



Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund

# SPIRITUELLE SELBSTBESTIMMUNG



# INHALT

<b>Vorwort</b> .....	3
<b>Erfahrungen</b>	
Nicole .....	5
Katharina .....	6
Yvonne .....	9
<b>Spiritualität – was ist das?</b> .....	10
<b>Theologie und Spiritualität: Ressourcen gegen Missbrauch</b>	
Die Bibel – Welt erzeugende Erzählung .....	13
Menschenrechte sind Christenrechte .....	14
Gewissensfreiheit .....	14
Theologische und spirituelle Traditionen im Plural .....	15
Geistliche Begleitung .....	16
<b>Spirituellel Missbrauch – Verletzung der spirituellen Selbstbestimmung</b>	
Spirituelle Vernachlässigung .....	17
Spirituelle Manipulation .....	17
Spirituelle Gewalt .....	18
<b>Spirituelle Selbstbestimmung fördern</b>	
Anlässe und Gelegenheiten .....	20
Wenn Sie angesprochen werden .....	20
Spirituell selbstbestimmt leben .....	21
„Red Flags“ – Warnsignale für spirituellen Missbrauch .....	21
<b>Handlungsoptionen im KDFB</b> .....	22

# LIEBE FRAUENBUNDFRAUEN, LIEBE INTERESSIERTE LESERINNEN UND LESER,

der Frauenbundgottesdienst beim Katholikentag, ein geistlicher Impuls bei einer Sitzung, eine Trauerfeier – immer wieder erleben wir, dass Spiritualität, Glaube und Theologie wichtige Ressourcen für unser Leben sind.

In den letzten Jahren haben Menschen jedoch zunehmend den Mut gefunden, öffentlich über „spirituellen Missbrauch“ zu sprechen. Sie berichten davon, dass Spiritualität unangemessen, manipulativ oder sogar gewalttätig eingesetzt wurde.

„Spirituelle Selbstbestimmung“ ist weder einfach zu beschreiben noch zu erlernen. Dennoch ist genau dies ein Ziel unseres Verbandes – dass wir uns gegenseitig ermutigen, spirituell selbstbestimmt zu leben. Wir wollen eine Gemeinschaft von Frauen sein, in der die persönliche Spiritualität gesucht, gebildet und gelebt werden kann.

Als Frauenverband engagieren wir uns gegen sexuellen und spirituellen Missbrauch besonders an Mädchen und Frauen. Dazu gehört das Buch „Erzählen als Widerstand“, initiiert von der Theologischen Kommission des KDFB (November 2020).

In den autobiografischen Berichten dieses Bandes zeigt sich sehr deutlich, dass sexueller Missbrauch im kirchlichen Kontext durch spirituellen Missbrauch angebahnt und begleitet wird. Umso wichtiger ist es, den Blick auf die spirituelle Selbstbestimmung zu lenken, in der sich Würde, Freiheit und Gottebenbildlichkeit des Menschen zeigen.

Als Verband möchten wir alles dafür tun, um jeglichen Missbrauch zu verhindern. Dazu gehört es, als Gemeinschaft Räume für Erfahrungen der spirituellen Selbstbestimmung zu öffnen, solidarisch auf Betroffene zuzugehen und missbräuchliches Verhalten anzusprechen.

Ich danke den Kolleginnen der Theologischen Kommission des KDFB, die diese Arbeitshilfe verfasst haben, herzlich. Sie bereichern mit ihrer Expertise die Verbandsarbeit vor Ort und stärken Menschen auf dem Weg zur spirituellen Selbstbestimmung

Ich wünsche Ihnen eine anregende und inspirierende Lektüre!



Dr. Maria Flachsbarth  
Präsidentin



*Meine Fragen waren  
irgendwie egal*

## ERFAHRUNGEN

Im Folgenden berichten Frauen davon, wie sie im Kontext der Glaubenspraxis schwierige Erfahrungen machten. Das Spektrum reicht von spirituell begründeten Grenzverletzungen über Manipulation durch spirituelle Ideale bis hin zu massiver spiritueller Gewalteinwirkung, die eine Person schwer schädigen kann.



