

Geleitwort

„Schwarze Insel“ – so nennt Ralph Kirscht das körperliche, psychische, soziale und auch spirituelle Terrain, das es in einer traumasensiblen Seelsorge mit Traumatisierten respektvoll zu umrunden gilt und das er in seinem Praxishandbuch erhellt und einer detaillierten Kartographierung unterzieht. Über die hohe Aktualität seines Anliegens besteht kein Zweifel, gerade auch im kirchlichen Bereich. Damit von einer traumatischen Erfahrung überfallene, verletzte und später von Traumafolgen heimgesuchte, geknickte Menschen auch in der Seelsorge eine qualifizierte Unterstützung erhalten können, greift Kirscht weit aus und verbindet, was dafür dienlich ist, oft aber unverbunden nebeneinander bleibt: detaillierte Informationen zu Trauma, Traumafolgen und Traumatherapie, konzeptionelle Überlegungen zur Seelsorge und der ihr zugrunde liegenden Anthropologie, einen traumasensiblen Blick auf biblische Traditionen, die traumatische Erfahrungen vielstimmig artikulieren, Vorgehensweisen traumasensibler Pädagogik und Expertise in der Begleitung Traumatisierter, wie nicht zuletzt die Fallbeispiele zeigen, auf die der Gedankengang zuläuft. Kühn ist es, wie Kirscht in seiner „neurosequentiellen“ Seelsorge Jahrtausende alte Erfahrungen im Umgang mit Traumen, die in biblischen Texten eingelagert (und manchmal auch eingefroren) sind, mit aktuellen Erkenntnissen der Neuropsychologie verbindet.

Auf diese Fahrt durch viele Räume – offene „Wandlungs-Räume“ und solche, die sich zuerst öffnen müssen – bin ich ihm gerne gefolgt. Er ist ein sicherer Kapitän, der nahe an die thematischen Strudel fährt, aber nie zu nahe, der darstellt, erklärt, Passagen durch kritische wissenschaftliche Gewässer immer wieder prägnant zusammenfasst und unterwegs Karten zeichnet, schematische Darstellungen, die zur weiteren Orientierung dienlich sind. Das Buch selbst ist wie ein sicheres, breites Schiff, in dem man sich dem auszusetzen wagt, was Betroffene verstummen, kämpfen, fliehen, erstarren lässt.

Was mich daran besonders überzeugt: die transdisziplinäre, weite Sicht auf das Thema, die Verbindung von grossen Linien und Detailtreue, die ganzheitliche Konzeption von Seelsorge als eine der unterschiedlichen Formen Psycho-Sozialer Begleitung Traumatisierter, die in Zusammenarbeit mit anderen Professionen bescheiden und selbstbewusst etwas Eigenes einbringen kann: ihr Sensorium für die spirituelle Not Betroffener, ihre Möglichkeiten, diese auf der Suche nach einer neuen Kohärenz ihres Lebenssinns zu unterstützen, ihre biblischen Ressourcen, die hier sowohl strukturell – bei der Konzeption von Schritten der „Emmaus-Weg“ – wie bei deren inhaltlicher Ausgestaltung und methodischen Umsetzung ins Spiel gebracht werden. Auch die systemische Sicht wird auf überzeugende Weise für die Traumabegleitung furchtbar gemacht: Es werden zwar Einzelne traumatisiert, aber immer auch ihr Umfeld. Bedeutungsvolle Andere können zudem als Quelle der Unterstützung und des Halts wichtig werden. Als Therapeut und Seelsorger weiss Kirscht zudem um die Bedeutung der Selbstfürsorge. Gerade beim Umrun-

den schwarzer Inseln müssen die, die das Boot steuern und stellvertretend für eine gewisse Zeit Verantwortung übernehmen, auch zu sich selbst Sorge tragen, damit sie ihren Dienst umsichtig ausüben können. Traumasensibilität gegen innen und aussen: beides bedingt sich.

