



Katholische Landeskirche Graubünden
Baselgia catolica Grischun
Chiesa cattolica del Grigioni

«DU SOLLST DIR KEIN BILDNIS MACHEN ...»

Die Katholische Landeskirche Graubünden nimmt zahlreiche und vielfältige Aufgaben und Funktionen wahr. Eine dieser Funktionen ist die Mitfinanzierung der Ehe-, Familien- und Lebensberatung. In Zusammenarbeit mit der Evangelisch-reformierten Landeskirche Graubünden ist dies die Beratungsstelle «Paarlando».

Arno Arquint, Theologe, Psychologe, Religionswissenschaftler, Psychotherapeut ILE/IFP (Logotherapie und Existenzanalyse) und Kommunikationstrainer, arbeitet seit vielen Jahren bei «Paarlando». Dem «Pfarreiblatt Graubünden» hat er einen Einblick in seine Arbeit gewährt.

Arno Arquint, wer kommt in eine Beratung?

In die Beratung kommen Menschen unterschiedlichen Alters. Der grösste Teil ist zwischen 30 und 60 Jahre alt, aber es kommen auch Jugendliche und über 90-Jährige. Sie kommen als Einzelperson oder als Paar.

Was sind die häufigsten Themen?

Alle möglichen Themen werden angesprochen. Die Paarberatung umfasst die ganze Palette der Fragen, wohin die Liebe gegangen ist. Dreiecksbeziehungen, Seitensprünge, Themen wie Nähe, Distanz, Balance zwischen Bestimmen und Bestimmtwerden ... Aber auch Lebensfragen, Entscheidungssituationen, therapeutische Bereiche wie Ängste, Süchte oder Zwänge werden thematisiert.

Haben Sie ein Spezialgebiet?

In der Paarberatung habe ich einen eigenen Ansatz, die emotionsfokussierte Paartherapie.

Was ist das?

In der emotionsfokussierten Paartherapie geht es darum, dass die Menschen wieder in eine echte Beziehung – in Verbindung – miteinander kommen, wenn diese Verbindung durch irgendetwas getrennt ist. Es wird stark über das Zeigen und Reden der eigenen Emotionen gearbeitet. Für mich ist es ein spannender Ansatz, denn es ist genau das, was wir in einer Paarbeziehung suchen: in Verbindung sein und stehen. Es geht nicht darum, wer recht hat, sondern wie sich ein Paar gegenseitig tragen, ertragen und unterstützen kann. Das läuft über Emotionen, denn Paarbeziehungen sind hochkomplex. Jede und jeder

bringt seine Familie und seine Geschichte mit. Es braucht viel Mut, sich zu öffnen und zu offenbaren, aber schlussendlich geht es darum, gemeinsam zu wachsen.

*Es geht nicht darum,
wer recht hat, sondern wie sich
ein Paar gegenseitig
tragen, ertragen und unterstützen kann.*

Reden kann auch verletzen

Reden ist zentral, aber nur wenn es Verbindung schafft. Es ist leider so, dass ein Gespräch oft mehr Distanz, mehr Unklarheit, Verletzungen oder Abbruch schaffen kann. Deshalb ist es wichtig, dass ein Gespräch auf Verständnis basiert. Es muss um das gegenseitige Verstehen gehen.

Bei Paaren ist es oft so, dass einem ersten Teil das Emotionale, das Gesehen- und Verstandenwerden wichtiger ist als dem anderen, zweiten Teil. Für diesen zweiten Teil ist es einfach wichtig, dass der Partner oder die Partnerin da ist. Wir sprechen dann von einem «Verfolger» und einem «Fliehenden». Deutlich wird dies im Gespräch, v. a. in Konfliktsituationen. Interessanterweise kann ein Mensch je nach Situation vom «Fliehenden» zum «Verfolger» werden und umgekehrt. In einer solchen Situation ist es wichtig, zu sehen, dass der «andere», zum Beispiel als «Fliehender», nicht unterkühlt ist, sondern dass der Rückzug seine Schutzschicht ist. In der Gegenposition merkt der «Fliehende», dass der «Verfolger» nicht so aggressiv oder giftig ist, sondern hinter seinem Verhalten eine grosse Not steckt: Er oder sie will in Kontakt kommen, zeigt es aber ungeschickt.

