei Ziele: Die gegebene Situation in der Krise soll vom Betroffenen selbst sachlich erfasst werden können. Dann werden Vorschläge für den weiteren Weg und die weiteren Handlungsweisen entwickelt. Schließlich wird die neue Perspektive überprüft und zu realisieren versucht.

Ein zentrales Moment der seelsorgerlichen Krisenintervention ist das Gespräch. Die Rahmenbedingungen dafür sind aufgeführt. Obschon jede zwischenmenschliche Begegnung von der Individualität der einzelnen Personen geprägt ist, von Stimmungen, Emotionen und Einstellungen, also kein stets gültiger Katalog von Verhaltensmustern für Gespräche, zumal für Krisengespräche, existieren kann, gibt es dennoch praktische Anregungen, die vor Verirrungen im Krisengespräch bewahren können bzw. günstige Voraussetzungen dafür schaffen. Es handelt sich um konkrete praktische Anhaltspunkte, angelehnt an die Modelle von J. Schwermer und I. Baumgartner, die für viele Bereiche der Seelsorge zutreffend sind, für

---

[546] Ebd., 98.

das Gespräch in Krisen aber aufgrund der hier oft vorherrschenden Brisanz der Situation um so bedeutungsvoller sein können.[547]

- Eine entspannte Atmosphäre schaffen
- Sich auf Bedeutungen und Gefühle des Partners konzentrieren
- Zwischen den Worten hören
- Auf die eigenen Gefühle und Körpersignale achten
- Den „roten Faden“ nicht verlieren
- Konkret, anschaulich und knapp antworten („natürlich bleiben“)
- Widersprüchliche Äußerungen ansprechen
- Klärungsversuche verstärken
- Sensibel sein für Pausen
- Die Botschaft von Fragen verstehen
- Sich selbst kontrollieren

Jedes Gespräch im Rahmen der Begleitung eines Beziehungs- bzw. Ehekonfliktes wird immer auch Krisengespräch sein. Das bedeutet, dass die vorangehend formulierten Orientierungen für Lebenskrisen auch hier Bedeutung erlangen. Darüber hinaus müssen diese Aspekte dann auch auf Initiativen der Militärseelsorge in der Begleitung der Soldaten in Fern-Beziehungen Anwendung finden.[548] Die angesprochenen Regeln dienen letztlich dazu, die Kommunikation nachhaltig zu verbessern, und einen möglichst idealen Rahmen für das Zusammenspiel von Miteinander, Gemeinschaftsbezug und Individualität bei den betroffenen Personen zu ermöglichen. Der Begleiter sollte versuchen, das Gespräch aufzunehmen, jedoch in der Form, dass der Betroffene die „Richtungen“ bestimmen kann.[549] Der

---

[547] Vgl. J. Schwermer, Das helfende Gespräch in der Seelsorge, Paderborn ^{2}1983, 113ff sowie I. Baumgartner, Heilende Seelsorge, 93-97. Eine ausführliche Darstellung der Kommunikationstheorie nach F. Schulz von Thun sowie ausdrücklicher Möglichkeiten in der Begleitung, z. B. durch Gesprächsregeln (vgl. EPL/FSPT), folgt in Kapitel 9.

[548] Vgl. Kapitel 10. und 12.

[549] Der Fall der therapeutischen Begleitung müsste gesondert betrachtet werden. Dabei gelten in

„Klient“ soll Gefühle der Sorge, Angst, Unsicherheit, Hoffnung, Verzweiflung oder auch Kummer zur Sprache bringen können. Es soll die Offenheit dafür geschaffen werden, dass alle relevanten Bereiche dafür angesprochen werden können.

Wie bereits gezeigt, ist das aufmerksame Wahrnehmen die Grundvoraussetzung für die helfende Begegnung. Das Zuhören korreliert dabei intensiv mit dem Dasein und Aushalten der Situation durch den Begleiter. Dies ist die notwendige Voraussetzung dafür, das Geschehen fruchtbar werden zu lassen. Zuhören erfordert vom Seelsorger, ganz offen zu sein für die Situation. Es nötigt ihm ab, seine eigene Situation zurückzunehmen, damit persönliche Schwierigkeiten, Überforderungen oder auch Zeitprobleme die Begegnung nicht belasten. Wenn das nicht gelingt, ist dies oft der Anlass für die Flucht in Klischees, wie z. B. „Sie werden das schon schaffen“, „Ach, nach Regen folgt Sonnenschein“. Derartige Floskeln verhindern ein kommunikatives Geschehen. Der Leidende wird sich in seiner Situation nicht wahrgenommen fühlen. Der Helfer sollte Klagen nicht abblocken, weil er sich überfordert fühlt oder das Gefühl hat, keine angemessenen Antworten geben zu können. Diese Reaktion würde beim Klienten die Offenheit erschweren und damit das Vertrauensverhältnis belasten, das Voraussetzung dafür ist, um die eigenen Gefühle zu äußern. Zugleich hindert es den Begleiter wahrzunehmen: „Die Äußerung der Klage ist die Voraussetzung, Leid innerlich zu verarbeiten.“[550] Der Begleiter sollte sich um ganzheitliche Aufmerksamkeit bemühen, was z. B. auch eine intensive nonverbale Wahrnehmung einschließt. Dabei ist es hinderlich, zugleich darüber nachzudenken, was gesagt werden könnte, um zu helfen. Die primäre Grundhaltung, um der Situation am ehesten gerecht zu werden, ist zunächst das aufmerksame Zuhören und Wahrnehmen.

---

der extremsten Gefährdung der Beziehungskrise veränderte Bedingungen.

[550] P. Sporken, Die Bedürfnisse des Sterbenden, in: ders. (Hg.), Was Sterbende brauchen, Freiburg i. Br. 1982, 11-44, hier 36.

8.5. Eine Synthese: die seelsorgerliche Begleitung

Die Begleitung in Krisen, besonders in der Beziehungskrise der Ehe, ist ein grundlegender Vorgang im Rahmen der Seelsorge. In diesen Situationen können die Begleiter, die ihren Dienst wirklich als Seelsorge auffassen, spüren, dass Vertrauen und Geborgenheit in Gottes Nähe nicht allein durch das Handeln des Menschen vermittelt werden. Vielmehr bleibt das Bemühen des seelsorgerlichen Helfers, bei aller fachlichen Qualifikation, vom gnädigen Handeln Gottes abhängig. Von manchen gewohnten Verhaltensmustern muss sich der Begleiter in einer (Beziehungs-)Krise jedoch verabschieden. Zugleich muss der seelsorgerliche Begleiter über ein Grundwissen an pastoralpsychologischen Möglichkeiten verfügen. Grundsätzlich gilt, dass der Begleiter seine Fähigkeiten nicht überschätzen darf. Er muss erkennen, welche Hilfesuchenden er selbst begleiten kann. Darüber hinaus aber muss ihm klar sein, dass es sich dabei nur um die oben genannte pastoralpsychologische „Erste Hilfe“ handeln kann. Entwickelt sich die Ehekrise zu einem schwerwiegenderen, für ihn nicht mehr erfassbaren Prozess, so muss der Seelsorger an ausgebildete Fachkräfte verweisen.

Den Grundprozess des Beziehungskonfliktes muss das Paar in seiner individuellen und einzigartigen Partnerschaft zwar letztlich alleine bewältigen. Aber der glaubende Begleiter kann Zuversicht und Beistand vermitteln als Ausdruck für den vertrauenden Blick auf Gott im Sinne von Psalm 91,15: „Ich bin bei dir in der Not und befreie dich.“ Der begleitende Seelsorger hat zunächst keine anderen „Instrumente“ zur Verfügung als seine eigene Person. Der fachlich ausgebildete Begleiter vermag darüber hinaus als „Medium“ dazu beizutragen, blockierte Kommunikationsstrukturen aufzubrechen und neue Lösungswege für das Paar zu ermöglichen. „Erste Hilfe“ bedeutet hier eine wesentliche Voraussetzung dafür, eine emotionale Entlastung zu erreichen, um rationale, im akuten Konflikt meist blockierte Handlungen und Überlegungen neu zu ermöglichen. Vermeintliche pastorale Allmacht oder pastorale Selbstgerechtigkeit haben dabei keine Grundlage und keine Berechtigung. Sowohl bezüglich der Lebenskrisen als auch im Zu-

sammenhang mit dem Sterben wurde bereits darauf verwiesen, dass es sich in den großen Krisen des Lebens um Grenzgänge handelt, die zur eigenen Wahrheitsentdeckung führen. Dem Begriff der Grenze kommt hier zweierlei Bedeutung zu: Einerseits ist die Grenze (in der Krise) extremer Ort, an dem die „Kontrahenten“ sich berühren und damit eine extreme Form der „Begegnung“. Andererseits aber ist die Grenze immer auch Abgrenzung und damit extreme Zuspitzung der „Unterschiedlichkeit“ bzw. „Distanziertheit“ voneinander.

Eine Pastoral, die um die Krisenzeiten ringt, besonders zwischen Ehepaaren, muss dementsprechend eine „Pastoral an den Grenzen“ sein. In der extremen Bedrohung müssen emotionale Spontanentscheidungen verhindert werden, „Aushalten“ in der vermeintlichen „Aussichtslosigkeit“ gilt es zu ermöglichen, um damit Raum zu schaffen, nach abgeklungener emotionaler Überforderung zu helfen, über die Versöhnung zum Grundgerüst der gegenseitigen Liebe zurückkehren. Damit wird gemeinsames Miteinander, wird gemeinsamer Neuanfang nicht selbstverständlich – aber es entsteht ein fruchtbares Klima in dieser Grenz-Zeit gleichzeitiger Nähe und Distanziertheit des Paares. So ist ein pastorales Handeln in Krisen immer zuerst Begegnung. Die Pastoral in der Lebenskrise kann Zeichen setzen, wie z. B. durch die Sakramente. Sie gründen in Jesus Christus und verweisen auf seine Zusage, da zu sein. So kann der Begleiter intensiv in die Kraft hineinführen, deren Zusage dem Paar beim Sakrament der Trauung gegeben wurde. Jede christliche Seelsorge und Begleitung wird sich dabei letztlich an den ersten Sätzen des Vorwortes der Pastoralkonstitution des Zweiten Vatikanischen Konzils (GS 1) messen lassen müssen:

> „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Christi. Und es gibt nichts wahrhaft Menschliches, das nicht in ihren Herzen seinen Widerhall fände. Ist doch ihre eigene Gemeinschaft aus Menschen gebildet, die, in Christus geeint, vom Heiligen Geist auf ihrer Pilgerschaft zum Reich des Vaters geleitet werden und eine Heilsbotschaft empfangen haben, die allen auszurichten ist. Darum erfährt diese Gemeinschaft sich mit der Menschheit und ihrer Geschichte wirklich engstens verbunden.“

III. UMSETZUNG

In diesem dritten Teil der Arbeit werden gewonnene Einsichten und Problemstellungen aus den vorangehenden Reflexionen der „Beschreibung“ und der „Verortung“ „umgesetzt“. Der Begriff der „Umsetzung“ steht dabei für zwei Richtungen: Die gewonnenen Erkenntnisse werden einerseits auf die Situation der Soldaten und deren Partner in Krisen der Fern-Beziehung übertragen. Andererseits steht „Umsetzung“ für das Aufzeigen exemplarischer Praxis-Initiativen am Beispiel der Militärseelsorge für die Begleitung und Konfliktbefähigung der Paare.

9. Emotionale Entwicklungs-Zyklen in Fern-Beziehungen am Beispiel von Soldaten und deren Partnern

Im folgenden Abschnitt werden die gewonnenen Erkenntnisse aus den Gegenüberstellungen der Phasenkonzepte bei belastenden Ereignissen[551] auf die Gefühlsentwicklungen der Partner in Fern-Beziehungen übertragen. Damit wird deutlich, welche emotionalen Entwicklungen die Paare verarbeiten müssen. Darüber hinaus werden diese Erkenntnisse später für Praxis-Initiativen in der Begleitung der Paare zu Grunde gelegt.

9.1. Die emotionale Entwicklung der Gefühle in Fern-Beziehungen am Beispiel von Soldaten und deren Partnern

Aufgrund der Erkenntnisse der Verarbeitung von Trauerprozessen sowie der Untersuchung von Paaren und Familien, bei denen ein Partner im militärischen Aus-

[551] Vgl. Kapitel 5.

landseinsatz war, lässt sich für Fern-Beziehungen von Soldaten ein emotionaler Zyklus der Entwicklung in drei Phasen, untergliedert in sieben Stadien, nachweisen.[552]

Dabei wurden die Reaktionen und die Entwicklungsphasen von Paaren zugrunde gelegt[553], angefangen bei der Mitteilung eines bevorstehenden Auslandseinsatzes, über die Trennungszeit hinweg bis zum Wiedersehen bzw. der Reintegration der Partner nach dem Einsatz. Zeitlich wurden hauptsächlich Einsätze berücksichtigt, die sechs Monate dauerten. Diese Ergebnisse sind nun auf der Grundlage der gewonnenen Erkenntnisse, im Vergleich zu den Phasenlehren der Gefühlsentwicklung bei belastenden Ereignissen,[554] zu einem Gesamtbild zu entwickeln, die die Gefühlsentwicklung bei Fern-Beziehungen nachvollziehbar machen.

Tausende betroffener Familien validierten im Laufe der Zeit die dabei erhobenen Befunde. Das Modell vom „Emotionalen Zyklus“ wurde mit unterschiedlichen Nuancen bei weiteren Studien differenziert.[555] Eindeutig erkennbar ist bei diesen Modellen auch die Dreiteilung mit den entsprechenden Phasen, wie sie vorangehend aufgezeigt wurde.[556]

Wichtig zu betonen ist, dass auch die Begleiter der Truppe (z. B. Militärseelsorger und Truppenpsychologen) ihren eigenen Einsatz analog nach diesen Phasen

---

[552] Vgl. Kathleen Vestal Logan, vgl. http://www.mfrc-ncr.org [03.09.05].

[553] Die emotionale Entwicklung wurde sowohl subjektiv wie intersubjektiv untersucht.

[554] Vgl. Kapitel 5.

[555] Hier sei z. B. auf die grundlegenden Arbeiten für die kanadischen Streitkräfte hingewiesen: Director-Health Treatment Services (DHTS). Surgeon General Branch. National Defence Headquarters: Preparing for critical incident stress. Ottawa, Ontario K1A 0K2. 1994. In dieser Reihe liegen ebenso Reader vor über: „Preparing for deployment stress“ sowie „Preparing for reunion stress“. Diese orientieren sich grundsätzlich an den Studien nach K. V. Logan.

[556] Vgl. Kapitel 5.2.

erleben und verarbeiten. Der Ablauf und die Verarbeitung der einzelnen Phasen variieren dabei ebenso individuell.

9.1.1. Übersicht: Entwicklungen in der Partnerschaft

Die folgende Übersicht ergibt sich bei einem Auslandseinsatz von ca. sechs Monaten. Bei entsprechend kürzeren Einsätzen ist die Entwicklung der Emotionen analog. Lediglich die Dauer der Belastung ist kürzer, wodurch die Verarbeitung nach der Rückkehr meist schneller möglich ist.[557]

I. Phase: Vor der Abreise (ca. sechs Wochen bis eine Woche vor Abreise)
1. Erwartung der Abreise (des Verlustes): Aufregung, Ablehnung, Furcht, Zorn, Groll, Druck, Schmerz **2. Eigentliche Abreise und Rückzug vom Partner:** Verwirrung, Unsicherheit, Ambivalenz, Zorn, Distanziertheit
II. Phase: Abreise und während der Trennung
3. Emotionales Durcheinander: emotionale Desorganisation, Überlegungen zur Aufgabe, starke Gefühlsschwankungen **4. Langsam zunehmende Ausgeglichenheit:** neue Sicherheit, Hoffnung, Vertrauen, Ruhe, weniger Zorn, Einsamkeit **5. Erwartung der Rückkehr:** Befürchtungen, Aufregung, hohe Erwartungen,

[557] Vgl. dazu Kapitel 10.2.

Sorge und Ungewissheit sowie Vorfreude und Sehnsucht
III. Phase: Nach der Rückkehr (6 bis 12 Wochen nach der Rückkehr)
6. Neuordnung der Verhältnisse: Überschwänglichkeit, Unannehmlichkeit, Rollendurcheinander, Zufriedenheit, Glück **7. Wiedereingliederung und „Einspielen" des Alltags:** Annahme der neuen Rollen und der Veränderungen durch die Trennung

Übersicht: Die drei Phasen der Trennungsverarbeitung

Die emotionale Verarbeitung der Phasen lässt sich wie folgt konkretisieren:

	Ablauf der Trennung	**Emotionale Verarbeitung**
1.	1 - 2 Wochen vor der Abreise:	Protest gegen die Trennung
2.	Unmittelbare Tage vor der Abreise:	Lösung/Distanz/Widerstand
3.	2 - 6 Wochen nach der Abreise:	Emotionale Desorganisation
4.	Ab ca. 6. Woche nach der Abreise:	Bewältigung der Trennung
5.	Ab ca. 6 Wochen vor dem Wiedersehen:	Erwartung des Wiedersehens
6.	Unmittelbares Wiedersehen:	Wiedersehen
7.	Ca. 6 Wochen bis 9 Monate:	Reintegration und Stabilisierung

Übersicht: Phasen der emotionalen Verarbeitung einer Fern-Beziehung

Die Beobachtungen lassen folgende Faustregel zu: Die Verarbeitungsdauer nach der Rückkehr entspricht in etwa der Dauer der eigentlichen Trennungszeit.

9.1.2. Inhaltliche Konkretisierungen der Phasen und Stadien

Anfangsschock

Während der unmittelbaren Vorbereitung der Trennungszeit, also ein bis zwei Wochen vor der Abreise, sind Ärger über die Trennung, Anspannung und Protest vorherrschend. Die klassischen Abläufe der Entwicklung, wie sie bereits bei belastenden Ereignissen aufgezeigt werden konnten, sind wieder zu erkennen:[558]

Befürchtungen, Abwehr („Lässt es sich vermeiden?“)
Verhandlungen („Warum wir?“, „Warum ich?“, „Warum gerade jetzt?“, „Wie stehen wir das durch?“, „Ist die Trennung gefährlich für unsere Beziehung?“, „Ist der Einsatz gefährlich?“ etc.)
Unsicherheiten („Wie werden die Kinder die Zeit der Trennung verarbeiten?“)

Ein früheres Ankündigen des Einsatzes (acht Monate vorher) erhöhte den subjektiven Stress noch deutlich („Erschöpfungssyndrome“). Extremen psychischen Belastungen sind Soldaten und deren Angehörige ausgesetzt, wenn sich der angekündigte Abreisetermin kurzfristig verschiebt. Entweder bleibt bei einer Vorverlegung zu wenig Zeit für die Vorbereitung oder, wenn sich die Abreise verzögert, kann bei längeren Phasen ein akutes Gefühl der Überforderung und Erschöpfung entstehen. Es gilt also, ein Mittelmaß zu finden, wann der Betroffene und seine Familie vom „Befehl“ zum Auslandseinsatz in Kenntnis gesetzt werden sollte.

---

[558] Vgl. „Eingangsstadium“ (vgl. Kapitel 5.2.) sowie „Negation“, „Isolierung“ (vgl. Kapitel 5.1.-5.4.).

Abreisezeit

Die Tage vor der Abreise werden von zunehmender Distanzierung beherrscht („emotionale Starre“). Die Sorge um die Beziehung nimmt zu, da der Abschied konkreter wird. In dieser Phase ist es entscheidend, dass sich beide Partner bewusst sind, dass nicht gezeigte Emotionen kein Zeichen dafür sind, dass Emotionen überhaupt fehlen. Besonders der Austausch von Zärtlichkeiten (Intimität) ist in der psychischen Ausnahmesituation erschwert. Dies ist die psychische Vorwegnahme bzw. Vorbereitung („prospektiv“ bzw. „protologisch“) der Verarbeitung des Getrenntseins. Dabei sind wieder die im I. Abschnitt der Arbeit aufgezeigten Trauerstrukturen vorherrschend.[559] Die Spannungen entsprechen somit notwendigen und „normalen“ Entwicklungen in dieser Phase. Körperliche Nähe bzw. auch sexueller Kontakt findet in dieser Zeit aufgrund der Diskrepanzen und Spannungen oft verändert statt (d. h. besonders oft oder auch ausnehmend selten). Dies verstärkt den subjektiven Druck noch mehr. Das Paar möchte einerseits diese Abschiedszeit so harmonisch wie möglich gestalten. Zugleich jedoch dominieren die Vorbereitungen und der Stress (beruflich, persönlich, interpersonal, soziales Umfeld) diese Zeit. Harmonie ist meist nicht möglich.[560]

Daher leidet auch die persönliche Vorbereitungsmöglichkeit des Paares bzw. der Familie und somit das gemeinsame Entwickeln von Bewältigungsstrategien. Häufige Konsequenz aus der Differenz von Anspruch und Wirklichkeit sind Enttäuschung, Aggressionen und Trauer (auch Depression).[561] Das Paar muss informiert sein, dass diese Stressfaktoren normale Abläufe sind, die sich aber auch weiterentwickeln. Dies erleichtert häufig die Interpretation der Spannungen für das Paar.

---

[559] Vgl. ebd., v. a. 5.4.1.

[560] Vgl. ebd., dabei wird der gesamte Trauerprozess in der Auseinandersetzung mit der Gegebenheit durchlebt.

[561] Vgl. z. B. „Durchgangsstadion“ (Kapitel 5.2.). Auch hier kann die Gesetzmäßigkeit im Raster der Entwicklungszyklen bzw. eine Trauerstruktur nachgewiesen werden.

Die emotionale „Desorganisation“

Kurzfristig nach der tatsächlichen Trennung, also der Abreise des Partners, setzen unter Umständen bei beiden Partnern, meist aber beim „Daheimgebliebenen“, Trauer bzw. Verzweiflung ein.[562] Das Paar war gewohnt, den Alltag zusammen zu organisieren. Der Partner im Einsatz hat nun meist seine geordnete Aufgabe im Einsatzgefüge zu erfüllen und ist in ein soziales Umfeld seiner Kameraden eingegliedert. Der Alltag ist relativ geordnet. Der daheim gebliebene Partner jedoch muss das bisher zusammen gestaltete Umfeld alleine organisieren und realisieren. Gefühle der Verlorenheit, der Einsamkeit und der Überforderung sind oft die Folge. Die daraus resultierende „emotionale Verlorenheit“ kann zwischen zwei bis sechs Wochen dauern. Besonders in den ersten Wochenenden nach der Trennung wird die veränderte und konkrete Situation schmerzlich bewusst. Konsequenz sind oftmals so genannte „Heulwochenenden“ des daheim gebliebenen Partners.[563]

Die Vorbereitung der Partner auf diese Zeiten der Verlorenheit ist von besonderer Bedeutung. Subjektive Bewältigungsstrategien werden durch die Vorbereitung der Trennungszeiten erleichtert. Auch bezogen auf diese Phase müssen die Betroffenen informiert sein, dass es sich um normale („gesetzmäßige“) Abläufe handelt, die nicht unverändert bleiben, sondern sich weiterentwickeln.[564]

Folgende Personen empfinden diese Zeit häufig besonders belastend: Partner im Alter zwischen 25 und 30 Jahren; Familien mit Kindern, die jünger als 5 Jahre sind; Partner, die kürzer als 5 Jahre liiert sind; Partner, die den zweiten oder dritten Auslandseinsatz verarbeiten müssen.

---

[562] Dies entspricht der „Verifikationsphase“, vgl. Kapitel 5., besonders auch 5.3. „Durchgangsstadion“ sowie 5.6.: „Wut“, „Verhandeln“ bzw. „Zorn“ und „Depression“.

[563] Vgl. ebd. bzw. „Inkubations- bzw. Einsichtsphase“ (z. B. Kapitel 5.4.2.).

[564] Vgl. ebd. „Annahme“ und „Akzeptanz“, „Zielstadion“.

Erholung und Stabilisierung

Nach etwa sechs Wochen beginnen erste (aktive) Bewältigungsversuche. Die emotionale Starre der Traurigkeit und das Verlassenheitsgefühl lösen sich allmählich. Sie „wandeln“ sich um in eine relative Ruhe. Die Betroffenen versuchen, von Tag zu Tag zu leben. Der emotionalen Belastung wird zunehmend die rationale Erkenntnis entgegengesetzt, dass der Alltag zwar verändert ist, aber dennoch bewältigt werden kann. Die Einsicht setzt sich durch, dass die Trennungszeit noch andauern wird, gleichzeitig jedoch auch begrenzt ist. Emotionale Krisen treten zwar noch auf. Ihnen aber folgen dann in der Regel Ruhephasen („Jojo-Effekt“). Ist dieses Stadium erreicht, ist die Zeit der extremsten emotionalen Schwankungen und Belastungen meist überwunden.[565]

Erwartung der Heimkehr

Dieses Stadium setzt etwa fünf Wochen vor der Rückkehr ein. Die Familie beginnt mit den Vorbereitungen und der Organisation für die Rückkehr. Dabei werden auch einstige Konflikte und Spannungen („schlafende Bedingungen“) neu, eventuell auch stärker als vor der Trennung, belebt. Die gedankliche Vorbereitung der Rückkehr erzeugt gleichzeitig Vorfreude und Vorbereitungsstress. Besonders wichtig für die Bewältigung dieser Phase ist es, das Paar im Vorfeld darüber zu informieren, zunächst möglichst wenig konkrete Planungen für die Rückkehr zu machen. Die Rückkehr ist für die Partnerschaft und die Familie an sich schon eine eigene große Herausforderung. Terminplanungen (Besuche und Treffen von Angehörigen und Freunden) sollten erst nach der Rückkehr langsam organisiert werden. Der Idealfall für die Partnerschaft wäre es, in „neutralem“ Umfeld die ersten Tage nach der Rückkehr zu verbringen. So kann Raum für das Paar selbst entstehen, es ist Zeit für die innere unmittelbare Rückkehr und Neugewöhnung,

---

[565] Vgl. ebd.

ohne den natürlich gegebenen Druck des sozialen, vermeintlich gewohnten Umfeldes zu Hause zu erleben.[566]

Dies wäre auch der Idealfall für den potenziellen Heimaturlaub während eines Auslandseinsatzes, der im Einzelfall ansonsten eine außerordentliche psychische Belastung für das Paar und die Familie werden kann. Das Wiedersehen „zunächst auf neutralem Boden", z. B. durch einen Wochenendurlaub (möglichst noch vor der Rückkehr zur gemeinsamen Wohnung) bietet eine große Chance für eine langsame Annäherung der Paare.[567]

Rückkehr und Wiedersehen

Anpassungsschwierigkeiten hängen von der Dauer und der Qualität des Einsatzes ab. Die Familie ist bemüht, wieder eine Einheit zu werden, sich wieder aneinander zu gewöhnen. Veränderungen in den Rollen und den Persönlichkeiten werden verarbeitet. Alle Partner brauchen Zeit, das Gleichgewicht wieder zu finden. In dieser Phase entstehen Konflikte besonders durch die unterschiedliche „Erlebensweise" der Trennungszeit. Der Partner im Einsatz musste für die Zeit der Fern-Beziehung im Alltag „ersetzt" werden. Rituale und Gewohnheiten mussten sich verändern. Der rückkehrende Partner fühlt sich eventuell „gänzlich ersetzt" bzw. „ungebraucht". Zugleich soll der daheim gebliebene Partner seine neue, weil weitgehend eigenständig („zwangsläufig einseitig") definierte Ordnung zu Hause übergangslos wieder in den alten Zustand vor dem Auslandseinsatz „zurückverwandeln". Beide Erwartungshaltungen führen zu Spannungen. Nicht selten wünschen sich die Rückkehrer wieder an den (doch so übersichtlich geordneten und sozial bergenden) Einsatzort zurück. Gleichzeitig sehen viele der daheim gebliebenen Partner hauptsächlich die Bereiche, die während der Trennung zufrieden

---

[566] Es handelt sich um einen Übergang der „Einsichtsphase" zur „Verifikationsphase" bzw. vom „Durchgangsstadion" zum „Zielstadion" (vgl. Kapitel 5.).

