

Emanzipation und Resilienz

Nachhaltige Wege aus der Abhängigkeit

Valentin Dessoy

1. Perspektive, Aufbau und Intention

Der folgende Beitrag ist aus systemtherapeutischer Perspektive geschrieben. Individuen und ihr Verhalten werden darin nicht isoliert betrachtet, sondern im Interaktionszusammenhang gesehen. Veränderungen werden wesentlich durch Unterbrechung dysfunktionaler Muster und Routinen in Gang gesetzt.

Der Text beschäftigt sich zunächst mit der Frage, wie Religion und Macht zusammenhängen, was Machtmissbrauch kennzeichnet und über welche Mechanismen in der Kirche in der Vergangenheit Macht ausgeübt wurde, so dass Menschen bis heute strukturell in Abhängigkeit gebracht und dauerhaft darin gehalten werden.

Im zweiten Schritt wird analysiert, wie kirchliche Akteure mit den kognitiven und emotionalen Dissonanzen umgehen, die in moderner, aufgeklärter Gesellschaft mit der Aufrechterhaltung des absoluten, normativen Anspruchs der Amtskirche trotz Machtmissbrauch und dessen Vertuschung notwendig einhergehen. Die Analyse macht deutlich, dass lineare Attributionen oder Schuldzuschreibungen die zu beobachtenden Phänomene auf systemischer Ebene kaum erklären können. Das Beteiligtsein der Akteur:innen reicht wesentlich tiefer und entwickelt aktuell eine neue, toxische Qualität der Verstrickung.

Auf diesem Hintergrund geht es schließlich um die zentrale Frage, wie es gelingen kann, sich als gläubiger Mensch, als freiwillig Engagierte:r oder als haupt-/nebenberufliche:r Mitarbeiter:in aus bestehenden Abhängigkeiten bzw. Co-Abhängigkeiten zu befreien und aus destruktiven Verstrickungen auszusteigen.

Die Intention des Textes ist gänzlich unpolitisch. Es geht nicht um einen „Leitfaden für Empörer:innen“ oder ein „Handbuch für Widerständige“. Eine solche Agenda wäre eine verdeckte Instrumentalisierung jener, deren Gewalterfahrungen in diesem Buch zur Sprache gebracht werden sollen, und damit ein erneuter Machtmissbrauch. Intendiert ist Empowerment, ein Zugewinn an Selbstwirksamkeit¹ und Resilienz² – durch ein besseres Verstehen dessen, was passiert, durch die Erlaubnis, sich von Schuldinduktion und moralischen Skrupeln zu lösen, durch Ermutigung zu Selbststeuerung, zum Abwägen von Gewinn und Verlust, zum Einsatz wirkungsvoller Mittel der Abgrenzung, des verantworteten Widerstands, der kritischen Mitwirkung und Gestaltung – oder auch zum Gehen in Würde.

2. Ohnmacht und Abhängigkeit

2.1. Religion und Macht

Religion und Macht gehören im Ursprung zusammen. Religionen berühren Menschen im Innersten. Sie bieten Geborgenheit und Schutz, versprechen Heil. Dafür fordern sie im Gegenzug Wohlverhal-

¹ Unter Selbstwirksamkeit (self-efficacy beliefs) versteht die kognitive Psychologie die Überzeugung einer Person, Herausforderungen und schwierige Situationen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können. Das Konzept stammt von dem amerikanischen Psychologen Albert Bandura (vgl. Bandura, A., Self-efficacy. The exercise of control, New York 1997).

² Resilienz bezeichnet in der Psychologie die innere Widerstandskraft eines Menschen, seine Fähigkeit, Stress und Krisen mit Hilfe der eigenen Ressourcen zu bewältigen. In diesem Sinne verwendet ihn etwa Emmy Werner (vgl. Werner, E., Vulnerable, but Invincible, New York 1982).

ten und Gehorsam ein. Wenn es ihnen gelingt, eine mit absoluter Macht ausgestattete göttliche Instanz im Denken und in den Herzen der Menschen zu installieren und sich die Verfügungsgewalt hierüber zu sichern – z.B. in Form eines göttlichen Gesetzes, einer göttlichen Offenbarung oder einer Heiligen Ordnung, die es zu wahren gilt – haben ihre Repräsentant:innen „unbegrenzte Macht, das Erleben und Verhalten der Menschen zu normieren, zu steuern und zu kontrollieren.“³

Insbesondere jene Religionen – wie Christentum und Islam – in denen ein monotheistischer Gottesbegriff als Inbegriff des Absoluten zum zentralen Bezugspunkt geworden ist, „bergen in ihrer DNA die Anlage zu systemischer Machtasymmetrie, vorausgesetzt es gelingt ihnen, dafür zu sorgen, dass die Menschen das Feld nicht ohne weiteres verlassen (z.B. nicht austreten) können. Auf diese Weise entsteht strukturelle Abhängigkeit und Vulnerabilität.“⁴

2.2. Macht und Machtmissbrauch

Macht kommt von „machen“ und ist nicht per se schlecht. Macht ist notwendig, um Systeme in verlässlicher Weise zu steuern und zu entwickeln. Machtausübung bedeutet also nicht automatisch Machtmissbrauch.

Wenn hier von Macht gesprochen wird, ist damit eine bestimmte Form der Kommunikation gemeint, bei der eine:r der Kommunikationspartner:innen seinem:ihrem Willen in einer Art Ausdruck verleiht, dass der:die andere Partner:in sich in seiner Anschlusskommunikation so darauf bezieht, dass er:sie entweder der wahrgenommenen bzw. intendierten Erwartung Folge leistet („Macht“ im Sinne Max Webers⁵) oder „sie als Einladung zu einer frei von Zwang erfolgenden Verständigung auf einen gemeinsamen Willen versteht („Macht“ im Sinne von Hannah Arendt⁶)“⁷.