Meine Tochter war schon sechs Jahre alt, als ich endlich wieder schwanger wurde. Ich war so glücklich, doch noch ein zweites Kind zu bekommen. Einige Wochen schwebte ich wie auf Wolken. Nur mein Mann und ich wussten von der Schwangerschaft. Wir wollten das Geheimnis noch für uns behalten. In der elften Schwangerschaftswoche stellte meine Ärztin fest, dass das Herz des Kindes nicht mehr schlug. Eine Fehlgeburt. Das war so ein Schock für mich. Alles war jäh zu Ende. In mir war dieses Kind schon so wichtig geworden. Und jetzt hatte ich außer meinem Mann niemanden, um darüber zu sprechen. Im Sonntagsgottesdienst kam mir während der Predigt der Gedanke: „Mit dem Pfarrer könnte ich mal reden. Er kennt sich doch mit Trauer aus.“

Ein paar Tage später traf ich ihn zufällig, als ich meine Tochter im Kindergarten abholte, und erzählte ihm von meiner Situation. Er deutete auf meine Tochter und sagte: „Sie sollten Gott dankbar sein, dass er Ihnen dieses Kind geschenkt hat.“ Ich glaube, der Pfarrer wollte mich trösten und was Nettes sagen. Aber mich hat dieser Satz sehr verletzt. Ich hatte ein schlechtes Gewissen gegenüber meiner Tochter, dass ich nicht dankbar genug bin, dass sie da ist. Was hatte ich denn falsch gemacht, dass das eine Mal ein Kind geschenkt wird, das andere Mal aber nicht? Meine Fragen waren irgendwie egal und ich fühlte mich noch einsamer und trauriger.

*Nicole, 34 Jahre*



Als meine Kinder aus dem Haus waren, habe ich den Kontakt zu meiner Pfarrgemeinde verloren. Mir war es zwar wichtig, meinen Glauben zu leben, aber eben nicht in einer normalen Gemeinde. Da lernte ich eine Innenstadtgemeinde kennen, in der es besondere Gottesdienste gab. Mit Lobpreis und jungen Leuten. Das machte mir viel Freude und ich war schnell mit verschiedenen Aufgaben voll dabei. Ich habe Morgengebete vorbereitet, die Teestube geputzt, Plakate aufgehängt, für Studierende Wohnungen gesucht. Zuhause wartete niemand auf mich.

Der Pater dieser Gemeinde war froh, sich voll auf mich verlassen zu können: „Du hast eine große Mutterliebe in dir. Die jungen Leute spüren das. Du bist ein Bild für die Liebe Gottes.“ Es freute mich sehr, dass ich so viel geben konnte. Mir tat es auch gut, eine wichtige Rolle zu bekommen. Der Pater sagte immer wieder: „Gott hat dir dieses besondere Charisma gegeben.“ Überall war ich in der ersten Reihe dabei, und als der Bischof zur Firmung kam, wurde ich ihm als wichtige Gemeindemutter vorgestellt.

So habe ich immer mein Bestes für die Gemeinde gegeben. Irgendwann gab es in meinem Leben nichts anderes mehr.

Dann bekam meine Mutter einen Schlaganfall. Von heute auf morgen musste ich mich um Vieles kümmern, die Reha organisieren, die Pflegestufe beantragen, meine Mutter besuchen. Ich sagte dem Pater, dass ich in dieser Situation keine Dienste für die Gemeinde übernehmen könne. Er meinte: „Halte deine Sorgen Gott hin. Er wird dir ein Zeichen geben, wo du mehr gebraucht wirst. Wir werden heute Abend im Lobpreis für dich beten.“

Ich merkte genau, dass er eigentlich sagen wollte: „Gott braucht dich in der Gemeinde mehr.“ Ich sollte weiter für die Gemeinde funktionieren. Das zu erkennen verletzte mich tief. Es ging dem Pater nicht um mich. Ich hatte mich so reingehängt, um anderen Menschen Gottes Liebe zu zeigen. Aber eigentlich war ich zum „fleißigen Bienchen“ geworden, ausgenutzt im Namen Gottes.

*Katharina, 56 Jahre*



*Ausgenutzt im  
Namen Gottes*



*Sie sagte, ich sollte  
loslassen*



Im Studium bin ich in eine psychische Krise gekommen, weil mich schwierige Erfahrungen aus meiner Kindheit quälten. Da belegte ich einen Wochenendkurs zum Thema „Sich mit dem inneren Kind aussöhnen“. Die Seminarleiterin sah mir tief in die Augen und erkannte sofort meine Wunden. Sie sagte: „Du bist ein geliebtes Kind Gottes. Die Vergangenheit hat keine Macht mehr, wenn du dich ganz in Gottes Hände begibst.“ Am Wochenende erzählte sie von Menschen, die durch eine neue Gottesbeziehung geheilt wurden. Wie die Jungfrau Maria sollten alle völlig frei werden für das Wirken Gottes und sagen können: „Es geschehe nach Deinem Willen“. Endlich konnte ich von meinem inneren Schmerz erzählen, und das machte mich freier. Den anderen Frauen in der Gruppe ging es ähnlich. Wir beteten um Heilung und Versöhnung für unsere inneren Kinder.