Da ist also einer am Steuer, der Modelle und Methoden traumasensibler Seelsorge bis in alle Details ausarbeitet und dabei eine reiche Erfahrung nicht nur aus vertiefter wissenschaftlicher Auseinandersetzung, sondern auch aus der langjährigen eigenen therapeutischen und seelsorglichen Praxis für die fruchtbar machen kann, die ihm auf seiner Fahrt folgen, seien dies nun Traumatisierte oder die, die sie mitfühlend begleiten. Ich bin gerne mitgefahren, werde das Buch zur Hand nehmen, wann immer ich persönlich oder auch professionell eine schwarze Insel zu umrunden habe – und empfehle es allen, die das tun, tun möchten, tun dürfen.

Prof. em. Dr. theol. Dr. phil. Christoph Morgenthaler
Universität Bern
Theologische Fakultät - Institut für Praktische Theologie
Seelsorge und Pastoralpsychologie

Geleitwort

Dieses umfassende Buch gibt mir Anregungen, einen weiten Blick und neuen Mut – das alles nach mehreren Jahrzehnten intensiver Trauerbegleitung, besonders mit Menschen, die ein Trauma erlitten haben. Das ist vielfach bei denjenigen Trauernenden der Fall, die nahe Angehörige durch Suizid verloren haben. Ich denke aber auch an den jungen Mann, der die Rücktour von Süddeutschland nach Norddeutschland ohne weitere Unterbrechung hinter sich bringen wollte und dabei am Steuer einschlieft. Durch den Unfall wurde seine Partnerin, die neben ihm saß, getötet – aber wie lebt er selbst weiter mit dieser Erfahrung? Und wie begleite ich ihn in dieser Situation? Hier zeigt mir dieses Buch neue Ansätze, Menschen in solcher Not besser zu verstehen und auch meine eigenen Reaktionen deutlicher zu begreifen. Was zeichnet dieses Buch aus, dass es in solchen Situationen Unterstützung gibt und sich hervorragend bewährt? Was motiviert beim Lesen, was berührt und führt weiter?

Drei Ausrichtungen kennzeichnen dieses Buch:

1. Die **Person**, die in ihrer Situation Seelsorge braucht, steht im Zentrum. Notwendig ist der zugewandte, bejahende Blick auf den anderen Menschen. Das bedeutet dann in der Perspektive von Klienten: Ich fühle mich aufgenommen und angenommen. Ich kann leichter zu mir selbst finden und mich so wahrnehmen, wie ich wirklich bin. Alles in mir hat seinen „guten Grund“, so seltsam und fremd es mir auch erscheinen mag. Bei traumatischen Erfahrungen hat es auch zunächst den Sinn, in einer extremen Notsituation mir mein Überleben zu sichern. So stark die seelische Verwundung in meinem ganzen Körper und in meiner Seele weiterwirkt, kann ich doch spüren: Es ist vorüber, ich lebe in der Gegenwart, die Bedrohung be-

steht jetzt nicht mehr. Ich erhalte hilfreiche Informationen, was in mir vor sich geht (Psychoedukation). Aus der Neurobiologie erfahre ich, dass es in schwerster Krise zunächst fünf archaische Grundreaktionen gibt. Ich versuche, ein mir zugewandtes Gesicht zu finden (face), ich fliehe (flight), ich kämpfe (fight), ich erstarre (freeze). Ich spüre die Fragmente meines Lebens und habe doch Sehnsucht nach Ganzheit und Zusammenhang. Das sind die fünf „f“ – gut zu merken. Ich verstehe, warum ich oft in so starkem Stress bin. Ich lerne mich zu entspannen, ich finde einen „sicheren Ort“, wo ich mich wohl fühle. Langsam kann ich das Schreckliche, alle meine Brüche und Wunden als Teil meiner Biografie verstehen und in mein Leben einbeziehen. Diese Ausrichtung hin auf meine Person tut mir gut – meiner Seele, auch meinem Leib, Geist und meinem ganzen Leben. Das hat heilende Kraft.