Machtmissbrauch in einer vertikalen (Macht-)Beziehung (z.B. Führungskraft mit Vorgesetztenfunktion gegenüber Mitarbeitenden) liegt vor, wenn

- die „Durchsetzungsmacht“ (i.S. Webers) entgegen und außerhalb der im System geltenden und wechselseitig committeten Regeln des Systems eingesetzt wird (ein:e Mitarbeiter:in committet die Regeln der Organisation bei Eintritt in / Nicht-Austritt aus der Organisation) oder
- die „Durchsetzungsmacht“ innerhalb der geltenden Regeln zur Realisation eigener Interessen benutzt wird, die den Interessen der Organisation und/oder der Mitarbeitenden zuwiderlaufen bzw. deren Integrität verletzen (Instrumentalisierung)

Ein verschärfter Machtmissbrauch liegt bei struktureller Abhängigkeit vor, also immer dann, wenn die betroffene Person das Feld nicht ohne weiteres verlassen kann, da sie annimmt, dadurch z.B. im Jenseits bestraft zu werden oder – profaner – ihren Job zu verlieren bzw. aufgrund ihrer bisherigen Berufsbiografie außerhalb der Organisation keine (angemessene) Anstellung zu finden.

³ Desso, V., Zukunft der Kirche im Prozess des gesellschaftlichen Wandels, in: Drumm, J., Oeben, S. (Hrsg.), CSR und Kirche. Die unternehmerische Verantwortung der Kirchen für die ökologisch-soziale Zukunftsgestaltung, 47-65, 49.

⁴ Ebenda, 49.

⁵ Max Weber (1864-1920) definiert Macht – losgelöst von der Frage ihrer Quellen bzw. ihrer Legitimation – als „jede Chance, innerhalb einer sozialen Beziehung den eigenen Willen auch gegen Widerstreben durchzusetzen, gleichviel, worauf diese Chance beruht“ (Weber, M., Wirtschaft und Gesellschaft. Grundriß der verstehenden Soziologie, Tübingen ⁵1972, 28).

⁶ Bei Hannah Arendt (1906-1975) entspricht Macht „(...) der menschlichen Fähigkeit, nicht nur zu handeln oder etwas zu tun, sondern sich mit anderen zusammenzuschließen und im Einvernehmen mit ihnen zu handeln“ (Arendt, H., Macht und Gewalt, München 1990, 45).

⁷ Desso, V., Grundlegung – Macht und System, in: Desso, V., Hahmann, U., Lames, G. (Hrsg.), Macht und Kirche, Würzburg 2021, 14-23, 16.

Machtmissbrauch kann es aber auch in horizontal angelegten (Macht-)Beziehungen geben, z.B. seitens Führungskraft, die sich als Coach versteht oder seitens externer Beratung, wenn

- „Wirkmacht“ (i.S. Ahrends) eingesetzt wird, um Menschen zu verleiten, ohne umfängliche Kenntnis der Konsequenzen und ohne bewusste und explizite Entscheidung der Beteiligten gegen die Regeln des eigenen Kontextes (der Organisation) zu verstoßen mit der Gefahr, dass der Weg scheitert und die Beteiligten die Konsequenzen tragen müssen oder
- unter gleichen Prämissen Ziele angestrebt werden, die den Zielen der Organisation oder der Beteiligten zuwiderlaufen bzw. ihnen widersprechen (Instrumentalisierung)

Ein verschärfter Machtmissbrauch liegt hier vor, wenn die Beteiligten in einer psychosoziale Abhängigkeit gefangen sind und die Beziehung aus Loyalitätsgründen nicht verlassen können.

2.3. Macht und Abhängigkeit

Eine Person, die Macht ausübt, macht ein Beziehungsangebot. Um dieses Angebot zu untermauern, d.h. die Wahrscheinlichkeit einer komplementären Anschlusskommunikation zu erhöhen, setzt sie bestimmte Mittel⁸ ein: etwa Recht/Gesetz, Eigentum/Geld, Wissen/Wahrheit, Glaube/Moral. Niklas Luhmann nennt diese Mittel symbolisch generalisierte Kommunikationsmedien.⁹ Sie motivieren oder treiben den:die Kommunikationspartner:in zur Annahme des Kommunikationsangebotes. Je mehr man davon besitzt, desto höher ist die erwartbare Gegenleistung, i.S. von Sich-Einlassen, Entgegenkommen, Wohlverhalten, Gehorsam etc.

Die symbolisch generalisierten Kommunikationsmedien sind binär kodiert. Sie definieren Systemgrenzen dichotom i.S. einer zweiwertigen Logik über Unterscheidungen wie »wahr/ nicht wahr«, »recht/ unrecht«, »fromm/ nicht fromm«, »moralisch/ unmoralisch« bzw. »solvent/ insolvent« und schränken die Möglichkeit einer differenzierten Anschlusskommunikation ein. Ihre Wirksamkeit beruht auf dem (Zwangs-)Mittel der Androhung von Exklusion. Dadurch erhöht sich der Druck, in das Beziehungsangebot einzuwilligen.

Das Gefühl von Ohnmacht entsteht, wenn Menschen den Eindruck haben, die Kontrolle über die Wahl ihrer Handlungsmöglichkeiten zu verlieren. Das Bedürfnis, das eigene Leben und die Umgebung aktiv mitzugestalten, ist in jedem Menschen in jedem Menschen grundgelegt. Er ist bestrebt, Zustände in sich selbst und Ereignisse in seiner Umwelt zu verstehen, vorherzusehen und nach Möglichkeit zu kontrollieren, um handlungsfähig und wirkmächtig zu bleiben. Wird dies unterbunden, erfahren sich Menschen als ohnmächtig, was erheblichen Stress auslöst, um die Kontrolle wiederzugewinnen.