Zum Abschluss des Wochenendes sagte mir die Seminarleiterin, dass sie mich auf dem Weg der Heilung begleiten wolle: „Du hast einen besonderen Weg vor dir.“ Ich war so froh, dass ich nun endlich Hilfe bekam. Jeden Tag schrieb ich mehrere Mails und meine Begleiterin antwortete meist prompt, doch manchmal ließ sie mich auch tagelang zappeln. Immer, wenn es mir schlecht ging, schrieb ich der Begleiterin, damit sie für mich betete. Das war wie eine Sucht in mir.

Ich war innerlich völlig abhängig von dieser Frau. Ich hatte Albträume und konnte kaum noch essen. Die Begleiterin erzählte mir daraufhin von Heiligen, die Ähnliches durchlitten hatten. Dennoch ging es mir immer schlechter. Ich ging nicht mehr in Vorlesungen, weil ich das gar nicht mehr schaffte. Verzweifelt schrieb ich der Begleiterin. Sie erklärte mir, dass ich eine spirituelle Nacht durchlebe. Ich sollte immer wieder laut sagen: „Es geschehe nach Deinem Willen.“ Aber ich konnte nicht mehr.

Eine Studienfreundin kam vorbei und wollte mich zum Arzt bringen. Ich rief meine Begleiterin an. Sie sagte, ich solle loslassen, ich solle mich ganz in Gottes Hände begeben. Meine Freundin nahm mir das Telefon aus der Hand und sagte: „Das ist ja Gehirnwäsche.“ Da brach ich zusammen. Heute kann ich sagen: In diesem Moment wurde mein Leben gerettet. Monate verbrachte ich in einer Klinik, wo ich langsam lernen konnte, mit der Vergangenheit zu leben. Die spirituelle „Heilung“ hat mir nicht geholfen, sie hat mich kaputt gemacht.

*Yvonne, 28 Jahre*

# SPIRITUALITÄT – WAS IST DAS?

Spiritualität wird oftmals als Sammelbegriff für verschiedene Phänomene bezeichnet. Sowohl aus religionswissenschaftlicher als auch aus theologischer Perspektive ist Spiritualität schwer zu definieren. Um offenzulegen, wie im Folgenden „Spiritualität“ verwendet wird, wird das Phänomen Spiritualität mit Bezug auf Religion, Glaube und Theologie beschrieben.

Obwohl Spiritualität im Gegensatz zu Religion meist als der „weitere“ Begriff bezeichnet wird und somit in unserer individualisierten Gesellschaft auf den ersten Blick verstärkt Anklang findet (einige Menschen bezeichnen sich als spirituell, aber nicht als religiös), so ergeben sich erst in der Analyse der religiösen und theologischen Einbettung der gelebten Spiritualität ihre Spezifika. In dieser Arbeitshilfe widmen wir uns der christlichen Spiritualität, ohne dabei die Relevanz der interreligiösen Spiritualität zu vergessen, die sich gerade im interreligiösen Dialog zeigt.

Der amerikanische Theologe Roger Haight hält fest, dass Spiritualität „faith in action“ ist. „Glaube in Aktion“ betrifft alle Ebenen des Menschseins und alle Bereiche des Lebens. Aus christlicher Sicht führt dieser „Glaube in Aktion“ im

vertrauensvollen Einlassen auf die zugesagte Liebe Gottes zum „lebendig gelebten Leben“ (Sibylle Trawöger). Das wesentliche Moment des „lebendig gelebten Lebens“, das als Frucht der Einübung in die spirituelle Haltung zutage tritt, zeigt sich dem christlichen Verständnis nach in einer immer wieder neuen Beziehungsfähigkeit. Der Glaube an den in Jesus Christus menschengewordenen Gott und das Bekenntnis zum dreifaltigen Gott stellen die Beziehung in den Vordergrund. Christliche Spiritualität speist sich demnach aus dem Bemühen um gelingende Beziehungen zu Gott, zu den Mitmenschen, zu der Mitwelt und zu sich selbst.

Spiritualität im Sinne dieser vierdimensionalen Beziehungskompetenz ist lebenslang zu bilden – Spiritualitätsbildung ist sozusagen Pflicht und Recht von Christ\*innen. Intellektuelles und praktisches Auseinandersetzen mit Sinn-, Lebens- und Glaubensfragen zeigt sich konkret in entsprechenden Handlungen, die im Wechselverhältnis mit einer Haltung stehen, die das Christentum im Dasein verkündet und zur Verwirklichung des gemeinschaftlich lebendig gelebten Lebens (des Reich Gottes) im Hier und Jetzt beiträgt.