[567] Vgl. Kapitel 5., besonders „Akzeptanz" und „Solidarität".

stellender erlebt wurden. Die Konsequenzen der Rückkehr könnten als Kompetenzverlust empfunden werden. Auch hier müssen beide Partner informiert werden, dass es sich um „normale“ Entwicklungen handelt. Die Partnerschaft und die Rollen in der Familie müssen neu organisiert und entwickelt werden (sie müssen sich neu „einspielen“). Darin liegt für die Partnerschaft jedoch nicht nur ein Potenzial an Belastung, sondern auch die Chance zur Verlebendigung und zur Reife der Beziehung. Das Wachsen an der Belastung und das gemeinsame Bestehen verstärkt das „Wir-Gefühl“ und schweißt das Paar zusammen. Wird diese Phase gemeinsam gemeistert, so hat dies meist eine deutliche Steigerung der Beziehungszufriedenheit und des Zusammengehörigkeitsgefühls zur Folge. Die Faustregel für die zeitliche Entwicklung dieser Phase ist, dass die Wieder-Gewöhnungszeit etwa sechs Wochen dauert und sich so lange hinziehen kann, wie der Einsatz selbst dauerte. Hoch problematisch dabei ist, wenn bereits eine weitere Fern-Beziehung (Auslandseinsatz, Versetzung etc.) bewältigt werden muss, bevor die alte verarbeitet ist.[568]

9.1.3. Auslandseinsatz und Wochenendbeziehung: Entsprechungen in den Phasenkonzepten

Die gewonnenen Erkenntnisse aus der Beschäftigung mit der Verarbeitung bzw. den Entwicklungszyklen von Lebenskrisen, Trauer, Sterben, Tod und Trennung bei einem Auslandseinsatz sollen im Anschluss an die Darstellung des Ablaufs von Wochenendbeziehungen aufgezeigt werden. Dabei wird nochmals eine explizite Beurteilung aus dem Vergleich der Phasenabläufe formuliert.

Eindeutig ließ sich in den vorgehenden Untersuchungen die prinzipielle Relevanz der Phasenkonzepte der emotionalen Entwicklungszyklen in existentiellen Belas-

---

[568] Wie in den Phasenlehren zu belastenden Ereignissen muss nun nach der Phase der „Akzeptanz“ bzw. der „Annahme“ eine neue Offenheit entstehen, in der die neuen, veränderten Gegebenheiten langsam verarbeitet und in den gemeinsamen Alltag integriert werden müssen („Soli-

tungssituationen nachweisen. Die Entwicklungen, wie sie z. B. für Trennungen bei Auslandseinsätzen von Logan aufgezeigt wurden, lassen sich, wie die Praxis zeigt, im relativen Maß auch für kürzere Trennungen nachweisen. Betroffene Paare bestätigen in Befragungen diese Zyklen. Wie bereits erwähnt, wirkt sich die psychische und physische Belastung der Partner, also sowohl des Partners „in der Ferne“, als auch des Partners „Zuhause“, entsprechend auf die Belastungsfaktoren der Partnerschaft aus. Dies bedeutet, dass die Intensität der aufgezeigten Phasen entsprechend der individuellen Trennungs-Belastung ausfallen. Generell ist festzuhalten, dass der Austausch der Partner, Kommunikation also in jeglicher Form (verbal wie nonverbal), von eminent wichtiger Bedeutung ist. Dem Paar muss es gelingen, eigene Grundlagen zu entwickeln, wie und in welcher Intensität der Alltag und die Gefühlswelt ausgetauscht werden muss und kann. Eine relative psychische Erleichterung lässt sich auch dadurch erreichen, wenn dem Paar klar wird, dass es sich bei den extrem belastenden Entwicklungen, Abläufen und „Stadien“ einer Fern-Beziehung um „natürliche“ – und somit um sich weiterentwickelnde – Prozesse handelt.

Die emotionalen Entwicklungen vor, während und nach einer Trennung hängen naturgemäß stark damit zusammen, welche grundlegende Stabilität die Beziehung vorher und zum Zeitpunkt der Abreise hat (Dauer/Länge, Qualität, Zufriedenheit etc.). Auch der Zustand und die Dauer der Trennung wirken sich also entsprechend auf die Belastung für die Partnerschaft aus. Grundsätzlich laufen, wenn auch in verminderter Form, bei vorübergehenden, kürzeren Fern-Beziehungen wie Wochenendbeziehungen oder Pendelbeziehungen wiederum dieselben emotionalen Entwicklungen ab. Wie schon für Krisen und Trauer aufgezeigt, kann die Abfolge variieren und unterschiedlich intensiv ausfallen. Grundsätzlich gilt aber, dass es sich auch bei kurzen Trennungen um normale Abläufe (Zyklen) handelt. Die Intensität der Belastung variiert dabei wiederum innerhalb der Rahmenbedingun-

---

darität“, „Verifikationsstadion“, „Zielstadion“). Vgl. Kapitel 5.

gen. Der Ablauf des „wöchentlichen emotionalen Rhythmus“ wird in Befragungen vor Ort so beschrieben, dass auch die vorgehend aufgezeigten Phasen der längeren Trennungen wieder erkennbar sind. Dabei ist die Belastung z. B. bei einer Wochenendbeziehung durch die relativ kurze Zeit der Trennung („unter der Woche“) verhältnismäßig geringer. Gleichzeitig aber ist auch die gemeinsame Zeit („meist das Wochenende“) ebenso kurz.

Vor der Trennung herrschen Gefühle wie Aufregung, Ablehnung, Furcht, Zorn, Groll, Schmerz, Sehnsucht, Distanzierung vor. In ihnen spiegelt sich die Auflehnung gegen die bevorstehende Trennung und deren Konsequenzen wider. Zugleich sind sie eine Notwendigkeit, um die tatsächliche Trennung bestehen zu können. Die „geistige Vorwegnahme“ der Trennung und die vermeintliche Erschwerung der Situation, indem die Gedanken um die Zeit ohne den Partner kreisen, sind normale Vorgänge. Typisch für Wochenendpendler ist ein „Sonntags-Gefühl“. Dabei wird versucht, den ersten Teil des klassisch „letzten gemeinsamen Tages“ vor der routinemäßigen Trennung einerseits besonders harmonisch zu gestalten. Zugleich aber ist die zweite Hälfte des Tages bereits eingetrübt von dieser bevorstehenden Trennung – und kann somit auch nicht mehr unbeschwert erlebt werden. Dabei handelt es sich um die vorweggenommene (prospektive) Trauer. Dies ist der normale Vorgang, der für die Vorbereitung und Verarbeitung der Trennung notwendig ist. Logan spricht diesbezüglich von Verwirrtheit, Ambivalenz, Zorn, Distanziertheit und Zurücknahme.[569]

Während der Trennung herrscht auch bei gewohnten Trennungsphasen ein gewisses „emotionales Durcheinander“ vor („Montags-Gefühl“). Die eigenen Aufgaben sollen bewältigt werden. Gleichzeitig bestimmt oft eine Grundtraurigkeit die Stimmung, da die gemeinsame Zeit wieder vorüber ist. Die gemeinsamen Erlebnisse des vergangenen Wochenendes bestimmen Gedanken und Gefühle. Zu-

---

[569] Vgl. Eingangsstadion (Kapitel 5.2.), „Vorbereitungs- bzw. Inkubationsphase“ (Kapitel 5.4.2.) sowie „Nichtwahrhabenwollen“, „Isolierung“ (Kapitel 5.3.).

nehmend stellen sich im Bewältigen der gewohnten Wochenaufgaben Ruhe, weniger Zorn, Vertrauen, Hoffung, aber auch Einsamkeit ein („Dienstags/Mittwochs-Gefühl“). Ab der Wochenmitte stellt sich wieder die Vorfreude auf die Rückkehr ein, die gedanklich und in den Planungen vorbereitet und erwartet wird. Dazu gesellen sich wiederum Gefühle wie Aufregung, (hohe) Erwartungen, Sorge, Befürchtung, Sehnsucht („Donnerstags/Freitags-Gefühl“).[570]

Die Rückkehr ist bestimmt durch die Neuordnung der Verhältnisse bzw. der Partnerschaft. Die anfängliche Überschwänglichkeit geht oft sehr schnell über in ein Rollendurcheinander. Die Schwierigkeit ist – sowohl bei einer kürzeren als auch einer längeren Trennung – dass beide Partner geprägt sind von der Trennungszeit, in der sie, aus extrem unterschiedlichen „Alltagen“ herkommend (Aufgaben, Erlebnisse etc.), wieder neu zusammenfinden müssen. Als schwerwiegend erweist sich dabei, wenn beide Partner zunächst nicht gleichermaßen über die Eindrücke sprechen oder aber schweigen wollen. Hier zeigt sich die erste entscheidende Klippe des neuen Zusammenfindens. Die Folge ist ein mögliches Gefühl der gegenseitigen Fremdheit. Man meint, Veränderungen in der Persönlichkeit des Partners zu erkennen. Oder aber tatsächliche Veränderungen des Partners werden in einer Überschärfe wahrgenommen. Spannungen belasten das Wiedersehen, den neuerlichen, gemeinsamen Anfang, besonders nachdem als „Vorwegnahme“ die körperliche Nähe hergestellt ist. Erst nach zunehmender Gewöhnung aneinander nimmt auch eine Zufriedenheit mit der neuen Situation zu. Das Ritual des Gemeinsamen muss bei jeder Rückkehr neu eingeübt werden, und damit verbunden gehören Spannungen, Enttäuschungen, aber auch Vertrautheit zu den begleitenden Gefühlen.[571]

---

[570] Vgl. „Durchgangsstadion“ (Kapitel 5.2.), „Inkubations- bzw. Einsichtsphase“ (Kapitel 5.4.2.) sowie Gefühlsschwankungen zwischen „Depression“, „Zorn“, „Wut“ und langsam zunehmende „Akzeptanz“ (Kapitel 5.3.).

[571] Vgl. „Zielstadion“ (Kapitel 5.2.), „Einsichts- bzw. Verifikationsphase“ (Kapitel 5.4.2.) sowie „Zustimmung“, „Isolierung“ und zunehmende „Akzeptanz“ (Kapitel 5.4.1.).

Auch für die Wochenendbeziehung gilt: Es ist nie eine reine Rückkehr, sondern stets ein kleiner Neuanfang in der gemeinsamen Partnerschaft. Ein neuerliches Glücksgefühl und die gewohnte Geborgenheit bzw. Vertrautheit kann sich je nach Zustand der Partnerschaft allmählich einstellen („Samstags-Gefühl“). Das Paar sucht den Ausgleich und bemüht sich, das neue Zusammensein zu gestalten. Der Sonntag (meist nur bis Mittag, je nachdem, wann der Partner abreist, ob Sonntagabend oder Montagmorgen) ist dann neben dem Samstag die Phase der wieder gewonnenen Harmonie, ehe dann mit der jeweiligen Zurücknahme, der heraufziehenden Beklemmung wegen des drohenden Abschieds, mit der erneuten prospektiven Trauer der Zyklus von neuem beginnt.

Es lässt sich also festhalten, dass die emotionalen Entwicklungen normale Vorgänge (Zyklen) darstellen, deren Kenntnis die damit absehbaren Spannungen erträglicher und weniger belastend für das Paar machen können. Daher müssen die Paare auf die zu erwartenden Phasen vorbereitet werden. Dies gilt sowohl für langfristige, psychisch stärker belastende Trennungen, als auch für regelmäßige Pendel- und Fern-Beziehungen. Eine relative Distanzierung des einzelnen Partners unmittelbar vor und nach der Trennungszeit ist also auch bei weniger belastenden Trennungsphasen eine Reaktion, um die Trennung zu verarbeiten und die notwendige Selbständigkeit vorzubereiten bzw. Veränderungen nach der Rückkehr in die Partnerschaft zu integrieren. Die relative Distanzierung betrifft sowohl den verminderten Austausch im Gespräch, als auch körperliche Zuwendungen (Zärtlichkeit, Sexualität etc.).

Entscheidend ist es, die Distanzierung schließlich zu überwinden und gemeinsam die Trennungsphasen zu verarbeiten. Da es sich bei den Entwicklungen um wiederkehrende (und damit für das Paar wiedererkennbare) Zyklen handelt, kann das Paar ein relatives Maß an Sicherheit und Vertrauen in den gemeinsamen Umgang mit den Abläufen gewinnen. Die Zyklen sind mehr als nur Entwicklungen. Es handelt sich um stets in ähnlicher Form wiederkehrende Phasen, mit denen das Paar zunehmend routinierter umgehen kann. Eine Konsequenz kann sein, dass die

Partner im Vertrauen auf gemachte Erfahrungen die Abläufe nicht mehr als so belastend empfinden oder zumindest mit den Perioden innerhalb der Beziehung vertrauter werden. In jedem Fall bietet die Möglichkeit der zunehmenden Kenntnis der Entwicklung die Chance einer zunehmenden emotionalen Entlastung. Dem Paar kann immer klarer werden, dass es sich um wiederkehrende, natürliche Prozesse handelt, auf die sich beide einstellen können. Das Wissen um zu erwartende Abläufe ist, wie in den Überlegungen zur Krisenintervention gezeigt wurde, eine zentrale Voraussetzung, um in angespannten (krisenhaften) Zeiten den Gegebenheiten nicht passiv ausgeliefert zu sein, sondern aktiv die belastete Zeit gestalten zu können.

9.1.4. Bewältigungsstrategien für Wochenendbeziehungen

Für alle bisher angesprochenen Fern-Beziehungsformen und die daraus resultierenden Belastungen für Partnerschaft und Familie gilt der bereits angesprochene Satz: Die Vorbereitung ist eine der wichtigsten Grundlagen für die Bewältigungsstrategien. Darüber hinaus können als Orientierung für die individuelle Bewältigung der Problemzeiten auch prinzipielle Dimensionen der Beziehungs-Psychologie herangezogen werden, die der Prävention und Bewältigung von Ehekrisen zugrunde gelegt werden. Eine herausragende Stellung in diesen Forschungen hat, wie bereits mehrfach angesprochen, der Familien-Psychologe G. Bodenmann. Seine Vorschläge seien als Grundlagen auch für die Vorbereitung und Verarbeitung der Beziehungsspannungen in Fern-Beziehungen dargelegt. Zu unterscheiden ist nach Strategien, die nur das Paar zusammen entwickeln und umsetzen kann.

Darüber hinaus gilt jedoch, dass nur, wenn der je einzelne Partner (individuell, subjektiv) mit einer Situation adäquat umzugehen lernt, letztlich auch das (individuell intersubjektive) Paargeschehen der beiden gelingen kann. „Das Zusammenspiel der Bewältigungskompetenzen zwischen den beiden Partnern ist relevant. Entscheidend ist jedoch nicht nur, wie jeder einzelne Partner mit Stress umgeht,

sondern auch, wie die individuellen Kompetenzen der beiden Partner zusammenspielen.“[572] Deutlich ist auch an dieser Stelle wieder zu betonen, dass es sich dabei nur um Hilfestellungen handeln kann, da die Trennung bzw. Fern-Beziehungszeit vom Paar letztlich selbst bestanden werden muss. Ein Leitfaden für betroffene Paare, der diese Aspekte berücksichtigt, wird in Kapitel 11 (als Bewältigungsstrategie) explizit entfaltet.

9.2. Expatriats – Kulturschock-Modelle der Anpassung im Ausland

Eine Sonderstellung neben Fern-Beziehungen bei Auslandseinsätzen und Wochenendbeziehungen nimmt die dauerhafte Entsendung von Mitarbeitern ins Ausland ein (vgl. „Auslandstätige“[573]). Die Einzelheiten der Belastungen und Bewältigungsmöglichkeiten von „Expatriats“ müssten im Detail gesondert betrachtet werden – zumal dabei als wesentliche Unterscheidung oftmals von den entsendenden Firmen und Organisationen den Partnern bzw. Familien die Rahmenbedingungen ermöglicht werden, den Schritt ins Ausland mitzuvollziehen. Auch für Bundeswehrsoldaten trifft diese Lebensform an verschiedenen Auslandsstandorten zu. So sind Piloten oft über Jahre in den USA, z. B. in El Paso/Texas, zur Ausbildung stationiert – und verbringen diese Zeit dort meist zusammen mit ihren Partnern und Familien.

In diesen Prozessen treten wiederum eigene Belastungen und Herausforderungen der Anpassung und schließlich bei der Rückkehr für die Reintegration im Heimatland auf. Eine ausführliche Würdigung dieser Thematik würde den Rahmen dieser Studie sprengen. Die folgenden Anpassungsmodelle bzw. Kulturschocktheorien sind jedoch für die Soldaten im Auslandseinsatz von besonderer Bedeutung. An

---

[572] G. Bodenmann, Beziehungskrisen, 116.

[573] Vgl. Kapitel 3.4.6.

dieser Stelle sei, wie die folgenden Darstellungen zeigen, darauf verwiesen, dass die Verarbeitung und Belastung der örtlichen Veränderung in analogen Phasen vollzogen und durchlebt werden, die mit den aufgezeigten Entwicklungsmodellen vergleichbar sind.[574] Soldaten, die für mehrere Monate im Auslandseinsatz sind, sind durch die so genannte Kulturschock-Problematik, d. h. durch die Konfrontation mit einer kulturell veränderten Umgebung und den daraus resultierenden Anpassungsschwierigkeiten, zusätzlich zu der notwendigen Verarbeitung der Trennung vom Partner, mehrfach betroffen.[575] Zusammenfassend lässt sich demnach festhalten, dass die Soldaten im Auslandseinsatz gleichzeitig mit zwei unterschiedlichen „emotionalen Entwicklungszyklen" konfrontiert sind: Einerseits ist die Verarbeitung der Trennung von Partner und Familie zu verarbeiten. Andererseits ist die Anpassung im engen Sinn an die neue direkte Umgebung (z. B. Lager oder Kaserne) und im weiteren Sinn an das meist fremde Einsatzland zu leisten. Im weitesten Sinn erleben auch die daheim gebliebenen Partner diesen Anpassungsschock, wenn sich die Umgebung für sie ohne den Partner unter Umständen als stark verändert erweist.

Im Kontext der Auslandseinsätze von Soldaten ist besonders zu betonen, dass von den im Anschluss aufgezeigten Bedingungen der Anpassung nicht nur die Soldaten selbst betroffen sind, sondern besonders auch die begleitenden Militärseelsorger und z. B. die Truppenpsychologen.

9.2.1. Kulturschock-Modell nach Oberg

Das Stufenmodell nach Oberg beschreibt einen Auslandsaufenthalt aus der Perspektive des Betroffenen in vier aufeinander folgenden Phasen. Das Modell geht

---

[574] Vgl. Kapitel 5. und 9.

[575] Vgl. zu den folgenden Übersichten: G. Stahl: Internationaler Einsatz von Führungskräften, München/Wien/Oldenburg 1998 und T. Kühlmann: Mitarbeiterentsendung ins Ausland. Auswahl, Vorbereitung, Betreuung und Wiedereingliederung, Göttingen 1995.

von auffälligen Verhaltens- und Erlebensweisen aus, die ähnlich den Phasen bei Krise und Trauer (Sterben, Krankheit etc.) in Symptome und Behandlungsmöglichkeiten gegliedert sind. Der Prozess beginnt mit der Phase des „Honeymoon", gefolgt von „Crisis" und „Recovery" bis zur letzten Phase, „Adjustment". Die einzelnen Phasen lassen sich durch folgende Merkmale beschreiben: [576]

Honeymoon: In der ersten Anpassung überwiegen Begeisterung und Faszination für die fremde Kultur. Diese Phase ist geprägt von freundlichen und oberflächlichen Beziehungen zu den Gastgebern.
Crisis: Die Unvertrautheit mit in der Landessprache wird deutlicher. Unterschiedliche Werte und Symbole zwischen der Heimat und der Gastkultur bewirken Gefühle der Unzulänglichkeit, der Angst und Verärgerung. Vermehrt wird der Kontakt zu Landsleuten gesucht und das eigene Heimatland vermisst.
Recovery: Die Kenntnisse und Fähigkeiten im Umgang mit der Landessprache verbessern sich. Man findet sich in der neuen Umgebung zunehmend besser zurecht. Die Einstellung gegenüber der Gastkultur wird zunehmend positiv.
Adjustment: Die Eingliederung ist abgeschlossen. Man akzeptiert die Gepflogenheiten der anderen Kultur. Ängste treten kaum mehr auf.

9.2.2. U-Kurven-Hypothese nach Lysgaard

Ein beschreibendes Modell der Bewertung des Anpassungsprozesses bei Auslandseinsätzen stammt von Lysgaard.[577] Er befragte norwegische Fulbright-Stipendiaten zu der subjektiv wahrgenommenen Qualität ihrer Anpassung in Ausbildung, Beruf und Privatleben. Die Befragten wurden in drei Kategorien eingeteilt, als Kriterium diente dabei die Dauer ihres Auslandsaufenthaltes.

---

[576] Vgl. ebd., Mitarbeiterentsendung ins Ausland, 6.

[577] Vgl. G. Glaser, Internationaler Einsatz, 51f sowie T. Kühlmann, Mitarbeiterentsendung, 10ff.

- Erste Gruppe: Versuchspersonen, die nicht länger als sechs Monate im Ausland waren.
- Zweite Gruppe: Personen mit einem Auslandsaufenthalt von 6 bis 18 Monaten.
- Dritte Gruppe: Stipendiaten, die länger als 18 Monate im Ausland waren.

Personen der ersten und dritten Gruppe beschrieben sich selbst als gut angepasst. Dagegen konnte das die zweite Gruppe nicht von sich behaupten. Lysgaard kam zu der Folgerung, dass sich zu Beginn eines Auslandsaufenthaltes die Betroffenen in gehobener Stimmung befinden und dann eine Phase der Frustration, Depression und Konfusion erleben, der im idealen Fall ein allmählicher Anstieg von Zuversicht und Zufriedenheit folgt.[578]

9.2.3. Anpassungsphasen nach Grove und Torbiörn

Zur theoretischen Klärung haben Grove und Torbiörn (1985) ein Verlaufsmodell der Anpassungsvorgänge entwickelt, das die Phasen der Anpassung aus dem Zusammenwirken psychologischer Konstrukte erklärt und eine Weiterentwicklung sowohl des Kulturschockmodells als auch der U-Kurven-Hypothese darstellt. Auch wenn die vorangehenden Anpassungsmodelle von „Expatriats“ nur bedingt für die Interpretation von Fern-Beziehungen herangezogen werden können, wird doch deutlich, dass sich auch die Anpassung im Ausland in analogen Verlaufsphasen entwickelt. Die Konstrukte sind im Einzelnen:[579]

Orientierungsklarheit: Grad der Zuversicht des Handelnden, dass sein Verhalten auch unter den veränderten Umweltbedingungen adäquat sein wird.
Verhaltensangemessenheit: Subjektive Einschätzung des Grades, inwieweit das eigene Verhalten tatsächlich als situationsadäquat bzw. erfolgreich erlebt wird.

---

[578] Vgl. G. Stahl, Internationaler Einsatz, 49-52.

[579] Vgl. T. Kühlmann, Mitarbeiterentsendung, 8 sowie G. Stahl, Internationaler Einsatz, 51.

Mindestanspruchsniveau: Subjektive Anforderung an das gerade noch als befriedigend beurteilte Ausmaß von Orientierungsklarheit und Verhaltensangemessenheit.

Bei aller Unterschiedlichkeit der Rahmenbedingungen wird wieder eine wichtige analoge Anpassungsentwicklung an die veränderten Gegebenheiten deutlich: Sowohl die Betroffenen von Fern-Beziehungen als auch „Expatriats“ finden für längere Zeit eine derart veränderte Alltagswelt vor, dass sie sich an die neuen Rahmenbedingungen nur in den aufgezeigten Anpassungszyklen gewöhnen können. Neben den Entwicklungen der Gefühle zwischen den Partnern haben die Betroffenen zugleich die Anpassung an eine stark veränderte Umgebung zu verarbeiten.[580]

9.3. Faktoren der Trennungs-Verarbeitung in Fern-Beziehungen

Die Entwicklung der emotionalen Stadien, der Entwicklungs-Druck und die einzelnen Entwicklungs-Phasen sind stark abhängig von einzelnen Faktoren, die die Beziehung der Partner betreffen. Das Wissen um diese Faktoren ist eine weitere wichtige Orientierung, da sie für die Begleitung in der Seelsorge von Bedeutung sind. Diese Darstellungen dienen dann als weitere Orientierung für eine kompetente seelsorgerliche Begleitung von Fern-Beziehungen. Für die Absicht, die Partner für die Bewältigung der Trennungszeit zu befähigen, gilt prinzipiell: Die wichtigste Grundlage für eine Bewältigungsstrategie ist die Vorbereitung auf das Absehbare. Vorbereitung bedeutet in diesem Zusammenhang das Vorwegnehmen des zu Erwartenden:

- Mögliche Veränderungen

---

[580] Darin erweist sich die besondere Relevanz des Modells besonders für Fern-Beziehungen von Soldaten bei Auslandseinsätzen.

- Mögliche Herausforderungen, Belastungen und Befürchtungen
- Gemeinsames Entwickeln von Strategien

Grundsätzlich sollte dabei bedacht werden: Um Strategien entwickeln zu können, müssen die wesentlichen Aspekte des Familienlebens gemeinsam vom Paar und der Familie betrachtet werden. Damit können Entwicklungsschwierigkeiten möglichst gering gehalten werden. Konkrete Vorschläge dazu werden im Praxisleitfaden gegeben.[581] Einige Stichpunkte, die die Verarbeitungskompetenz und die Möglichkeiten der Bewältigung stark beeinflussen, seien hier vorab genannt:

- Psychische Konstitution (Verarbeitungsfähigkeit und Belastbarkeit)
- Geistige und intellektuelle Reflexionsfähigkeit
- Emotionale Konstitution (Verarbeitungsfähigkeit und Belastbarkeit)
- Physische Konstitution (körperliche Gesundheit)
- Soziales Umfeld (Geborgenheit, Einbindung)

Das Entwicklungs- und Verarbeitungsniveau der Betroffenen wird stark durch verschieden Faktoren beeinflusst, die es in den folgenden Abschnitten aufzuzeigen gilt.