2. Die **Seelsorge** mit allen ihren Möglichkeiten wird in diesem Buch umfassend dargestellt. Sie gehört zu den psychosozialen Begleitungen, geht aber darüber hinaus, indem sie wesentlich die Spiritualität mit einbezieht. So entsteht ein „biopsychosoziospirituelles Modell“, das an den biopsychosozialen Ansatz nach W. Egger anknüpft. In dieser Seelsorge von Ralph Kirscht werden vor allem die biblischen Schätze und christlichen Traditionen einbezogen und auf die Erfahrungen in der Gegenwart hin aktualisiert. Das erweist sich in diesem Buch als außerordentlich fruchtbar. Auch in der Bibel wird der Mensch in seinen leiblichen, seelischen, sozialen und spirituellen Dimensionen gesehen, er wird in seiner Fragmentarität und Verwundbarkeit wahrgenommen. Gott wird in dieser Tradition so verstanden, dass er den Menschen in ihrer Not nahe ist, ja in ihre Tiefe hineingeht, dort ihre Not löst und sie selbst erlöst. Am deutlichsten wird das in der Emmaus-Erzählung. Die Jünger werden in ihrer Trauer begleitet, sie werden ermutigt, ihre Gefühle auszusprechen und mitzuteilen. Sie lernen in ihrer Fragmentierung neue Zusammenhänge zu erkennen. Im gemeinsamen Mahl spüren sie Jesu Gegenwart. Sie können Jesus nicht festhalten, glauben aber jetzt an seine Auferstehung in neues Leben hinein. Durch Trauer hindurch erfahren sie Freude. Traumatisierte Menschen können sich in dieser Geschichte, in den Psalmen und vielen weiteren Erzählungen der Bibel wiederfinden, ihre Wunden erkennen, neue Verbindungen sehen, ihre Verlusterfahrungen mitteilen und sie in ihr Leben einbeziehen. Wie das heute geschehen kann, dafür bietet Ralph Kirscht viele kreative, wirksame Methoden (wie Methoden zu Achtsamkeit und Selbstberuhigung, spirituelle Imaginationsübungen, Biblische Skulptur- und Aufstellungsarbeit sowie andere kreative Methoden im Umgang mit biblischen Texten, biografische Arbeit mit eigenen „Timelines“ / Lebenslinien u.v.a.m.). So eröffnet er in dem weiten Horizont der Spiritualität neue Räume, in denen es zu Veränderungen und zu Heilungen kommen kann. Er nennt diese Wandlungsräume Beziehungs-Raum, Schutz-Raum, Lebens-Raum, Leib-Raum, Handlungs-Raum. Viele Symbole und Rituale können dazu beitragen, in heilsamer Weise durch diese Räume zu gehen; dazu gehören Gänge durch Kirchen und Klöster, ebenso Spaziergänge durch die Natur, auch imaginierte Wanderungen durch seelische Landschaften. Besonders wichtig und ermutigend ist es, dass die Sichtweise sich nicht nur auf psychische Prozesse bezieht. Es geht auch um die zahlreichen Trau-

matisierten in unserer Gesellschaft und in der Welt sowie um die Bedingungen, die Traumatisierungen erzeugen. In der Bibel (besonders in den prophetischen Schriften) heißt es deutlich, dass Gott auf der Seite der Traumatisierten steht. Auch in der Seelsorge geht es darum, die Solidarität mit traumatisierten Menschen deutlich zu machen und sich gegen Strukturen zu wenden, die Traumata verursachen. Das gehört dann zu dieser „Seelsorge im weiten Horizont“ und kann z.B. exemplarisch in einzelnen Projekten vor Ort geschehen, die gut mit anderen Aktivitäten vernetzt sind. Gerade in der Corona-Krise ist es so wichtig, neben der seelischen Not der Einzelnen auch die Strukturen zu sehen, die solche Not hervorrufen. Die Solidarität, gemeinsam gegen diese Missstände (z.B. Fluchtursachen, Not von Flüchtlingen) vorzugehen, gehört mit zur Seelsorge.