Wie kann die eigene Spiritualität gebildet werden? Obwohl die intellektuelle Durchdringung des christlichen Glaubens einen wesentlichen Beitrag zur Spiritualitätsbildung leistet, geht sie nicht darin auf. Spiritualitätsbildung umfasst vielmehr alle Ebenen des Menschseins und bezieht neben der theologischen Bildung vielfältige weitere Ressourcen mit ein, die der folgende Abschnitt vorstellt.

Spiritualitätsbildung steht vor besonderen Herausforderungen, denn sie geht in unseren derzeitigen Bildungsstandards nicht vollkommen auf. Ein „Spiritualitätsdiplom“ kann es nicht geben, denn spirituelle Bildung ist (1) ein lebenslanges, unabschließbares Ereignis und (2) höchst individuell. „Glaube in Aktion“, „lebendig gelebtes Leben“, „Beziehungskompetenz“ – diese Begriffe versuchen, allgemein ins Wort zu

fassen, was jede auf ihre persönliche Weise nachspüren und zum Ausdruck bringen muss. Spirituelle Bildung ist (3) nicht machbar und der spirituelle Bildungsprozess kann auch nicht beschleunigt werden. Es gilt, sich diesem Bildungsprozess immer wieder zu öffnen. Spiritualitätsbildung richtet sich (4) zwar am lebendig gelebten Leben aus, kann aber mit (langen) Phasen des Zweifelns, des Haderns und des Leidens einhergehen. Nicht zuletzt diese Ambivalenzen von aktiv und passiv und von Fülle und Verlust sowie (5) die Momente der oftmals geforderten Überschreitung von eigenen Grenzen sind hochsensibel und leider auch anfällig für Missbrauch. Im Folgenden sollen Ressourcen der Spiritualitätsbildung genannt und vor Gefahren auf dem Weg der freigewählten Spiritualitätsbildung gewarnt werden.



*sinnoffen, vielfältig,  
ja widersprüchlich  
und irritierend*

# THEOLOGIE UND SPIRITUALITÄT – RESSOURCEN GEGEN MISSBRAUCH

## DIE BIBEL – WELT ERZEUGENDE ERZÄHLUNG

Die Bibel ist nach der Alttestamentlerin Irmtraud Fischer eine „Welt erzeugende Erzählung“: Sie deutet die Welt, das Wirken Gottes in ihr und das Leben von Menschen mit Gott. Bis heute wissen sich Menschen durch die Bibel verpflichtet zum Glauben, zum Handeln und zur Weltgestaltung. Gleichzeitig sind diese Texte keineswegs eindeutig, sondern sinnoffen, vielfältig, ja widersprüchlich und irritierend.

Die Vielfalt der Bibel kann sich auch in der persönlichen Spiritualität zeigen: Viele Christ\*innen kennen so etwas wie eine Bibelvers-Biografie. Sie haben für sich Verse oder Gestalten der Bibel entdeckt, die für ihr Leben hilfreich sind und ihre Gottesbeziehung stimmig zum Ausdruck bringen. Selten trägt eine einzige Bibelstelle durch das ganze Leben.

Andererseits machen Bibelleser\*innen immer wieder die Erfahrung, dass sie in längst vertrauten Texten überraschende Aspekte und einen neuen Sinn entdecken, wenn sich die eigenen Lebens- und Lesekontexte verändern oder sie die Bibel gemeinsam mit anderen lesen.

Wissenschaftliche Bibelkommentare klären Entstehungskontexte, informieren über die Wirkungsgeschichte und binden die Sinnoffenheit und Widerständigkeit der Texte an Auslegungstraditionen in Judentum und Christentum zurück. Sie decken auf, wenn Texte gegen ihren Sinn gelesen werden: Mögliche Bibelauslegungen sind vielfältig, aber nicht beliebig. Unterschiedliche Bibelübersetzungen und exegetische Literatur einerseits und das Lesen längerer Abschnitte oder das Sprechen über die je eigenen Lesekontexte und Deutungen andererseits können helfen, das Bewusstsein dafür wachzuhalten.