Wenn man diese Mechanismen begreift, kann man kurz aus dem Gespräch gehen und den Teufelskreis erkennen, in dem man steckt. Paare müssen das Muster zuerst erkennen, das sie in Konfliktsituationen anwenden, um es verändern und in eine fruchtbare Kommunikation eintreten zu können.

Weshalb wird eine solche Beratungsstelle wie «Paarlando» von kirchlicher Stelle getragen? Gibt es nicht schon genug weltliche Beratungsangebote?

Das hat grundsätzlich historische Gründe. In der Schweiz schreibt das Gesetz den Kantonen vor, dass es Paarberatungsstellen geben muss, die auch für finanziell schwach gestellte Menschen bezahlbar sind. Der Kanton Graubünden sah, dass die Kirchen dieses Angebot schon haben und beschlossen, mit den Kirchen zusammenzuarbeiten. So ist die Stelle von den beiden Landeskirchen getragen, aber der Kanton Graubünden finanziert einen grossen Teil.

Brachte die Mitwirkung des Kantons eine Änderung mit sich?

Es gibt kantonale Vorgaben – beispielsweise eine gewisse Anzahl Stunden, die nachgewiesen werden müssen oder die Ausbildungssicherheit. Auch wenn «Paarlando» von den beiden Landeskirchen getragen wird, arbeiten wir konfessionell und religiös neutral. Religion und Spiritualität haben Platz, wenn es eine positive Ressource für die Menschen ist.

Fällt Ihnen das als Theologe schwer?

Das ist eine allgemein therapeutische Frage – wie geht man um, wenn ein Patient andere Werte vertritt. Ich habe zwar eine klare Position, die ich auf Nachfrage auch vertreten kann, aber es geht nicht darum, meine Position zu diskutieren. Vielmehr geht es um mein Gegenüber, um den Klienten oder die Klientin. Das fällt mir nicht schwer. Das ist in allen Beratungen eine Frage der Grenzen und deren Einhaltung.

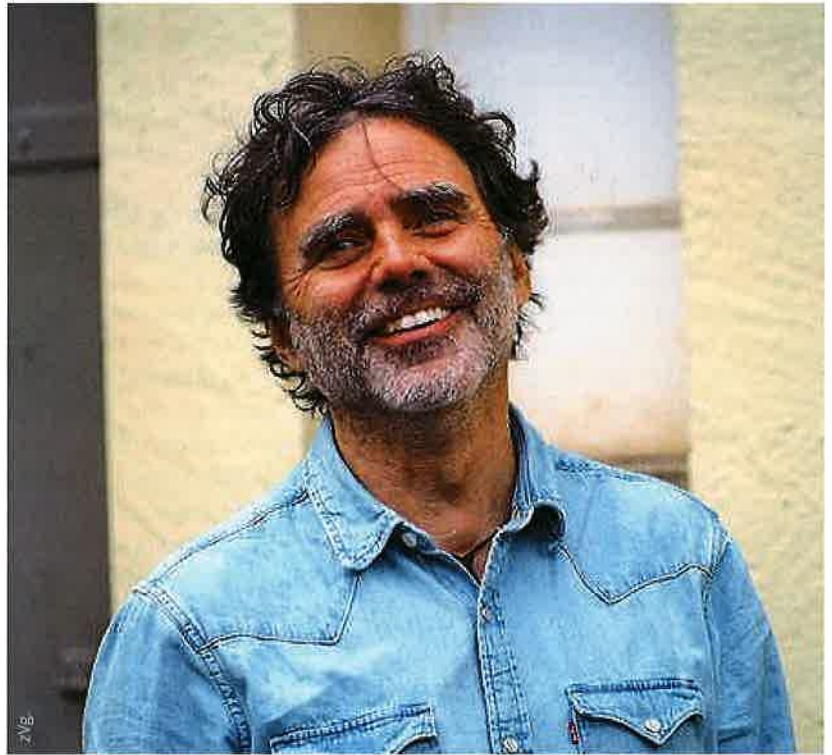
*Der Satz aus dem Alten Testament
«Du sollst Dir
kein Bildnis machen»,
ist in meiner Arbeit entscheidend.*

Inwiefern spielt die Theologie eine Rolle in Ihrer Arbeit?