Abhängigkeit ist eine Beziehung, in der ein:e Kommunikationspartner:in das Kommunikationsfeld nicht oder nicht ohne Schaden verlassen kann bzw. der festen Überzeugung ist, dass sie das nicht kann. Abhängigkeit ist allerdings nicht per se schlecht. Abhängigkeitsbeziehungen sind von ihrem Ursprung her bzw. in ihrer Kernintention oftmals sorgende Beziehungen. So sind Kinder über eine lange Zeit von der Sorge ihrer Eltern abhängig, Institutionen wie Kindergarten, Schule oder Krankenhaus basieren auf asymmetrischen Abhängigkeitsbeziehungen. Die genannten Sozialisationsinstanzen folgen allerdings der Grundintention, die anvertrauten Menschen wachsen und zu selbstständigen Individuen heranreifen zu lassen. Erfahrung von Wirkmächtigkeit und Emanzipation sind Kern des Programms.

Wenn die Erfahrung von Abhängigkeit und Ohnmacht zusammenkommen, werden Beziehungen destruktiv und machen krank. Anhaltende Erfahrung von Kontrollverlust ohne die Möglichkeit, das

⁸ Bauer-Jelinek spricht von Quellen der Macht (vgl. Bauer-Jelinek, C., Die helle und die dunkle Seite der Macht, Wien 2000).

⁹ Luhmann, N., Die Gesellschaft der Gesellschaft, Frankfurt am Main 1998.

Feld zu verlassen (weil Abhängigkeit besteht), kann zu „gelernter Hilflosigkeit“¹⁰, zu erhöhter „Verwundbarkeit“ (Vulnerabilität),¹¹ zu ohnmächtiger Abhängigkeit und Resignation führen.

Von struktureller Abhängigkeit spricht man, wenn die Logik von Systemen, die Verfasstheit von Organisationen auf Machtasymmetrie und Abhängigkeit basieren. Die Kirche hat über viele Jahrhunderte physische und psychische Macht ausgeübt, als Heilige Ordnung immunisiert und damit Abhängigkeit strukturell verankert.

3. Machtausübung in und im Namen der Kirche

Nachdem die junge Kirche in den ersten Jahrhunderten vielfach verfolgt und unterdrückt wurde, wendete sich das Blatt gegen Ende der römischen Kaiserzeit, als sie schrittweise zur Staatsreligion erhoben wurde. Ab dem frühen Mittelalter war die Drohung und Anwendung physischer Gewalt ein probates Mittel, Menschen vom christlichen Glauben zu überzeugen. Karl der Große ließ bei seinen Kriegen, etwa gegen die heidnischen Sachsen von 772 bis 804, alle hinrichten, die den christlichen Glauben nicht annehmen wollten.¹² Das ist – zynisch gesprochen – sehr überzeugend.

Diese Praxis setzte sich im hohen Mittelalter nach außen in Form der Kreuzzüge fort. Aber auch nach innen hatte Kircheng Zugehörigkeit und daraus resultierendes (Wohl-)Verhalten handgreifliche Plausibilität und unmittelbar Relevanz: Wer gegen bestimmte zentrale Regeln verstieß, wurde exkludiert (exkommuniziert) und war fortan vogelfrei. Er konnte sich seines Lebens nicht mehr sicher sein und die Wahrscheinlichkeit, dass er diesen Zustand über längere Zeit überlebte, war gering.¹³

Die Erfindung des Buchdrucks hatte enorme gesellschaftliche Auswirkungen. Die Gedanken der Menschen waren nicht mehr mit den bis dahin gebräuchlichen Mitteln zu kontrollieren. Peter F. Drucker spricht von einer neuen Medienepoche, die von umfangreichen gesellschaftlichen Veränderungen begleitet war.¹⁴ Die mittelalterliche Ständegesellschaft wich der modernen funktionalen Gesellschaft. Durch die erfolgreiche Reformation war die Monopolstellung der Kirche dahin und mit der Säkularisation und der Auflösung des Kirchenstaates 1870 begann der unaufhaltsame Verlust ihrer wirtschaftlichen und politischen Macht. Die Ausübung unmittelbaren physischen Zwangs durch kirchliche Organe oder in deren Namen war in der Folge nicht mehr ohne weiteres möglich, wengleich es die Verquickung von Kirche und Staat bis in die jüngere Vergangenheit gab und gibt.

Die Ausübung von Macht, um Abhängigkeit zu erzeugen, war in der katholischen Kirche damit allerdings nicht zu Ende. Sie wurde subtiler, aber nicht weniger effizient. In der Zeit der Volkskirche wurden die Mechanismen der Machtausübung weiter perfektioniert. Die Technik „Macht über Menschen auszuüben, die der Einzelne, solange er: sie sich im kirchlichen Kontext bewegt, kaum spürt, und der er sich, sofern er das Feld nicht verlassen kann, nicht entziehen kann, geschweige denn in Frage stellen oder angreifen wird“¹⁵ nennt Michel Foucault „Pastoralmacht“. Sie basiert auf der

¹⁰ Seligman, M. E. P., *Erlernte Hilflosigkeit*. München, Wien, Baltimore 1979.

¹¹ Vulnerabilität wird in der Psychologie als Gegenteil von Resilienz verstanden. Vulnerable Menschen sind wenig selbstbewusst, emotional besonders leicht verwundbar und anfällig für psychische Störungen. Zum Zusammenhang von Vulnerabilität und Stress vgl. Wittchen, Hoyer 2011.

¹² Vgl. Becher, M., *Gewaltmission. Karl der Große und die Sachsen*, in: Stiegemann, C. u.a. (Hrsg.): *CREDO: Christianisierung Europas im Mittelalter*, Bd. 1, Petersberg 2013.

