

Scheidung aufarbeiten

Interview mit Georges Morand

Georges Morand hat selbst eine Scheidung durchlitten und verarbeitet. In der reformierten Kirchgemeinde Gossau ZH bietet er als diakonischer Mitarbeiter «Workshops für getrennt lebende und geschiedene Frauen und Männer» an.

Interview: Peter Höhn

CZ: Welche Gründe können dazu führen, dass eine Ehe einfach nicht mehr zu retten ist?

Georges Morand: Wenn einer von beiden nicht mehr will, sich verabschiedet – äusserlich oder innerlich. Zur Rettung braucht es beide, und das ganz! Ich bin davon überzeugt, dass die meisten Schwierigkeiten in der Ehe zu überwinden sind. Wenn aber einer von beiden keine Hoffnung mehr hat, ist die beste Rettungsaktion des anderen oder die Hilfe von aussen meist wirkungslos.

Wer kann sagen, wann bzw. ob eine Ehe gestorben ist?

Normalerweise nur die Betroffenen selbst. Und genau das ist für die Betroffenen happig, weil sie für ihre Entscheidung absolut selbst Verantwortung übernehmen müssen. Es wäre einfacher, sagen zu können: «Der und die hat mir gesagt, es sei hoffnungslos!» Denn das schlechte Gewissen quält, Schamgefühle und grosse Ängste plagen einen, und man fragt sich, ob man wirklich alles zur Rettung getan hat. Bei mir war es so, dass ich erst ein paar Monate, nachdem

wir uns wegen einer Affäre meiner damaligen Frau getrennt hatten, tief in mir drin spürte, dass es nun kalt, tot, aus war. Das war nach 24 Jahren eine ganz neue Erfahrung, nicht zu verwechseln mit Gefühlen in Flauten und Krisen. Diese Feststellung war für mich schrecklicher – vergleichbar mit dem Katastrophengefühl, das einen befällt, wenn man mitten in der sibirischen Kälte mit letzter Kraft das letzte Streichholz verbraucht hat – und es kein Überleben mehr gibt.

Welches sind deine wichtigsten Erfahrungen im Begleiten der Männer und Frauen, die ihre Scheidung aufarbeiten möchten?

Gerade haben wir unseren ersten «Workshop für getrennt lebende und geschiedene Frauen und Männer» beendet. Ich gab ihnen die Aufgabe, auf die eine Seite eines Plakates gross zu schreiben, wie sie oder mit welchen Gefühlen oder mit welcher Haltung sie vor neun Monaten zum Workshop gekommen waren. Auf der anderen Seite des Plakates sollten sie beschreiben, wo sie heute stehen. Jede und jeder hat einen Wachstumsschub gemacht, steht an einem andern Ort. Ich war tief berührt.

Eine Teilnehmerin schrieb mir später: «Ich habe mich selbstmitleidig als Opfer gefühlt. Durch den Workshop konnte ich mich von der Opferrolle verabschieden und mich selbstkritisch auch als Täter erkennen. Und das Beste: Gott liebt mich trotzdem!» Ein Mann schrieb: «Der Workshop hat mir geholfen, die Beziehung zu Gott/Jesus aufrechtzuerhalten. Die behandelten Themen trafen die wunden Punkte - gute Balance zwischen Aufarbeitung der Vergangenheit, sich den Problemen der Gegenwart stellen und die Zukunft mit Zuversicht anpacken. Da die Kursleitung ebenfalls zu den Direktbetroffenen gehörte, waren die vermittelten Themen besonders glaubwürdig.»

Wie habt ihr diesen Workshop praktisch durchgeführt?