3. Seelsorgerinnen und Seelsorger selbst erhalten in diesem Buch viele wichtige Anregungen, die sie nachdenklich machen und auch ermutigen können. Ich bin beim Lesen auch der Frage nachgegangen: Was hat mich in meiner eigenen Lebensgeschichte dazu gebracht, traumatisierte Menschen zu begleiten? Welche traumatischen Erfahrungen habe ich selbst durchlebt und welche wirken noch nach in Leib und Seele? Wie gehe ich damit um, wenn sie in der Begleitung angesprochen werden? Muss ich das selbst alles schon „verkräftet“ und „bewältigt“ haben? Oder kann ich selbst fragmentarisch leben und mich in der Rolle des „verwundeten Heilers“ wiederfinden? Da brauche ich viel Zeit, darüber nachzudenken und nachzusinnen. Am besten ich begeben mich immer wieder selbst an meine sicheren Orte, wie ich es Trauernden vorschlage. Ich spüre, wie manche Verletzungen noch immer in meinem Leib und in meiner Seele da sind und wie sie sich auch erneut in der Trauer und im Mitteilen lösen lassen. Neurobiologische Erkenntnisse, wie ich sie in diesem Buch gründlich und verständlich dargestellt finde, können mir zeigen, wie schwere seelische Verletzungen als „somatische Marker“ im Körper weiterwirken und – meist unbewusst – das Leben prägen. Das Buch regt an, solche Prozesse stärker zu beachten. Beim Spüren von Verlusten und Brüchen können mich auch biblische Geschichten weiterführen, die mir zeigen, dass ich nicht perfekt sein muss. Gerade mit meinen Schwächen kann ich oft Trauernden nahe sein und stärker spüren, was sie erfahren haben. Nicht um „Mitleid“ geht es dann, sondern um solches Mitfühlen, das durch Trauer hindurch zu einem Lächeln und manchmal zum befreienden Lachen führen kann.

Die Einsichten in diesem Buch haben mich in meiner Arbeit bestärkt und mir darüber hinaus besonders im umfangreichen Praxisteil viele, oft sehr kreative Anregungen gegeben. Ich hoffe, dass zahlreiche Kolleginnen und Kollegen ebenfalls dieses Buch mit großem Gewinn lesen und daraus Kraft für ihr eigenes Leben und für ihre Arbeit schöpfen werden.

Pastor i.R. Dr. theol. Klaus Onnasch
Klinischer Seelsorger, Trauerbegleiter und Autor
Mitbegründer vom Kieler Arbeitskreis Trauerbegleitung

Vorwort

Ungefähr in den letzten zehn Jahren hat das Thema „Psychische Traumata und ihre Folgen“ immer stärker Eingang in die deutschsprachige (Praktische) Theologie und Seelsorge gefunden. Waren es davor meist einzelne Aufsätze, die sich mit dem Thema befassten, oder die Notfallseelsorge, erschienen nunmehr ganze Bücher bzw. Sammelbände. Dabei spielt sicherlich auch die Aufdeckung erschreckend hoher Zahlen von sexualisierter Gewalt im kirchlichen Bereich (aber nicht nur da) seit 2010 eine wichtige Rolle. Weitere wichtige Impulse kamen und kommen aus den Bibelwissenschaften, die schon seit Längerem Trauma als Deutungskategorie für biblische Texte fruchtbar machen. Insgesamt war der angloamerikanische Bereich bisher schon sehr viel weiter mit einer breiten Zahl an Publikationen zu beiden Themenbereichen (Exegese und Seelsorge). Alle diese Publikationen lassen zwei Dinge sehr deutlich werden. Erstens stehen bei sehr vielen Menschen, denen Seelsorgerinnen und Seelsorger in ihrer täglichen Arbeit begegnen, psychische Traumata mehr oder weniger offen und vom Seelsorger, von der Seelsorgerin oft nicht erkannt im Hintergrund der individuellen Problematiken. Und zweitens unterscheidet sich der seelsorgliche Umgang mit traumatisierten Menschen sehr von der Seelsorge in anderen Bereichen.

Das vorliegende Buch setzt an diesen beiden Punkten an und will Seelsorgerinnen und Seelsorgern in ihrer täglichen Praxis zum einen das für eine traumasensible Seelsorge *notwendige theoretische Wissen* über psychische Traumata, ihre Folgen und deren Behandlung vermitteln. So vermag man das oftmals befremdliche oder schwer einzuordnende Verhalten mancher Menschen, denen man in der Seelsorge begegnet, als das zu erkennen, was es ist: Es sind die Folgen schweren psychischen Leids verursacht durch traumatische Erfahrungen und zugleich Strategien zur Sicherung des eigenen körperlichen, seelischen und geistigen Überlebens. *Notwendig* bedeutet an manchen Stellen den Verzicht auf Ausführlichkeit und Tiefe zugunsten einer für die Praxis hilfreichen Einfachheit und Prägnanz.