## **MENSCHENRECHTE SIND CHRISTENRECHTE**

Nach der Bibel ist der Mensch – jeder Mensch! – als Bild Gottes geschaffen. Damit werden die besondere Würde jedes einzelnen Menschen und gleichzeitig seine besondere Verantwortung gegenüber allen Mitgeschöpfen herausgestellt. Mit der Gottebenbildlichkeit verbindet Papst Johannes XXIII. in der Menschenrechtszyklika „Pacem in terris“ (1963) die Anerkennung der Menschenrechte. Er spricht von der Freiheit und Selbstverantwortung des Menschen, die sich in Religions- und Gewissensfreiheit, im Recht auf Partizipation am öffentlichen Leben oder in der freien Wahl des Lebensstandes zeigt. „Pacem in terris“ erteilt jeder Diskriminierung von Menschen aufgrund der Herkunft oder des Geschlechts eine Absage.

Menschenrechte sind unveräußerlich: Diese Rechte zu kennen und zu beanspruchen, ist ein Ausdruck der eigenen Würde. Gleichzeitig haben alle Menschen die Pflicht, die Menschenrechte und damit auch die Würde von anderen anzuerkennen (vgl. Pacem in terris, Nr. 24). Deshalb gilt auch für den Bereich der Spiritualität, dass spirituelle Begründungen niemals die Menschenrechte aufheben dürfen.

## **GEWISSENSFREIHEIT**

Die Bibel, das Zweite Vatikanische Konzil und der Katechismus der Katholischen Kirche bekräftigen die Gewissensfreiheit jedes einzelnen Menschen. Jeder Mensch hat das Recht und sogar die Pflicht, seinem Gewissen zu folgen und freie Entscheidungen zu treffen. Gewissensbildung als Frage nach dem Guten und Wahren ist ein lebenslanger Prozess. Die Würde des Gewissens gilt selbst dann, wenn ein Mensch aufgrund seiner Gewissensüberzeugung irrt.

Das Gewissen ist „die verborgenste Mitte“ des Menschen. Hier ist eine Person „allein mit Gott“, dessen Stimme in ihrem Innersten widerhallt (vgl. Gaudium et spes, Nr. 16). Deshalb hat kein Mensch „Autorität über das Gewissen des anderen, denn würde er diese beanspruchen, träte er in Konkurrenz zu Gott.“ (Dysmas de Lassus)

„Ich konnte nicht mehr erkennen, was falsch und was richtig ist“ – dieser Satz ist immer wieder von Menschen zu hören, die spirituell manipuliert wurden. Geistliche Begleitpersonen haben ihre Autorität missbraucht, um den Betroffenen ein schlechtes Gewissen einzureden beziehungsweise auszureden. Die Stimme des eigenen Gewissens

wird dann von einer zweiten Stimme überlagert. Spiritualität darf niemals dazu instrumentalisiert werden, die Gewissensbildung und die Urteilsfähigkeit von Menschen zu untergraben.

### **THEOLOGISCHE UND SPIRITUELLE TRADITIONEN IM PLURAL**

Theologische Überzeugungen bilden sich aus im Dialog mit der Heiligen Schrift und der Tradition, mit Vernunft, Kulturen, gedeuteten Lebenserfahrungen und anderen Erkenntnisorten. Es gibt sie stets im Plural und in konkreten Kontexten. Die Rezeption der Menschenrechts-idee ist nur eines von vielen Beispielen dafür, dass sich die Lehre der Kirche im Laufe der Jahrhunderte verändert hat. Solche Entwicklungen fallen nicht vom Himmel. Sie sind dem Nachdenken von Gläubigen und Theolog\*innen zu verdanken und sie setzen sich durch, weil sie als plausibel erkannt werden.

Nicht alle theologischen Traditionen sind gleich wichtig. Das Zweite Vatikanische Konzil spricht von der „Hierarchie der Wahrheiten“ (Unitatis redintegratio, Nr. 11). Diesen Gedanken greift Papst Franziskus in der Enzyklika „Evangelii gaudium“ auf: In der Verkün-

digung entstehe ein Missverhältnis, wenn „mehr vom Gesetz als von der Gnade, mehr von der Kirche als von Jesus Christus, mehr vom Papst als vom Wort Gottes gesprochen wird“ (Nr. 38).

Seit den Anfängen des Christentums haben sich unterschiedliche spirituelle Traditionen entwickelt – in Orden und Laienbewegungen, in Regionen und Gruppen. Diese Vielfalt ist eine Ressource für die Suche nach der eigenen, passenden Spiritualität. Die eine, für alle passende Spiritualität gibt es nicht, wohl aber das Kriterium, ob eine Spiritualität lebensdienlich ist.

Spirituelle Selbstbestimmung weiß um die Pluralität von Theologien und Spiritualitäten, um ihr Gewordensein und um ihre je unterschiedliche Lebensrelevanz – in der Biografie eines Menschen, in dieser konkreten Zeit, für einen spezifischen Ort.