9.3.1. Faktoren der individuellen Persönlichkeit

Folgende Faktoren der individuellen Persönlichkeit beeinflussen die Entwicklung und Verarbeitung:

- Persönliche Gesundheit (der betroffenen Personen)
- Persönliche Fähigkeiten, mit Konflikten generell fertig zu werden
- Vorhergehende Krisen- und Entwicklungserfahrungen
- Persönliche Einstellung, mit Rat und Anweisungen umzugehen
- Selbstvertrauen

---

[581] Vgl. Kapitel 11., 12. und 15.

- Vertrauen in den Partner, in die Familie, in die Truppe
- Persönliche Sicherheit bezüglich der Familien-Verhältnisse

9.3.2. Entwicklungsfaktoren für die Verarbeitung der Trennung

Als Faktoren, die die Verarbeitung der Trennung nachhaltig beeinflussen können benannt werden:
Eine angemessene Vorbereitungszeit (der betroffenen Personen), Vorhergehende Krisen- und Trennungs-Erfahrungen der Familie, wichtige Ereignisse (positiv und negativ) während der Trennung, eine angemessene Unterstützung für die Familie, die Qualität und Dauer des Einsatzes bzw. der Trennung (der betroffenen Personen), die Kommunikations-Möglichkeiten (Zugang, Häufigkeit, Qualität), Geographische Bedingungen bei Auslandseinsätzen (Gelände, Wetter) und die allgemeinen Lebensbedingungen (der Familie daheim und des Soldaten im Einsatz).

10. Kommunikationstraining: Grundlagen für die Militärseelsorge

Um wesentliche Grundlagen für eine Prävention und Bewältigung von Ehekrisen zu schaffen, sei an dieser Stelle auf eine Grundvoraussetzung für die partnerschaftlich-kooperative Konfliktregelung verwiesen: eine offene und herrschaftsfreie Kommunikation. Ein Modell für eine Streit-Deeskalationen in Fern-Beziehungen muss sich daran orientieren. Um die Möglichkeitsbedingungen dafür aufzuzeigen, werden im Anschluss exemplarische Trainings vorgestellt. [582]

Jeder Partner begründet demnach sein Verhalten mit dem des anderen Partners. Dadurch entsteht schließlich ein negativer Zirkel. Grundlage für den Erfolg der im Anschluss vorgestellten Kommunikationstrainings ist daher eine grundlegende

---

[582] Vgl. dazu „Interpunktion von Ereignisfolgen“ nach P. Watzlawick u. a., Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien, Bern u. a. ^{8}2000.

Bereitschaft zur Versöhnung. Nur sie kann letztlich den Teufelskreis der sich immer weiter entfernenden Partner durchbrechen, und nur dann können auch die nun vorzustellenden erlernbaren Kernkompetenzen der Kommunikation und Konfliktlösung ihre empirisch gesicherten präventiven und therapeutischen Momente entfalten. Dieser Aspekt der Versöhnungsbereitschaft, der ausführlich in Kapitel 7., vor allem in Kapitel 7.5. behandelt wurde, wird in den meisten Kommunikationstrainings noch zu wenig berücksichtigt.[583] Darauf ist später, bei der Vorstellung exemplarischer Kommunikationstrainings als Orientierung für die Militärseelsorge, noch explizit einzugehen.[584]

Wie vorangehend gezeigt, sind die gelingende Kommunikation und, daraus abgeleitet, die Kompetenz, Konflikte gemeinsam zu lösen, die Grundvoraussetzung für die Stabilität und Zufriedenheit innerhalb der Beziehung, besonders in der Fern-Beziehung. „Präventive und beraterisch/therapeutische Maßnahmen für die Partnerschaft können Beziehungskrisen nicht verhindern und sollen dies auch gar nicht. Ziel kann nur sein, Paare auf solche Krisen flexibler einzustellen und ihnen Werkzeuge zur partnerschaftlichen Konfliktbewältigung an die Hand zu geben, sie also 'partnerfähiger' zu machen.“[585] Neben der bereits vorgenommenen pastoralpsychologischen Annäherung an die Thematik und später folgenden Vorstellung der kommunikations-theoretischen Grundlage nach F. Schulz von Thun (das so genannte „Vier-Ohren-Modell“[586]) sollen daher noch weitere exemplarisch-psychologische Programme der Ehe und Familienhilfe zur Prävention von Beziehungskrisen und Krisen in Familien vorgestellt werden: Das Freiburger Stress Präventions Training (FSPT), Krisen in der jüngeren Ehe (EPL), in der reiferen

---

[583] Vgl. H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 129.

[584] Vgl. dazu die Ausführungen über die Versöhnungsbereitschaft (Kapitel 7.6.) sowie das folgende Kapitel mit exemplarischen Programmen (Kapitel 10.2.).

[585] F. Thurmaier/J. Engl, Berührungspunkte von Religion und Familie, 263-281, hier 281.

[586] Vgl. Kapitel 10.1.

Ehe (KEK) sowie in der Eltern-Kind-Beziehung. Diese Thematiken sind von besonderer Bedeutung für die Begleitung und die Seelsorge in Krisen. Sie sollen kurz thematisch und inhaltlich vorgestellt werden, da sie wesentliche Aspekte aufgreifen, die für die seelsorgerliche Begleitung in der Problematik der Fern-Beziehung von grundlegender Relevanz sind. Darüber hinaus gilt es, die hieraus gewonnenen Erkenntnisse explizit für einen später folgenden Leitfaden für Intensivveranstaltungen der Militärseelsorge sowie für betroffene Paare (Kapitel 11. und 12.) zu formulieren.

10.1. Kommunikations-Theorie nach Schulz von Thun

Die Kommunikations-Theorie nach F. Schulz von Thun soll als anerkanntes Kommunikations-Modell hier kurz erläutert werden, denn es beinhaltet zentrale Theoriegrundlagen der nachfolgend aufzuzeigenden Modelle wie EPL und KEK und ist damit von besonderer Bedeutung für Paare in Fern-Beziehungen.

10.1.1. Grundvorgänge zwischenmenschlicher Kommunikation

Schulz von Thun geht in seinem Modell der zwischenmenschlichen Kommunikation von folgenden Elementen aus: einem Sender, einer Nachricht und einem Empfänger. Der Sender möchte dem Empfänger etwas mitteilen. Dazu verschlüsselt er sein Anliegen in erkennbare Zeichen. Daraus entsteht seine Nachricht. Der Empfänger hat nun die Aufgabe, das Wahrgenommene zu entschlüsseln. Stimmen gesendete und empfangene Nachricht überein, findet eine Verständigung zwischen Sender und Empfänger der Nachricht statt. Häufig machen Sender und Empfänger von der Möglichkeit der Rückmeldung bzw. dem Feedback Gebrauch.

So kann der Sender überprüfen, ob Sende-Absicht und Empfangsresultat übereinstimmen.[587]

Die „Nachricht“ spielt in diesem psychologischen Modell der zwischenmenschlichen Kommunikation eine besondere Rolle. Nach Schulz von Thun ist die Nachricht „ein Paket mit vielen Botschaften“[588]. Dieser Sachverhalt macht die zwischenmenschliche Kommunikation „kompliziert und störanfällig, aber auch aufregend und spannend“[589]. Um die Vielfalt der Botschaften einer Nachricht zu ordnen, können vier Aspekte unterschieden werden: der Sachaspekt, der Beziehungsaspekt, der Selbstoffenbarungsaspekt und der Appellaspekt.[590] Diese werden anschließend weiter entfaltet.

Kommunikation hat immer einen Aspekt des Inhalts und einen der Beziehung. Schulz von Thun veranschaulicht die Nachricht als quadratisches Gebilde und nennt es das „Herzstück“ seines kommunikationstheoretischen Modells[591]. Daraus ergibt sich ein erweitertes psychologisches Modell der zwischenmenschlichen Kommunikation[592].

---

[587] Vgl. F. Schulz von Thun, Miteinander Reden. 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation, Reinbek [37]2002, 25.

[588] Ebd., 26.

[589] Ebd.

[590] Damit entwickelt er Gedanken K. Bühlers (K. Bühler, Sprachtheorie, Jena 1934) und P. Watzlawicks weiter. Bühler unterscheidet „drei Aspekte der Sprache“: Darstellung, Ausdruck und Appell. Vgl. F. Schulz von Thun, Miteinander Reden, 2002, 30.

[591] Vgl. ebd., Miteinander reden, 15.

[592] Ebd., 30, vgl. die Übersicht weiter unten, Kapitel 12.3.

10.1.2. Die Botschaften einer Nachricht und ihre Bedeutung

Zunächst eine nähere Beschreibung derjenigen Aspekte, die die Botschaft einer Nachricht klassifizieren:

Der Sachaspekt („Worüber ich informiere“):[593]

Jede Nachricht enthält zunächst eine Sachinformation. Hier geht es darum, Sachverhalte klar und verständlich zu übermitteln.

Der Beziehungsaspekt („Wie ich zu dir stehe“):[594]

Durch die gewählte Formulierung, den Tonfall und die nicht-sprachlichen Signale offenbart sich die Beziehung zwischen Sender und Empfänger. Die Beziehungsseite enthält zum einen Botschaften darüber, was der Sender vom Empfänger hält, wie er ihn sieht, aber zum anderen auch darüber, wie der Sender die Beziehung zwischen sich und dem Empfänger sieht. Der Empfänger fühlt sich hier in besonderer Weise angesprochen (oder abgelehnt).

Der Selbstoffenbarungsaspekt („Was ich von mir selbst kundgebe“):[595]

Neben den mitgeteilten Sachinhalten enthält jede Nachricht darüber hinaus auch Informationen über die Person des Senders. Die Selbstoffenbarung schließt sowohl die gewollte Selbstdarstellung als auch die ungewollte Selbstenthüllung ein.

---

[593] Ebd., 26.

[594] Ebd., 27.

[595] Ebd., 26.

Der Appellaspekt („Wozu ich dich veranlassen möchte“):[596]

Mit einer Nachricht möchte der Sender meist auch auf den Empfänger Einfluss nehmen. Mit einer Nachricht möchte man den Empfänger veranlassen, bestimmte Dinge zu tun oder zu unterlassen, zu denken oder zu fühlen. Wird der Versuch, Einfluss zu nehmen, lediglich versteckt geäußert, spricht man von der Manipulation des Empfängers. Wenn Sach-, Selbstoffenbarungs- und Beziehungsseite im Dienste der Appellseite stehen, werden sie „[…] funktionalisiert, d. h. sie spiegeln nicht wider, was ist, sondern werden zum Mittel der Zielerreichung“[597].

10.1.3. Mit vier Ohren empfangen

Bisher wurde das Nachrichten-Quadrat überwiegend aus der Sicht des Senders betrachtet. Dieser teilt Sachinformationen mit, stellt sich dabei gleichzeitig selbst dar, drückt aus, wie er zum Empfänger steht und versucht, Einfluss auf das Denken, Fühlen und Handeln seines Gegenübers zu nehmen. Um Kommunikationsstörungen zu vermeiden, sollte ein kommunikationsfähiger Sender die Dechiffrierung aller vier Botschaften einer Nachricht beherrschen.[598]

Betrachtet man das Quadrat aus der Sicht des Empfängers, ergibt sich folgendes Bild: Auf der Sachebene versucht er, den Sachinhalt zu verstehen. Auf der Selbstoffenbarungsseite geht es dem Empfänger darum, mehr über die Person des Gegenübers zu erfahren. Durch die Beziehungsseite fühlt er sich persönlich betroffen. Der Empfänger möchte Fragen zum Verhältnis der beiden aus der Sicht des Senders verstanden wissen. Auf der Appellseite geht es schließlich um die Informationsnutzung: Was sollte ich am besten tun, nachdem ich dies nun weiß?

---

[596] Vgl. ebd., 29.

[597] Ebd.

[598] Ebd., 44.

Schulz von Thun spricht in diesem Zusammenhang vom Bild des „vierohrigen Empfängers“.[599] Folgende Fragen sind dafür grundlegend:

„Was ist das für einer?“
„Was ist mit ihm?“
„Wie redet der eigentlich mit mir?“
„Wen glaubt er vor sich zu haben?“
„Was soll ich tun, denken, fühlen aufgrund seiner Mitteilung?“

Prinzipiell hat der Empfänger die freie Auswahl, auf welche Botschaft der Nachricht er reagieren will. Nimmt der Empfänger jedoch auf eine Seite Bezug, die für den Sender gerade keine besondere Bedeutung hat oder hört der Empfänger überwiegend nur mit einem Ohr und blendet weitere, in der Nachricht enthaltene Botschaften aus, so entstehen Kommunikationsstörungen. Nach Schulz von Thun sollte eine „ausgewogene Vierohrigkeit“ zur kommunikationspsychologischen Grundausrüstung des Empfängers gehören.[600] Abhängig von der jeweiligen Situation ist dann individuell zu entscheiden, auf welche Botschaft zu reagieren ist. Im Folgenden werden die einzelnen „Ohren“ und die Folgen einer einseitigen Spezialisierung kurz umrissen.

Das „Sach-Ohr“[601]

Hier ist der Empfänger darauf geeicht, sich überwiegend auf die Sachebene der Nachricht zu konzentrieren. Die Gefahr für Kommunikationsstörungen liegt dann vor, wenn das eigentliche Problem nicht so sehr in einer sachlichen Differenz besteht, sondern auf der zwischenmenschlichen Ebene angesiedelt ist.

---

[599] Ebd.

[600] Ebd., 46.

[601] Ebd., 47.

Das „Beziehungs-Ohr“[602]

Empfänger, bei denen die Beziehungsseite besonders ausgeprägt ist, liegen ständig auf der „Beziehungslauer“. Diese Personen legen in viele beziehungsneutrale Nachrichten und Handlungen eine persönliche Stellungnahme hinein. Sie fühlen sich z. B. leicht angegriffen und beleidigt, beziehen alles auf sich und nehmen vieles persönlich.

Das „Selbstoffenbarungs-Ohr“[603]

Hier wird die Nachricht unter dem folgenden Aspekt betrachtet: „Was sagt mir die Botschaft über *dich*?“ Auf diese Weise kann sich der Empfänger leichter auf gefühlsmäßige Ausbrüche, Anklagen und Vorwürfe seiner Mitmenschen einlassen, indem er seinem Gegenüber dessen Gefühle zugesteht, sich ruhig auf ihn einlässt und somit besser versteht, was den Gesprächspartner bewegt, ohne die Äußerungen sofort als persönlichen Angriff zu verstehen.

Diese Chancen auf der Selbstoffenbarungsseite werden in der Gesprächstherapie praktisch umgesetzt. Durch aktives Zuhören versucht der Therapeut, sich in die Gefühls- und Gedankenwelt des Senders nicht-wertend einzufühlen. Indem er sich auf die in der Sachaussage verborgenen Gefühlsinhalte und Einstellungen konzentriert, ermöglicht er dem Sender, mehr zu sich selber zu kommen.

Wenn es dem Empfänger auch in der täglichen zwischenmenschlichen Kommunikation gelingt, sich präzise in die Welt des anderen einzufühlen und diese Welt mit den Augen seines Gegenübers zu betrachten (Empathie), ist ein wichtiger Beitrag zu deren Verbesserung geleistet.

---

[602] Ebd., 51.

[603] Ebd., 59.

Das „Appell-Ohr“[604]

Der „appell-ohrige-Empfänger“ versucht ständig, es allen recht zu machen und auch den unausgesprochenen Erwartungen der Mitmenschen zu entsprechen. Diese Personen unterliegen der Gefahr, bei der Wahrnehmung des leisesten Appells automatisch mit der Erfüllung des Wunsches zu reagieren, ohne darauf zu achten, was sie selbst wollen und fühlen. Deshalb besteht das Anliegen darin, diese Menschen von solchen Schnellreaktionen zu befreien und ihnen statt außengeleiteten Reaktionen innengeleitete, ihrer Persönlichkeit entsprechende Handlungsweisen zu ermöglichen.[605]

Die ankommende Nachricht: Ein „Machwerk“ des Empfängers

Im seinem psychologischen Modell der zwischenmenschlichen Kommunikation sieht Schulz von Thun die Aufgabe des Empfängers darin, die Nachricht des Senders zu dekodieren. Es geht also darum, die Bedeutung der Zeichen, die der Sender in der Nachricht übermittelt, zu entschlüsseln. Bei diesem Akt der Bedeutungsverleihung ist der Empfänger in starkem Maße auf sich selbst gestellt. Das Ergebnis ist abhängig von den Erwartungen, Befürchtungen und Vorerfahrungen, also der ganzen Person des Empfängers. Verdeckte Missverständnisse sind für Schulz von Thun natürliche Begleiterscheinungen jeder zwischenmenschlichen Kommunikation.[606]

Für den Fall, dass eine Nachricht anders ankommt, als sie gemeint war, gibt es für Schulz von Thun verschiedene Ursachen. Möglich sind Verständigungsfehler, die daraus resultieren, dass Sender und Empfänger unterschiedlichen Sprachmilieus angehören. Schichtspezifische Sprachgewohnheiten verschiedener Subkulturen

---

[604] Ebd., 58.

[605] Vgl. „Humanistische Psychologie“.

[606] Vgl. ebd., 61.

erschweren die Kommunikation aber nicht ausschließlich auf der Sachebene, sondern darüber hinaus auch auf der Beziehungsebene.[607]

Als weiteren Faktor nennt Schulz von Thun das Selbstbild des Empfängers. Hier werden alle Botschaften daraufhin analysiert, dass sie das Bild, das der Empfänger von sich selbst hat, bestätigen. Der Empfänger deutet die Nachricht auf der Grundlage des Bildes, das er vom Sender hat. Aufgrund seiner bisherigen Erfahrungen mit dem Gegenüber, versucht der Empfänger die Botschaft einzuordnen. Missverständnisse entstehen dann, wenn eine zu geringe Informationsbasis vorliegt und Merkmale wie Kleidung, Geschlecht, Alter oder Mimik fehlinterpretiert werden.

Schließlich können Kommunikationsstörungen auch durch korrelierte Botschaften entstehen. Diese werden häufig gekoppelt mit der Kernbotschaft übermittelt. Mit der Aufforderung „Würdest Du bitte Dein Zimmer aufräumen!“ kann somit auch der Versäumnis-Tadel „Du hättest es schon lange tun können!“ verbunden sein. Für den Sender entsteht, im Beispiel gesprochen, also die Schwierigkeit, nur den Appell, nicht aber den Vorwurf zu übermitteln. Diese Erkenntnisse der Kommunikationstheorie sind eine wesentliche Grundlage der im Folgenden vorzustellenden Kommunikationsprogramme (folgendes Kapitel). Darüber hinaus sind sie von großer Bedeutung für die Konzeption spezifischer Einheiten für betroffene Paare, wie sie später aufgezeigt werden (vgl. Kapitel 12).

10.2. Konfliktbewältigung: exemplarische Programme

Um in der zukünftigen militärseelsorgerlichen Begleitung von Paaren in Fern-Beziehungen über angemessene Methoden und Inhalte zu verfügen, sollen im Anschluss ausgewählte relevante Modelle exemplarisch aufgezeigt werden. Diese

---

[607] Ebd., 63.

direktiven Methoden dienen der konkreten Anleitung von Paaren in Bezug auf ihre Kommunikation. Sie werden als Grundlage exemplarisch aufgezeigt, um daraus weiter unten mögliche Module für Intensivveranstaltungen in der Militärseelsorge ableiten zu können.[608] Dies geschieht im Bewusstsein, dass auch andere Modelle von großer Relevanz existieren (vgl. z. B. „Mediation“). Für die Anwendung dieser Modelle auf die Militärseelsorge und für die später folgende Entwicklung exemplarischer Initiativen zur speziellen Begleitung von Paaren, die Fern-Beziehungen als Krise erleben, muss ein zentrales Defizit der Modelle berücksichtigt werden:

Die Trainings können zwar wichtige Techniken vermitteln und damit wertvolle Ergänzungen sein. Tragfähig sind sie jedoch nur in Verbindung mit den zuvor im II. Abschnitt entwickelten systematisch-theologischen Grundhaltungen – erst in diesem Zusammenhang können gemeinsam Krisen bewältigt werden. Das Leitbild für die Ehe als Fern-Beziehung sowie die Grundhaltung in akuten Krisen sind unersetzliche Voraussetzungen.[609] Zu nennen sind an dieser Stelle z. B. die bisher gezeigten Aspekte: Die eminent wichtige Versöhnungsbereitschaft in grundsätzlichem Wohlwollen und gegenseitiger Akzeptanz, Kooperations- und Konfliktlösebereitschaft sowie eine prinzipiell notwendige Kompromissbereitschaft. Ohne diese zentralen Grundhaltungen degeneriert jedes Kommunikations- und Konfliktlösetraining und jede Eheberatung zu einer rein sachlichen Technikvermittlung ohne nachhaltige Erfolgsaussicht. Genau diese unverzichtbaren Grundhaltungen ergeben sich aus dem ethischen Leitbild der christlichen Ehe.[610]

Prinzipiell kann für die Methoden der praktischen Begleitung eine Unterscheidung in drei Interventionsebenen für drei verschiedene Zielgruppen der Beziehung bzw. der Familie vorgenommen werden.

---

[608] Vgl. besonders Kapitel 13.3.

[609] Vgl. Kapitel 7.5. und 7.6.

Präventive-Entwicklungsoptimierung für die „unauffällige Familie“
Präventive-Remediation für die „Risikofamilie“
Remediative-Prävention für die „auffällige Familie“

Die konkrete Situation der Soldatenpaare, besonders in belastenden Situationen wie es Trennungszeiten z. B. bei Auslandseinsätzen sind, verlangt nach einer adäquaten Methode und Hilfe in der Begleitung bei Konflikten, Auseinandersetzungen und emotionalen Spannungen. Für die Ehevorbereitung sowie die Begleitung in Krisen liegen mit den Programmen „FSPT“ (Freiburger Stresspräventionstraining für Paare) und EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm) bzw. KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation) sowie „KOMKOM“ (Kommunikations-Kompetenz-Training in der Paarberatung) ausgezeichnete Instrumente vor, deren außerordentliche Wirksamkeit z. B. im Fall von EPL und KEK empirisch belegt wurde.[611] Ein weiteres Modell, das hier nicht explizit vertieft wird, ist das PPP (Positive Parenting Program). Dieses Modell berücksichtigt besonders die Elternperspektive. Bei allen erwähnten Methoden handelt es sich um Maßnahmen zur Prävention und Bewältigung von Beziehungsstörungen. Hierbei kann in vergleichsweise kurzer Zeit Paaren effektives Kommunikations- und Problemlöseverhalten vermittelt werden, um den wohlwollenden und versöhnlichen Umgang miteinander zu ermöglichen, wie dies in der Spannung vor, während und nach der Fern-Beziehung vonnöten ist.[612] Wesentliche Grundlage für diese Modelle ist jedoch ein Kultivieren der Versöhnungsbereitschaft der Ehepartner.

---

[610] Vgl. ebd. sowie H.-G. Gruber, Familie und christliche Ethik, 127 sowie ders., Christliche Ehe in moderner Gesellschaft, 341ff.

[611] Vgl. F. Thurmaier/J. Engl/K. Hahlweg, Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte nach fünf Jahren, in: Zeitschrift für Klinische Psychologie, 28 (1), 1999, 54-62; F. Thurmaier, Ehevorbereitung – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings, München 1997; K. Hahlweg u. a., Prevention of Marital Distress: Results of a German Prospective Longitudinal Study, in: Journal of Family Psychology, Vol. 12 (4), 1998, 543-556.

[612] Vgl. C. Black/J. Engl/F. Thurmaier, Kommunikationstraining als Ansatz zur Prävention und Bewältigung von Beziehungsstörungen. Die Programme EPL, KEK und KOMKOM, in: Beratung

Wie bereits angesprochen, wird in diesen Kursen noch zu wenig berücksichtigt, dass die zu vermittelnden Techniken unverzichtbare Grundhaltungen voraussetzen müssen, wie die zentrale Versöhnungsbereitschaft in emotionaler Verbundenheit, das gegenseitige Wohlwollen und die Kooperationsbereitschaft. Ohne diese zentralen Haltungen und den generellen Bindungswillen als dynamische Stabilitätsbedingung degeneriert jedes Kommunikations- und Konfliktlösetraining und jede Eheberatung zu einer rein sachlichen Technikvermittlung ohne nachhaltige Erfolgsaussicht. Genau diese unverzichtbaren Grundhaltungen ergeben sich aus dem zuvor entfalteten moraltheologischen Leitbild der christlichen Ehe, das zuvor entfaltet wurde.[613]

Für das Programm EPL stehen mehr als 1200 ausgebildete Kursleiter in Deutschland, Österreich, Südtirol, Schweiz, Liechtenstein und Luxemburg zur Verfügung. Herausragend für EPL ist die Tatsache, dass dabei erstmals im deutschsprachigen Raum ein Ehevorbereitungsprogramm auf kurz- und langfristige Effektivität empirisch überprüft wurde. Die zentralen Ergebnisse der Studie zeigten eine deutliche Verbesserung der Ehequalität bei gleich bleibender Stabilität der Beziehung. In der Entwicklung der Kommunikationsqualität konnten hochsignifikante Verbesserungen aufgezeigt werden. Dabei konnte nachgewiesen werden, dass Ausfall-, Trennungs- und Scheidungsraten mittel- und langfristig, besonders im bereits bestehenden Krisenfall, deutlich gegenüber Vergleichspaaren sanken.[614] Mit erfahrenen Münchner EPL-Ausbildern wurden bis Ende 1999 in folgenden Diözesen KEK-Kursleiterausbildungen durchgeführt: Aachen, Augsburg, Bamberg, Freiburg, Köln, Limburg, München und Freising, Münster, Osnabrück, Passau, Rottenburg-Stuttgart, Speyer, Trier, Würzburg sowie in der Evangelisch-Lutherischen Landes-

---

Aktuell. Zeitschrift für Theorie und Praxis der Beratung. Hrsg. v. Dr. Rudolf Sanders. 2, 1, Paderborn 2001, 5.

[613] Vgl. besonders 7.4.

[614] Vgl. C. Black/J. Engl/F. Thurmaier, Kommunikationstraining als Ansatz, 7-9.

kirche Bayerns, in Österreich und in der Schweiz. Bis 2001 wurden 172 KEK-Trainer ausgebildet.