¹³ Anfangs konnte die Reichsacht nur vom römisch-deutschen König bzw. vom Kaiser ausgesprochen werden. Mit Artikel 7 der *Confoederatio cum principibus ecclesiasticis* (Bündnis mit den Fürsten der Kirche) von 1220 folgte die Verhängung der Reichsacht automatisch sechs Wochen nach der Verhängung des Kirchenbanns, ohne gesonderte Anklage, ohne Prozess und ohne reichsrechtliche Verurteilung. Die Redewendung „Acht und Bann“ für Ausgrenzung und Exklusion stammt aus dieser Zeit.

¹⁴ Drucker, P. F., *Managing in the Next Society*, New York, 2003.

¹⁵ Desso, ebenda, 72.

psychosozialen Durchsetzung eines Beziehungsangebotes, das dem Bild des Hirten und seiner Herde entspricht und deren zentrales Instrument die Beichte ist. „Pastoralmacht“ zielt nach Foucaults auf die innere Programmierung und die totale Unterwerfung der Gläubigen unter den Willen der Kirche.

Allerdings kommt auch dieser Form der Machtausübung allmählich an ihr Ende, zumindest in unserer westlich geprägten Gesellschaft. „Pastoralmacht – individualisierend und totalitär – funktioniert nicht mehr, sobald die Kommunikationsmedien (Machtmittel) abhandengekommen sind, die Abhängigkeitsbeziehung mit Gewalt durchzusetzen. Die Drohung mit der Hölle wirkt dann nicht mehr. Der Hirt ist ohne Schafe.“¹⁶

4. Co-Abhängigkeit – Abhängigkeit jenseits klarer Machtverhältnisse

Auch wenn die Kirchen heute nicht mehr in der Lage sind, Menschen zu kontrollieren, gesellschaftlich zu brandmarken und sozial zu exkludieren, sind die Programmierungen, die über Jahrhunderte tradiert wurden, bei den Beteiligten weiterhin wirksam, zumal die Amtskirche die zugrundeliegende Ordnung und deren inhärente Machtasymmetrie weiterhin für sakrosankt erklärt. Die empirische Forschung zeigt, dass Bindungen, die über Jahre im Rahmen der Sozialisation gelernt wurden, auf die gleiche Weise verlernt und erst in der nächsten Generation sichtbar werden.¹⁷

4.1. Dissonanz und Verstrickung

Wir erleben aktuell, dass viele dieser „2. Generation“ gehen, häufig nachdem sie sich lange aktiv für Veränderungen eingesetzt haben. Diejenigen, die bleiben, leben in Zwiespalt und zunehmender kognitiver Dissonanz: Was wurde und wird Menschen im Namen und durch Vertreter der Kirche angetan? Was lasse ich mit mir machen? Was kann ich noch aushalten oder verantworten? Wie lange spiele ich mit und Sorge damit für die Aufrechterhaltung des Systems? Gehen oder bleiben?

Kognitive und emotionale Dissonanz entsteht dadurch, dass die Bilder von Kirche, dessen, wofür sie steht, der Art und Weise des Umgangs miteinander etc. mit denen der Amtskirche oder bestimmten Vertretern der Amtskirche nicht mehr übereinstimmen und dies bewusst wahrgenommen wird. Das ist an sich kein Problem. Jeder erwachsene Mensch muss mit Ambivalenzen in seinem Leben umgehen und Dissonanzen aushalten. Toxisch wird sie dadurch, dass man in die Kirche hineingeboren und in ihr über viele Jahre sozialisiert wurde, dass man u.U. sehr positive Erfahrungen in ihr gemacht oder sich für sie entschieden und vielleicht alles dafür aufgegeben hat, dass man die Möglichkeit sieht, dort wirksam zu sein oder seinen Lebensunterhalt zu verdienen. Man ist tief gespalten und zugleich existenziell gebunden.

Die Spannbreite im Umgang mit der Dissonanz ist groß:

- Man gibt sich naiv, schaut weg, will es nicht sehen, zumindest tut man so
- Man unterwirft sich, verharrt in gelernter Hilflosigkeit und leidet
- Man bagatellisiert, relativiert die eigene Wahrnehmung und die der anderen
- Man geht in die innere Immigration (macht seinen Job und das war's)
- Man sucht sich ein Ventil (z.B. eine eigene virtuelle Blase) zum Ablästern oder um scheinbar Widerstand zu leisten (ohne wirklich Konsequenzen zu ziehen)
- Man will in seinem Bereich etwas Gutes machen und schaut nur darauf
- Man sammelt Pluspunkte auf dem eigenen Konto (oder wahlweise Minuspunkte bei anderen) und achtet darauf, keine Fehler zu machen, um das ggf. ausspielen zu können

¹⁶ Dessoy, ebenda, 73.

¹⁷ Evangelische Kirche in Deutschland (EKD), Engagement und Indifferenz. Kirchenmitgliedschaft als soziale Praxis. V. EKD-Erhebung über Kirchenmitgliedschaft, Hannover 2014.

- Man leistet real Widerstand und wird zum Opfer oder vermarktet seinen Widerstandskampf
- Man lenkt den Fokus auf Themen, bei denen die Kirche gut dasteht oder verweist auf einen schlechten Umgang mit Macht anderer gesellschaftlicher Gruppen (Whataboutism)
- Man identifiziert sich mit denen, die Macht ausüben bzw. für existierende Machtverhältnisse stehen, übernimmt deren Sicht und Argumentation, wird u.U. selbst übergriffig
- Man bleibt aus opportunistischen Gründen, vollzieht die religiösen und nicht-religiösen Rituale, ohne ihnen Bedeutung beizumessen
- Man geht, still oder mit deutlicher Ansage

Die Aufzählung macht die Gemengelage deutlich, innerhalb derer sich der:die Einzelne orientieren und verhalten muss.