## GEISTLICHE BEGLEITUNG

Die Geistliche Begleitung stellt eine gute Möglichkeit dar, der eigenen Spiritualität nachzugehen, sie zu stärken und zu vertiefen. Davon sprechen etwa die Emmaus-Erzählung oder die Tradition der Wüstenväter und Wüstenmütter. In Glaubenszeugnissen und Glaubensreflexionen von der Bibel bis in unsere Zeit werden Anregungen formuliert, sich auf einen spirituellen Weg aus unterschiedlichen Perspektiven einzulassen. Dabei ist eine Begleitung dienlich, um einen

spirituellen Weg im eigenen Leben lebendig leben zu können. Für den einen kann die Einübung in die spirituell getragene Beziehungsfähigkeit ein Gang ins Kaffeehaus sein, für die andere eine längere Rückzugszeit in Form von Exerzitien. Die jeweils anstehende Konkretisierung wird im Mitsein und im Gespräch mit der\*dem Geistlichen Begleiter\*in ausgelotet. Die Letztentscheidung und Letztverantwortung bleiben immer bei der begleiteten Person selbst.



*der eigenen  
Spiritualität nachgehen*

# SPIRITUELLER MISSBRAUCH – VERLETZUNG DER SPIRITUELLEN SELBSTBESTIMMUNG

Spiritueller Missbrauch wird häufig mit Ordensgemeinschaften oder neuen geistlichen Bewegungen in Verbindung gebracht, doch tatsächlich kann er – in einem weiteren Sinne – überall da stattfinden, wo Menschen ihre Spiritualität zum Ausdruck bringen: In seelsorglichen Gesprächen, in Pfarrgemeinden, Verbänden, im Gespräch „zwischen Tür und Angel“.

Unter spirituellem Missbrauch versteht man die Verletzung des spirituellen Selbstbestimmungsrechts bzw. der inneren Autonomie eines Menschen. Dabei wird nicht nur die geistliche Freiheit verletzt, sondern auch die persönliche Beziehung zu Gott gefährdet.

Die Theologin Doris Reisinger unterscheidet drei Formen des spirituellen Missbrauchs: spirituelle Vernachlässigung, spirituelle Manipulation und spirituelle Gewalt.

## SPIRITUELLE VERNACHLÄSSIGUNG

*„Sie sollten Gott dankbar sein, dass er Ihnen dieses Kind geschenkt hat.“*

Eine Veränderung der Familiensituation, Traumata aus der Vergangenheit, Einsamkeit, der Wunsch nach Veränderungen im eigenen Leben,

Glaubenszweifel: In solchen Krisen- und Umbruchssituationen machen sich viele Menschen auf die Suche nach spirituellen Antworten, von denen sie sich Unterstützung, Sinn oder Erfüllung versprechen.

Wenn Menschen dabei nicht in ihrer geistlichen Freiheit und Selbstwirksamkeit unterstützt werden, wenn ihre spirituellen Bedürfnisse nicht wahr- oder ernstgenommen werden, dann kann von spiritueller Vernachlässigung, also von spirituellem Missbrauch in einem weiten Sinn, gesprochen werden.

## SPIRITUELLE MANIPULATION

*„Wir werden heute Abend im Lobpreis für dich beten.“*

Spirituelle Manipulation vollzieht sich in der Regel schleichend und ist nicht sofort erkennbar. Die Betroffenen werden allmählich an die Begleitung, an eine Gruppe oder Gemeinschaft gebunden. Ihr Glaubensleben wird kontrolliert, ihre lebenspraktische und moralische Urteilsfähigkeit geschwächt. Wer andere spirituell manipuliert, lässt sie glauben, dass sie nach ihren eigenen Überzeugungen handeln, während es in Wirklichkeit die manipulierende Person ist, die sie zum Handeln veranlasst.

## SPIRITUELLE GEWALT

*„Eine Studienfreundin wollte mich zum Arzt bringen. Ich rief meine Begleiterin an. Sie sagte, ich solle loslassen, ich solle mich ganz in Gottes Hände begeben.“*

Explizite spirituelle Gewalt ist besonders zerstörerisch. Meist gehen ihr spirituelle Vernachlässigung und Manipulation voraus. Im Gegensatz zu anderen Formen des spirituellen Missbrauchs spürt die betroffene Person oft, dass über ihren Willen, ihre Rechte und Bedürfnisse hinweg gehandelt wird. Dennoch kann sie sich nicht gegen diese Gewalt wehren, weil sie etwa in Erziehung, Begleitung oder in

ihrer geistlichen Gemeinschaft verinnerlicht hat, dass Autoritätspersonen immer Recht haben, dass geistliche Begleitpersonen für sie den Willen Gottes erkennen und dass ihre eigenen Bedürfnisse nicht zählen oder sündhaft sind.