10.2.1. FSPT: „Freiburger Stresspräventionstraining für Paare“

Das Programm „Kompetenzen für die Partnerschaft. Freiburger Stresspräventionstraining für Paare“ wurde federführend von Prof. Dr. Guy Bodenmann entwickelt.[615] Das Training wurde aufgrund der Erkenntnisse internationaler Stress- und Kommunikationsforschung bei Paaren entwickelt. „Ziel des Trainings ist die systematische Förderung derjenigen Kompetenzen, welche in der Forschung als zentrale Prädiktoren für einen günstigen Partnerschaftsverlauf und ein geringeres Scheidungsrisiko gefunden wurden.“[616] Grundlagen des Stresspräventionstrainings sind einerseits die theoretischen Grundlagen für die Trainer und Trainerinnen. Zum anderen wird eine detaillierte Anleitung für die Durchführung des Trainings gegeben. Die Schwerpunkte des Kurses, die den Paaren vermittelt werden, bestehen aus folgenden Modulen:[617]

Modul 1: Einführung ins Thema Stress
Verständnis von Stress und eigene Stressdiagnostik

Modul 2: Optimierung des individuellen Umgangs mit Stress
Verbesserung der Situationseinschätzung zur Stressreduktion
Verbesserung des Umgangs mit Stress, wenn er aufgetreten ist.

---

[615] G. Bodenmann, Kompetenzen für die Partnerschaft. Freiburger Stresspräventionstraining für Paare, Weinheim/München 2000. Seine Forschungsschwerpunkte sind Stress und Stressbewältigung bei Paaren, Scheidungsvorhersage, Prävention bei Paaren, Paartherapie sowie klinische Störungen bei Paaren.

[616] Ebd., 5.

[617] Ebd., 7ff und 141f.

Modul 3: Optimierung der Stressbewältigung als Paar

Vermeidung von unnötigem Stress

Aufbau stressreduzierender Aktivitäten

Verbesserung der eigenen Stressmitteilung

Stressbewältigung durch das Paar (gemeinsame Stressbewältigung)

Modul 4: Verbesserung der Kommunikation in der Partnerschaft

Vgl. Kommunikationstheorie nach Schulz von Thun (Kapitel 10.1.)

Modul 5: Gerechtigkeit und Fairness in der Partnerschaft

Grenzen und Fairness in der Partnerschaft

Modul 6: Effektive Problemlösung zur Stressreduktion im Alltag

Verbesserung der Problemlösung

Durchführung der Kurse: Die Trainer und ihre Ausbildung

Das Training wird in der Regel von zwei bis vier Trainern durchgeführt. Der erste Abend wird von zwei Trainern geleitet, während für den zweiten und dritten Kurstag je zwei Trainer notwendig sind (Betreuungsverhältnis 2:1). Pro Rollenspiel ist ein Trainer für zwei Paare zuständig. Da die Trainer jeweils bei den Einheiten rotieren, erlebt jedes Paar alle Trainer und umgekehrt. Die Trainer sind neben dem Theoriestudium durch ein viertägiges Ausbildungsseminar qualifiziert. Darüber hinaus ist die regelmäßige Supervision eine Voraussetzung für die Umsetzung des Trainings.[618]

G. Bodenmann benennt konkrete Gesprächsfertigkeiten für konstruktive Gespräche in Konflikten. Er unterscheidet in Sprecher- und Zuhörerregeln.[619] Deren Analogien zu den in EPL und KEK trainierten Gesprächsfertigkeiten zeigen sich deut-

---

[618] Vgl. ebd., 30.

[619] Vgl. dazu auch die Grundlagen nach Schulz von Thun (Kapitel 10.1.).

lich. Bezüglich deren Differenzierungen und Anwendungen im Kontext von Fern-Beziehungen sei auf die Folgenden Kapitel 11 und 12 verwiesen.[620]

10.2.2. EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm)[621]

EPL ist ein verhaltenstherapeutisch orientiertes und präventives Programm. Es zielt auf die Verbesserung von Kommunikations- und Problemlösefertigkeiten der Partner ab. Damit sollen die teilnehmenden Paare sich besser verständigen und ihre Konflikte, die im Verlauf einer Ehe unweigerlich auftreten werden, erfolgreicher lösen und die Beziehung damit befriedigender gestalten können. Je vier Paare werden dabei abwechselnd von zwei speziell ausgebildeten Kursleitern (meist ein Mann und eine Frau) betreut. Schwerpunkte der ersten drei EPL-Einheiten sind das Erlernen von Kommunikations-, Konflikt- und Problemlösefertigkeiten. Die folgenden drei Einheiten zur Anwendung des Gelernten zielen auf folgende Themenblöcke ab: „Erwartung an die Ehe“, „Sexualität“ und „Christliche Ehe“. In zahlreichen, nach Schwierigkeitsgrad abgestuften Paarübungen, werden die wichtigsten Gesprächsfertigkeiten erst spielerisch vermittelt, dann in Rollenspielen und echten Paargesprächen unter Begleitung der Trainer eingeübt.

Die Aufgabe der Trainer erstreckt sich auf das Intervenieren mit kontingenter Verstärkung beim gelungenen Einsatz von Gesprächsfertigkeiten, Coaching, Soufflieren, Anhalten des Gesprächsablaufs und detaillierter Rückmeldung am Ende jedes Gespräches des Paares. Die Paarübungen erfolgen mit dem eigenen Partner. Sie nehmen den größten Teil des Kurses ein. Dabei hat jedes Paar seinen eigenen Raum für die Gespräche, in dem es ungestört bleibt. Die Großgruppe dient

---

[620] Vgl. G. Bodenmann, Stress und Partnerschaft. Gemeinsam den Alltag bewältigen, Übungsblatt 9 a und 9 b, Bern-Göttingen-Toronto-Seattle ^{2}2001,18f.

[621] Vgl. ebd. sowie zur Einführung in Inhalte, Verlauf und Methodik des Programms siehe: J. Engl/F. Thurmaier, Wie redest du mit mir? Fehler und Möglichkeiten in der Paarkommunikation, Freiburg i. Br. ^{10}2006.

nur dem Austausch der Erfahrungen, die im Paargespräch gemacht wurden und der Vermittlung neuer Informationen über die nächste Übung.[622]

10.2.3. KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation)[623]

Für das Folgeprogramm in der Ehebegleitung, KEK, wurden die zentralen Wirkfaktoren des EPL übernommen. KEK konzentriert sich auf eingefahrene Interaktionsmuster bei länger verheirateten Paaren. Dabei richtet sich der Fokus auf Paare ohne Therapieindikation, die mindestens zwei Jahre verheiratet sind, bzw. auf nicht verheiratete Paare, die entsprechend lange eine Beziehung führen. KEK beruht auf sieben Kurseinheiten. Je vier Paare werden von zwei speziell geschulten Kursleitern betreut. Wie bei EPL werden in den ersten vier Einheiten grundlegend folgende Fertigkeiten vermittelt:

- Kommunikations-, Konflikt- und Problemlösefähigkeiten.

Daran schließen drei Einheiten an, die folgende Aspekte thematisieren:

- „Die eigene Gesprächskultur“,
- „Veränderung und Neuorientierung in der Partnerschaft“,
- „Stärken der Beziehung“.

Im Unterschied zu EPL arbeitet KEK mehr mit kognitiven Techniken. Wesentlich vermittelt werden Selbstreflexionsübungen (eigenes Streitverhalten, eigene Anteile an einem Problemthema), Wahrnehmungsübungen (Stresszeichen am Partner interpretieren lernen) sowie Coping-Strategien (Veränderung des inneren Dialoges und Erklärungen über psychologische Mechanismen in der Paarinteraktion).

---

[622] Vgl. C. Black/J. Engl/F. Thurmaier, Kommunikationstraining als Ansatz, 6f.

[623] Vgl. ebd., 9-12.

In Analogie zu EPL bei kürzer liierten Paaren wird auch die Wirksamkeit von KEK bei den Paaren in mehrjähriger Ehe bzw. Partnerschaft empirisch überprüft. Die derzeitig überprüfbaren Kurzzeiteffekte zeigen eine deutliche Verbesserung der Ehequalität und der Kommunikationsqualität. So kann von einer „guten bis hervorragenden" Wirksamkeit des KEK-Trainings ausgegangen werden. Besonders bei belasteten Partnerschaften kann die überdurchschnittliche Wirksamkeit des Projektes nachgewiesen werden.[624] Darüber hinaus wurden inhaltliche Weiterentwicklungen auf Basis der Programme EPL und KEK entwickelt, so etwa das „Kommunikations-Kompetenz-Training in der Paarberatung" (KOMKOM). Auch von diesem Projekt könnte mittelfristig die Begleitung der betroffenen Soldatenpaare profitieren.[625] Bereits jetzt können die Kurse bei den entsprechenden Diözesen von Soldatenpaaren belegt werden. Zukünftig sollte abgewogen werden, inwiefern die Module der Trainings bei der Vorbereitung und Begleitung der Soldatenfamilien Anwendung finden können. Die aufgezeigte Effizienz der Initiativen spricht dafür.

10.2.4. Zu vermittelnde Gesprächsregeln bzw. -fertigkeiten

Gesprächsfertigkeiten wie sie z. B. bei EPL/KEK und FSPT vermittelt werden – und denen besondere Bedeutung bei Intensivveranstaltungen zur Artikulation und Kommunikation der Gegebenheiten des Paares zugemessen werden kann – werden nun als Überblick dargestellt.

Gesprächsregeln: Sprecher in konstruktiven Konfliktgesprächen

- Ich-Gebrauch (von sich selbst sprechen, „Ich-Form").
- Konkrete Ereignisse schildern, die relevant sind.

---

[624] Vgl. ebd.

[625] Ebd., 13-17.

- Teilen Sie Ihrem Partner/Ihrer Partnerin Gedanken, Bedürfnisse und Gefühle (Befürchtungen, Hoffnungen, Erwartungen etc.) mit, die relevant sind.
- Arbeiten Sie mit ihm/ihr heraus, was genau schlimm und belastend vor, während und nach der Trennung werden könnte bzw. war.
- Teilen Sie Ihrem Partner/Ihrer Partnerin nach dem Gespräch mit, wie seine/ihre Unterstützung für Sie aussehen könnte bzw. wie sie war. Was hat bzw. würde Ihnen gefallen, was hat Ihnen gut getan bzw. würde Ihnen gut tun? Was wünschen Sie sich zusätzlich bzw. hätten Sie sich zusätzlich gewünscht?

Gesprächsregeln: Zuhörer in konstruktiven Konfliktgesprächen

- Aktives, verständnisvolles Zuhören (nicken, mmh etc.).
- Wiederholen Sie das, was die Partnerin/der Partner gesagt hat, in eigenen Worten und drücken Sie es so aus, dass Sie das Gesagte verstanden haben.
- Raum schaffen, damit die Partnerin/der Partner sich erklären kann (keine Unterbrechungen, ungeduldige Fragen).
- Wenn Ihnen etwas nicht klar ist, stellen Sie offene Fragen (wer, wie, wo, warum).
- Verständnis und Mitgefühl aufbringen und zeigen.
- Keine reine Kritik oder Abwertung der Dinge, die für die Partnerin/Partner die Belastung ausmacht.
- Geben Sie Unterstützung, sobald Sie verstanden haben, was Ihren Partner oder Ihre Partnerin beschäftigt.

Bei EPL-Kursen wird der konsequenten Umsetzung dieser Regeln und der Anleitung der Partner ein großes Gewicht zugemessen (Training). Die reine Lektüre ist dabei naturgemäß keine Garantie für eine Verbesserung der Situation. Die Regeln stimmen weitgehend mit den Gesprächsfertigkeiten überein, wie sie bei „FSPT“ vermittelt werden. Die Regeln werden aber weiter differenziert. Deshalb sollen Sie

für die verbesserte Orientierung explizit gegenübergestellt und hier ausführlicher aufgezeigt werden.[626]

Fertigkeiten der Sprecherrolle

Sich öffnen:

Jeder Partner soll sich öffnen und beschreiben, was in ihm vorgeht. Anklagen und Vorwürfe lassen sich vermeiden, wenn jeder seine Gefühle und Bedürfnisse direkt äußert. Dann kann auch ein weiterer häufiger Fehler, „das negative Gedankenlesen", vermieden werden. Hierunter versteht man Äußerungen, die die Reaktionen des Partners vorwegnehmen. Z. B.: „Auf andere Art kann man ja nicht mit Dir reden" oder „ich würde was unternehmen, aber Du machst ja doch nicht mit". Der Sprecher sichert sich damit schon im Voraus gegen eine mögliche Reaktion ab.

Ich-Gebrauch:

Jeder Partner soll von seinen eigenen Gedanken und Gefühlen sprechen. Kennzeichen dafür ist der Ich-Gebrauch. Alle Aussagen werden dadurch persönlicher. Äußerungen, die nur auf den anderen gerichtet sind (Du-Sätze), sind meist Vorwürfe oder Anklagen, die im Gegenzug Angriffe oder Rechtfertigungen bewirken.

Konkrete Situation ansprechen:

Jeder Partner soll konkrete Situationen oder Anlässe ansprechen, so dass Verallgemeinerungen (immer, nie) vermieden werden. Verallgemeinerungen rufen meist sofortigen Widerspruch hervor und lenken vom eigentlichen Inhalt – der konkreten Situation – völlig ab. Durch die Einhaltung dieser Regel werden die Aussagen für den Zuhörer anschaulicher.

Konkretes Verhalten ansprechen:

---

[626] J. Engl/F. Thurmaier, Wie redest du mit mir?, 89f. Die Autoren orientieren sich dabei auch an

Jeder Partner soll von konkretem Verhalten in bestimmten Situationen sprechen, so dass vermieden wird, dem anderen negative Eigenschaften zuzuschreiben. Die Unterstellung negativer Eigenschaften ruft Widerspruch hervor. Kennzeichen solcher Äußerungen sind z. B. „typisch", „unfähig" „langweilig", „nie aktiv". Wer konkretes Verhalten benennt, erreicht eine bessere Nachvollziehbarkeit seiner Aussagen, nicht nur für den Partner, sondern auch für sich selbst.

Beim Thema bleiben:

Jeder Partner soll vom Hier und Jetzt und der konkreten Situation sprechen, da bei Rückgriffen auf die Vergangenheit das Gespräch Gefahr läuft, völlig vom eigentlichen Thema abzuweichen.

Fertigkeiten der Zuhörerrolle

Aufnehmendes Zuhören:

Der Partner soll dem Sprecher non-verbal (nicht-sprachlich) deutlich zeigen, dass er ihm zuhört und Interesse an seinen Äußerungen hat. Dies kann z. B. durch unterstützende Gesten wie Nicken oder kurze Einwürfe wie „ja", „aha" geschehen. Wichtig ist neben dem Blickkontakt auch eine dem Partner zugewandte Körperhaltung. Ermutigungen, doch weiter zu sprechen (z. B.: „Ich würde gern mehr darüber hören") stärken den Partner für sein Erzählen.

Zusammenfassen:

Der Partner soll die wesentlichen Äußerungen des Sprechers möglichst in eigenen Worten rückmelden, um deutlich zu machen, dass er ihn verstanden hat. Fällt es ihm schwer, die Äußerungen in eigene Worte zu kleiden, sollte er auch vor wörtlichen Wiederholungen nicht zurückschrecken.

Offene Fragen:

Schindler/Hahlweg, Revensdorf 1980.

Wenn der Partner im Verlauf der Unterhaltung den Eindruck hat, dass der Sprecher seine Gefühle und Wünsche nur indirekt äußert, und er nicht ganz sicher ist, was der Sprecher empfindet, soll er gezielt danach fragen. Hier ist zu beachten, dass keine Urteile und keine vorschnellen Interpretationen vorgenommen werden sollen, z. B.: „Hast du dich unsicher gefühlt?“ und nicht: „Das liegt an Deiner Unsicherheit!“.

Im ersten Fall kann der Sprecher zustimmen oder ablehnen, also richtig stellen, im zweiten Fall muss er sich verteidigen.

Positive Rückmeldung:

Der Partner soll den Sprecher für offene und verständliche Äußerungen verstärken (loben), damit dieser sich ermutigt fühlt, z. B.: „Es freut mich, dass Du mir das klar und offen gesagt hast.“

Rückmeldung des eigenen Gefühls:

Es gibt Situationen, in denen es dem Zuhörer nicht möglich sein wird, mit Verständnis auf den Sprecher zu reagieren, z. B. weil dessen Äußerungen ihn sehr aufgebracht haben. In einem solchen Fall sollten indirekte Aussagen vermieden werden, z. B.: „Aber das stimmt doch gar nicht!“ Stattdessen meldet der Zuhörer besser seine eigenen Gefühle direkt zurück, z. B.: „Ich bin völlig verblüfft, dass Du das so siehst“. Genauso wichtig ist es, aufkommende positive Gefühle rückzumelden, z. B.: „Mich freut es, dass du das mit mir gemeinsam machen willst.“

Welche konkreten Methoden und Module zukünftig für die Begleitung in Fern-Beziehungen von Soldaten und ihren Partnern bzw. Familien Verwendung finden können, muss in mittlerer Zukunft abgewogen werden. Schon jetzt jedoch zeigt sich in Intensivveranstaltungen, dass diese ersten umgesetzten Initiativen („Enrichment“ bzw. „Empowerment“) der Unterstützung der Paare und Familien zur Vorbereitung und Bewältigung der Trennung von den Betroffenen dringend gewünscht, gerne angenommen und als effizient empfunden werden. Voraussetzung

ist, dass die Techniken unter den Rahmenbedingungen des zuvor entwickelten Leitbildes sowie aufbauend auf der Grundhaltung der Versöhnungsbereitschaft der Paare, vermittelt werden.[627]

11. Orientierungs-Leitfaden für Paare in Fern-Beziehung

Der Orientierungsleitfaden baut auf den bisher gewonnenen Erkenntnissen auf und wendet sich unmittelbar an betroffene Paare, die Fern-Beziehungen als Krise erleben. Daher sind der gewählte Ausdruck und die Formulierungen in einem zugänglicheren und leicht verständlichen Sprachstil verfasst.[628]

11.1. Vorbemerkung und Ausgangssituation

Im Wechsel von Nähe und Distanz stellen sich zentrale Fragen für die Partner in einer Fern-Beziehung:
Wie kann die Liebe über die Entfernung lebendig gehalten werden? Wie kann ein erfüllender Austausch der Gedanken und Gefühle stattfinden? Wie können sich die Partner über die Distanz hinweg die notwendige Geborgenheit geben? Wie kann das Paar gemeinsame, erfüllende Sexualität erleben und gestalten? Kann sich das Paar treu sein?
Wie kann der Kontakt der Partner gestaltet werden, so dass beide genügend teilnehmen können am Leben des anderen – und sie sich dabei doch nicht überfordern? Wie kann ein Gleichgewicht gehalten werden, so dass keiner zu wenig Aufmerksamkeit bekommt?

---

[627] Vgl. Kapitel 7.5. und 7.6.

[628] Der im Anschluss ausgeführte Leitfaden für Paare in Fern-Beziehungen ist als gekürzte Fassung angelehnt an den vom Autor der vorliegenden Reflexionen bei Herder publizierten Ratgeber „Gelingende Fern-Beziehung. Entfernt zusammen wachsen."

Wie werde ich die Zeit alleine bestehen? Welche Freiräume muss und kann ich alleine besser nutzen? Welche Schwierigkeiten muss und kann ich alleine bestehen? Wer übernimmt meine Rolle in deinem Leben – oder werde ich gar überflüssig?
Wie wird das Wiedersehen der Partner sein, und ist dann einer nur noch Gast? Wie verändern sich die Partner in der entfernten Zeit – und wie gewöhnen sie sich stets neu an diese Veränderungen im Aussehen, Charakter, Persönlichkeit und Verhalten?

In diesem weiten Feld einer Partnerschaft auf Distanz, mit sehr unterschiedlichen Herausforderungen, aber auch mit Chancen für die Partner, möchte dieser Leitfaden eine Orientierung und Denkanstoß sein. Er möchte neugierig machen auf die außergewöhnlichen Gestaltungsmöglichkeiten und die mögliche Vielfalt einer Fern-Beziehung – ohne die Nachteile, Gefährdungen und Belastungen zu vernachlässigen. Die Ausführungen sollen den Partnern die wesentlichen Aspekte aufzeigen, damit die Entwicklungen in der Fern-Beziehung verständlich werden und sie letztlich gelingt. Die Partner sollen bestärkt werden, die Herausforderungen der Partnerschaft auf Distanz anzunehmen. Daher werden für die Partner Orientierungen entfaltet, wie das Wagnis einer Fern-Beziehung gelingen kann. Natürlich muss letztlich jedes Paar selbst die Beziehung leben und die Belastungen der Partnerschaftsform bewältigen. Es gibt jedoch eine Reihe von Gestaltungsmöglichkeiten, die das Gelingen und die Chance, gemeinsam zu wachsen, nachhaltig unterstützen und erleichtern. Diese Gesichtspunkte werden im Folgenden aufgezeigt.

11.2. Fern-Beziehung zwischen Chancen und Belastungen

Der Kern der Fern-Beziehung sind die zwei (oft extrem) unterschiedlichen Lebens-Welten der Partner im entfernten Alltag, die bei jedem Wiedersehen immer wieder zu einer möglichst gemeinsamen Welt zusammengefügt werden sollen – mit allen

Veränderungen und Entwicklungen, die die entfernte Zeit für beide Partner mit sich gebracht hat.

Die Partner leben während der Trennungszeit in eigenen Alltags-Welten. Die entfernte Zeit birgt einerseits eine Gefahr und Herausforderung für die Partnerschaft. Andererseits bieten die Zeiten ohne den Partner die große Chance, sich in anderen Lebensbereichen zu entfalten und Vorhaben zu realisieren, die in der nahen Partnerschaft oft nicht möglich wären. Dadurch kann auch das eigene Selbst-Bewusst-Sein entdeckt und gestärkt werden. In der gemeinsamen Zeit müssen die unterschiedlichen Lebens-Welten, die Erlebnisse, Erwartungen, Glücks- oder Unglückszustände des Paares zusammengeführt werden, ja sie müssen und sollen zusammen erlebt und gelebt werden. Dies ist ein Kernpunkt der Partnerschaft auf Distanz. Unabhängig von allen Rahmenbedingungen: Ob die Lebensform an sich gewollt ist oder nicht, ob die Lebensform nur vorübergehend ist oder dauerhaft, ob die Lebensform zufrieden stellt oder nicht: Eine Schlüsselstelle, ob und wie eine Fern-Beziehung gelingt, liegt darin, wie es das Paar schafft, mit den wechselnden Phasen des Getrenntseins, mit dem Alleinsein, mit den Phasen des Zusammenkommens und des schließlich jedes Mal neuen Zusammenseins zurecht zu kommen. Das gilt unabhängig davon, ob die Trennung Tage, Wochen oder Monate dauert. Diese Herausforderung stellt sich sowohl für jeden Einzelnen als auch zugleich für das Paar gemeinsam. Im Grunde können Gefährdung und Chance auch darin gesehen werden, ob der bzw. die Einzelne den Zustand für die jeweilige Zeit des Getrenntseins positiv zu akzeptieren und umzusetzen in der Lage ist.

Wie im I. Abschnitt der „Beschreibung“ aufgezeigt, verändern sich die Belastungen und spezifischen Herausforderungen für das Paar, je nachdem, welche Fern-Beziehungsform vorliegt.[629] Die Kern-Aufgabe bleibt jedoch sehr ähnlich. Das

---

[629] Vgl. Kapitel 3.4.-3.7.

Wochenend-Beziehungs-Paar sieht sich meist nur ein bis drei Tage in der Woche – und doch bleibt die Schwierigkeit, die beiden Lebenswelten neu zu vereinen und nach einiger Zeit Entfernung wieder intensiv nahe Zeiten zu leben. Die Phasen, in denen sich das Paar nicht sieht, sind ebenso wie die gemeinsamen Phasen relativ kurz. Jeden Freitag aber stellt sich das Kernproblem. Um die Aufgabe zu lösen, die Welten der zwei zu vereinen, bleiben meist nur wenige Tage bzw. Stunden, ehe die nächste Trennung kommt, und beide wieder in ihre anderen Welten eintauchen. Die gemeinsame Welt muss aufgelöst werden in die zwei von Beruf und anderem Alltag dominierten Welten. Beide sollen und müssen mit den getrennten Lebenswelten klar kommen. Nach einer Trennung, die Wochen oder gar Monate dauerte, stellt sich diese Grundaufgabe ebenfalls. Die gemeinsame Lebenswelt wird für die örtlich getrennte Phase aufgegeben. Jeder lebt in einer anderen Welt. Die zwei Welten gilt es zu vereinen bzw. so miteinander zu verknüpfen, dass wieder die Vertrautheit oder aber eine neue, meist veränderte Basis für die nun beginnende gemeinsame Zeit entstehen kann.

Mit dem Begriff „entstehen“ ist eine weitere Bedeutsamkeit angesprochen: Nur selten „funktioniert“ das Zusammenkommen, die gemeinsame Welt selbstverständlich oder gar automatisch. Rituale und Abläufe, der Umgang mit der Situation können sich vielleicht „einspielen“, im Grunde aber gibt es keinen feststehenden „Mechanismus“ für die gemeinsame Zeit. Zur Gewohnheit kann diese Beziehungsform kaum werden, auch wenn viele Abläufe sich nach und nach routinierter gestalten. Ein Automatismus oder gar eine Abhärtung im Umgang miteinander wäre bei aller notwendigen Vertrautheit, lähmend. Vielmehr muss das Paar jedes Wiedersehen aufs Neue, die gemeinsame Welt nebeneinander und ineinander entstehen lassen.

Jedes Wiedersehen wird stets zur Chance, aber zugleich zur Gefährdung der Beziehung. In jedem Fall ist es eine besondere Herausforderung, die Partnerschaft neu entstehen zu lassen, neue Entwicklungen und Veränderungen am Partner zu entdecken und sich stets neu darum bemühen zu lernen, die zwei ei-

genständigen Welten sowie Erlebnisse und Persönlichkeiten gemeinsam wachsen zu lassen.

11.2.1. Widerspruch Fern-Beziehung: Vermeidung von Alltag und Sehnsucht nach Alltag

Fern-Beziehungspaare leben in der Spannung einer Sehnsucht nach gemeinsamen Alltag einerseits und andererseits dem Wissen, dass die Veränderungen der Fern-Beziehung auch belebend wirken.[630] Ein Konfliktthema für viele Paare ist eine mögliche lähmende Gewohnheit. Die Gewohnheit – oder vielmehr die daraus folgende Sehnsucht nach Veränderung und Abwechslung – ist eine der großen Gefahren für jede Beziehung: wenn die Rituale eingefahren sind und der gemeinsame Umgang zum Trott wird oder schon geworden ist. Einerseits ist die Fern-Beziehung, wenn sie von beiden Partnern gewollt ist, eine ideale Alternative zur Gewohnheit des Eingefahrenen. Andererseits sind bald auch in den verschiedenen Phasen der Beziehung auf Distanz alle Abläufe und Rituale eingefahren und vertraut. So entsteht auch im getrennten Alltag und im mehr oder weniger häufigen Miteinander bald die Gewohnheit, die nach Neuem Ausschau halten lässt – und die Beziehung gefährdet. Die Vertrautheit (im Sinn von „wissen, dass man der Partnerin bzw. dem Partner vertrauen kann“) ist aber eine der wesentlichen Voraussetzungen dafür, dass die Partnerschaft stabil wird und bleibt. Dennoch bleiben der Widerspruch und der Gegensatz, dass schon kurze Zeit, nachdem endlich mühevoll eine Vertrautheit errungen ist, genau dieser so ersehnte Zustand in Gewohnheit, Lähmung und Langeweile umschlagen kann.