Vier Workshopabende bieten für Betroffene Verarbeitungshilfen und öffnen neue Lebensperspektiven für die nächste Wegstrecke. Als Leitfaden benutzten wir das Buch von Jim Smoke «Blüten aus der Asche meines Lebens. An einer Scheidung nicht zerbrechen». Die Abende verteilten wir auf zwei Monate, da viele Betroffene wenig zeitlichen Freiraum haben. Alle lasen im Voraus das



angekündigte Kapitel. Kern des Abends war für die Teilnehmenden eindeutig die Zeit in den Kleingruppen (vier bis fünf Leute pro Gruppe). Normalerweise starteten wir im Plenum mit einer thematische Einführung oder eine Ergänzung zum Gelesenen. Auch Einzelarbeiten zur Vertiefung und Konkretisierung setzten wir regelmässig und gezielt ein. Den Abend beendeten wir im Plenum mit einem Wegwort und Gebet. Der Glaube ist nicht vorausgesetzt, fliesst aber mit ein. Das Buch hat im letzten Drittel viele praktische Hilfen für das Gespräch oder zur Selbstarbeit. Wichtig ist, eine sinnvolle Auswahl zu treffen. Die Menge überfordert sonst. Nach dem Vier-Abend-Workshop fragten wir, wer Interesse an einer Fortsetzung habe. Bis auf eine Person machten alle nach den Sommerferien mit einem Fünf-Abend-Modul weiter. Die Gruppe wuchs richtiggehend zusammen.

Wie kann ich hilfreich reagieren, wenn sich in meinem Umfeld ein Ehepaar oder ein Ehepartner auf Trennung/Scheidung zubewegt?

Was haben wir bei einem Unfall als Erstes zu tun? Logischerweise Anteil nehmen statt beschuldigen. Viele sind überfordert, ähnlich wie mit Trauernden. «Gnädig, barmherzig und voller Güte ...», sagt die Bibel. Zuhören, mitweinen, Raum schaffen, aus den vier Wänden

locken, seelsorgerlich-therapeutische Gespräche ermöglichen (finanziell reicht es oft kaum dazu) usw. Meist kann man nicht mit beiden Teilen ein vertrautes Verhältnis behalten, auch wenn man sich das wünschen würde. Manchmal geht das aber später wieder.

Was ist dir sonst noch wichtig im Zusammenhang mit dem Verarbeiten bzw. Aufarbeiten einer Scheidung?

Erstens: Der Umgang mit eigenem Scheitern und mit Gescheiterten fällt uns Christen komischerweise sehr schwer. Warum wohl? Fühlten sich nicht gerade Gescheiterte ganz besonders von Jesus angezogen, hingegen von den Pharisäern und Schriftgelehrten abgestossen? Wie kommt das? Christuszentrierte Kirche lebt Gnade für alle Arten von Gescheiterten – sonst verdient sie diesen Namen nicht.

Zweitens lehrt mich die Erfahrung: Kinder leiden enorm unter einer Scheidung. Aber Ostern gilt auch ihnen, und deshalb können auch sie an einer Scheidung wachsen. Dieser Hoffnungsansatz liess mich als Vater anders mit meinen Kindern umgehen. Mit diesem Wissen muss ich nicht aus Schuldgefühlen durch Verwöhnen und Schützen alles wiedergutzumachen versuchen. Auch Kinder können durch Existenzkrisen wachsen. David Ben Gurion sagt: «Wer nicht an Wunder glaubt, ist kein Realist.»



Georges Morand, 49, geschieden, vier erwachsene Kinder, wohnhaft in Ottikon ZH. Der Coach und Theologe ist Coautor des Buches «Entdecke dein Potenzial». In der Reformierten Kirchgemeinde Gossau ZH ist er verantwortlich für die Förderung von über 400 Ehrenamtlichen sowie Gründer von morandcoaching.

27 h «untertauchen»

Die Lebensbalance neu gestalten, in klösterlichem Umfeld direkt am See. Gönnen Sie sich eine Zäsur im Alltag. **29. und 30. Juni oder 2. und 3. Dezember 2009**

«entkorken»

Der Lebensgeschichte die Zukunft entlocken. Nutzen Sie das Plus & Minus Ihrer Biografie!

11. bis 13. Oktober 2009

«meistern»

Das Leben fokussieren, inspirieren, stärken. Erweitern Sie durch Coaching Ihre Fach- und Lebenskompetenz.

Informationen dazu auf:

www.morandcoaching.ch



• Jim Smokes «Blüten aus der Asche meines Lebens» hilft Menschen, eine Scheidung nicht nur zu erleiden, sondern auch an ihr zu wachsen. ISBN 978-3-86122-709-0