



Traumagerechtes & traumasensibles Reden von Gott

IX. Konsequenzen der Psychotraumatologie für die existentielle Kommunikation

Die Frage einer zielgruppenspezifischen Sprache ist immer ein Problem, wenn es um die Wahrheit geht. Und doch ist die Wahrheit in irdenen Gefäßen nicht unabhängig von der Perspektive. So frage ich in diesem Abschnitt nach der Anschlussfähigkeit des Redens von Gott für Menschen mit Traumaerfahrungen. Ich frage danach, wie die Perspektive der Opfer in der Rede von Gott vorkommt und ob sie so vorkommen kann, dass Opfer traumatischer Erfahrungen in der Kirche wieder eine Heimat finden können.

69 ///

Opfererfahrungen sind alt- und neutestamentlich Entstehungsort von Theologie, gehören zum Kern unseres Redens von Gott. Wo gelingt es uns heute, im Reden von Gott Opfererfahrungen in den Mittelpunkt zu stellen?

In meiner Beschäftigung mit dieser Frage habe ich neben seelsorglichen Gesprächen wesentlich von Kristina Augst⁸³ profitiert und gebe im Folgenden vieles weiter, das ich in einem Seminar mit ihr und aus ihrem Buch lernen durfte. Vieles habe ich noch tastend und in Fragen formuliert, was in konkreten Gesprächen durchzubuchstabieren wäre.

Überall dort, wo ich von Gott rede, ob in Andachten, Diskussionen oder seelsorglichen Gesprächen, stellt sich die Frage: Welche Grunderfahrungen, welche Lebenserfahrungen nehme ich auf und welche nicht? Welche Geschichten – auch biblische Geschichten – erzähle ich und welche nicht? Welche theologischen Themen nehme ich auf und welche eher nicht?

Wie kommt in unserem Reden von Gott in der Jugendarbeit die Sehnsucht der Opfer traumatischer Erfahrungen vor, dass ihr Leid gesehen und anerkannt wird? Wie kann ich von Vergebung sprechen, dass es auch die Opfer entlastet und dass Vergebung nicht zu einer unbarmherzigen Forderung für die Opfer wird? Wie kommt in unserem Reden von Gott die Sehnsucht der Opfer nach Gerechtigkeit und Wiedergutmachung vor?

83 // Vgl. Augst, Kristina: Auf dem Weg zu einer traumagerechten Theologie. Religiöse Aspekte in der Traumatherapie – Elemente heilsamer religiöser Praxis. Praktische Theologie heute Bd.121. Stuttgart 2012.



Das Thema **Gerechtigkeit** ist eines, das Opfer traumatischer Erfahrungen mitbringen. Als Christinnen und Christen haben wir dazu etwas zu sagen. „Wie kann Gott so etwas zulassen?“ wird von Betroffenen immer wieder gefragt. Damit wird die Frage nach dem gerechten Gott, die Theodizeefrage verknüpft. Die Theodizeefrage ist vom lateinischen Gerechtigkeitsbegriff her gedacht (Justitia), in dem es um Gleichheit und Ausgleich geht. Im Kontext von Trauma wäre vom hebräischen Gerechtigkeitsbegriff her zu denken: Zedaka, wörtlich übersetzt mit: Gemeinschaftstreue. Das kommt dem Gerechtigkeitsbegriff, den ich in der Traumapädagogik nutze, sehr nahe: „Gerechtigkeit ist nicht, wenn alle das Gleiche bekommen, sondern wenn jede und jeder das bekommt, was er und sie braucht.“

Gott als Gerechtigkeit schaffende Beziehungsmacht wäre dann als eingreifende Schutzmacht zu denken, wie es in vielen Psalmen formuliert ist. Hier gilt es, jugendgerechte Sprachformen zu entwickeln. Die Rede von einem strafenden oder rächenden Gott dagegen wäre aus der Perspektive der Trauma-dynamik eine Rachephantasie, die Ohnmacht kompensiert. Strukturell könnte man von einem Täteranteil (Täterintrojekt)sprechen. Hier wird das Normen- und Wertesystem von Tätern übernommen, die destruktive Gewalt für eine angemessene Lösung halten und in dem Leid des Gegenübers einen Gewinn für sich sehen. Zu den religiösen Denkmustern, die möglicherweise traumainduziert – durch traumatische Erfahrungen hervorgerufen – sein können, gehört auch der Exorzismus. Hier werden Retterfantasien mit Phantasien der Auslöschung des Bösen verbunden. Gerade katholische Kollegen berichten, dass die Nachfrage von Traumatisierten nach Exorzismen zunimmt und gar nicht so leicht abzuwehren ist.

Auch mit Vorstellungen von **Vergebung** könnte es einen traumasensiblen Umgang geben. Für traumatisierte Opfer kann es wichtig sein, von Vergebung nicht als „spirituelles Löschen“, sondern als einen Akt zu reden, in dem Unrecht angesprochen und dann losgelassen wird. Vergebung ist biblisch als ein von oben nach unten, vom Gleichgestellten oder Höhergestellten ausgehend gedacht und nicht umgekehrt. Vergebung könnte nach Kristina Augst auch heißen: Ich vergebe mir selbst, dass die Traumatisierung aus mir einen Menschen gemacht hat, mit dem ich selbst nicht immer glücklich bin.