Zum anderen zeigt das Buch die *praktischen Möglichkeiten* einer spezifisch *traumasensiblen* Seelsorge auf, die an den Seelsorger, die Seelsorgerin besondere Anforderungen – persönlich wie fachlich – stellt und besondere Fertigkeiten von ihm bzw. ihr verlangt. Hierzu gehört auch die Fähigkeit, eigene fachliche wie persönliche Grenzen im Umgang mit einem traumatisierten Gegenüber zu erkennen und einzuhalten. Insbesondere dann, wenn auch eine traumasensible Seelsorge an ihre Grenzen kommt und es eine traumaspezifische Psychotherapie braucht. Zu guter Letzt bedarf es in der traumasensiblen Seelsorge eines guten Ausgleichs für die mit dieser Arbeit einhergehenden Belastungen für den Seelsorger, die Seelsorgerin selbst in Form einer guten Selbstfürsorge als Schutz vor sekundären Traumatisierungen.

Das Thema *Notfallseelsorge* als ein eigenes breites Themenspektrum wird nicht behandelt, Interessierte seien auf das „Handbuch Notfallseelsorge“ von Müller-Lang et al. (Hrsg.) und den Aufsatz von Wulfes et al. zur „Psychosozialen Notfall-

versorgung“ verwiesen (s. Literaturverzeichnis). Inhaltlich ist das vorliegende Buch selbstverständlich auch für Notfallseelsorgerinnen und -seelsorger interessant und hilfreich. Wie überhaupt für Seelsorgerinnen und Seelsorger aus den unterschiedlichsten Settings und Kontexten, in denen sie traumatisierten Menschen begegnen können und sie begleiten sollen und wollen, auch wenn diese nicht alle eigens oder nur kurz thematisiert werden (wie z.B. Gefängnisseelsorge oder Seelsorge mit Geflüchteten).

Viele der in diesem Buch dargestellten methodischen Ansätze und praktischen Interventionen stammen aus der traumatherapeutischen und traumapädagogischen Arbeit, in der ich ebenso zuhause bin wie in der traumasensiblen Seelsorge. Diese wurden an das spezielle Setting einer traumasensiblen Seelsorge angepasst und z.T. entsprechend modifiziert. Da es sich vor allem um neurobiologisch fundierte, achtsamkeitsbasierte, ressourcenfokussierte und leibhaftige Erfahrungen ermöglichende Methoden handelt, die im Rahmen einer sicheren professionellen Beziehung zum Einsatz kommen, eignen sich viele von ihnen auch für die Seelsorge in anderen Bereichen. Insofern kann man sich für die eigene Seelsorgepraxis insgesamt inspirieren und zu eigenständigen kreativen Weiterentwicklungen anregen lassen.

Das Buch hat den folgenden Aufbau. In Kapitel 1 werden Vorüberlegungen angestellt zu einem Menschenbild, das der Tatsache Rechnung trägt, dass menschliches Leben grundsätzlich verwundbar (vulnerabel) ist. Es bewegt sich in einem Spannungsfeld zwischen Verletzlichkeit und Fragmentarität auf der einen Seite und einer ihm innewohnenden Sehnsucht nach Ganzheit und Kohärenz sowie nach einer Entwicklung der eigenen Potenziale auf der anderen Seite. Es folgen Vorüberlegungen zum grundsätzlichen Verständnis von Seelsorge inspiriert von den Modellen von Isidor Baumgartner sowie Christoph Morgenthaler und fundiert mit neuesten Erkenntnissen aus den Neurowissenschaften. Die Vorüberlegungen schließen Verhältnisbestimmungen ab zwischen Seelsorge, Beratung und Psychotherapie als konkreter Entfaltungen im allgemeinen Feld einer professionellen *Psycho-Sozialen Begleitung* von Menschen.