4.2. Dynamik co-abhängiger Systeme

Soziale Abhängigkeit und Suchtverhalten liegen nahe beieinander. Religion hat Suchtpotenzial. Vieles von dem, was sich gegenwärtig zeigt, folgt der Logik abhängig verstrickter Systeme mit Suchtcharakter.¹⁸ Typisch für solche Systeme ist ein Beziehungsmuster, in dem drei Rollen von zentraler Bedeutung sind: Verfolger:in, Opfer und Retter:in. Sie sind aufeinander bezogen und werden von den Beteiligten rotierend eingenommen: Der Trunksüchtige (Verfolger) schlägt seine Frau (Opfer). Sie beseitigt unbemerkt die Flaschen vor den Kindern (Retterin) und macht ihm dann massive Vorwürfe, wenn er nüchtern ist (Verfolgerin). Er zeigt sich reuig (Opfer) und bringt seiner Frau einen Blumenstrauß mit, in der Annahme, alles sei jetzt wieder gut (Retter). Man nennt das Dramadriek. Nicht nur der:die Trinkende ist abhängig, alle Beteiligten sind co-abhängig und tragen Verantwortung für die Aufrechterhaltung der Beziehung.

Genau das spielt sich gegenwärtig in der Kirche unter denen ab, die bleiben. Es gibt faktisch keine Machtasymmetrie mehr: Jede:r treibt jede:n vor sich her.¹⁹ Die Lage ist maximal unübersichtlich. Es gibt Verfolger:innen auf allen Seiten – rechts, links, oben, unten ..., die es besser wissen, die angreifen, abwerten, kritisieren, zurechtweisen, anklagen, bloßstellen, an den Pranger stellen, das Kirche-Sein absprechen ... Es gibt die zugehörigen Opfer, die solche Angriffe über sich ergehen lassen (müssen, wollen), die dafür bedauert werden, in ihren Blasen Mitleid erhalten ... Und es gibt Retter:innen, die unterstützen, trösten, verteidigen, gute Ratschläge geben oder aber zudecken, vertuschen, bemänteln, weichzeichnen, ihre Arbeit machen. Im nächsten Augenblick verkehren sich die Rollen, Opfer oder Retter:innen werden zu Verfolger:innen, Retter:innen werden zu Opfern oder Verfolger:innen ... ein toxischer Kreislauf, den man fokussiert in den Sozialen Medien tagtäglich nachverfolgen kann.

Die Erfahrung mit Systemen mit Suchtcharakter zeigt: Je länger man sich darin bewegt, desto schwieriger wird es, auszusteigen. Eher geht es dann gemeinsam in den Abgrund oder die Zersplitterung.

Umso wichtiger ist es, frühzeitig die Reißleine zu ziehen: Wie kann man unter den Bedingungen eines toxischen Systems Kirche gesund und handlungsfähig bleiben? Wie kann Emanzipation gelingen und die eigene Resilienz gestärkt werden, um potenzielle Bedrohungen zu antizipieren, um Übergriffe effektiv vorzubeugen und zu begegnen, um Ambivalenzen und Dissonanzen angemessen zu bewerten und konstruktiv zu bearbeiten, um daraus zu lernen und gestärkt hervorzugehen?

¹⁸ Vergleichbar einer Anorexia nervosa.

¹⁹ Beziehungen in denen sich sexueller oder spiritueller Missbrauch ereignet, sind keine co-abhängigen, sondern (macht-)asymmetrische Beziehungen. Sie haben grundsätzlich eine andere Dynamik. Dennoch sind sie häufig vordergründige das Thema, um das nach dem beschriebenen Muster co-abhängiger Systeme gestritten wird.

5. Resilienzstrategien

Resilienz wird hier verstanden als eine Metakompetenz, die man trainieren kann. Sie verhindert unter Stress das Ausschalten des Großhirns. Dadurch lassen sich Situationen und ihre Entwicklung antizipieren, Handlungsspielräume bleiben erhalten und vorhandene Kompetenzen können breit eingesetzt werden.

5.1. Sich selbst ermächtigen

Die wichtigste Voraussetzung, um resilient gegen Abhängigkeit und Verstrickung zu werden und damit autonom handlungsfähig zu bleiben, liegt im Erkennen der Bindungsmechanismen, die wirksam sind, um sie aktiv zu unterbrechen, also bewusst auszusteigen.

Die Veränderung beginnt dabei im Kopf. Zunächst gilt es, sich bewusst zu machen, dass die Kirche faktisch über keinerlei Machtmittel mehr verfügt, um Menschen zu etwas zu zwingen, weder physisch, wie im Mittelalter, noch psycho-sozial, wie in Zeiten der Volkskirche. Insofern gibt es für erwachsene Menschen im Normalfall keine strukturelle Abhängigkeit mehr – sofern keine psychischen Beeinträchtigungen vorliegen.²⁰ Ich kann jederzeit und zu allem Nein sagen – und es passiert nichts.

Ein Bindungsmechanismus funktioniert unidirektional und besteht darin, dass Amtsträger (oder auch Autoritätspersonen, die einen Vorteil aus dieser Konstruktion ziehen) mit Verweis auf die Tradition oder den Willen Gottes Gehorsam (Unterwerfung, Wohlverhalten, ...) verlangen und bei Zuwiderhandlung suggerieren, man werde dem göttlichen Willen gegenüber schuldig (Schuldinduktion). In verschärfter Form wird mit göttlicher Autorität bewehrter Exklusion von den kirchlich reservierten Heilsgütern gedroht, sei es zu Lebzeiten (z.B. keine Sakramente mehr), im Tod (keine Beerdigung mehr) oder im Jenseits (ewiges Leben). Es entsteht Abhängigkeit 1. Ordnung. Der Trick funktioniert nur, solange die Kontexte, wie es in der Volkskirche gegeben war, dem in die Hände spielen und man die Prämisse teilt, die diesem Mechanismus zugrundeliegt: Gott habe der Kirche die Macht und den Auftrag verliehen, so zu handeln. Das ist jedoch eine Konstruktion – man kann es auch Hirngespinnst nennen –, die genutzt werden kann und wird, um Macht auszuüben und andere in Abhängigkeit zu halten. Und: Die Kontexte haben sich verändert. Die Volkskirche als soziale Kontrollinstanz existiert nicht mehr. Kognitive (Selbst-)Umprogrammierung: Ich werde nicht schuldig und niemand bestraft mich, wenn ich „ungehorsam“ bin.