Spirituelle Missbrauch geht zu meist einher mit Machtmissbrauch, Gewissensmissbrauch, emotionalem und psychischem Missbrauch. Die Betroffenen verlieren schleichend das Vertrauen in die eigene Wahrnehmung und in die Fähigkeit, Dinge beurteilen zu können. Spiritueller Missbrauch schädigt ebenso schwer wie sexueller Missbrauch: körperlich, geistig, psychisch.



### **BESONDERS GEFÄHRDET FÜR SPIRITUELLE VERNACHLÄSSIGUNG, MANIPULATION ODER GEWALT SIND MENSCHEN, DIE ...**

- ... noch sehr jung sind;
- ... erst kürzlich zum Glauben gefunden haben;
- ... sich aktuell in einer Krisensituation befinden;
- ... bereits anderswo missbräuchliche Situationen und Strukturen erlebt haben oder noch erleben;
- ... ihren Glauben als einzige Ressource für ihr Leben ansehen;
- ... zu einer radikalen Veränderung ihres Lebens bereit sind;
- ... sich nach Zugehörigkeit und Gemeinschaft sehnen;
- ... eine intensive Sehnsucht nach Sinn und Erfüllung verspüren.



## ALARMSIGNALE FÜR SPIRITUELLEN MISSBRAUCH

- Die geistliche Begleitung kann keinerlei Qualifikationen vorweisen.
- Spirituelle Begleitung und therapeutische Hilfe werden miteinander vermischt.
- Die Meinung der Begleitung wird mit der „Stimme Gottes“ oder dem „Willen Gottes“ gleichgesetzt.
- Eine Person oder Gruppe idealisiert ihren eigenen Weg als den einzig „wahren“ oder „richtigen“ und wertet gleichzeitig andere Formen der Spiritualität ab.
- In der Interpretation von Erfahrungen oder Glaubenszeugnissen fehlen Abstufungen, oft ist von „Wahrheit“ die Rede. Mehrdeutigkeit wird vereindeutigt, damit einher gehen Denkverbote.
- Kritik und Zweifel sind unerwünscht. Autoritätspersonen fordern einen bedingungslosen Gehorsam oder die Unterwerfung unter den „Willen Gottes“.
- Kontakte zu Personen außerhalb der Gruppe werden untersagt oder verunmöglicht.
- Unter dem Vorwand der Fürsorge und der Nächstenliebe werden in einer Gruppe eine starke soziale Kontrolle und moralischer Druck ausgeübt („nur zu deinem Besten“).
- Spiritualität und Glaube sind mit vorgegebener Leistung verbunden („Als gute Christin musst du ...“, „Jesus hat so für uns gelitten, da kannst du doch auch mal ...“).
- Unbehagen, Gewissenskonflikte oder Zweifel werden als „Schritte auf dem Weg zu Gott“ kleingeredet, weggewischt oder gar kultiviert.

# SPIRITUELLE SELBSTBESTIMMUNG FÖRDERN

Im Katholischen Deutschen Frauenbund oder anderen Gruppen können viele **Anlässe und Gelegenheiten** damit verbunden werden, die spirituelle Selbstbestimmung zu fördern:

- Gottesdienste, Gebete, Liturgien;
- Geistliches Wort in Gremiensitzungen;
- Wallfahrten und Jubiläumsfeiern;
- Exerzitien und Einkehrwochenenden;
- Spirituelle Wanderungen;
- Begleitung, z.B. durch eine Geistliche Beirätin;
- Bibelgespräche und Austausch in Frauengruppen;
- Angebote für bestimmte Zielgruppen, etwa Mütter, Trauernde, Kranke;
- Online-Angebote in der Fastenzeit und im Advent;
- Impulse und Veranstaltungen zu spirituellen Themen.