In den Kapiteln 2 bis 7 geht es um die *Psycho-Soziale Begleitung* traumatisierter Menschen, einmal in Form von Traumafolgen-Therapie und Traumapädagogik (Kapitel 2), zum anderen in Form von traumasensibler Seelsorge (Kapitel 3 bis 6). In Kapitel 2 stehen das grundlegende psychotraumatologische Wissen und die Traumafolgen-Therapie sowie die Traumapädagogik im Zentrum. Inhaltlich werden u.a. die Diagnostik und ein *Stress-Informationen-System-Modell* psychischer Traumatisierungen sowie traumafolgentherapeutische Behandlungsprinzipien dargestellt. Anschließend werden Grundsätze und Modelle aus der Traumapädagogik als Beispiel für eine nicht-psychotherapeutische Lebensbegleitung traumatisierter Menschen beschrieben, die für eine traumasensible Seelsorge vorbildhaft sein kann. Abgeschlossen wird dieser Teil mit einer Auflistung wichtiger Grundhaltungen und -regeln im Umgang mit traumatisierten Menschen.

In Kapitel 3 werden exemplarische *Biblische Traumate* vorgestellt, die verschiedene Formen von Traumatisierungen und spirituell-religiöse Deutungs- und Umgangsweisen damit zeigen. Zusammengefasst wird dieses Kapitel mit 11 Thesen zu wichtigen biblischen Impulsen für eine *Psycho-Soziale Begleitung* traumatisierter Menschen. Es folgt in Kapitel 4 eine kurze Darstellung des *Emmaus-Weg-Modells*, das eine beispielhafte Verbindung von biblisch-christlicher Spiritualität und Tradition mit heutiger wissenschaftlich fundierter Traumafolgen-Therapie zeigt. Wichtige Elemente aus diesem Modell und den Verbindungsweisen fließen in das traumasensible Seelsorge-Modell *Wandlungs-Räume* ein. Nach einer kurzen Zusammenstellung von mit Blick auf dieses Modell hin ausgewählten Forschungsarbeiten in Kapitel 5 wird in Kapitel 6 schließlich das Modell *Wandlungs-Räume* selbst entfaltet. Nach einer kurzen Darstellung der wichtigsten theoretischen Grundlegungen auf Basis der vorangehenden Kapitel wird ausführlich dessen praktische Umsetzung beschrieben. Die einzelnen *Wandlungs-Räume* haben jeweils einen besonderen inhaltlich-methodischen Schwerpunkt. Abgerundet wird dieses Kapitel mit praktischen Überlegungen zur Selbstfürsorge des traumasensiblen Seelsorgers, der traumasensiblen Seelsorgerin. Die einzelnen, ausführlichen Übungsanleitungen für die in Kapitel 6 kurz beschriebenen Methoden und vier Fallbeispiele finden sich in Kapitel 7.

In Kapitel 8 formuliere ich abschließende Gedanken in einem persönlichen Schlusswort. Es folgen in Kapitel 9 ein Anhang und in Kapitel 10 das Literaturverzeichnis.

Wichtig ist mir an dem hier vorgestellten traumasensiblen Seelsorge-Modell, dass es kein Manual darstellt mit einem festen Ablauf, den es einzuhalten gelte. Es geht vielmehr um Haltungen und Grundprinzipien für die Arbeit mit traumatisierten Menschen. Dabei bildet das Eröffnen von *Möglichkeitsräumen*¹ für persönliche *Wandlungsprozesse* das übergeordnete Leitprinzip. In den einzelnen *Wandlungs-Räumen* wird dies in Kapitel 6 konkret entfaltet. Das bedeutet für den Seelsorger, die Seelsorgerin mit seiner/ihrer ganzen Person involviert zu werden, diese Haltungen und Grundprinzipien und die daraus resultierenden Methoden und Interventionen leibhaftig zu leben, zu verkörpern, statt sie als bloße Techniken anzuwenden. Seelische Traumata und Traumatisierungen fordern professionelle Helferinnen und Helfer heraus. Traumata stellen radikal die Sinn-Frage, stellen Sinn radikal in Frage. Es sind existenzielle Ereignisse mit ebensolchen Folgen, die existenzielle Antworten und Haltungen erfordern. Dass sie die eigene Person nicht überfordern und wie man sich davor schützen kann, ist ebenfalls ein wichtiges Anliegen dieses Buches.