Ein zweiter Bindungsmechanismus gewinnt zunehmend an Bedeutung. Er funktioniert wechselseitig, führt in eine Abhängigkeit 2. Ordnung und ist wesentlich schwerer zu durchbrechen: In dem Maße, wie die faktisch vorhandene Macht der Institution schwindet, sich Machtansprüche als heiße Luft erweisen und die Organisation auseinanderfällt, spielt Schuldinduktion eine immer geringere Rolle, weil sie nicht durchsetzbar ist. Diejenigen, die bleiben, wollen bleiben und haben eine starke innere Bindung an die Kirche in ihrer jetzigen Form. Sie brauchen die Kirche aus unterschiedlichsten Gründen. Sie verstricken sich dabei immer tiefer in die zuvor beschriebene wechselseitige Abhängigkeit, vergleichbar einer Suchterkrankung. Kommunikation und Beziehungen folgen dem Muster des Dramadreiecks: Die Akteur:innen sind Verfolger:innen, Opfer oder Retter:innen zugleich und das dynamisch im Wechsel. Der Ausstieg aus dieser Beziehungslogik ist ungleich schwerer, weil es keine einfachen Lösungen gibt, weil es keine „Guten“ und „Schlechten“ mehr gibt, weil richtig oder falsch vom Standort des:der Beobachter:in und dem jeweiligen Kontext abhängig sind. Aussteigen setzt die Kontrolle der eigenen Bedürfnisse, Emotionen und Impulse voraussetzt. Der entscheidende Schritt ist hier, zu akzeptieren, dass Kirche in ihrer jetzigen Form nicht mehr konsensfähig ist und

²⁰ Es ist bekannt, dass Missbrauchstäter (auch bestimmte geistliche Gemeinschaften) sich häufig Menschen aussuchen, die in ihrer Selbststeuerung und Autonomie geschwächt oder gehandicapt und daher leichter zu manipulieren sind. Hier muss die Organisation präventive Maßnahmen ergreifen und der Rechtsstaat gnadenlos mit allen Mitteln des Strafrechts dagegen vorgehen.

daher keine Zukunft mehr hat. So, wie Co-Abhängigkeit die Suchterkrankung nicht beendet, beenden Aktionen im Dramadrei-eck nicht das Drama dieser Form von Kirche. Genauer: Die Beteiligten reiten sich wechselseitig immer tiefer in den Morast und beschleunigen den Zusammenbruch. Die Haltung, die zu Heilung führt, ist Loslassen: Nicht mehr richten, nicht mehr retten, nicht mehr leiden.

5.2. Grenzen ziehen

Solange man sich innerhalb der Kirche bewegt, kann man zwar über vieles hinwegsehen, Verlautbarungen der Kirchenobrigkeit oder solcher, die sich dafür halten, wegatmen, Anordnungen flexibel begegnen und ausweichen oder so tun als ob. Dennoch muss man in der Kirche immer mit Machtmissbrauch, Instrumentalisierung und Übergriffen rechnen, solange sie hierokratisch und absolutistisch verfasst ist. Dafür braucht es ein Repertoire an Möglichkeiten, angemessen und wirkungsvoll zu reagieren.²¹

Auch hier ist die Haltung entscheidend. Christenmenschen sind i.d.R. über eine lange Zeit so programmiert worden, dass Aggressionen bzw. aggressives Verhalten ethisch nicht erlaubt oder moralisch böse ist. Die urmenschliche Fähigkeit, bei Bedrohung oder Verlust Ärger und Wut zu spüren, diesem Gefühl bzw. Impuls Ausdruck zu verleihen und in Form aggressiven Verhaltens in der Auseinandersetzung mit der Umwelt gezielt einzusetzen, wurde im Rahmen der Sozialisation vielfach regelrecht abtrainiert. Im Ergebnis sind Menschen dann strukturell behindert, sie können ihr Abgrenzungspotenzial nicht abrufen. Aggressiv gehemmt zu sein, wird dann sekundär als ethisch-moralische Qualität stilisiert. Faktisch hat das mit Ethik oder Moral nichts zu tun, weil diese Menschen gar nicht anders können. Ethisches oder moralisches Handeln setzte voraus, dass man entscheiden kann, so oder so zu handeln. Oder anders: Man muss Schwein sein können, um es nicht zu sein. Und das kann man lernen.

Genau das spüren Menschen, die andere manipulieren, intuitiv. Es braucht eine klare Haltung, instrumentalisierendes oder grenzüberschreitendes Verhalten schon im Ansatz nicht zu dulden und klare Grenzen zu ziehen, damit sie spüren: „Mit dem:der ist nicht gut Kirschen essen“ oder „Den:die will ich nicht als Gegner haben.“ Hier geht es nicht um eine Schuldumkehr. Verantwortung und Schuld für Machtmissbrauch, Instrumentalisierung oder auch Übergriffe liegen eindeutig bei dem:der Täter:in. Intendiert ist Selbststeuerung und Ermutigung zur Abgrenzung im Vorfeld.