Es ist unwahrscheinlich, dass sich Partner nach Jahren noch so „anhimmeln“ wie in den ersten Monaten. Dennoch: Das Durchhaltevermögen und die Bereitschaft an und in der Beziehung zu wachsen, sie zu verändern, mit dem Partner zu ringen

---

[630] Zu den folgenden Orientierungen vgl. Interview S. Fröhlich, „Für Sie“ 06/2004, 101ff.

und manchmal Langeweile in trockenen Zeiten auszuhalten, den Umgang miteinander und die Abläufe zu verändern, um die Partnerschaft neu zu beleben, gehören zu den entscheidenden Grundlagen für eine dauerhafte, wachsende und erfüllende Beziehung. Nur langfristig aber kann sich die Fülle der beiden Persönlichkeiten in der Partnerschaft entfalten. Die Kunst der stabilen Partnerschaft, der stabilen Fern-Beziehung ist es, die Monotonie des Alltags bestehen zu lernen – und dabei doch auch immer wieder neu anzufangen. Eigene Gedanken, eigene Gefühle und den eigenen Alltag gilt es immer neu dem Partner mitzuteilen. Gleichzeitig aber kommt es darauf an, diese Bereiche des Partners auch immer aufs Neue zu erkunden, zu erahnen und entfalten zu helfen. Eine weitere Voraussetzung – neben all den genannten Grundlagen für jede erfüllende Beziehung – ist darüber hinaus, dass jeder Partner für sich selbst zufrieden wird, auch auf sich selbst achtet, ohne das gemeinsame „Wir“ aus den Augen zu verlieren. Nur wer mit sich selbst im Reinen ist, sich auch selbst zu „pflegen“ versteht, kann eine intakte Beziehung pflegen, ein „Wir“, leben.

11.2.2. Orientierungsregeln für die erfüllende Fern-Beziehung

Eine wesentliche Strategie für Paare in Fern-Beziehungen ist es immer wieder, gemeinsam zu reflektieren, was belasten wird, was beide befürchten, worin die Chancen liegen, und was jeder für sich und vom Partner für den Lebensabschnitt erhofft und erwartet.

Einerseits ist es für das Paar wichtig, sich gemeinsam auf das Bevorstehende vorzubereiten. Andererseits aber benötigt jeder Partner für sich selbst eine Strategie und muss für die eigene Person bedenken, welche Konsequenzen die entfernte Zeit bringen wird – und wie sie am besten bestanden werden können. Nur auf diesem Weg kann auch das Gemeinsame gelingen. Fern-Beziehungen erfordern Rücksicht und Toleranz. Darüber hinaus aber auch vor allem Offenheit für Veränderung, Bereitschaft, die gemeinsame Kommunikation zu entwickeln und die Motivation, gemeinsam Probleme zu lösen. Fern-Beziehungen erfordern konkrete

Kompetenzen. Speziell für Paare, die sich regelmäßig „trennen und wieder sehen“ bzw. hauptsächlich erfassbare Trennungszeiten haben (vgl. Kapitel 3.7. „verifizierbare“ Fern-Beziehung, z. B. in Pendelbeziehungen oder Wochenendbeziehungen), können Orientierungen für diese Partnerschaftsform auf Distanz benannt werden.[631] Für längere Trennungen wie Auslandseinsätze von Soldaten sind sie eine Orientierung, jedoch nicht generell umsetzbar, da z. B. die genaue Rückkehr sowie die Kommunikationshäufigkeit schwer vorherzusehen sind.

Die folgenden Empfehlungen lassen sich für Paare in einer Fern-Beziehung ableiten:[632]

- Definieren Sie sich als Paar und erhalten Sie das „Wir-Gefühl“ auch im entfernten Alltag.
- Vereinbaren Sie regelmäßige Treffen und lassen Sie diese nicht ausfallen.
- Verabschieden Sie sich nicht voneinander, ohne zu wissen, wann Sie sich wieder sehen werden.
- Sie vermeiden Enttäuschungen, wenn Sie das gemeinsame Wochenende nicht mit überhöhten Erwartungen überfrachten.
- Belasten Sie die gemeinsame Zeit nicht mit zu vielen Verpflichtungen wie Einkaufen, Putzen oder Besuchen bei Verwandten.
- Kommunizieren Sie auch während der Woche regelmäßig miteinander und lassen Sie den Partner an Ihrem Alltag teilhaben.
- Schaffen Sie Rituale. Diese verstärken das Gefühl der Gemeinsamkeit.
- Sprechen Sie Konflikte an, und lösen Sie diese schnell, auch wenn es die Harmonie der raren gemeinsamen Zeit stört.
- Lernen Sie, Auseinandersetzungen auch am Telefon zu lösen, so dass Sie das gemeinsame Wochenende ohne Ärger beginnen können.

---

[631] G. Bodenmann, Pakt mit der Sehnsucht, 150.

[632] Vgl. ebd.

- Lassen Sie die letzten gemeinsamen Stunden nicht von Traurigkeit beherrschen, falls Ihnen der Abschied schwer fällt. Vermeiden Sie schmerzhafte und lange Abschiedsszenen.

Analoge Regeln für die Partnerschaft auf Distanz, speziell für den Kontext einer Wochenendbeziehung, können darüber hinaus benannt werden. Dafür gilt gleichermaßen, dass sie für die Situation einer längeren Trennung wie z. B. einem monatelangen Auslandseinsatz nur sehr eingeschränkt zutreffen und realisierbar sind. Dennoch bieten sie eine Hilfestellung und Orientierung, vor allem bei Pendelbeziehungen von Soldaten – und im interpretierten Sinne auch für die längeren Trennungen, weswegen sie hier unverändert aufgezeigt seien: [633]

Reduzieren Sie den Stress:

Die Fern-Beziehung ist für beide schwierig. Daher sollten Sie also nicht nur auf die eigenen Belastungen sehen, sondern sich gegenseitig unterstützen, Stress abzubauen, denn dies wirkt sich direkt auf die Beziehungszufriedenheit aus. Um zusätzlichen Druck zu verhindern, sollten gemeinsame Wochenenden nicht mit Pflichtterminen überfrachtet werden.

Halten Sie Termine ein:

Verabredete Treffen sollten möglichst verbindlich sein. Fallen sie öfter ohne triftigen Grund aus, wird die Beziehung oft nebensächlich.

Bleiben Sie im Gespräch:

Fragen Sie beim Partner nach und erzählen Sie viel über sich selbst, sonst wird man sich fremd.

Zeigen Sie Zuneigung:

Unabhängig wie groß die Liebe ist – vergessen Sie nicht, das dem Partner immer neu mit ansprechenden Gesten und Worten zu zeigen. In der Ferne fühlen

---

[633] Vgl. A. Berger, Liebe aus dem Koffer, 219f.

sich die Partner schnell einsam und vernachlässigt. Gemeinsame Rituale stärken das Zusammengehörigkeitsgefühl und geben einander Sicherheit.

Bremsen Sie die Erwartungen:

Stellen Sie nicht zu hohe Erwartungen und sprechen Sie diese konkret ab. Der Erwartungsdruck für die gemeinsame Zeit wird sonst zu hoch.

Streiten Sie konstruktiv:

Bei Konflikten ist nicht entscheidend, wer Schuld oder wer Recht hat. Bleibt jeder stur, gibt es schließlich nur Verlierer. Suchen Sie lieber gemeinsame Kompromisse und streben Sie einvernehmliche Lösungen an. Das stellt beide zufrieden und stärkt das Paargefühl.

Lösen Sie Probleme:

Auch wenn gemeinsame Stunden knapp sind, sollten Konflikte nicht verdrängt werden. Was nicht geklärt wird, arbeitet weiter und wächst zum echten Problem heran.[634]

Erkennen Sie Positives:

Auch wenn bei Ihnen im Augenblick Wut und Zweifel über die Beziehung dominieren: Erkennen Sie das Positive der Partnerschaft an.

Werden Sie aktiv:

Vermeiden Sie es, dauerhaft untätig alleine zu Hause zu bleiben und auf das Wiedersehen zu warten. Unternehmen Sie etwas gegen die Lethargie. Auch der Beziehung nützt es, wenn beide ein erfülltes Leben „neben“ der Partnerschaft haben, gerade wenn der andere nicht da ist. Pflegen Sie Freundschaften und Interessen und seien Sie für Neues offen.[635]

---

[634] Vgl. Kapitel 4.3.

[635] Vgl. Kapitel 7.4.2.

Stehen Sie zueinander:

Belastung, Sehnsucht, Traurigkeit, Stress, Streit und allen Fernbeziehungs-Problemen zum Trotz: Verlieren Sie nicht den Glauben an die Beziehung.

11.2.3. Die Pflege der Partnerschaft in der Fern-Beziehung

Bei allen Vor- und Nachteilen des zeitweilig getrennten Lebens gilt es, einige Spielregeln zu beachten, die die Partnerschaft lebendig halten. Es gilt an ihr zu arbeiten, sie zu pflegen und sie immer neu zu beleben. Immer wieder neu zu beginnen, den Partner, sich selbst und somit auch das „uns" als Paar zu entdecken, sind zeitlose Grundlagen für jede erfüllende Fern-Beziehung.[636]

- Sich bewusst immer wieder Zeit füreinander und miteinander zu nehmen ist eine wesentliche Voraussetzung dafür, dass auch die getrennten Zeiten und das jeweilige neue Zusammenkommen gelingen können.
- In jeder Hinsicht gilt es, in die gemeinsame Beziehung zu investieren (zeitlich, sozial, sinnlich, körperlich, wirtschaftlich), damit ein gemeinsamer „Schatz" erwachsen kann, der auch in schwierigen Zeiten das gemeinsam Erlebte und Bestandene für das Paar deutlich werden lässt.
- Gemeinsame, vertraute Rituale gilt es zu pflegen und zu erhalten. Sie stärken das Gefühl, ein gemeinsames Team zu sein. So kann das Wir-Gefühl das Paar bestärken. Wiederkehrend feste Rituale können sehr schlicht sein, wie z. B. eine halbe Stunde gemeinsames Kaffeetrinken oder regelmäßiges Spazierengehen am Morgen des gemeinsamen Wochenendes, wobei regelmäßig als Rückblick und Ausblick die entfernten Zeiten besprochen („aus-getauscht") werden. Rituale können aber auch die wesentlichen Abläufe des Lebens sein (z. B. Jahrestage wie Geburtstage oder Hochzeitstag). Feste Abläufe für Wich-

---

[636] Als Raster für die folgenden Orientierungen vgl. G. Bodenmann, Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen, Bern/Göttingen/Toronto/Seattle 2002, 128-158.

tiges und Kleinigkeiten stärken die Zusammengehörigkeit und geben so Halt für Zeiten, in denen Probleme auftreten.

- Es gilt also immer wieder neu zu entdecken, was sich die Partnerin/der Partner von der Beziehung erwartet und erhofft, was sie/er befürchtet bzw. welche Ängste sie/er hat. Wichtigste Grundlage dafür ist das „normale“ Gespräch. Jedes andere Mittel des gemeinsamen Austausches ist jedoch auch bestens geeignet, besonders wenn es Abwechslung in die gewohnten Abläufe bringt. Daraus entsteht die Chance, den Aus-Tausch zu bereichern. Besondere Chancen bieten z. B. das Briefeschreiben, das gemeinsame Bearbeiten oder Entwickeln von Fragebögen, Schreibgespräche etc. Bei vielen Paaren hat es sich bewährt, sich zu festen Zeiten (z. B. sonntagabends oder einmal im Monat zu einem festen Zeitpunkt) darüber auszutauschen „was ansteht“: was für die bevorstehende Zeit befürchtet wird, worauf man sich freut – und vor allem was sich die Partner voneinander erhoffen. Diese Aspekte auszusprechen, ist ein wesentliches Fundament für die erfüllende (Fern-)Beziehung. Denn oft ist das Paar der Meinung, diese wichtigen Überlegungen ohnehin mitgeteilt und ausgetauscht zu haben. Genau dies ist aber meist nicht wirklich der Fall, so dass das ausdrückliche „Aus-Sprechen“ Missverständnisse und Oberflächlichkeit verhindert.
- Erinnern Sie sich an gelungene, schöne und wohltuende gemeinsame Zeiten und gemeisterte schwierige Zeiten. Dabei geht es nicht darum, dem „Alten“ nachzuhängen. Vielmehr soll das Gemeinsame betont werden, um daraus die Kraft für Weiteres zu ermöglichen. Nichts stärkt eine Beziehung so sehr wie gemeinsam bewältigte „schwierige Zeiten“.
- Es ist wichtig, ab und an in der Partnerschaft zu überraschen. Abwechslung in den Ablauf der Partnerschaft zu bringen ist immer wieder eine Wohltat – auch in Fern-Beziehungen. Denn auch im Rhythmus von Trennung und Gemeinsamem gibt es Gewohnheiten, die belebt werden sollten. Den langweilenden Gewohnheiten und Abläufen in der Beziehung kann entgegengewirkt werden, indem das Paar immer wieder für Überraschungen und Veränderungen sorgt (körperlich, geistig, sozial etc.). Das kann heißen, dem Partner bzw. der Part-

nerin neue Vorschläge für Tagesabläufe, Reisen, Planungen, Hobbys oder auch Essensrituale zu machen. Diese Veränderungen können sich auch auf das eigene Aussehen und das des Partners erstrecken. Aber auch die anderen wesentlichen Säulen der Beziehung können einbezogen werden: Vor allem Kommunikation und Sexualität können in Ablauf und Form (Art und Weise) verändert werden. Der Phantasie ist zur Belebung der tragenden Säulen kaum eine Grenze gesetzt. Wie wäre es z. B. mit einem regelmäßigen Spaziergang in den gemeinsamen Zeit-Inseln am Morgen oder am Abend, bei dem die Erlebnisse, Gedanken und Gefühle des Tages oder für die Woche mitgeteilt werden? Gleiches gilt für die gegenseitige Geborgenheit und die Liebe, die auf unterschiedliche Weise mitgeteilt und ausgetauscht werden können. Diese kleinen Veränderungen sind nicht das Wesentliche der Beziehung, aber sie lassen das wirklich Wesentliche leichter und wieder öfter erkennbar werden und tragen so bedeutend zur gelingenden Partnerschaft bei.

- Wesentlich für die Fern-Beziehung ist es, den Partner/die Partnerin nicht zu schonen bzw. zu verschonen vor Belastendem und Alltäglichem. Eine große Gefahr liegt darin, vermeintliche Alltäglichkeiten und Negatives aus der knappen gemeinsamen Zeit heraushalten zu wollen. Diese Gedanken und Erlebnisse zu teilen, ist die Grundlage für das gemeinsame Wachsen-Können und Wir-Werden. Dies sind die Elemente, die den ganz normalen Alltag beleben – und neue schwierige Zeiten leichter bewältigen lassen.
- Wichtig ist, sich immer wieder neu in die Rolle des Partners zu versetzen, um erahnen zu können, was in ihm/ihr vorgeht und wie der Partner die gegenwärtige Situation erlebt.
- Wesentliche Grundlage für das Gelingen jeder Beziehung, besonders aber auch der Fern-Beziehung, ist das Lot im wichtigen Lebens-Dreieck zwischen der Liebe zum Partner (und deren Pflege), der Selbstpflege und der immer neue Austausch von Lebenszielen (gemeinsamer Sinn des Lebens). Damit ist die Ausgeglichenheit zwischen mir, meinem Partner und den Fragen nach Sinn und Halt im Leben gemeint.

- Die Liebe zum Nächsten und eben besonders zum Partner ist zentral für eine gelingende Partnerschaft. Besonders die Fern-Beziehung bietet eine Chance, tragende Bereiche der Partnerschaft immer wieder neu zu bedenken und auszurichten. So wird die Belastung des Getrenntseins zum möglichen Freiraum, immer neu zu erkennen, was im eigenen Leben wichtig, tragend und wesentlich ist oder sein müsste. In der Fern-Beziehung kann klar werden, was wirklich zählt für das gemeinsame Leben.
- Eine weitere wichtige Dimension, für die gesunde Basis der Beziehung, ist die Selbstliebe bzw. Selbstpflege. Wer immer nur gibt, ohne auch selbst zu empfangen, ist bald leer und kann sehr bald selbst nicht mehr geben. Es gilt auch hier ein gesundes Maß zu erarbeiten, d. h. bei sich selbst darauf zu achten, immer wieder ins Lot zu kommen. Es ist wichtig, eine Ausgewogenheit für Seele, Leib und den Geist zu erreichen – und immer wieder neu anzustreben. Die Selbstliebe kann erlernt und gepflegt werden. Nur wer sich selbst liebt und pflegt, kann auch den anderen lieben und die Partnerschaft pflegen. Es gilt daher nicht nur den Partner zu verwöhnen, sondern auch sich selbst (seelisch, geistig, kulturell, kreativ, körperlich, sozial etc.). Ausführlich wird dazu im folgenden Kapitel eine Übersicht angeboten (Kapitel 11.2.4.).
- Beide Partner müssen sich in die Partnerschaft einbringen. So kann ein Gleichgewicht entstehen, das auch Phasen überwinden hilft, wenn sich ein Partner weniger in die Beziehung einbringen kann.
- Professionelle Unterstützung oder Beratung anzunehmen, lange bevor die Beziehung zu scheitern droht, ist keine Schande, sondern klug. Es gibt Zeiten und Probleme, in denen ein Berater neue Wege und Möglichkeiten aufzeigen kann, die das Paar alleine nicht finden oder sehen würde.

11.2.4. Orientierungen für den „einzelnen Partner“

Nur wer mit sich selbst im Lot ist, kann auch in der Partnerschaft auf Dauer im Gleichgewicht sein. Nur wer auf sich selbst achtet, sich immer wieder bewusst selbst pflegt, kann auch in die Partnerschaft und den Partner investieren und ge-

meinsam wachsen. Nur wer sich auch selbst im gesunden Maß etwas gönnt, sich selbst im guten Sinn verwöhnt, wird auch geben können. G. Bodenmann nennt wesentliche Bereiche für Aktivitäten, in denen man sich selbst verwöhnt und die der Selbstpflege zugute kommen.[637]

Wichtig ist, dass die Aktivitäten wirklich gut tun. Sie sollten daher:

- ohne Leistungsdruck durchgeführt werden (also ohne Konkurrenz)
- ohne Zeitdruck durchgeführt werden
- Spaß machen und nicht gemacht werden, weil andere es so machen
- geplant, regelmäßig und zu festen Zeiten durchgeführt werden
- niemals in Freizeitstress ausarten

Wesentliche Bereiche, in denen die Partner bewusst Aktivitäten wie „ausruhen" und „auftanken" planen können, sind beispielsweise:[638]

Kultur und Bildung:

Konzerte, Museen, Ausstellungen, Reisen, Lesen, Hörspiele, Fortbildungen etc.

Kreativität:

Schreiben, Dichten, Musik machen, Malen, Modellieren etc.

Meditation und Religiosität:

Gebet, Meditation, Liturgie, Kirchenbesuche, Gemeindeaktivitäten, spirituelle Aktivitäten etc.

Körperliches:

Sport und Bewegung (Spaziergänge, Schwimmen, Gymnastik, Wellness, Yoga) etc.

Passives Genießen:

---

[637] G. Bodenmann: Stress und Partnerschaft, 76f.

[638] Vgl. ders., Bodenmann, Beziehungskrisen, 155f.

Kino, bewusstes Fernsehen (ausgewählte Filme etc.), Radio bzw. Musik hören, Entspannungen aller Art, Massagen, Entspannungsbäder, Sauna, Mittagsschlaf etc.

Soziales:

Freunde treffen und eigene Freundschaften pflegen, Diskussionen, gesellige Anlässe, soziales Engagement (Ehrenamt) etc.

Kulinarisches:

gutes Essen, gute Getränke, Restaurantbesuche etc.

Eigenes Aussehen:

Kosmetik, Solarium, Friseur, Kleidereinkäufe etc.

In den genannten Bereichen kann ich meinen Körper, meinen Geist und meine Seele pflegen – sowohl in den getrennten Zeiten als auch zusammen mit dem Partner. Besonders in der Fern-Beziehung ist es wichtig, dass die Dimensionen des „Ich-Selbst", des „Wir" und des „haltenden Rahmens der Beziehung" sowie die Frage nach dem (gemeinsamen) Lebens-Sinn in einem ausgewogenen Verhältnis stehen – oder zumindest immer wieder ins Gleichgewicht kommen. Daher ist die Selbstpflege, das „Schauen auf sich selbst", wesentlich für die gemeinsame Partnerschaft – und kein falscher Egoismus.[639]

11.3. Kinder von Eltern in Fern-Beziehungen

Dieses Thema sei hier nur knapp umrissen, da es Grundlage für eine eigene, weitere Untersuchung sein wird.[640] An dieser Stelle seien daher nur wenige zent-

---

[639] Vgl. ebd.

[640] Die Problematik der Kinder von Eltern in Fern-Beziehungen wird in einem gesonderten Projekt am ZFG zwischen 2005 und 2006 ausführlich untersucht und analysiert. Dabei werden in Spannung zur Beziehungsqualität betroffene Kinder nach Alter unterschieden: Säuglinge,

rale Orientierungen formuliert.[641] Eine langfristige Fern-Beziehung der Eltern unterbricht gewohnte Abläufe und Rituale in der Familie. Für Kinder aber sind gewohnte Abläufe, Rituale und Strukturen von besonderer Bedeutung. Von den Veränderungen der Fern-Beziehung werden darüber hinaus zwei soziale Systeme wechselseitig beeinflusst, die für das Kind wichtig sind: die Partnerbeziehung der Eltern und das Eltern-Kind-Verhältnis.[642] Kinder reagieren entsprechend ihrem Alter und Entwicklungsstand, der Beziehungsqualität der Eltern sowie der Art der Eltern-Kind-Bindung individuell auf den „Stressor" Fern-Beziehung. Knapp seien einige allgemeinen Orientierungen angedeutet:

Kinder je nach Alter einbeziehen, Sicherheit vermitteln und den Partner nicht durch ein Kind „ersetzen"

Mit einer Fern-Beziehung der Eltern verlieren Kinder vorübergehend das Eltern-Paar.[643] So kommt es darauf an, dass trotz der Entfernung den Kindern klar ist, dass weiterhin beide Eltern auf je eigene Weise erreichbar und „zuständig" sind. Es sollte kein Partner auch nur vorübergehend „ersetzt" werden. Der daheim gebliebene Partner ist auch in der entfernten Zeit keinesfalls „allein erziehend". Dieser Eindruck sollte vermieden werden. Naturgemäß aber werden viele Alltagsentscheidungen vom „anwesenden" Elternteil übernommen. Das Paar als solches ist vorübergehend „nicht mehr präsent". Vater und Mutter gehen jedoch nicht verloren. Den Kindern sollte dieser Unterschied vermittelt werden.

Die Abwesenheit ist neben den Belastungen, Distanzierungen und Veränderungen vor allem aber bei älteren Kindern eine Chance des Neuanfangs der Eltern mit den Kindern.

Kleinkinder, Vorschulalter, Schulkinder, Pubertierende und ältere Kinder.

[641] Vgl. dazu auch die systematischen Grundlagen, Kapitel 7.2.

[642] J. Mödl, Berufsbedingte Trennung – Eine Herausforderung für Eltern und Kinder, in: Militärseelsorge Pastoral, 43. Jahrgang 2005, 44-47, hier 45.

[643] Die Belastung ist stark altersabhängig. Sie ist darüber proportional zur Dauer und Belastung der

Vor den Kindern respektvoll über den Partner sprechen und Kinder nicht gegen den Partner ausspielen

Kinder wollen ihre Eltern achten und auf sie stolz sein. Kinder, egal welchen Alters, sollten aus jedem Fern-Beziehungszwist herausgehalten werden. Vor ihnen sollte möglichst respektvoll über den Partner gesprochen werden, auch wenn das gerade in den getrennten Zeiten bisweilen schwer fällt. In Trennungssituationen neigt man dazu, am anderen Partner alles schwarz zu sehen – oder ihn umgekehrt zu glorifizieren. Auch Kinder reagieren vergleichbar – während der Abwesenheit bzw. besonders bei der Rückkehr des Elternteiles. Entweder wird er als störend empfunden oder idealisiert und hochgejubelt.

Kinder aus dem Trennungsärger heraushalten

Hüten Sie sich davor, Kinder an die Stelle des Partners zu stellen. Auch ältere Kinder sollten nicht den Eindruck vermittelt bekommen, dass sie einen Elternteil ersetzen könnten oder sollten.[644] Damit entstünde eine zwangsläufige Überforderung des Kindes. Nach der Rückkehr des Partners würde das Kind dann „zurückgestuft" wodurch eine Konkurrenzsituation zwischen Heimkehrer und Kind hervorgerufen würde.

Von den Kindern kann nicht erwartet werden, dass sie sich wie kleine Erwachsene verhalten, um die Trennungsspannungen möglichst zu minimieren. Damit würde Kindern vermittelt, sie trügen wesentlich Verantwortung für die Qualität der Fern-Beziehung der Eltern bzw. dafür, dass diese überhaupt eine Fern-Beziehung führen.

Erwarten Sie von kleineren Kindern keinen Trost und explizite Unterstützung. In Generationen wird zunächst von oben nach unten weitergegeben. Es ist nicht vorrangige Aufgabe der Kinder, die Eltern zu trösten und damit elterliche Auf-

---

Fern-Beziehung der Eltern, vgl. „Verifizierbarkeit", Kapitel 3.7.

[644] Daher sollte z. B. kein Kind auf Dauer im Bett des entfernten Partners übernachten.

gaben zu übernehmen. Je älter Kinder sind, desto intensiver können und sollen sie jedoch in die Trauerarbeit bzw. in Vorbereitung des Abschieds, aber auch des Wiedersehens, miteinbezogen werden.

Der hier aufgezeigte Orientierungsleitfaden ist für die betroffenen Paare selbst konzipiert. Dabei wurden Initiativen und Grundlagen aufgezeigt, die die Situation der betroffenen Paare präventiv verbessern bzw. die Aufarbeitung erleichtern. Im nächsten Abschnitt münden die Umsetzungen der Arbeit in einen weiteren Orientierungsleitfaden. Dieser dient einerseits der Militärseelsorge an sich, indem ein systematisches Orientierungskonzept im Rahmen der gängigen Intensivveranstaltungen aufgezeigt wird. Gleichzeitig aber dient der Leitfaden implizit der Klärung der spezifischen Identität des Militärseelsorgers als Begleiter der betroffenen Paare. Wichtig zu betonen ist, dass die exemplarischen Initiativen auf Basis der zuvor systematisch und praktisch entwickelten Reflexionen umgesetzt werden.[645]

[645] Vgl. z. B. Leitbilder für die Ehe als Fern-Beziehung und die Grundhaltungen in akuten Krisen (Kapitel 7.5. und 7.6.) sowie der Grundlagen einer seelsorgerlichen Krisenbegleitung (Kapitel 8.5.).