In der Arbeit spielt sie in Bezug auf das Menschenbild eine wichtige Rolle. In der Logotherapie und der Existenzanalyse ist es fast das gleiche Menschenbild wie das jüdisch-christliche: Jedes Lebewesen hat eine Würde und ist etwas Einzigartiges. Einige Klienten kommen auch mit spirituellen oder religiösen Fragen.

Und inwieweit stützt Sie der persönliche Glaube?

Mein persönlicher Glaube verändert sich ständig über das ganze Leben hinweg. Mein Glaube hat immer weniger zu tun mit «Dinge wissen». Meine Spiritualität ist genährt von der mystischen Tradition. Der Satz aus dem Alten Testament «Du sollst



Dir kein Bildnis machen», ist in meiner Arbeit entscheidend. Ich nehme und sehe den Menschen, wie er jetzt gerade da ist. Ohne zu bewerten oder zu verurteilen.

Sie sind seit 23 Jahren in der Lebens- und Paarberatung tätig. Haben sich die Probleme oder potenziellen Konflikte innerhalb von Beziehungen in den letzten Jahrzehnten verändert?

Der Mensch hat sich nicht total verändert. Er hat im Wesentlichen die gleichen Wünsche: Sicherheit, Geborgenheit, geliebt werden. Das waren und sind die zentralen Punkte.

Durch das Verlieren von Traditionen in der Gesellschaft, auch der religiösen Traditionen, gibt es nicht mehr klare Werte, die gegeben sind, wie beispielsweise Treue oder Wahrheit. Alles muss neu diskutiert, neu entdeckt werden. Das macht das Leben vermutlich ein bisschen komplizierter und interessanter. Es geht heute viel stärker um persönliche Entscheidungen. So sind Trennung und Scheidung kein Skandal mehr oder man wagt laut über monogame Paarformen, offene oder polygame Beziehungen nachzudenken. Aber auch die neuen Medien machen etwas mit Paaren – wie man sich kennenlernt, die ganzen Sexualitätsgeschichten, Pornografie, Ablenkung, um einige Stichworte zu nennen.

Ist die Kommunikationsfähigkeit in den letzten Jahrzehnten wirklich gesunken, wie gerne behauptet wird?

Das könnte ich nicht behaupten. Beim Sprechen über die Innenwelt und die Emotionen waren

Arbeitet seit vielen Jahren bei «Paarlando», der kirchlich finanzierten Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Chur: Arno Arquint.

wir weder früher toll unterwegs noch sind wir es heute. Ich beobachte, dass die Gesellschaft eher offener geworden ist. War es früher tabu eine Beratungsstelle aufzusuchen, ist das heute für jüngere Menschen selbstverständlich.

Merken Sie in der Beratung einen Unterschied zwischen religiösen und nichtreligiösen Menschen?

Wir haben sehr Wenige, die sich als extrem religiös bezeichnen. Es gibt jedoch viele Menschen, die durch den Glauben eine Sicherheit und Geborgenheit haben. Die kommen eher selten zu mir, denn sie haben das Vertrauen, dass ihnen nichts passieren kann und dass sie in Ordnung sind, wie sie sind – sie sind angekommen. Das sind Menschen, die nicht unbedingt Beratung brauchen. In meiner Arbeit geht es stark darum, sich selber anzuschauen, auch bezüglich der

existenziellen Fragen: Wer bin ich? Wer will ich sein? Deshalb ist es für mich zentral, dass sich die Menschen hier öffnen können, ohne verurteilt oder in ein Kästchen gedrückt zu werden. Ich bin in der Situation ein Mitmensch, ein Gegenüber.

Was tun Sie, wenn Sie mit einem Klienten an Ihre Grenzen kommen?

In Situationen, in denen ich an meine Grenzen komme, versuche ich dem Gegenüber genau zuzuhören und etwas zu finden, was uns verbindet. Das ist zentral. Die Einsicht, dass ich zu Unglaublichem fähig wäre, wenn in meinem Leben nur dies oder das anders gelaufen wäre, hilft mir, nie ins Verurteilen abzurutschen. Weil ich mich in der Zwischenzeit sehr gut kenne, fällt es mir nicht so schwer, die Abgründe der anderen ein Stück weit nachvollziehen zu können. (sc)