Dennoch kann es zu Versuchen kommen. In dieser Situation ist es wichtig, angemessen eskalieren zu können. Gemeint ist die Haltung und die Fähigkeit, in einer Auseinandersetzung schrittweise härtere Bandagen zu benutzen, die Auseinandersetzung immer weiter zu treiben, sie öffentlich zu machen ..., bis der:die Gegenspieler:in aufgibt, weil das Risiko zu hoch wird oder die Umwelt einschreitet. Das Prinzip lautet: Der Gegenschlag wird härter sein! Diese Haltung ist spürbar und schreckt ab.

Die Mittel, die man auf dem Weg zu maximaler Eskalation einsetzen kann, sind vielfältig. Die Kunst der Auseinandersetzung liegt darin, die in der jeweiligen Situation auf den:die Mitspieler(innen) bezogen die adäquaten Mittel zu wählen (also jene, die weh tun) und sie so zu dosieren, dass man sein Pulver nicht zu früh verschießt und hinreichend Steigerungsmöglichkeiten hat. Im Rahmen der Konfliktforschung gibt es viele Hinweise, wie eine Eskalation aussehen kann.²² Markante Interventionen können sein:

- Verbal und körperlich klare und eindeutige Grenzen ziehen
- Erfahrungen und Erlebnisse dokumentieren (ggf. mit Ton- oder Videoaufnahmegerät)

²¹ Dies gilt unbeschadet der Verantwortung der Organisation, alles zu unternehmen, um solche Übergriffe im Keim zu ersticken.

²² Glasl, F., Konfliktmanagement. Ein Handbuch für Führung, Beratung und Mediation, Stuttgart ¹²2020.

- Mit (realistischen) Konsequenzen drohen (z.B. Vorgesetzte informieren, in Öffentlichkeit gehen, ...; dazu ggf. auch kompromittierende Informationen sammeln)
- Ultimaten setzen (um den nächsten Eskalationsschritt vorzuprogrammieren)
- Verbündete suchen und konzertiert vorgehen (Koalitionspartner:innen)
- MAV / Vorgesetzte informieren und einschalten
- Öffentlichkeit herstellen und eine Welle machen (von Weitererzählen im Umfeld bis zur Presse)
- Bei ersten Anzeichen und kleinsten Übergriffen maximale Aufmerksamkeit im Umfeld erzeugen
- Bei Vorgesetzten anzeigen (Dokumentation wichtig)
- Bei der Polizei anzeigen (Dokumentation wichtig)

Kognitive Programmierung: Schuld ist keine Kategorie, wenn es ums Überleben geht. Ich bin bereit, so weit zu gehen, dass der:die Angreifer:in alles verliert. Ich ziehe es (mit Unterstützung) ohne Skrupel durch.

5.3. Freiräume sichern und Allianzen schmieden

Die innere Distanzierung von der aktuellen Gestalt der Kirche, die nicht mehr zu retten ist, schafft Freiraum dafür, Gleichgesinnte zu suchen, um als erwachsene Christ:innen ihr Menschsein, Christsein und Kirchesein in Selbstverantwortung zu leben und sich den Glaubens- und Erfahrungsraum selbst zu schaffen, der gebraucht wird. Solche Räume können mit eigener Logik konstruiert werden und einen anderen Umgang mit Macht und machtrelevanten Themen praktizieren, um sie nicht nur zu relevanten, sondern auch sicheren Orten zu machen. Das geht gleichermaßen innerhalb und außerhalb der Kirche.

Netzwerke funktionieren nicht über Ordnungen oder Anordnungen, sondern über Commitments zwischen Partner:innen auf Augenhöhe. Das verstehen auch die Vertreter:innen der Amtskirche, wenn man ihnen mit der entsprechenden Haltung gegenüber tritt. Man muss sich Folgendes klar machen: Menschen, die in der Kirche bleiben oder gar mitarbeiten, sind ein hohes Gut. Das wissen Priester schon seit langem. Aus diesem Grund hat die Kirche ein hohes und zunehmendes Interesse, Menschen in der Kirche zu halten. Die Verantwortlichen sind sich durchaus bewusst, dass dies einen Preis hat und sind i.d.R. auch bereit, diesen Preis zu zahlen.

Wer sich als gläubige Gemeinschaft innerhalb oder außerhalb der Institution oder in einer konfessionellen Grauzone bewegt, muss nicht auf kirchliche Infrastruktur (z.B. Kirchen) oder auch Dienstleistungen verzichten. Es ist ein Geschäft: Angebot und Nachfrage, Leistung und Gegenleistung sind entscheidend. Um in solchen Situationen als Einzelperson, die sich engagieren möchte, oder als Gruppe, die Kirche als Plattform nutzen möchte, gut verhandeln zu können, muss man sich seines Wertes (in den Augen des Vertragspartners) bewusst sein.

Konkret sollte man für sich klar haben, was das angestrebte Maximum im Verhältnis von erwarteter Leistung und zu erbringender Gegenleistung ist, das man erreichen will, und was das Minimum ist, das man diesbezüglich mitgehen würde. Dazwischen muss die Lösung liegen, ansonsten kommt es nicht zur Einigung. Die Stärke der Verhandlungsposition ergibt sich aus den Alternativen, die man hat (z.B. für ehrenamtliches Engagement oder als Plattform für soziale oder künstlerische Aktivitäten). Je näher die beste Alternative am angestrebten Maximum liegt, desto höher kann man das Limit in der Verhandlung ansetzen.²³

²³ Was hier ausgeführt wurde, gilt in gleicher Weise für Menschen, die es schätzen oder darauf angewiesen sind, in der Kirche haupt- oder nebenberuflich zu arbeiten, also Kirche als Möglichkeit sehen oder brauchen, ihren Lebensunterhalt zu verdienen.