12. Intensivveranstaltungen: Grundlage eines Präventiv-Konzepts

Fern-Beziehungen von Soldaten und deren Partnern haben, wie gezeigt, vielfältige Auswirkungen auf die Partnerschaft und das Verhältnis der Familienmitglieder zueinander. Zunehmende Auslandseinsätze und Versetzungen, die der Partner aus verschiedensten Gründen nicht mit vollzieht, aber auch längere Lehrgänge und Übungen verändern sowohl den gemeinsamen als auch den getrennten Alltag. Partner, die langfristig oder phasenweise mehr Zeit getrennt als gemeinsam verbringen, führen naturgemäß eine Beziehung, die eigene Chancen und Gestaltungsmöglichkeiten, aber auch besondere Gefahren und Belastungen mit sich bringt. Sowohl für den Soldaten im Einsatz als auch für den Partner zu Hause stellen sich verschiedene Fragen immer wieder: Können wir uns treu sein? Ist die Entfernung eine Gefahr für unsere Beziehung? Wie bewältigen wir den getrennten Alltag mit Höhen und Tiefen? Verändert uns das Wechselspiel von Nähe und Distanz? Wie wirkt sich unsere Fern-Beziehung auf das Umfeld (Eltern, Kinder, Angehörige etc.) aus – und welchen Einfluss nehmen diese wiederum auf unsere Beziehung, besonders in den getrennten Phasen?

Dies sind Fragen, die für eine gelingende Partnerschaft auf Distanz von herausragender Bedeutung sind. Denn unabhängig von der Länge und der Qualität der Trennungsphasen ist es eine Tatsache, dass die Partner am Alltag des jeweils anderen kaum teilnehmen können. Die Erwartungen an die gemeinsame Zeit sind daher oft überhöht und belasten zusätzlich.

Auch Pendler in Wochenendbeziehungen sind ähnlichen Problemen ausgesetzt: Oft fühlt sich der Pendler als Gast im eigenen Heim. Um die gemeinsamen Tage, meist das Wochenende, freihalten zu können, wird unter der Woche mehr gearbeitet, was langfristig zu einer Überlastung führen kann. Dadurch werden alle Freizeiterwartungen auf das Wochenende gelegt, was auch hier wieder zu Freizeit-

stress und einer Überforderung der Beziehung führen kann. Der Kontakt zum gemeinsamen Umfeld reduziert sich durch die unregelmäßige bzw. knapp bemessene Zeit, die das Paar zusammen verbringt. Gleichzeitig wird oftmals die gemeinsame Zeit gänzlich verplant, so dass kaum Raum für Muße, unverplant offene Zeit und wichtiges Nichtstun bleibt. Auch dies kann in der Beziehung auf Dauer zu Oberflächlichkeit und Entfremdung führen.

Kinder von Paaren in einer Fern-Beziehung konzentrieren sich oft auf einen Partner, so dass entweder eine Distanz zu dem pendelnden Elternteil eintritt oder er glorifiziert wird.[646]

Neben den genannten Schwierigkeiten treten eine Reihe weiterer Bedingungen auf, die in ihren Belastungen und Chancen für eine gelingende Partnerschaft auf Distanz von großer Bedeutung sind. Daher soll anschließend gezeigt werden, was an Unterstützung für die Paare geleistet werden kann, um das Gelingen der Partnerschaft auf Distanz zu erleichtern – unabhängig davon, ob diese nun über Monate hinweg oder auch nur phasenweise geführt wird.[647]

Im Anschluss werden besonders relevante Darstellungen, Übersichten und Regeln in einem „Konzentrat“ zusammengefasst. Dadurch können sie, im Kontext der vorliegenden Reflexionen, direkt für die (dadurch erleichterte) Orientierung und Umsetzung von z. B. Intensivveranstaltungen im Rahmen der Militärseelsorge herangezogen werden. Auf dieser Grundlage wird auf den folgenden Seiten ein Orientierungsleitfaden als Zusammenfassung für die Praxis und Auswertung der bisher erarbeiteten Reflexionen konzipiert.

---

[646] Wie bereits in Kapitel 11.3. ausgeführt.

[647] In den folgenden Überlegungen wird nicht darauf eingegangen, welche Beziehungsqualität grundsätzlich vorherrscht, ob das Paar Kinder hat oder ob Angehörige vor Ort sind. Auch wenn sich diese Aspekte signifikant auf die Qualität der Fern-Beziehung auswirken, so würden diese Einordnungen den Rahmen des Leitfadens sprengen. Ausführliche Reflexionen dazu können aus der vorliegenden Arbeit (v. a. Kapitel 4. und 7.) entnommen werden.

Die Belastungsverarbeitung einer Fern-Beziehung muss letztlich immer vom Paar selbst geleistet werden. Dennoch zeigen die bisherigen Veranstaltungen, dass eine große Entlastung erreicht werden kann, indem zu erwartende Möglichkeiten, Abläufe, Belastungen und Chancen rechtzeitig mitgeteilt und den Paaren angemessen vermittelt werden.

12.1. Ausgangslage für Intensivveranstaltungen

Intensivveranstaltungen im Rahmen der Militärseelsorge (Werkwochen, Wochenenden, Fortbildungstage etc.) dienen der Situations-Verbesserung und Unterstützung von betroffenen Paaren bei Fern-Beziehungen (bei Trennung z. B. durch Auslandseinsatz oder Versetzung, die der Partner nicht mit vollzieht, also auch bei Pendler-Beziehungen).

Im Anschluss werden mögliche Gestaltungsmöglichkeiten im Rahmen der Militärseelsorge durch Informationsveranstaltungen angedeutet, wie betroffene Paare vorbereitet und begleitet werden könnten. Freiwillig angebotene Informationsveranstaltungen, zweitägig konzipiert, dienen nachhaltig der Situations-Verbesserung und Unterstützung der betroffenen Paare. Darüber hinaus böte sich dadurch eine außergewöhnliche Chance zur emotionalen Entlastung und Bestärkung der Partner (Steigerung der Bewältigungskompetenzen).

Im Zusammenhang von längeren Trennungen wie z. B. Auslandseinsätzen können drei Arten von Intensivveranstaltungen unterschieden werden:

„Präventiv-vorbereitende Ausrichtung“: Vor der Trennung

Veranstaltungen vor der Trennung dienen der psychischen und physischen Entlastung des Paares. Darüber hinaus werden Informationen über zu erwartende Entwicklungen, Schwierigkeiten und Chancen vermittelt. Die Kommunikation des Paares über die Situation soll gefördert werden. Ein weiterer zentraler Aspekt ist der Erfahrungsaustausch Gleichbetroffener (Vernetzung).

„Informative und entlastende Ausrichtung“: Während der Trennung

Veranstaltungen während der Trennung dienen der psychischen und physischen Entlastung besonders der „Daheimgebliebenen“. Darüber hinaus sind Aspekte der Information und des Erfahrungsaustausches mit anderen Betroffenen von großer Bedeutung (emotionale Entlastung).

Die Veranstaltung „während der Trennung“ findet naturgemäß nur mit dem „daheim gebliebenen“ Partner statt – wobei jedoch „Erkenntnisse“, die aus der Veranstaltung resultieren, durchaus mit dem Partner im Einsatz kommuniziert werden sollten.

„Aufarbeitend-therapeutische Ausrichtung“: Nach der Rückkehr

Die Veranstaltung nach der Rückkehr sollte neben den Dimensionen der oben genannten Veranstaltungen kompetente Unterstützung zur Aufarbeitung der Trennungs- und v. a. Rückkehrprobleme der Paare anbieten.

Für die Referenten bei diesen Veranstaltungen bedeutet dies, dass sie über eine Ausbildung in Mediation, Konfliktbewältigung, in Krisenintervention oder als Kommunikationstrainer verfügen sollten. Als „sehr geeignete“ ergänzende Programme erweisen sich für die beabsichtigte Vorbereitung und Aufarbeitung die kommunikationstheoretischen Grundlagen, wie sie z. B. im Rahmen der „Mediation“, des „Partnerschaftlichen Lernprogrammes“ (EPL) bzw. „Konstruktive Ehe und Kommunikation“ (KEK), oder des „Freiburger Stress Präventions Trainings“ (FSPT) Anwendung finden.

Für die konkrete Ausgestaltung von Veranstaltungen vor der Trennung bedeutet dies:

Nach den bisherigen Veranstaltungen zu urteilen, muss eine vorbereitende Intensivveranstaltung der Information über zu erwartende Abläufe und der Kommunikations-Förderung untereinander dienen. In dieser Phase müssen die Paare Unterstützung bekommen, dass sie Befürchtungen, Ängste und Erwartungen besser artikulieren können. Auf diese Weise wird das gemeinsame Entwickeln

von Bewältigungsstrategien für die Trennung enorm erleichtert. Ein weiterer zentraler Aspekt für präventive Maßnahmen vor der Trennung ist das Kennenlernen und der Austausch mit anderen, vom gleichen Problem betroffenen Personen.

Veranstaltungen nach der Rückkehr:

In diesen Veranstaltungen sollen die Paare, neben der emotionalen Entlastung, ein Klima vorfinden, das es ihnen (unter Hilfestellung) erleichtert, die Zeit der eigentlichen Trennung und ihre Bedeutung bzw. Auswirkungen auf die Partnerschaft aufzuarbeiten. Ein intensives, qualifiziertes Anleiten zur Kommunikation („Coaching“) hat sich für diese Aufarbeitung der Trennungszeit nachhaltig bewährt.

12.2. Grundsatz-Überlegungen zur Thematik

Aufgrund der Erkenntnisse aus den vorgehenden Ausführungen können folgende Aspekte formuliert werden, die einem Idealfall für die Durchführung von entsprechenden Intensivveranstaltungen nahe kommen. Die Grundsatz-Überlegungen orientieren sich an einer längeren Trennung, z. B. bedingt durch den Auslandseinsatz eines Partners. Dabei ist klar, dass nicht in allen Regionen der Militärseelsorge diese Überlegungen zur Gänze realisierbar sind. Darüber hinaus stellen sie eine „Rohfassung“ dar, die dynamisch geplant ist, d. h. laufend angepasst, erweitert und aus den Anregungen der Seelsorger bzw. der Betroffenen weiter entwickelt werden soll.

Als schwierig kann sich für die Veranstaltungen erweisen, dass nur selten tatsächlich Betroffene unter sich sind. Die „gemischten“ Veranstaltungen, also auch mit Soldatenfamilien, die nicht unmittelbar betroffen sind, erfordern von den Referenten ein hohes Maß an Kompromissbereitschaft in den Einheiten. Dies geht letztlich auf Kosten der Intensität für die tatsächlich Betroffenen. Auch daher ergeben sich für die Durchführung diese „Postulate“.

Im **Idealfall** sollten für die Paare und Familien mindestens **zwei Veranstaltungen** angeboten werden (je eine Intensivveranstaltung vor der Trennung und nach der Rückkehr).

Folgende Aspekte sind für Intensivveranstaltungen zu berücksichtigen:

Es sollte sich um „flächendeckende", aber freiwillige Angebote handeln. Eine Schwierigkeit ist dabei die prinzipielle Erreichbarkeit der Paare. Auch die Offenheit, eine angebotene Hilfestellung anzunehmen, variiert regional sehr stark. Interessierte Familien sollten jedoch intensiv begleitet werden.

Aus der Erkenntnis, dass die durchgeführten Veranstaltungen eine deutliche Verbesserung der Paar- und Familiensituation bewirken, lässt sich weiter nachdrücklich fordern: Die präventiven, informativen und unterstützenden Maßnahmen für die Begleitung der betroffenen Paare und Familien müssen ein noch stärker ins Bewusstsein rückendes Aufgabenfeld der Bundeswehr selbst werden. Sinnvolle Initiativen (wie die systematische Vorbereitung und „Reintegration" nicht nur der Soldaten, sondern v. a. auch der Partner bzw. Familien) für betroffene Paare und Familien müssen intensiviert und effizient gestaltet werden.

Die angesprochenen Paare und Familien für die Initiativen sollten im Idealfall vor/nach den **ersten** Auslandseinsätzen stehen: Nach den Gesprächen vor Ort zeigt sich, dass in der Regel Familien, die erstmals vor einer Trennung durch einen Einsatz stehen, eine Hauptzielgruppe sein sollten. Diese Gruppe ist am dringendsten auf Orientierung und Vorbereitung angewiesen. Auch sind die so genannten „Bereicherungs-Maßnahmen" für die Partnerschaft („enrichment", „empowerment") nachweislich in den Phasen der jungen Ehe bzw. Beziehung am effektivsten (vgl. Kapitel 4.4.).

Die Teilnehmer einer Veranstaltung sollten in Bezug auf den Zeitraum des Einsatzes möglichst in der gleichen **Phase** stehen. Dadurch werden die Möglichkeiten der Referenten und der Austausch der Betroffenen untereinander optimiert.

Die Teilnehmer sollten möglichst von örtlich nahen Standorten bzw. **Einsatzorten** kommen. Dies erleichtert den Austausch der Betroffenen auch während der Trennung enorm.

In den beiden Veranstaltungen einer Gruppe sollten dieselben Referenten zum Einsatz kommen (Vertrautheit).
Die Initiativen müssen laufend den Erkenntnissen aus der Praxis angepasst werden. Es handelt sich nicht um abgeschlossene Konzepte. Entscheidend sind die Reaktionen der Betroffenen und die Anregungen der Seelsorger, da sie am unmittelbarsten mit der Problematik im Alltag konfrontiert sind.
Eine **Hauptaufgabe** besteht darin, subsidiär praktische Hilfestellung zur Bewältigung in den verschiedenen Phasen der Trennung zu geben (**„Hilfe zur Selbsthilfe“**).

Durch die Intensivveranstaltungen soll eine verbesserte Vorbereitung auf die Trennung und die „Wiedergewöhnung aneinander“ nach der Trennung für die betroffenen Paare und Familien erreicht werden.

Grundsätzlich muss der Austausch der Betroffenen untereinander erleichtert und gefördert werden. Wesentliche Schwierigkeiten zwischen den Paaren in den Phasen der Fern-Beziehungen resultieren aus Hemmschwellen und Mängeln in der Kommunikation des Paares. Dabei müssen die unterschiedlichen Voraussetzungen der Ehe unbedingt berücksichtigt werden: Dauer der Beziehung, „Beziehungszufriedenheit“, „Beziehungsstabilität“ etc.

Darüber hinaus bieten Intensivveranstaltungen die Möglichkeit, Akzente zu setzen für wesentliche Aspekte einer gelingenden Fern-Beziehung: z. B. die wichtige Vorbereitung der Kinder auf die Abwesenheit eines Elternteiles.

Zusammenfassung:
Präventive, informative und unterstützende Maßnahmen sollten den Paaren vermittelt werden. „Junge Paare“ bzw. Paare vor der ersten Fern-Beziehung sind die Hauptzielgruppe Die Teilnehmer sollten in einer ähnlichen „Phase“ (vor oder nach der Fern-

Beziehung) sein.
Die Teilnehmer sollten von nahen Standorten kommen.
Den betroffenen Paaren sollten im Umkreis von ca. 150 km freiwillige Veranstaltungen angeboten werden.
Die Veranstaltungen vor und nach der Trennung sollten von den selben Referenten geleitet werden (Vertrautheit).

Übersicht: Grundsatz-Überlegungen für Intensivveranstaltungen (Zusammenfassung)

12.3. Module für Intensivveranstaltungen

Die Chancen einer Intensivveranstaltung bezüglich der Krisenzeiten einer Fern-Beziehung sind: „Prävention und Linderung“ als Vorbereitung und Unterstützung der Verarbeitung der Phasen vor, während und nach der vorübergehenden örtlichen Trennung. Im Anschluss werden wesentliche Module für eine systematische Durchführung von Intensivveranstaltungen aufgezeigt. Ihre Inhalte sind subsidiär angelegt und helfen, die Bewältigungsmöglichkeiten von Konflikten und Problemen vor, während und nach der Trennung zu verbessern.

Von entscheidender Bedeutung für die Bewältigungsmöglichkeiten der Paare ist eine gelingende Kommunikation zwischen den Partnern. Diese kann durch spezielle beziehungsbereichernde („enrichment“ bzw. „empowerment“) Maßnahmen erleichtert bzw. gefördert werden. Dabei bauen diese auf der vorhandenen Basis der Beziehung auf.

12.3.1. Zentrale Umsetzungs-Module für Intensivveranstaltungen

Zur Bewältigung belastender Ereignisse von Paaren können relevante Inhalte für die Veranstaltungen formuliert werden, bei denen folgende Ziele für die Partner angestrebt werden:

1.Modul (explizit): Information und Orientierung
Folgende Informationen sollten den Paaren vermittelt werden: **Überblick über zu erwartende emotionale Belastungen und Chancen** durch die Trennung **Überblick über die Entwicklungen einer Beziehung bei belastenden Ereignissen** (emotionale Entwicklungs-Zyklen, Ehe-Zyklen)
2. Modul (explizit): Anleitung/Training
Zu folgenden Aspekte sollten den Paaren Anleitungen ermöglicht werden: **Vermittlung grundlegender Kommunikationsregeln** zur Gesprächsführung, Konfliktprävention und -bewältigung. **Weitergabe und Vermittlung relevanter Anregungen** und Hinweise aus den laufenden Befragungen Betroffener bzw. der Erkenntnisse aus der Durchführung von Veranstaltungen. **Hilfestellung zur Überwindung geschlechtsspezifischer Kommunikations-Schwierigkeiten und Problemwahrnehmungen** bei der Aufarbeitung der unterschiedlichen Positionen von Frau und Mann (bzw. der Partner im Einsatz und der Partner zu Hause). Dabei soll auch die Problematik von Kindern und Angehörigen bei der Trennung Berücksichtigung finden.
3. Modul (implizit): Erfahrungsaustausch und Vernetzung
Die Veranstaltungen ermöglichen den **intensiven und ungezwungenen Kontakt von Betroffenen**. Dadurch wird ein Klima des intensiven **Erfahrungsaustausches** unter den Betroffenen ermöglicht. Die Kontakte können langfristig, also auch in den Zeiten der Trennung, bestehen bleiben.

4. Modul (implizit): Emotionale Entlastung[648]
Generell wird durch das Gesamtkonstrukt der Veranstaltungen eine wichtige **emotionale Entlastung** erreicht. Dabei unterstützt der Erholungswert der Veranstaltung diesen Effekt: Durch die örtliche Veränderung während der Veranstaltung wird für die Betroffenen eine Distanz zu ihren alltäglichen Sorgen und Belastungen möglich und sie können besser emotional abschalten. Kinderbetreuung und die Versorgung des leiblichen Wohles entlasten die Paare zudem. Diese können sich daher ganz auf ihre generelle Situation konzentrieren. Es entsteht ein Klima des Verständnisses (Treffen Gleichbetroffener). Dazu sollten Möglichkeiten zur geistigen und geistlichen (religiösen) Orientierung bestehen.
5. Modul: (explizit und implizit): Prävention und Bewältigung
Generell können durch die Veranstaltungen die Prävention von Konflikten angestrebt und Krisensituation deutlich entschärft werden. Die Paare können eigenständig, aber auch unter spezieller Anleitung, Strategien entwickeln, wie sie die Problemzeiten vor, während und nach der Trennung besser bewältigen.

Übersicht: Zentrale Umsetzungs-Module für Intensivveranstaltungen

12.3.2. Zu vermittelnde Inhalte in Intensivveranstaltungen

Folgende exemplarische Themen bieten sich aufgrund der vorhergehenden Reflexionen speziell für Intensivveranstaltungen und generell als Informationsgrundlagen für die seelsorgerliche Begleitung der Paare an und sollten daher in den systematischen Intensivveranstaltungen vermittelt werden. In Anlehnung an die bisherigen Ausführungen der Studie, werden als Hilfe für die unmittelbare Umsetzung der Vorschläge bei einer Intensivveranstaltung an dieser Stelle zu den jeweiligen

[648] Für Modul 4 und 5 ist eine ausgewogene Aufteilung von thematischen Einheiten und Freizeiten bzw. Erholungszeiten für das Paar bzw. die Familie während der Veranstaltung vonnöten.

Aspekten eine knappe Übersicht und der entsprechende Kapitelverweis der dazugehörigen Ausführungen in der Studie angegeben.

Folgende exemplarische Schwerpunkte aus den bisherigen Reflexionen werden dabei für Intensivveranstaltungen empfohlen: Zentrale Erfüllungs- und Belastungsaspekte in der Beziehung (vgl. Kapitel 4.1.); zentrale Belastungen und Chancen bei Fern-Beziehungen (vgl. Kapitel 4.3. und 12.); Übersicht über emotionale Entwicklungsphasen (Kapitel 5. und 9.); die Verarbeitung der Trennung (Kapitel 10.2.); Orientierung für Krisen- und Konfliktprävention (Kapitel 8.5. und 12.); gelingende Kommunikation in der Fern-Beziehung – Kommunikationstheorie und Gesprächsregeln (Kapitel 10.); Entwicklungen im Ehezyklus („Schwellen- und Wendepunkte"), Ehezufriedenheit, Ehestabilität (Kapitel 4.4.); Reflexion des Paares über bereichernde Aspekte durch die Trennung und konkrete Bewältigungsstrategien (Kapitel 12.); „Orientierungen zur Lebenshilfe" speziell aus der Kraft des Glaubens (Kapitel 7. und 8.).

Zur Bewältigung belastender Ereignisse können in Anlehnung an die grundlegenden Ausführungen zur erfüllenden Partnerschaft folgende Inhalte für die Vermittlung bei Intensivveranstaltungen formuliert werden:[649]

Einführung der Paare in das Thema der Fern-Beziehung: Verständnis für absehbare Entwicklungen und eine eigene Situationsanalyse des Paares.[650]
Optimierung des individuellen Umgangs der Paare mit der belastenden Situation: Verbesserung der Situationseinschätzung zur Trennungs-Stressreduktion. Verbesserung des Umgangs mit Trennungs-Stress, wenn er auftritt.[651]

---

[649] Vgl. dazu die Ausführungen im Kapitel 10.2.1. sowie G. Bodenmann, Kompetenzen für die Partnerschaft, 7ff und 141f.

[650] Vgl. Kapitel 9.

[651] Vgl. ebd. sowie 7.4. und 7.6.

Optimierung der Bewältigung der Fern-Beziehung als Paar: Vermeidung von unnötigem Trennungs-Stress. Aufbau stressreduzierender Aktivitäten und Planungen vor, während und nach der Trennung. Verbesserung der eigenen Mitteilungsmöglichkeiten. Stressbewältigung durch das Paar (gemeinsame Stressbewältigung und Entwicklung von Strategien für die Trennungsphasen).[652]

Verbesserung der Kommunikation in der Partnerschaft der Fern-Beziehung: Vermittlung von Grundlagen und Techniken gelingender Kommunikation (vgl. Kommunikationstheorie nach F. Schulz von Thun bzw. FSPT/EPL/KEK etc.).[653]

Gerechtigkeit und Fairness in der Partnerschaft vor, während und nach der Fern-Beziehung: Grenzen und Fairness in der Partnerschaft. Selbst- und Fremdwahrnehmung in den angespannten Phasen. Mitteilung von: Hoffnungen, Erwartungen, Befürchtungen etc. (gegenüber sich selbst und dem Partner).[654]

Effektive Problemlösung zur Stressreduktion im Alltag vor, während und nach der Fern-Beziehung: Verbesserung der Problemlösungen.[655]

12.4. Exemplarische Umsetzung: Familienwochenende der Militärseelsorge

Die Vorschläge zur Umsetzung von Veranstaltungen können immer nur als Orientierungs-Beispiel gesehen werden. Es geht vor allem darum, den Betroffenen subsidiäre Hilfestellungen zu geben, damit sie ihre Ängste, Hoffnungen und Erwartungen vor und nach der Trennung artikulieren, um so auch Konflikte besser bewältigen zu können.

---

[652] Vgl. 9.2. und 11.

[653] Vgl. Kapitel 10.

[654] Vgl. ebd. und 11.

[655] Vgl. Kapitel 11.

12.4.1. Exemplarischer Einstieg in die Gruppenarbeit

Hierbei handelt es sich um eine Übung als Einstieg in die Gruppenarbeit mit dem Ziel, verzerrte Fremd- und Selbstwahrnehmung zu korrigieren. Dabei können z. B. gemeinsam erlebte Problemzeiten aufgearbeitet werden. Da diese Übung sehr intim sein kann (mit entsprechend emotionaler Belastung), kann sie nur bei relevanten Gruppen angewandt werden. Bei kleinen Gruppen könnte die Auswertung der Ergebnisse zwischen den Paaren selbst oder zu dritt mit dem Referenten erfolgen bzw. für den Einstieg in die Übung entsprechend abgewandelt werden.[656] Soll die Übung für eine Veranstaltung vor einer Trennung Verwendung finden, so müsste die Fragestellung naturgemäß entsprechend angepasst werden.

Schritt 1: Frauen und Männer[657] schreiben in getrennten Besprechungen auf
so hat mein Partner aus meiner Sicht die Trennung erlebt so habe ich selbst die Trennung erlebt so glaube ich, dass mein Partner mich während der Trennung erlebt hat
Schritt 2: Frauen und Männer gemeinsam; betroffene Paare „intern" oder Kleingruppen bzw. Plenum (je nach Gruppe)
Gegenseitiger Austausch und Präsentation: Selbstbild und Fremdbild Der je andere Partner soll Fragen stellen („Was meinst du mit …?", „Gib konkrete Beispiele" etc.).[658]
Schritt 3: Frauen und Männer wieder in getrennter Besprechung
Partner vergleichen das „Fremd-Bild", das der andere Partner hat, mit dem eige-

[656] Vgl. dazu z. B. F. Glasl, Selbsthilfe in Konflikten. Konzepte – Übungen – Praktische Methoden, Stuttgart/Bern [4]2004, 156ff.

[657] Bei dieser Übung wird davon ausgegangen, dass Männer die „Partner im Einsatz" und Frauen die „Daheimgebliebenen" sind.

[658] Zu den Gesprächs- und Zuhörerregeln vgl. Kapitel 10.2.4.

nen Bild („Selbstwahrnehmung“ und „Fremdwahrnehmung der Situation). Fragen: „Wie erklärt sich, dass ich mich bzw. die Trennung so erlebte?“ „Was habe ich selbst dazu beigetragen?“ „Was sind elementare Unterschiede zwischen unseren Wahrnehmungen?“ „Woraus resultieren diese Unterschiede?“
Schritt 4: Gemeinsames Treffen
Beide Partner teilen sich Überlegungen und Erkenntnisse aus den Fragestellungen mit und bitten um Einschätzungen und Anregungen des Partners. Daraus ableitbare Vereinbarungen können formuliert und getroffen werden. Ein Rückblick auf die Übung („Wie habe ich die Übung empfunden“?, „Was fiel schwer bzw. leicht?“) rundet die Einheit ab.