Durch eine Traumatisierung kann es zu einer **Veränderung des Gottesbildes** kommen. Gottfried Fischer spricht in seiner Definition von Trauma davon, dass es zu einer dauerhaften „Erschütterung von Selbst- und Weltverständnis“⁸⁴ kommt. Damit verändert sich auch das Gottesbild. Weil die Gedanken, die man in der traumatischen Situation zu sich selbst, der Welt und Gott gehabt hat, fragmentiert gespeichert werden, den Kontakt zur Situation verlieren und damit generalisieren, kommt es durch die traumatische Erfahrung zu einem dauerhaft veränderten Selbst-, Welt- und Gottesbild. Drei Phänomene der Trauma-dynamik schlagen sich dort nieder: die negative Bewertung, die Abspaltung (Fragmentierung) und die Beziehungsirritation. Wenn ich in der traumatischen Situation gedacht habe: „Ich bin verloren, die Welt ist ein unsicherer Ort für mich und Gott schützt mich nicht!“, so kann ich diese Gedanken nicht der traumatischen Situation als vergangen zuordnen, sondern halte sie für generell gültig. Negative Gedanken aus der Situation von Ohnmacht und Ausgeliefertsein lösen sich vom Kontext ab, generalisieren und prägen fortan das Selbst- und Weltbild. Das gilt insbesondere für die Kategorien von Selbstwert, Sinn, Sicherheit und Schuld.

Traumatisierungen haben immer auch Auswirkungen auf die Bindungs- und Beziehungsgestaltung. Weil man von Bindungspersonen Schutz erwartet, der aber in der traumatischen Situation gefehlt hat, kommt es durch die Traumatisierung zu einer Irritation in den Bindungsbeziehungen, oft auch zu einer Irritation in der Gottesbeziehung. Der Betroffene fühlt sich unwert, im Stich gelassen und betrogen. Wo innerfamiliäre Gewalt die Ursache war, taugen Familienbilder oft nicht mehr, um die Gottesbeziehung zu beschreiben. Wie kann ich so von Gott reden, dass eine Neukonstruktion des Selbst-, Welt- und Gottesbildes möglich wird? Wie können in der Traumatisierung festgefrorene Gedanken, Bilder und Erzählungen durch unser Reden von Gott wieder verflüssigt werden? Wie können wir Zeugnis geben von einem Selbst-, Welt- und Gottesbild jenseits der Traumatisierung?

Kristina Augst schlägt für das seelsorgliche Handeln mit Traumatisierten als Rolle das „Zeuge Sein“ vor: **Zeuge Sein der traumatisierten Person gegenüber und Gott gegenüber**, nicht neutral sein, sondern empathische Zeugenschaft von Leid übernehmen.

Wie kann die Beziehungserfahrung mit Gott wieder in den Fluss gebracht werden? Wie kann jemand nach traumatischen Erfahrungen wieder einen Gott erfahren, der Grenzen setzt und schützt und tröstet? Wie kann er sich in der Not an ihn wenden und Trost und Emotionsregulation erfahren, wie es die Aufgabe von Bindung ist? Welche Grundformen der Rede mit Gott nehme ich auf in meinen Andachten und Gebeten? Dominieren Dank oder Klage? Die **Klage** ist für Traumatisierte vielleicht der erste Zugang wieder zu Gott, und sie ist vielleicht die einzige Redeform, in der die Theodizeefrage angemessen gestellt werden kann. Dabei könnte Klage auch verstanden werden als der Versuch, Gott an sein Versprechen zu erinnern und damit aus der Ohnmacht und der Einsamkeit wieder ins Handeln und ins Gespräch zu kommen.

Der **biblische Kanon** bietet eine riesige Auswahl an Geschichten, und wir alle haben Lieblingsgeschichten, Geschichten, die wir immer wieder wählen, wenn wir von Gott erzählen und andere, die wir eher nicht wählen. Für Traumatisierte sind Geschichten anschlussfähig, die das Unverständliche und Fragmentarische des Lebens offenlassen. Geschichten, die von Zerrissenheit und Schmerz berichten. Geschichten, die gegen den Optimierungszwang unserer Zeit das menschliche Leben als fragmentarisch beschreiben.

Die Erfahrungen von Traumatisierten entsprechen dem biblischen **Heilungsverständnis**, in dem körperliche und seelische Heilung zusammengedacht werden, Heilung als ein soziales Geschehen verstanden wird und Heilung als Realität und als eschatologische Vision gesehen wird, die hier auf Erden nie ganz erreicht wird.

Die Geschichte meiner Wahl (und das kann für andere ganz anders sein!) ist die Erzählung von Jakobs Kampf am Jabbok. Jakob wird im Fluss angegriffen, in der Gefahr und im Übergang. Und es ist ihm, als kämpfe er mit Gott. Jakob ist allein in diesem Kampf, er überlebt ihn und es geht ihm die Sonne wieder auf. Er ist gesegnet und er hinkt an seiner Hüfte. Narben des Traumas und posttraumatisches Wachstum sind nebeneinander möglich.

84 // Fischers Definition von Trauma: „vitaler Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und den individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit Gefühlen von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine dauerhafte Erschütterung von Selbst- und Weltverständnis bewirkt.“ Vgl. Fischer, Gottfried – Riedesser, Peter: Lehrbuch der Psychotraumatologie. 3. Aufl.2003, S.82.