5.4. An Veränderung arbeiten

Wenn man die bestehende Gestalt von Kirche kritisch beurteilt und die Praxis dissonant erlebt, ist es auch eine Option, in der Kirche zu bleiben, um sie zu verändern. Sie setzt voraus, dass man selbst die Kraft dazu hat und eine realistische Entwicklungsperspektive sieht.

Der Weg, sich für (grundlegende) Veränderungen einzusetzen, kann dabei sehr unterschiedlich sein. Aus Führungsperspektive kann man auf allmähliche Anpassung, also linear-stetige Veränderung setzen (was der Regelfall ist) oder aber top-down und gezielt Räume und Rahmenbedingungen schaffen, die eine disruptiv-sprunghafte Veränderung ermöglichen.²⁴

Alle, die nicht in Führungsverantwortung stehen, sollten sich im eigenen Interesse überlegen, wie sie wirkungsvoll an Veränderungen arbeiten können, ohne co-abhängig zu werden und dabei sinnlos die eigenen Ressourcen und Potenziale zu vergeuden: Lasse ich mich auf die x-te (Struktur-)Reform ein, die Kirche in ihrer bisherigen Form reproduziert (nur irgendwie größer) oder geht es mir um eine tiefgreifende Kulturveränderung, die an die DNA der Organisation geht, um die nächste Kirche, die in einer veränderten Gesellschaft bestehen kann? Wie und wo kann ich überhaupt Einfluss nehmen? Was tue ich, wenn es keine Möglichkeit der Einflussnahme gibt?

Führungskräften sollte bewusst sein, dass es eine erneute Form der Instrumentalisierung ist, Menschen für Veränderungsprozesse zu begeistern, die letztlich nur zum Erhalt des Status Quo dienen. Menschen, die tiefgreifende Veränderung möchten und bereit sind, daran mitzuwirken, sollten umgekehrt frühzeitig allen Versuchen dieser Art einen Riegel vorschieben.²⁵

Man kann versuchen, i.S. Kap. 5.3. Räume einer alternativen Praxis von Kirche zu schaffen und Kirche auf diese Weise bottom-up zu verändern. Alternativ kann man aber auch Widerstand leisten und ungehorsam sein. Auch das ist eine mögliche, u.U. sehr effiziente Strategie, Änderungsimpulse zu setzen.²⁶ Sie setzt darauf, das Funktionieren der Organisation zu stören, letztlich zu unterbrechen, um auf diese Weise bottom-up und emergent disruptiv-sprunghafte Veränderung zu ermöglichen. Auch hier ist das Vorgehen umso effizienter, je mehr Akteure mitwirken, je vernetzter agiert wird. Die Gefahr, in Co-Abhängigkeit zu geraten ist auch hier groß. Dass es gelingen kann und Wirkung erzeugt, zeigt die Initiative #OutInChurch. Das Beispiel unterscheidet sich wohltuend von anderen Initiativen oder Akteuren, die das Spiel im Dramadriek betreiben.

5.5. Exit-Strategie

Generationen haben sich eingesetzt, um Kirche zu verändern. Mit mäßigem Erfolg, wenn man an die Effekte auf die klerikale Verfasstheit, den Missbrauch und seine Vertuschung, v.a. aber die notorische Weigerung, Umweltreferenz herzustellen, denkt und den daraus resultierenden Vertrauens- und Relevanzverlust der Kirche betrachtet. Kirche zu verändern, sei es in konstruktiv-dialogischer oder widerständig-verweigernder Form, ist keine moralische Pflicht. Auch dies zu postulieren, wäre eine Form der Bindung und der Instrumentalisierung, gerade, weil jene, die es betrifft, kaum über die Mittel verfügen, es wirksam zu tun.

²⁴ Vgl. Desso, V., Auf dem Weg zur nächsten Kirche. Wenn sich komplexe, dynamische Systeme verändern, in futur2 -1/2023, URL: <https://www.futur2.org/article/auf-dem-weg-zur-naechsten-kirche/> (10.02.2023).

²⁵ Wie grenzwertig Reformansätze diesbzgl. sind zeigt sich am Synodalen Weg. Dort geht es nicht um einen grundlegenden Neuanfang, sondern lediglich um das Nachholen von Essentials einer aufgeklärten Gesellschaft. Den Verantwortlichen kann man sicher gute Absicht unterstellen. Dennoch deutet seit langem alles darauf hin, dass – wie bei allen Reformvorhaben dieser Art vorher – in der Substanz am Ende alles beim Alten bleibt.

²⁶ Vgl. Sturm, A., Ungehorsam sein, anders handeln oder gehen, in futur2 -1/2023, URL: <https://www.futur2.org/article/anders-handeln-oder-gehen/>(10.02.2023).

Die Möglichkeit, Kirche zu verlassen und das Bewusstsein, diesen Schritt ohne Schaden gehen zu können, ist der stärkste individuelle Resilienzfaktor. Es geht dabei einzig und allein um ein subjektives Kalkül²⁷: Wenn der Verlust, der sich aus dem Bleiben ergibt, größer ist als der Gewinn, wenn das Bleiben im Ergebnis zu nichts nütze ist und nichts bewirkt, dann ist es Zeit, zu gehen, ohne Schuld, ohne Scham, ohne Häme, ohne Groll. Es ist, wie es ist.

Biografische Angaben:

Valentin Dessoy

Dr. phil., Dipl.-Psych., Dipl.-Theol., Supervisor, Coach, Trainer und Organisationsberater; Geschäftsführer kairos. Coaching, Consulting, Training mit Sitz in Mainz; Partner in der Kooperation Hahmann & Dessoy; Autor; Gründer und Mitherausgeber der online-Zeitschrift futur2, Initiator und Mitveranstalter der Kongressreihe „Strategie und Entwicklung in Kirche und Gesellschaft“.

²⁷ Wengleich es leichter sein kann, diesen Weg gemeinsam mit anderen zu gehen.