Übersicht: Möglicher Ablauf der Gruppenarbeit

Vorschlag für die Paare im Vorfeld der Trennung:

Rechtzeitig Hoffnungen und Erwartungen, Befürchtungen und Ängste formulieren, sie möglichst sogar aufschreiben („fixieren“), sie gemeinsam diskutieren – und sie sich gegenseitig „mit in die Trennungs-Zeiten geben“ (s. Beispiel unten). Sich zu überwinden, das vermeintlich Ungewöhnliche aufzuschreiben, lohnt sich außerordentlich. Von vielen Betroffenen wird dies leidenschaftlich bestätigt und empfohlen.

Mögliche Leitfragen des Seelsorgers für das Gespräch mit dem Paar:[659]

Was sind/waren Aspekte der Belastung für das Paar durch die Fern-Beziehung?
Was an der Situation kann das Paar positiv beeinflussen – und wie?
Was entwickelt sich, wenn sich das Paar nicht auf das Bevorstehende einlässt?
Was sind die Chancen für die Partnerschaft durch das Bevorstehende?

---

[659] Vgl. Kapitel 8.5.2. und 8.5.4.

Exemplarisches Arbeitsblatt (Vorbereitungs-Einheit) für die Paare
Ich (Name der Frau) erhoffe/erwarte mir … befürchte … habe Angst vor … sehe folgende Chancen … Vereinbare mit dir …
Ich (Name des Mannes) erhoffe/erwarte mir … befürchte … habe Angst vor … sehe folgende Chancen … Vereinbare mit dir …

Übersicht: Vorbereitung der Trennung bzw. der Rückkehr

Das seelsorgerliche Gespräch wird auf Basis der zuvor entwickelten „Grundlagen der seelsorgerlichen Krisenbegleitung“ geführt. Wichtig dabei sind v. a. die hilfreichen Haltungen der Echtheit, der Anteilnahme und der Empathie (vgl. Kapitel 8.5.2.). Darüber hinaus erleichtern die aufgezeigten Schritte der Krisenintervention als „Erste Hilfe“ in der Seelsorge das Gespräch (vgl. Kapitel 8.5.2. und 8.5.4.).

12.4.2. Exemplarischer Ablauf einer Intensivveranstaltung

Die Darstellung des Ablauf-Planes einer Intensivveranstaltung zum Thema Fern-Beziehung ist im Anschluss aufgezeigt. Diese Initiativen sollen im Rahmen der üblichen Intensivveranstaltungen als konkrete Veranstaltungen zur Thematik durchgeführt werden. Sie müssen jedoch entsprechend thematisch ausgerichtet sein.[660] Soll eine Intensivveranstaltung am „Freiburger Stresspräventionstraining für Paare“ orientiert sein, so ergibt sich ein entsprechendes Schema für den Ablauf. Zunächst könnten daraus jedoch nur einzelne Module Verwendung finden, da das FSPT ursprünglich sehr ausgedehnt angelegt ist.

1. Tag (z. B. Freitag)
Anreise – Abendessen
Erste Zusammenkunft im Plenum: **Vorstellung und Kennenlernen** Artikulation von Erwartungen der Teilnehmer und individueller Bezug zum Thema. Artikulation von Vorstellungen des Referenten bzw. des Seelsorgers. Erster „niederschwelliger (z. B. erlebnis-pädagogischer) Zugang zum Thema.

[660] Vgl. „Exemplarischer Einstieg“ (Kapitel 12.4.1).

Freier Abend mit geselligem Beisammensein (vgl. wichtiger „niederschwelliger" Erfahrungsaustausch, Vernetzung Gleichbetroffener)

2. Tag (z. B. Samstag)

Zweite Zusammenkunft im Plenum (ca. 9 Uhr):

Allgemeines Referat/Vortrag des Referenten zur Thematik *(ca. 45 Minuten):*
Übersicht über emotionale Entwicklungsphasen bei Fern-Beziehungen.
Übersicht über generelle Belastungen und Chancen bei Fern-Beziehungen.
Vermitteln von Tipps (vgl. Frage-Antwort-Katalog, Kapitel 12.4.) zur besseren Bewältigung der Fern-Beziehung.
Je nach Situation und Notwendigkeit kurze Pause (ca. 10 Minuten)
Aufteilung in geschlechterspezifische Gruppen (fakultativ)
Hinführung:
(Stilles) Bearbeiten der Befragung „Förderliche und hinderliche Aspekte" vor – während – nach der Trennung (*maximal 30 Minuten).*
Aussprache zu den Aspekten des Vortrags und der Befragung aus eigener Sicht (Männer/Frauen).
Moderator sammelt wesentliche Ansichten (*ca. 30-45 Minuten).*

Aussprache im Plenum (Männer und Frauen gemeinsam):
Kurze Vorstellung der Aspekte durch den Moderator.
Gemeinsame Diskussion und Vergleich der Unterschiede und Gemeinsamkeiten *(ca. 45 Minuten).*

Mittagessen und Pause
Bei einer Wochenend-Veranstaltung schließt der thematische Teil mit dem Mittagessen, sofern keine „Nachmittags-Einheit" vereinbart ist.
Fakultativ kann auf Wunsch der Gruppe am Nachmittag die Thematik in einer weiteren Einheit vertieft werden. Diese Einheit sollte in der Gruppe jedoch nicht länger als 60 Minuten dauern.
An den thematischen Teil knüpft, wie bereits praktiziert, ein Freizeit-Teil an. Der

Nachmittag steht so zur freien Verfügung oder bietet die Möglichkeit einer gemeinsamen Initiative (Ausflugsfahrt, Wanderung etc.). Dabei werden oft die Themen der Einheiten zwischen den Teilnehmern in den Gesprächen aufgegriffen.
Sonntag
Feier der Eucharistie und gemeinsames Mittagessen Der Sonntag findet seinen Abschluss in der gemeinsamen Feier von Eucharistie/Wortgottesdienst und dem gemeinsamen Mittagessen. Die Eucharistiefeier bietet die große Chance (v. a. im Wortgottesdienst), das Thema der gemeinsamen Tage einzubinden.
3. Tag bei längeren Veranstaltungen (z. B. Werkwoche)
Vermittlung/Anleitung zentraler Anwendungen zur Konflikt-Bewältigung und Vermittlung/Anleitung zentraler und elementarer Gesprächsregeln (Fertigkeiten der Sprecherrolle/Fertigkeiten der Zuhörerrolle) und deren Anwendung (vgl. z. B. Module von EPL und KEK bzw. dem „Freiburger Stresspräventionstraining für Paare“ oder auch Mediation). Eine erste Einheit *(ca. 45 Minuten)* dient der Vermittlung der Regeln. Daran schließt eine gemeinsame Aussprache zu den Regeln an *(ca. 15 Minuten).*
Mittagessen und Pause Eine längere Pause (z. B. Mittagspause) unterbricht den thematischen Teil *(mindestens eine Stunde).*
Daran kann sich eine zentrale Intensiv-Einheit anschließen, bei der die Umsetzung der entsprechenden Regeln (s. o.) angeleitet wird (Kommunikations-Training).

Übersicht: Exemplarischer Ablauf einer Intensivveranstaltung

12.5. Ausblick

Fern-Beziehungen stellen für die Partnerschaft außergewöhnliche Belastungen und Gefährdungen, aber auch herausragende Chancen für Freiräume, Entwicklungsmöglichkeiten und Stabilisierung der Beziehung dar. Die zentralen Kompetenzen, die zur gelingenden Gestaltung einer Fern-Beziehung gestärkt und ausgebildet werden müssen, sind zentrale Kompetenzen für eine erfüllende Partnerschaft. Daher gilt es bei aller Gefährdung auch das große Potenzial der Partnerschaft auf Distanz zu betonen. Damit Fern-Beziehungen erfüllend gelebt werden können, fördern und fordern sie implizit wichtige Elemente partnerschaftlicher und sozialer Kompetenzen: „Fernbeziehungen sind ein Trainingslager für das richtige Leben“[661] und damit auch für eine stabile, dauerhafte Partnerschaft generell. Da verschiedenste Formen von Fern-Beziehungen in der deutschen Bundeswehr durch die wachsenden Mobilitätsansprüche z. B. bei Auslandseinsätzen, aber auch Versetzungen zunehmen, muss es neben der Militärseelsorge auch im Interesse der Bundeswehr selbst liegen, systematische, effiziente und nachhaltige Hilfestellung für die Paare anzubieten. Die wesentlichen Kompetenzen der Partner, die eine erfüllende Beziehung ermöglichen, müssen gestärkt werden, indem bevorstehende und laufende Gefährdungen bzw. Belastungen offen angesprochen und mögliche Gestaltungs- und Bewältigungsmöglichkeiten aufgezeigt werden. Dadurch wird ermöglicht, dass die vorangehenden Erfahrungen der Kameraden – aber vor allem auch die Erfahrungen der anderen, ebenfalls betroffenen Partner und Angehörigen – weitergegeben werden können.

Bei allen Chancen und Gefahren: Fern-Beziehungen können niemals durch ein Patentrezept, selbstverständlich oder gar durch bloße Disziplin bestanden werden. In Zeiten, in denen in Deutschland nahezu jede zweite Ehe in Ballungszentren und immerhin annähernd jede dritte Ehe in ländlichen Bereichen geschieden wird,

---

[661] Jenny Hoch, Auf Immerwiedersehen, 2006.

kann gelingende Partnerschaft auf Distanz immer nur als Prozess, niemals als feststehende Garantie erreicht werden. Darüber hinaus jedoch können beispielsweise systematische Veranstaltungen, wie sie am Beispiel der Militärseelsorge als Intensivveranstaltungen (z. B. Wochenenden) vorgestellt wurden, eine hervorragende Entlastung, Vorbereitung und Hilfestellung für die Partner zur Bewältigung der schwierigen Zeiten des Getrenntseins sein.

Neben den Initiativen der Militärseelsorge ist es wesentlich, dass auch die Bundeswehr selbst konkrete und innovative Begleitmaßnahmen für die Paare und Familien entwickelt. Darauf hinzuwirken ist eine Herausforderung, die intensiv angegangen werden muss. Die Stabilität der Ehen wirkt sich nicht zuletzt auch unmittelbar auf die Qualität, Zufriedenheit und Motivation der beruflichen Tätigkeit aus. Die Soldaten wünschen und benötigen Unterstützungen für verbesserte Vereinbarkeit von Partnerschaft, Familie und Dienst, besonders angesichts der Herausforderungen der Transformation, der Versetzungsmobilität und der stark zunehmenden Auslandseinsätze. Die Bundeswehr „profitiert“ davon, wenn sie durch adäquate Begleitmaßnahmen die Nöte der Menschen in den Belastungen der Fern-Beziehungen wahrzunehmen zeigt. Zufriedenheit, Sinnverständnis für die Einsätze (Überzeugung), Motivation und Belastbarkeit im Dienst der Bundeswehr sind auf Dauer nur gegeben, wenn auch gleichzeitig Partnerschafts- und Familienleben erfüllend gelebt werden können.[662]

---

[662] Auf Basis der vorangehenden Untersuchungen sowie anhand der begleitenden Beobachtung und Befragung nach über 90 Veranstaltungen im Rahmen der Kooperation ZFG-KMBA mit bisher über 500 Paaren (vgl. Kapitel 2.) konnten zentrale Fragen und empirische Daten aus den Erhebungen als Orientierung für die Paare grundgelegt werden. Ein Frage-Antwort-Katalog wurde aus den Studien teilweise bereits publiziert: P. Wendl, Gelingende Fern-Beziehung, besonders 73-91. Eine spezifizierte Auflistung der Ergebnisse ist an dieser Stelle aufgrund der Schweigepflicht für die Veranstaltungen im Rahmen der deutschen Bundeswehr nicht möglich.

13. Schlusswort: Das Potenzial christlicher Ehe in mobiler Gesellschaft

Die vorliegende Arbeit widmete sich der Thematik der Fern-Beziehungen zwischen Krise und erfüllender Ehe in einem Dreischritt: Beschreibung – Verortung – Umsetzung. In der „Beschreibung“ wurde das grundlegende Thema der Partnerschaft auf Distanz soziographisch in den relevanten gesellschaftlichen Phänomenen und in Spannung zu den Bedingungen einer erfüllenden Partnerschaft aufgezeigt. Im zweiten Abschnitt, der „Verortung“, wurde die Thematik an sich in ihren praktisch- und systematisch-theologischen Dimensionen reflektiert und entfaltet. Schließlich wurden im dritten Abschnitt, der konkreten „Umsetzung“, die Reflexionen und Erkenntnisse auf die Situation der Militärseelsorge übertragen und relevante Kommunikationsgrundlagen und -trainings aufgezeigt, die einen Einsatz der gewonnen Erkenntnisse für präventive bzw. therapeutische Initiativen ermöglichte. Letztlich mündeten die Umsetzungen in zwei knappe Orientierungsleitfaden, einerseits für die betroffenen Partner selbst, andererseits für die Militärseelsorge.

Ein besonderes Engagement der katholischen Kirche gilt der Verbesserung der Rahmenbedingungen von Ehe und Familie. Ein immanenter Auftrag kirchlichen Handelns ist es dabei, Antworten auf die Herausforderungen der modernen Gesellschaft zu geben. Als ein wachsendes Problem erweisen sich familienfeindliche Mobilitätsforderungen, die gesellschaftlich stark zunehmen. Die Militärseelsorge ist mit der Problematik der ehe- und famlienbelastenden Konsequenzen der Mobilitätsthematik ausnehmend stark konfrontiert. Diese Studie verifizierte auf diesem Hintergrund folgende Thesen:

Die Kirche kann eigene Antworten geben, um die Rahmenbedingungen für ein erfüllendes Eheleben, aber auch eine spezifisch christliche Bewältigung von Ehekrisen aufgrund von Herausforderungen der Mobilität verbessern zu helfen.
Die Mobilitäts-Problematik verdichtet sich in besonderer Weise in der Militärseelsorge. Sie kann daher Vorbildcharakter entwickeln und zeigen, was Kirche als

Institution und Gemeinschaft der Glaubenden angesichts der Mobilitätsforderungen zur Stabilisierung der Ehen zu leisten vermag.
Die in dieser Studie entwickelnden Rahmenbedingungen, Leitbilder und Orientierungen exemplarischer Initiativen der Militärseelsorge für Soldaten und deren Partner in Fern-Beziehungen, im Spannungsfeld zwischen Ehekrise und erfüllender Partnerschaft, können somit beispielhaft sowohl für Antworten und Lösungsansätze der Kirche, als auch für die „zivile“ Gesellschaft in der Unterstützung betroffener Paare bei Auslandseinsätzen und Wochenendbeziehungen sein.

Ehetheologie im Zeitalter der Mobilität ist konfrontiert mit der Aufgabe, Partnerschaft und Ehe unter den Herausforderungen und Ansprüchen der modernen Gesellschaft neu zu bedenken. Demnach müssen pluralistische und individualisierende Bedingungen der Gesellschaft so reflektiert werden, dass Bedingungen einer spezifisch christlichen Prävention und Bewältigung in Grenz- und Krisenprozessen für die Lebenssituation der Paare entwickelt und aufgezeigt werden. Es gilt in der Begleitung der Menschen nicht nur eine „Schadensbegrenzung“, sondern eine „Heil-Fürsorge“[663] zu betreiben. Dazu könnten z. B. explizit in der Ehevorbereitung von Menschen, die mit den Konsequenzen der Berufsmobilität als Lebensform konfrontiert sind, ein realistisches Problembewusstsein und konkrete Strategien zur Bewältigung ehelicher Probleme vermittelt werden. Dazu muss sich eine kompetente Begleitung der Ehepaare gesellen, verbunden mit einem angemessenen Erfahrungsaustausch zwischen anderen Paaren.

Moraltheologie ringt in der Perspektive des Evangeliums um Grundlagen für das Sein, das Werden und das Handeln des Menschen – um Auswege aus Verstrickungssituationen zwischen moderner Gesellschaft und erfüllendem Beziehungsleben aufzuzeigen oder eine Wende in den Zuspitzungen von Beziehungskrisen zu ermöglichen. Moraltheologie kann in Krisen der Fern-Beziehung inspirieren und stimulieren zum Finden von individuellen und paarbezogenen Alternativen und

---

[663] M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 201.

Ausrichtungen des entfernten und gemeinsamen Lebens.[664] Aus moraltheologischer Perspektive besteht die Alternative für eine konstruktive Bewältigung von Ehekrisen in der Bereitschaft und im Vollzug von Versöhnung. Nur wer zu einem dauernden Neuwerden imstande ist, vermag lebendig zu bleiben. Nur wer, bei aller notwendigen Vertrautheit, bei Entwicklungen und Veränderungen in der Partnerschaft lernt, diese aktiv anzunehmen und zu gestalten, erhält die Beziehung lebendig und tragfähig. Christlicher Glaube kann als mehrdimensionaler und authentischer Lebensentwurf zwischen Kreativität und Akzeptanz von Grenzen dafür seine ureigene Bewältigungshilfe zu entfalten.[665] Die Theologie muss ermutigen zu einem gelingenden Gestalten menschlicher Liebe als geschenkte und empfangene Intimität in der Ehe, in der in Hingabe und Autonomie die Partner ihren Platz finden und in dauerhafter, lebenslanger Bindung und Treue die gemeinsamen Lebensentwürfe gemeinsam verändern und entfalten.

Der christliche Lebensentwurf gibt Richtlinien vor, innerhalb derer eine Beziehung in der mobilen Lebenswelt erfüllend gestaltet werden kann. Es geht dabei sowohl um die gestaltende Überwindung und Kultur der Belastungen des Lebens als auch um die kreative Akzeptanz der gegebenen Grenzen.[666] Moraltheologie kann die bestehende Begrenztheit des menschlichen Lebens nicht als Bedrohung gelingender Lebensbalance in gesellschaftlicher und privater Aktivität betrachten. Vielmehr muss sie diese im Ringen um befriedigende Lebensgestaltung zur Geltung bringen. Die theologische Deutung stellt daher bei ihrer Interpretation im Kontext gegenwärtiger Struktur der Gesellschaft eine Perspektive heraus, die sich nicht auf formale Sichtweisen des Ehe- und Beziehungslebens als Funktion der Gesellschaft reduzieren lässt. Die individuelle, aber auch die gemeinsame Lebensge-

---

[664] Vgl. K. Demmer, Gebet, das zur Tat wird. Praxis der Versöhnung. Freiburg 1989, 19 sowie ders., Gottes Anspruch denken. Die Gottesfrage in der Moraltheologie, Freiburg i. Br. 1993, 32f., 173.

[665] Vgl. Kapitel 7.4.3. und 7.4.3.

[666] Vgl. Kapitel 7.

schichte der Partner mit ihrem Glück, den sinnstiftenden Möglichkeiten der Begegnung, aber auch den Sachzwängen und Begrenzungen und Krisen konkretisiert die Gestalt der Ehe zu einem einzigartigen Entfaltungsreichtum. Grenzen und Krisen des gemeinsamen Lebens, wie sie auch bedingt durch Fern-Beziehungen auftreten, können dabei in einer Grundhaltung immer neuer Versöhnungsbereitschaft integriert und für das Paar bereichernd gestaltet werden. Dabei handelt es sich jedoch um keinen Vorgang, der zu einem Zeitpunkt endgültig erreicht wäre. „Liebe ist niemals ‚fertig' und vollendet; sie wandelt sich im Lauf des Lebens, reift und bleibt sich gerade dadurch treu."[667]

Die getrennten Zeiten der Partner in Fern-Beziehungen sind kein reiner Verlust, sondern besondere Potenziale, die Persönlichkeiten zu entwickeln und die Partnerschaft explizit zu bereichern, indem die unterschiedlichen Erlebniswelten der Partner die gemeinsame Erlebniswelt der Partnerschaft und der Familie erfüllen. Fern-Beziehungen bieten herausragende Chancen der Vereinbarkeit von Ehe und Familie für Menschen in Berufen, die Mobilität als Lebensform erfordern.

Das Paar muss sich auf diesem Weg nicht allein auf seine eigenen, menschlich begrenzten Kräfte verlassen. In schwierigen Phasen der gemeinsamen Lebensgeschichte und in Krisen, die die Partnerschaft existenziell gefährden, dürfen sie auf die Zusage vertrauen, dass sie gute und böse Zeiten nicht alleine zu bestehen haben und bekräftigt werden, sie zu bewältigen. Mit 2 Kor 4,7 ist dem Ehepaar auch in Fern-Beziehungen zugesagt: „Diesen Schatz tragen wir in zerbrechlichen Gefäßen; so wird deutlich, dass das Übermaß der Kraft von Gott und nicht von uns kommt." Auch wenn es keinen Automatismus der Gnade[668] gibt und es damit auch niemals eine Garantie gelingender (christlicher) Ehe geben kann: Die Liebe der Ehepartner kann auch in der beanspruchenden Lebensform der Partnerschaft

---

[667] Benedikt XVI., Deus caritas est, I 17.

[668] Vgl. M. Knapp, Glaube, Liebe, Ehe, 200.

auf Distanz durch die Liebe des Partners wachsen: „Liebe wächst durch Liebe. Sie ist ‚göttlich', weil sie von Gott kommt und uns mit Gott eint, uns in diesem Einigungsprozeß zu einem Wir macht, das unsere Trennungen überwindet und uns eins werden läßt, so daß am Ende ‚Gott alles in allem' ist (vgl. 1 Kor 15,28)".[669]

[669] Benedikt XVI., Deus caritas est, I 18.

14. Literaturverzeichnis

Aust, Michael: Immer wieder Abschied, in: Die Tageszeitung (taz) Nr. 7885, 28. Jahrgang, Dienstag, 31.01.06.

Balthasar, Hans, Urs von: Wer ist ein Christ?, Freiburg i. Br. ^{5}1993.

Baumann, Urs: Zum theologischen Umgang mit der Scheidungswirklichkeit, in: T. Schneider (Hg.), Geschieden – wiederverheiratet – abgewiesen? Antworten der Theologie (QD 157), Freiburg i. Br 1995.

Baumgartner, Isidor: Heilende Seelsorge in Lebenskrisen, Düsseldorf 1992.

Baumgartner, Isidor: Pastorale Diagnose und Zuständigkeit, in: Baumgartner, Konrad/Müller, Wunibald (Hgg.): Beraten und Begleiten. Handbuch für das seelsorgliche Gespräch, Freiburg/Basel/Wien 1990.

Baumgartner, Isidor: Pastoralpsychologie. Einführung in die Praxis heilender Seelsorge, Düsseldorf ^{2}1997.

Beck, Ulrich: Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne, Frankfurt a. M. ^{18}1986.

Beinert, Wolfgang: Lexikon der Katholischen Dogmatik, Freiburg i. Br. ^{3}1991.

Beinert, Wolfgang (Hg.): Liebe muß man teilen. Glaubensverkündigung in der Kirche, Regensburg 1993.

Benedikt XVI.: Deus caritas est. An die Bischöfe, an die Priester und Diakone, an die gottgeweihten Personen und an alle Christgläubigen über die christliche Liebe. Augsburg 2006.

Berger, Alexandra: Liebe aus dem Koffer. Lust und Frust in der Wochenendbeziehung, Stuttgart 2003.

Biser, Eugen: Ist der Mensch, was er sein kann? In: StZ 106, 1981.

Böckle, Franz: Pastoraltheologie der Ehe, in: ders./N. Greinacher/F. Betz (Hgg.), Ehe in der Diskussion, Freiburg i. Br. 1970, 9-46.

Bollnow, Otto Friedrich: Krise und neuer Anfang. Beiträge zur pädagogischen Anthropologie, Heidelberg 1966.

Bowlby, John: Das Glück und die Trauer. Herstellung und Lösung affektiver Bindungen. Stuttgart 1982. Im Original erschienen 1979/80: The making and breaking of affectional bonds.

Bowlby, John: Verlust, Trauer und Depression, Frankfurt a. M. 1987. Im Original erschienen 1980: Loss, sadness and depression, Vol. III: Attachment and loss.

Büchsel, Franz: Katallasso, in: ThWNT Bd. 1, 1953.

Bühler, Karl: Sprachtheorie, Jena 1934.

Butscher, Josef: Auf den Spuren des Unsichtbaren, Freiburg i. Br. 1987.

Black, Claudia/Engl, Joachim/Thurmaier, Franz: Kommunikationstraining als Ansatz zur Prävention und Bewältigung von Beziehungsstörungen. Die Programme EPL, KEK und KOMKOM, in: Beratung Aktuell. Zeitschrift für Theorie und Praxis der Beratung. Hrsg. v. Dr. Rudolf Sanders. 2, 1, Paderborn 2001.

Blanck, Rubin/ Blanck, Gertrude: Ehe und seelische Entwicklung, Stuttgart ^{2}1992.

Bodenmann, Guy: Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen, Bern u. a. 2002.

Bodenmann, Guy: Kompetenzen für die Partnerschaft. Freiburger Stressprävention-straining für Paare, Weinheim/München 2000.

Bodenmann, Guy: Stress und Partnerschaft. Gemeinsam den Alltag bewältigen, Bern u. a. ^{2}2001.

Bollnow, Otto F.: Krise und neuer Anfang. Beiträge zur pädagogischen Anthropologie, Heidelberg 1966.

Bundesministerium der Verteidigung, Führungsstab der Streitkräfte I 4 (Hg.): Vor dem Einsatz. Vorbereitung auf den Einsatzstress, Heft 1, Sankt Augustin 1999.

Bundesministerium der Verteidigung, Führungsstab der Streitkräfte I 4 (Hg.): Im Einsatz. Umgang mit dem Einsatzstress, Heft 2, Sankt Augustin 1999.

Bundesministerium der Verteidigung, Führungsstab der Streitkräfte I 4 (Hg.): Nach dem Einsatz. Vorbereitung auf den Rückkehrstress, Heft 3, Sankt Augustin 1999.

Das alte Wahre faß es an!: Ausgewählte Gedichte. Von Martin Luther bis Friedrich Nietzsche, Zürich 1992.

Demmer, Klaus: Der Dienst der Versöhnung als Berufung des Christen im Kontext autonomer Sittlichkeit, in: Hünermann, Peter, Schaeffler, Richard (Hgg.): Theorie der Sprachhandlungen und heutige Ekklesiologie, Freiburg i. Br. 1987, 150-174.

Demmer, Klaus: Die Lebensgeschichte als Versöhnungsgeschichte, in: FZPhTh 36, 1989, 375-393.

Demmer, Klaus: Gebet, das zur Tat wird. Praxis der Versöhnung. Freiburg i. Br. 1989.

Demmer, Klaus: Gottes Anspruch denken. Die Gottesfrage in der Moraltheologie, Freiburg i. Br. 1993.

Die dogmatische Konstitution über die Kirche „Lumen Gentium“ (LG), in: Rahner, Karl/Vorgrimler, Herbert: Kleines Konzilskompendium. Sämtliche Texte des Zweiten Vatikanums mit Einführungen und ausführlichem Sachregister, Freiburg/Basel/Wien ^{33}2002, 105-200.