Ebenfalls wichtig ist mir, dass die dargestellten Inhalte und Modelle offen sind für eine Adaption bzw. Modifikation innerhalb anderer spiritueller und religiöser Weltanschauungen. Ich schreibe in diesem Buch als christlicher Seelsorger in besonderer Weise für christliche Seelsorgerinnen und Seelsorger, weil dies meine spirituelle und religiöse Heimat ist. Dennoch lade ich professionelle *psychosoziale*

¹ Es handelt sich dabei um einen zentralen Begriff aus der systemischen Beratung und Therapie, dem ich die Raum-Metapher für mein Modell verdanke. Zu diesem Begriff s. Kapitel 2.4.3, Grundregel 5.

Begleiterinnen und Begleiter mit anderen Hintergründen ausdrücklich dazu ein, das in diesem Buch dargestellte theoretische und praktische Wissen und die dazugehörigen Methoden in ihr weltanschauliches Konzept zu übertragen. Im Text werde ich in der Regel auf diese Möglichkeit einer Adaption bzw. Modifikation nicht mehr eigens hinweisen.

Zwei Anmerkungen zum Sprachgebrauch: Zum einen vermeide ich (außer in Zitaten) den Begriff der „Störung“ für psychische Belastungen oder Erkrankungen, da ich ein systemisches und sinnorientiertes Krankheitsverständnis vertrete, kein rein medizinisch-reparaturorientiertes, d.h. es gibt immer einen guten Grund, warum Menschen diese oder jene somato-psychische Erkrankung bzw. Belastungsreaktion entwickeln. Zum anderen werden, um einen möglichst inklusiven Sprachgebrauch zu gewährleisten, ohne dass die Lesbarkeit erschwert wird, mal männliche und weibliche Formen gemeinsam genommen, mal nur die männliche Form, mal nur die weibliche Form jeweils im Wechsel und in einem ausgewogenen Mischungsverhältnis.

Am Ende dieses Vorworts möchte ich einigen wenigen Menschen danken, die mich in besonderer Weise in der Zeit der Arbeit an diesem Buch begleitet und unterstützt haben. Klaus Onnasch, der die ganze Zeit mitgedacht und mitgelesen hat, danke ich für die vielen fachlichen und persönlichen Anregungen sowie sein wertschätzendes Geleitwort. Christoph Morgenthaler danke ich für den fachlichen Austausch und das ebenfalls wertschätzende Geleitwort. Stefan von Rüden und dem KSA-Institut Heidelberg danke ich für die Möglichkeit(räume), viele der in diesem Buch dargestellten Inhalte in Form von Fort- und Weiterbildungen anderen Seelsorgerinnen und Seelsorgern nahebringen und dadurch weiterentwickeln zu können.

Ich danke Georg Reynders, dem dieses Buch sein professionelles Layout und das schöne Cover-Foto verdankt und der mir seit unzähligen Jahren bei vielen meiner Projekte fachlich und freundschaftlich mit Rat und Tat zur Seite steht. Ich danke dem theologischen Cheflektor des Kohlhammer-Verlags, Sebastian Weigert, für die fruchtbare Zusammenarbeit und die unzähligen Anregungen und Korrekturvorschläge.

Thomas Walter danke ich für fast 30 Jahre geistig-geistliche Wegbegleitung und Freundschaft und die tiefsinnigen Gespräche, mit denen er auch dieses neue Projekt begleitet hat. In stiller Verbundenheit danke ich Heinz Bederski, der mir Freund und spiritueller Weggefährte seit 1991 war und der die Veröffentlichung dieses Buches nicht mehr erleben durfte und sich wahnsinnig mit mir darüber gefreut hätte.

Meinen Eltern sage ich mit der Widmung zu diesem Buch Danke, denn sie haben mir nicht nur das Leben geschenkt, sondern sind bis heute immer in diesem meinem Leben für mich da. Schließlich danke ich meiner Frau Katja, die seit 16 Jahren Seite an Seite mit mir durch das Leben geht und mich mit ihrer zugewandten Art und positiven Lebenseinstellung stets stärkt und dabei unterstützt, erträumte *Möglichkeitsräume* Wirklichkeit werden zu lassen. Einer davon ist dieses Buch ...