Darauf können Sie besonders achten, **wenn Sie angesprochen werden**:

- Jede Person hat ihre ganz eigene Geschichte mit Gott. Diese zu entdecken erfordert ein achtsames Mitgehen. In Gesprächen können Sie einen Raum geben, die Spuren Gottes in der Lebensgeschichte zu suchen. Zu begleiten bedeutet: Neben einer Person gehen, nicht vor ihr.
- Oft suchen Menschen in Entscheidungssituationen ein Gespräch. Hier ist es besonders wichtig, das Zutrauen zu stärken, dass jede Frau Expertin ihres eigenen Lebens ist. Entscheidungen kann nur die Person treffen, die damit weitergeht.
- Gerade Frauen erleben sich oft „zwischen allen Stühlen“ – zwischen den eigenen Bedürfnissen und Ansprüchen, den Idealen von Muttersein und Partnerschaft, den Erwartungen anderer. Als Ansprechpartnerin können Sie Frauen darin bestärken, der eigenen inneren Stimme zuzuhören und zu vertrauen.
- Wertungen und moralische Anfragen sind nicht hilfreich.
- Es ist nicht leicht, über den eigenen Glauben zu sprechen. Als Ansprechpartnerin oder Begleiterin haben Sie die wichtige Aufgabe, sprachfähig zu sein. Sie bieten Worte an, die einer anderen Frau als Geländer dienen, an denen sie sich festhalten und weitergehen kann.
- Die Bibel ist voll unterschiedlicher Erfahrungen mit Gott. Das darf sich auch in spirituellen Angeboten spiegeln. Es ist gut, unterschiedliche Wege, den Glauben zu leben, zur Wahl zu stellen.

### Woran ich erkenne, dass ich **spirituell selbstbestimmt** lebe:

- Ich kann aus unterschiedlichen Angeboten wählen.
- Ich treffe Entscheidungen selbst.
- Ich bin frei, meine Lebensform zu wählen.
- Ich darf mit meinen eigenen Worten über Gott und meinen Glauben sprechen.
- Ich habe freien Zugang zu spirituellen Büchern und zur Bibel. Ich suche selbst aus, was gut für mich ist.
- Ich darf im Glauben Fragen stellen.
- Mein Gottesbild darf sich verändern.
- Ich darf mir Hilfe suchen, wenn ich Unterstützung brauche. Gespräche mit einer Begleitperson machen mich freier.
- Ich darf eine spirituelle Deutung ablehnen.

### „Red Flags“ – Warnsignale für spirituellen Missbrauch:

- Eine Person setzt mich unter Druck, eine Entscheidung in eine bestimmte Richtung zu treffen.
- Ich darf nicht frei über das sprechen, was mich im Glauben bewegt.
- Gespräche mit einer Begleitperson machen mich verwirrt und ängstlich.
- Die Begleitperson fragt von sich aus nach meiner Sexualität.
- Mein Glaube wird zur Belastung. Ich kann meiner eigenen Wahrnehmung nicht mehr trauen und ich fühle mich minderwertig und schuldig.
- Es gibt Verbote und Geheimnisse rund um meinen Glauben.
- Ich werde gegen andere Personen in meiner Gemeinde/Gemeinschaft ausgespielt.

## HANDLUNGSOPTIONEN IM KDFB

- Wie kann der KDFB eine Gemeinschaft sein, in der die persönliche Spiritualität gesucht, gebildet und lebendig gelebt werden kann?
- Wie können sich Frauen mit ganz unterschiedlichen Spiritualitäten im Verband beheimatet fühlen?
- Wie fördern wir im KDFB eine Kultur des Gesprächs über spirituell begründete Ideale von „Weiblichkeit“ und „Männlichkeit“ und deren Konsequenzen?
- Wie pflegen wir in unseren Gruppen theologische Sprachfähigkeit, liturgische Vielfalt und weitere Ressourcen für die spirituelle Selbstbestimmung?
- Wie kann der Verband ein Ort sein, in dem Menschen mit spirituellen Missbrauchserfahrungen Solidarität erleben?

Im Buch „Erzählen als Widerstand“ berichten 23 Autorinnen über spirituellen und sexuellen Missbrauch, den sie als Erwachsene im Raum der Kirche erfahren haben. Sie erzählen von Verschweigen und Vertuschen, sie schreiben, damit der Missbrauch aufhört. Der KDFB hat das Buch am 25. November 2020, dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, präsentiert.



Hier können Sie das Buch bestellen!

**Zum Weiterlesen: Informationen zu Anlaufstellen, Veranstaltungen und Forschungsprojekten finden Sie auf [www.missbrauchsmuster.de](http://www.missbrauchsmuster.de)**



Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund

Herausgeber:  
Katholischer Deutscher Frauenbund e. V.  
Kaesenstraße 18  
50677 Köln  
Telefon: 0221 860 920  
bundesverband@frauenbund.de  
www.frauenbund.de

Köln, 25.11.2022  
(Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen)

Autorinnen und Beratung:  
Dr. Barbara Haslbeck, Dr. Regina Heyder,  
Prof'in Dr. Ute Leimgruber, Lena Steinjan,  
Prof'in Dr. Sibylle Trawöger; Mitglieder der  
Theologischen Kommission des KDFB