Die pastorale Konstitution über die Kirche in der Welt von heute: „Gaudium et spes“ 1 (GS 1), in: Rahner, Karl/Vorgrimler, Herbert: Kleines Konzilskompendium. Sämtliche Texte des Zweiten Vatikanums mit Einführungen und ausführlichem Sachregister, Freiburg/Basel/Wien ^{33}2002, 423-552.

Director-Health Treatment Services (DHTS). Surgeon General Branch. National Defence Headquarters: Preparing for critical incident stress. Ottawa, Ontario K1A 0K2. 1994.

Director-Health Treatment Services (DHTS). Surgeon General Branch. National Defence Headquarters: Preparing for deployment stress. Ottawa, Ontario K1A 0K2. 1994.

Director-Health Treatment Services (DHTS). Surgeon General Branch. National Defence Headquarters: Preparing for reunion stress. Ottawa, Ontario K1A 0K2. 1994.

Duss-von Werdt, Josef: Die Ehe – eine Kette von Scheidungen, in: H. J. Schultz (Hg.), Trennung. Eine Grunderfahrung des menschlichen Lebens, Stuttgart 1984, 82-90.

Engl, Joachim: Determinanten der Ehequalität und Ehestabilität. Eine fünfjährige Längsschnittstudie an heiratswilligen und jungverheirateten Paaren, München 1997.

Engl, Joachim/Thurmaier, Franz: Wie redest du mit mir? Fehler und Möglichkeiten in der Paarkommunikation, Freiburg i. Br. ^{10}2006.

Ernst Josef: Das Evangelium nach Markus, Regensburger Neues Testament, Regensburg 1981.

Fraling, Bernhard: Geistliche Erfahrungen machen. Spiritualität im Seelsorge-Verbund, Würzburg 1992.

Fraling, Bernhard: Sexualethik. Ein Versuch aus christlicher Sicht, Paderborn u. a. 1995.

Freymeyer, Karin/Otzelberger, Manfred: In der Ferne so nah. Lust und Last der Wochenendbeziehungen, Berlin ^{3}2001.

Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland, Christlich gelebte Ehe und Familie, Offizielle Gesamtausgabe, Freiburg i. Br. ^{2}1976.

Gerkin, Charles: Crisis Experience in Modern Life, Nashville 1979.

Gerstenberger, Erhard, S.: Herrschen oder leben, in: Jeremias, Jörg, Perlitt, Lothar (Hgg.), Die Botschaft und die Boten. Festschrift für Hans Walter Wolff. Neukirchen Vluyn 1981.

Glasl, Friedrich: Selbsthilfe in Konflikten. Konzepte – Übungen – Praktische Methoden, Stuttgart ^{4}2004.

Gnilka Joachim, Das Evangelium nach Markus (Mk 8,27-16,20), Evangelisch-Katholischer Kommentar zum Neuen Testament II/2, EKK, 79.

Goethe, Johann Wolfgang von: Faust. Der Tragödie erster Teil. Neu durchgesehene Ausgabe, Stuttgart 1986.

Gottmann, John Mordechai: What predicts divorce?, The relationship between marital processes and marital outcome. Experimental investigations, Hillsdale 1994.

Greshake, Gisbert: Stärker als der Tod. Zukunft, Tod, Auferstehung, Himmel, Hölle, Fegfeuer, Mainz ^{11}1984.

Greshake, Gisbert: Wenn Leid mein Leben lähmt. Leiden – Preis der Liebe, Freiburg i. Br. 1992.

Gruber, Hans-Günter: Christliche Ehe in moderner Gesellschaft. Entwicklungen – Chancen – Perspektiven, Freiburg i. Br. ^{2}1995.

Gruber, Hans-Günter: Familie und christliche Ethik. Darmstadt 1995.

Gründel, Johannes: Die Zukunft der christlichen Ehe. Erwartungen – Konflikte - Orientierungshilfen, München 1972.

Gründel, Johannes: Schuld und Versöhnung, Mainz 1985.

Guardini, Romano: Der Anfang aller Dinge. Weisheit der Psalmen. Mainz 1987.

Guardini, Romano: Freiheit, Gnade, Schicksal, München 1948.

Guldner, Gregory: Long distance relationship. The complete guide, Corona CA 2004.

Hahlweg, Kurt u. a.: Prevention of Marital Distress: Results of a German Prospective Longitudinal Study, in: Journal of Family Psychology, 12 (4), 1998, 543-556.

Hahlweg, Kurt: Partnerschaftliche Interaktion. Empirische Untersuchungen zur Analyse und Modifikation von Beziehungsstörungen, München 1986.

Herzberg, Kurt: Taufe, Glaube und Ehesakrament. Die nachkonziliare Suche nach einer angemessenen Verhältnisbestimmung, in: Bamberger Theologische Studien. Bd. 11, Frankfurt a. M. u. a. 1999.

Heyer, Josefine: Seelsorgliche Beratung und Begleitung als Krisenintervention, in: Baumgartner, Konrad/Müller, Wunibald (Hgg.): Beraten und Begleiten, Freiburg i. Br. 1990.

Jaspers, Karl: Philosophie, Bd. 2, Existenzerhellung, Berlin 1932.

Jüngel, Eberhard: Gott als Geheimnis der Welt. Zur Begründung der Theologie des Gekreuzigten im Streit zwischen Theismus und Atheismus, Tübingen ^{5}1986.

Kant, Immanuel: Kritik der reinen Vernunft. Nach der ersten und zweiten Original-Ausgabe neu hrsg. v. Raymund Schmidt, Hamburg 1976.

Kast, Verena: Lebenskrisen werden Lebenschancen. Wendepunkte des Lebens aktiv gestalten, Freiburg/Basel/Wien ^{3}2003, 69-81.

Kast, Verena: Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses, Stuttgart ^{25}2002.

Kasper, Walter: Zur Theologie der christlichen Ehe, Mainz 1981.

Meyers Kritisch-exegetischer Kommentar über das Neue Testament (KEK) Bd. 1.

Kerstiens, Ferdinand: Hoffnung, in: Rahner, Karl (Hg.): Herders Theologisches Taschenlexikon in acht Bänden, Bd. 3, Freiburg/Basel/Wien 1972, 298-305.

Kirschner, B. F./Walum, Laurel R.: Two-Location Families: Married Singles, in: Alternative Lifestyles, 1 (4).

Kluge, Friedrich: Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache, unter Mithilfe von Max Bürgisser und Bernd Gregor, völlig neu bearbeitet von Elmar Seebold, Berlin-New York [22]1989.

Knapp, Markus: Glaube, Liebe, Ehe. Ein theologischer Versuch in schwieriger Zeit, Würzburg 1999.

Koller, Christine: Liebe auf Distanz. Fernbeziehungen – und wie man sie meistert, Frankfurt a. M. 2004.

Korff, Wilhelm: Ehe, in: ders., Wie kann der Mensch glücken?, Perspektiven der Ethik, München 1985.

Kostka, Ulrike: Der Mensch in Krankheit, Heilung und Gesundheit im Spiegel der modernen Medizin. Eine biblische und theologisch-ethische Reflexion, Studien der Moraltheologie, Bd. 12, hg. v. Prof. DDr. Antonio Autiero und Prof. Dr. Josef Römelt, Münster 1999.

Kraus, Bernhard: Endlich leben. Mehr Lebenslust beim Älterwerden, Freiburg/Basel/Wien 1996.

Kulessa, Christoph: Zur Theorie der Krise. Krisenphänomene und Prädikatoren ihres Verlaufs, in: Gastager, Heimo/Gastager, Susanne (Hgg.): Hilfe in Krisen. Wege und Chancen einer personalen Krisenintervention, Freiburg/Basel/Wien 1982, 67-93.

Kunzmann, Peter/Burkard, Franz-Peter/Wiedmann, Franz: dtv-Atlas zur Philosophie, Tafeln und Texte, München ^{5}1995.

Kübler-Ross, Elisabeth: Interviews mit Sterbenden, Stuttgart ^{21}1997.

Kühlmann, Torsten M.: Mitarbeiterentsendung ins Ausland. Auswahl, Vorbereitung, Betreuung und Wiedereingliederung, Göttingen 1995.

Lapide, Pinchas: Am Scheitern hoffen lernen. Erfahrungen jüdischen Glaubens für heutige Christen, Güterlsloh ^{2}1988.

Laubach, Thomas: Lebenskrisen, in: LThK^{3}, Bd. 6, 727.

Loidl, Josef: Scheidung – Ursachen und Hintergründe, Wien 1985.

Lutz Ulrich: Das Evangelium nach Matthäus (Mt 18-25), EKK, hg. v. Josef Blank u. a., Neukirchen-Vlyn 1997.

Marschütz, Gerhard: Familie humanökologisch. Theologisch-ethische Perspektiven, Münster 2000.

Masshof-Fischer, Manfred: Ehe, XI. Theologisch-ethisch, in: LThK^{3}, Bd. 3, 482-487.

Meueler, Erhard: Wie aus Schwäche Stärke wird. Vom Umgang mit Lebenskrisen, Reinbek 1987.

Meuffels, Otmar: Theologie der Liebe in postmoderner Zeit, Würzburg 2001.

Mieth, Dietmar: Das gläserne Glück der Liebe, Freiburg i. Br. 1992.

Mieth, Dietmar: Ehe als Entwurf. Zur Lebensform der Liebe, Mainz 1984.

Mieth, Dietmar: Ehe als Prozeß, in: Diakonia 19, 1988, 292-300.

Mieth, Dietmar: Kontinuität und Wandel der Werteordnung, in: Concilium 23, 1987.

Mieth, Dietmar: Ethische Grundlagen von Lebenspartnerschaften, http://www.theologie-und-kirche.de/mieth.1.html [17.05.2005].

Moeller, Michael L.: Anders helfen. Selbsthilfegruppen und Fachleute arbeiten zusammen, Stuttgart 1988.

Müller, Josef: Pastoraltheologie. Ein Handbuch für Studium und Seelsorge, Graz/Wien/Köln 1993.

Müller, Josef: Sterbebegleitung als seelsorgerlich-geistlicher Vorgang, in: ders. (Hg.): Von Hoffnung getragen. Begleitung von Sterbenden und Trauernden, Würzburg 1996, 76-81.

Müller, Stefan E.: Ist die Liebe noch zu retten? Spirituelle Impulse zu Krisen und Versöhnung in der Ehe, in: ders., E. Möde (Hgg.), Ist die Liebe noch zu retten? Brennpunkt Partnerschaft, Sexualität und Ehe, Glaube und Ethos. Theologie im interdisziplinären Dialog, Bd. 1, Münster 2004, 261-274.

Müller, Stefan E.: Krisen-Ethik der Ehe: Versöhnung in der Lebensmitte. Studien zur Theologie und Praxis der Caritas und Sozialen Pastoral, Bd. 7. Hrsg. v. Heinrich Pompey und Lothar Roos in Verbindung mit Alois Baumgartner u. a., Würzburg 1997.

Müller, Wunibald: Von der Sehnsucht heimzukehren, Mainz 1996.

Nichols, Willima, C.: Marital therapy: an integrative approach. New York/London/Guilford 1988.

Pesch Rudolf: Das Markusevangelium II. Teil, Band II, Kommentar zu Kapitel 8,27-16,20, Herders Theologischer Kommentar zum Neuen Testament, Freiburg/Basel/Wien 1977.

Peuckert, Rüdiger: Die Commuter-Ehe als „alternativer“ Lebensstil. Zur Ausbreitung einer neuen Form ehelichen und familialen „Zusammenlebens“ in der individualisierten Gesellschaft, in: Zeitschrift für Bevölkerungswissenschaft, 15, 2, 1989, 175-187.

Pfeiffer, Franziska: Ich in Bremen, du in Zürich. Wenn Paare, die sich lieben, getrennt leben – Erfahrungen und Tipps, Freiburg/Basel/Wien 1996.

Pfeiffer, Franziska: Zwei Karrieren – eine Liebe. Wenn Paare, die sich lieben, getrennt leben, Freiburg i. Br. 2001.

Pieper, Josef: Über die Liebe, München ^{8}2000.

Pompey, Heinrich: Sterbende nicht alleine lassen. Erfahrungen christlicher Sterbebegleitung, Mainz ^{2}2001.

Prodöhl, Dominik: Gelingen und Scheitern ehelicher Partnerschaft, Göttingen 1979.

Rad, Gerd von: Theologie des Alten Testaments, Band 2: Die Theologie der prophetischen Überlieferung, München 1965

Rahner, Karl: Zur Theologie der Zukunft, München 1971.

Rahner, Karl: Zur Theologie des Todes, Freiburg i. Br. ^{5}1965.

Ratzinger Josef: Wer in der Liebe bleibt. Ein Wort über die Ehe, München 1980.

Ratzinger, Josef: Zur Theologie der Ehe, in: H. Greeven/J. Ratzinger/ R. Schnackenburg/ H.-D. Wendland, Theologie der Ehe, Regensburg 1969, 81-115.

Reiter, Ludwig: Gestörte Paarbeziehungen. Theoretische und empirische Untersuchungen zur Ehepaardiagnostik, Göttingen 1983.

Rendtorff, Trutz: Vom ethischen Sinn der Verantwortung, in: HCE 3,1993, 117-129

Rilke, Rainer Maria: Das Buch der Bilder, Frankfurt a. M. 1996.

Rilke, Rainer Maria: Briefe, in: Lechleitner, Norbert (Hg.): Worte zum Leben, Freiburg/Basel/Wien 1997, 37-38.

Ruckdeschel, Kerstin: Berufliche Mobilität und Lebensform, in: Habisch, André/Schmidt, Hans-Ludwig/Bayer, Michael (Hgg.): Familienforschung interdisziplinär. Eichstätter Symposium zu Familienwissenschaften, Grafschaft 2003, 107-120.

Ruppert, Lothar: Genesis. Ein kritischer und theologischer Kommentar. 1. Teilband: Gen 1,1-11,26, Würzburg 1992.

Römelt, Josef: Freiheit, die mehr ist als Willkür. Christliche Ethik in zwischenmenschlicher Beziehung, Lebensgestaltung, Krankheit und Tod, Handbuch der Moraltheologie, Bd. 2, Regensburg 1997.

Scharfenberg, Joachim: Einführung in die Pastoralpsychologie, Göttingen 1985.

Schmidt, Hans-Ludwig: „… in guten und in bösen Tagen“. Ehe-Partner unterwegs, in: Müller, Stefan/Möde, Erwin (Hgg.): Ist die Liebe noch zu retten?, Münster 2004.

Schmidt, Hans-Ludwig: Menschen in krisenhaften Lebenssituationen. Überlegungen zu Aufgaben und Grenzen der Sozialpädagogik, in: Jendrowiak, H.-W. (Hg.): Humane Schule in Theorie und Praxis. Frankfurt a. M. u. a. 1998, 183-203.

Schmidt, Hans-Ludwig: „Und so weiter“ – „Warum gerade ich?“. Normalbiographie, Krise und Sozialpädagogik, in: Pelzl, C.: Psychoonkologische Fragestellungen und sozialpädagogischer Handlungsbedarf bei Krebserkrankung. Eichstätter Sozialpädagogische Arbeiten, Bd. 3, Eichstätt 1998.

Schmitz-Köster, Doris: Liebe auf Distanz. Getrennt zusammen leben, Hamburg 1990

Schneider, Michael: Krise, in: LThK^3, Bd. 6, 483f.

Schneider, Michael: Krisis. Zur theologischen Deutung von Glaubens- und Lebenskrisen. Ein Beitrag der theologischen Anthropologie, Frankfurt a. M. 1993.

Schnurr, Günther: Krise, in: TRE, Bd. 20, 61-65.

Schneider, Norbert/Hartmann, Kerstin/Limmer, Ruth: Berufsmobilität und Lebensform – Sind berufliche Mobilitätserfordernisse in Zeiten der Globalisierung noch mit Familie vereinbar? Konzeption der Studie und ausgewählte Hauptergebnisse. (Projektbericht) 2001. Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Bd. 208, Stuttgart 2001.

Schneider, Norbert/Limmer, Ruth/Ruckdeschel, Kerstin: Mobil, flexibel, gebunden. Familie und Beruf in der mobilen Gesellschaft, Frankfurt a. M. 2002.

Schneider, Norbert/Rosenkranz, Doris/Limmer, Ruth: Nichtkonventionelle Lebensformen. Entstehung Entwicklung Konsequenzen, Opladen 1998.

Schockenhoff, Eberhard: Am „besonderen Schutz“ festhalten. Ehe, nichteheliche und gleichgeschlechtliche Lebensgemeinschaften, in: Herder Korrespondenz 54, 4, Freiburg i. Br. 2000, 186-192.

Schockenhoff, Eberhard: Der Glaube als Tugend. Überlegungen zu seiner Bedeutung für das moralische Leben der Christen, in: S. E. Müller/B. Sill (Hgg.), Glaube, der leben hilft. Moraltheologische Perspektiven, Glaube und Ethos. Theologie im interdisziplinären Dialog, Bd. 2, Münster 2004.

Schockenhoff, Eberhard: Die Familie als Ort sozialen und moralischen Lernens. Moraltheologische Überlegungen zu ihren anthropologischen Grundlagen, in: Goldschmidt, Nils/ Beestermöller, Gerhard/ Steger, Gerhard (Hgg.), Die Zukunft der Familie und deren Gefährdungen, Norbert Glatzel zum 65. Geburtstag, Schriften des Instituts für christliche Sozialwissenschaften der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster, Band 44, Münster u. a. 2002, 17-29.

Schockenhoff, Eberhard: Die kirchliche Sexualethik im Dialog mit der modernen Lebenswelt, in: Beinert, Wolfgang (Hg.): Liebe muß man teilen. Glaubensverkündigung in der Kirche, Regensburg 1993, 82-118.

Schockenhoff, Eberhard: Ehe – nichteheliche Lebensgemeinschaften – Ehelosigkeit, in: Gründel, Johannes (Hg.): Leben aus christlicher Verantwortung. Ein Grundkurs der Moral, 3 Partnerschaft – Ehe – Familie – leibliches Leben – Kirche, Düsseldorf 1992, 31-49.

Schockenhoff, Eberhard: Ethik des Lebens. Ein theologischer Grundriss, Mainz ^{3}2000.

Schockenhoff, Eberhard: Naturrecht und Menschenwürde. Universale Ethik in einer geschichtlichen Welt, Mainz ^{2}2002.

Schockenhoff, Eberhard: Vom Leben vor und nach dem Tod. Theologische Perspektiven angesichts der Herausforderungen durch die naturwissenschaftlichen und medizinischen Entwicklungen, in: Müller, Josef (Hg.): Von Hoffnung getragen, Würzburg 1999, 13-28.

Schockenhoff, Eberhard: Wie gewiss ist das Gewissen? Eine ethische Orientierung, Freiburg i. Br. 2003.

Schockenhoff, Eberhard: Zur Lüge verdammt? Politik, Medien, Medizin, Justiz, Wissenschaft und die Ethik der Wahrheit, Freiburg i. Br. 2000.

Schockenhoff, Eberhard: Zum Fest der Freiheit. Theologie des christlichen Handelns bei Origenes, Mainz 1990.

Schüller, Bruno: Die Begründung sittlicher Urteile. Typen ethischer Argumentation der Moraltheologie, Düsseldorf ^{3}1987.

Schuchardt, Erika: Jede Krise ist ein neuer Anfang. Aus Lebensgeschichten lernen, Düsseldorf 1985.

Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander Reden 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation, Reinbek 2002.

Schultz, Hans Jürgen (Hg.): Trennung, Stuttgart 1984.

Schwaderlapp, Dominik: Erfüllung durch Hingabe. Die Ehe in ihrer personalistischen, sakramentalen und ethischen Dimension nach Lehre und Verkündigung Karol Wojtylas/Johannes Pauls II., Moraltheologische Studien, Neue Folge – Bd. 2, begründet von Josef Georg Ziegler – herausgegeben von Clemens Breuer, St. Ottilien 2002.

Schwarz, Karl: Die Haushalte der Unverheirateten und der verheiratet Getrenntlebenden, in: Zeitschrift für Bevölkerungswissenschaft, 7 (4), 1981, 447-473.

Schweizer Eduard: Das Evangelium nach Markus, Teilband 1, Das Neue Testament Deutsch, Göttingen und Zürich 1989.

Schwermer, Josef: Das helfende Gespräch in der Seelsorge, Paderborn ^{2}1983.

Sorg, Theo: Herz, in: Theologisches Begriffslexikon zum Neuen Testament (TBLNT), Bd. 1, Wuppertal 1979.

Spaemann, Heinrich: Stärker als Not, Krankheit und Tod. Besinnung und Zuspruch, Freiburg i.Br./Basel/Wien 1981.

Sporken, Paul: Die Bedürfnisse des Sterbenden, in: ders. (Hg.): Was Sterbende brauchen, Freiburg i. Br. 1982, 11-44.

Sporken, Paul: Hast du denn bejaht, dass ich sterben muß?, Eine Handreichung für den Umgang mit Sterbenden [Aus d. Niederländ. übersetzt von Hugo Zulauf], Düsseldorf ^{2}1985.

Stahl, Günter: Internationaler Einsatz von Führungskräften, München/Wien/Oldenbourg 1998.

Stahhut, Jürgen P.: Sechs Monate sind eine lange Zeit – Erfahrungen aus der Seelsorge im Einsatz, in: Für Ruhe in der Seele sorgen. Evangelische Militärpfarrer im Auslandseinsatz der Bundeswehr. Herausgegeben im Auftrag des Evangelischen Militärbischofs durch das Evangelische Kirchenamt für die Bundeswehr, Bonn. Verantwortlich: Peter Michaelis, Leipzig 2003.

Steinbüchel, Theodor: Christliche Lebenshaltungen in der Krise der Zeit und des Menschen, Frankfurt a. M. 1949.

Stricker, Hans H**.:** Krankheit und Heilung. Anthropologie als medizinisch-theologische Synopse, Neuhausen/Stuttgart 1994.

Thomas von Aquin, Summe gegen die Heiden. Bd. 3, Teil 2, hrsg. und übersetzt von K. Allgaier, Darmstadt 1996.

Thurmaier, Franz: Ehevorbereitung – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikations-trainings, München 1997.

Thurmaier, Franz/Engl, Joachim: Berührungspunkte von Religion und Familie. Förderung der Kommunikation in Ehe und Familie, in: Habisch, André/Schmidt, Hans-Ludwig/Bayer, Michael (Hgg.): Familienforschung interdisziplinär. Eichstätter Symposium zu Familienwissenschaften, Grafschaft 2003, 263-282.

Thurmaier, Franz/Engl, Joachim/Hahlweg, Kurt: Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte nach fünf Jahren, in: Zeitschrift für Klinische Psychologie, 28 (1), 1999, 54-62.

Textor, Martin R.: Integrative Familientherapie. Eine systematische Darstellung der Konzepte. Hypothesen und Techniken amerikanischer Therapeuten, Berlin u. a. 1985.

Textor, Martin R.: Enrichment und Paarberatung – Hilfen auf dem Weg durch den Ehezyklus, in: Textor, M. R./Becker, I. (Hg.): SGB VIII Online-Handbuch, http://www.sgbviii.de/S22.htm 1998 sowie Familiendynamik, 23, 1998, 156-170.

Tillich, Paul: Auf der Grenze. Aus dem Lebenswerk Paul Tillichs, München/Hamburg 1965.

Verweyen, Hansjürgen: Botschaft eines Toten? Den Glauben rational verantworten, Regensburg 1997.

Vorgrimler, Herbert: Gelassenheit, in: LThK^2, Bd. 4, 631-633.

Wachinger Barbara/ Wachinger Lorenz: Ehe/Familie, in: Eicher, Peter (Hg.): Neues Handbuch theologischer Grundbegriffe, München 2005, Bd. 1, 204-214.

Watzlawick, Paul u. a.: Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien, Bern u. a. ^{8}2000.

Weiss, Sabine: Die Trauer von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen um den verstorbenen Vater, http://edoc.ub.uni-muenchen.de/archive/00004904/01/Weiss_Sabine.pdf [30.12.06].

Wendl, Peter: Fern-Beziehungen – Krise oder gelingende Partnerschaft, in: Kompass, Soldat in Welt und Kirche, 11, 2003, 16ff.

Wendl, Peter: Fern-Beziehung und Wochenendbeziehung – Chancen und Belastungen für die Partnerschaft, in: Fthenakis, Wassilos E./ Textor, Martin R. (Hgg.): Das Online Familienhandbuch http://www.familienhandbuch.de/cmain/s_1558.html [02.12.06].

Wendl, Peter: Gelingende Fern-Beziehung. Entfernt zusammen wachsen, Freiburg i. Br/Basel/Wien ^{3}2007.

Wendl, Peter: Herausforderung Fern-Beziehung? Partnerschaft auf Distanz von Soldaten und deren Partnern bei Auslandseinsätzen, in: Gerhard Kümmel (Hg.): Diener zweier Herren. Soldaten zwischen Bundeswehr und Familie, Frankfurt a. M. 2005, 123-147.

Wendl, Peter: Initiativen zu Besserung der Bedingungen von Soldatenpaaren in „Fern-Beziehungen“. Maßnahmen im Rahmen der Kooperation des Katholischen Militärbischofsamts (KMBA) mit dem Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft (ZFG), in: Militärseelsorge. Pastoral, 41. Jahrgang 2003, 44-51.

Wendl, Peter: Was tut die Politik für die Familien. Grundsatzreferat und Arbeitsgruppen als Beitrag des „Zentralinstitut für Ehe und Familie in der Gesellschaft“ (ZFG) der Katholischen Universität Eichstätt am 29. April 2003, in: Auftrag GKS (Gemeinschaft Katholischer Soldaten), 43 (252/253), 2004, 9f.

Westermann, Claus: Genesis, 1. Teilband (Biblischer Kommentar, Altes Testament I/1). Neukirchen-Vlyn 1976.

Wiefel Wolfgang: Das Evangelium nach Matthäus, Theologischer Handkommentar zum Neuen Testament, Bd. 1, Leipzig 1998.

Willi, Jürg: Die Zweierbeziehung. Spannungsursachen, Störungsmuster, Klärungsprozesse, Lösungsmodelle, Reinbek ^{14}2002.

Willi, Jürg: Was hält Paare zusammen?, Reinbek1991.

Windisch, Hubert: In hora mortis. Pastoraltheologie im Horizont von Abschiedlichkeit, in: Liebmann, M./Rennhart, E./Woschitz, K. M. (Hgg.): Metamorphosen des Eingedenkens. Gedenkschrift der Katholisch-Theologischen Fakultät der Karl-Franzens-Universität Graz 1945-1995, Graz/Wien/Köln 1995, 389-397.

Wittgenstein, Ottokar Graf von: Sterbens-Angst und Todes-Furcht als Nöte des Reifungsprozesses zum Menschen, in: Zwingmann, Charles (Hg.): Zur Psychologie der Lebenskrisen, Frankfurt a. M. 1962, 289-297.

Wittkowski, Joachim: Psychologie des Todes, Darmstadt 1990.

Wolff, Hans W.: Anthropologie des Alten Testaments, München 1973.