

Selbstvergebung durch Schuldkompetenz

Bearbeitet von
Konrad Stauss

1. Auflage 2015. Taschenbuch. 420 S. Paperback

ISBN 978 3 7323 4890 9

Format (B x L): 14 x 21 cm

Gewicht: 604 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Kognitionspsychologie > Emotion, Motivation, Handlung](#)

schnell und portofrei erhältlich bei


DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Dr. med. Konrad Stauss

**Selbstvergebung
durch
Schuldkompetenz**

Copyright: © 2015 Konrad Stauss

Lektorat & Satz: Erik Kinting / www.buchlektorat.net

Umschlaggestaltung: Erik Kinting

Verlag: tredition GmbH, Hamburg

978-3-7323-4890-9 (Paperback)

978-3-7323-4891-6 (Hardcover)

978-3-7323-4892-3 (e-Book)

Printed in Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort Fehler! Textmarke nicht definiert.

Einleitung 21

Kapitel I:

Schuld- und Vergebungskompetenz 33

Rationale Kompetenz 34

Emotional-soziale Kompetenz 35

Vergebungs- und Schuldkompetenz 37

Schuldlos schuldig 38

Sein als Beziehungssein 42

Zusammenfassung 46

Relevanz auf der Interventionsebene: 47

Kapitel II:

Anthropologische Grundannahmen zum Wesen des

Menschen 51

Ist der Mensch in seinem innersten Wesen gut oder böse? 51

Ist der Mensch von Natur aus böse? 52

Ursache des Bösen 52

Menschenbilder des Bösen 53

Ist der Mensch von Natur aus gut? 54

Empirische Datenlage zu Entstehung von gewalttätigen

Persönlichkeiten 58

Zusammenfassung 63

Relevanz auf der Interventionsebene 64

Kapitel III:

Moral und Ethik	65
Ethos.....	65
Definition von Moral und Ethik	65
Moral und die goldene Regel	66
Ethische Dimensionen.....	67
Drei Dimensionen der Ethik und das dreifache Liebesgebot....	70
Universale Ethik	72
Ökonomie der Schuld.....	72
Zusammenfassung.....	73
Relevanz auf der Interventionsebene.....	74

Kapitel IV:

Ökonomie der Schuld im Alten und Neuen Testament	75
Vorchristliche Ursprünge des spirituellen Schuldenerlebens	75
Monetäre Ökonomie der Schuld	76
Zwischenmenschliche Ökonomie der Schuld	78
Innerseelische Ökonomie der Schuld	79
Spirituelle Ökonomie der Schuld	82
Spirituelle Ökonomie der Schuld im Alten Testament	82
Spirituelle Ökonomie der Schuld in der Schöpfungsgeschichte.....	82
Ökonomie der Schuld im Tun-Ergehen-Zusammenhang und der schicksalswirkenden Tatsphäre.....	94
Zusammenfassung	96
Relevanz auf der Interventionsebene.....	97

Die spirituelle Ökonomie der Schuld im priesterlichen Schuldverständnis	97
Spirituelle und soziale Ökonomie der Schuld.....	97
Priesterliche Bewältigung der Schuld durch Opfer	98
Spirituelle und innerseelische Ökonomie der Schuld im prophetischen Schuldverständnis	99
Persönliche Ethik des Göttlichen.....	99
Betonung der innerseelischen Ökonomie der Schuld.....	100
Schuld im Kontext der persönlichen Gottesbeziehung....	101
Betonung der Vergebungsbereitschaft Gottes.....	102
Geburtsstunde des Gewissens.....	103
Schuldbewältigung als innerseelischer Wandlungsprozess	103
Zusammenfassung	104
Relevanz auf der Interventionsebene.....	105
Ökonomie der Schuld durch Aufrechnung von Soll und Haben.....	106
Jesuanische Ökonomie der Schuld im Neuen Testament....	108
Ökonomie der Schuld durch Heilung	108
Sieben Thesen zur jesuanischen Ökonomie der Schuld..	110
Spirituelle Ökonomie der Schuld nach dem Tod von Jesus	129
Zusammenfassung der Ökonomie der Schuld im Neuen Testament.....	130
Ökonomie des Neuen Testaments als enkulturalisierte Grundlage der westlichen Psychotherapie?.....	132
Zusammenfassung	134
Relevanz auf der Interventionsebene.....	135

Kapitel V:

Ökonomie der Schuld des normativ-juristischen Rechts 137

Schuldverständnis und Schuldbewältigung nach der Aufklärung.....	137
Normativ-positives Recht.....	139
Schuldverständnis im Zivil- und Strafrecht.....	141
Ungeklärter Schuldbegriff im positiven Recht.....	141
Statt freier Willensbestimmung Steuerungs- und Einsichtsfähigkeit	143
Besserung des Straftäters durch Resozialisierung	144
Resozialisierung.....	146
Situation in Deutschland.....	147
Bewältigung der Schuld durch den Täter-Opfer-Ausgleich....	149
Statt Logik der Strafe eine Logik des zwischenmenschlichen Friedens.....	149
Beitrag der christlichen Schuldbewältigung zur Resozialisierung	151
Zusammenfassung.....	153
Relevanz auf der Interventionsebene.....	154

Kapitel V:

Ökonomie der Schuld aus der Sicht der empirischen

Forschung..... 159

Moralische Entwicklung aus der Sicht der Moralpsychologie	159
Moralische Reifungsstufen nach Kohlberg	160

Moralische Gewissensentscheidungen als emotionaler, intuitiver Prozess	162
Moralisches Empfinden: deterministisch bestimmt oder angeboren?.....	163
Moralische Entwicklung aus der Sicht der Bindungstheorie ..	163
Die neurobiologische Grundlage für Empathie und der universalen Ethik der goldenen Regel.....	166
Universale Ethik: die goldene Regel	168
Neurobiologische Vorstellungen über die moralischen Verarbeitungsebenen des Gehirns	169
Die drei Etappen der Evolution des menschlichen Gehirns	169
Stammhirn – Reptiliengehirn.....	169
Mesolimbisches Gehirn – emotionales Gehirn.....	170
Neokortex – das rationale und selbstreflexive Gehirn.....	170
Vier moralische Ebenen der Persönlichkeitsentwicklung ...	171
1. Vegetativ-affektive Ebene – Stammhirn/Reptiliengehirn	171
2. Ebene der emotionalen Konditionierung (Amygdala und mesolimbisches System).....	172
3. Ebene des Sozialverhaltens und der Beurteilung durch das Gewissen	174
4. Ebene der kognitiv-kommunikativen Mitteilung.....	175
Selbstvergebung.....	176
Definition der Selbstvergebung	176
Schuld- und Schamgefühle – zwei moralische Emotionen	177
Moralische Verletzungen bei Kriegsveteranen	178
Echte Selbstvergebung und Pseudo-Selbstvergebung	181
Früchte der echten Selbstvergebung	187

Gemeinsame Schnittmenge zwischen den Vorstellungen der Schuldbewältigung des Alten und Neuen Testaments und den empirisch gewonnenen Ergebnissen.....	188
Zusammenfassung:.....	191
Relevanz auf der Interventionsebene:	191

Kapitel VII:

Gewissen als innerer Ankläger	193
Verschiedene Perspektiven des Gewissensverständnisses	196
Perspektive des spirituellen Gewissensverständnisses	196
Christliche Perspektive des Gewissensverständnisses.....	196
Unterschiede in der Auffassung des Gewissensverständnisses in der katholischen und evangelischen Kirche	197
Perspektive des ethischen Gewissensverständnisses	199
Perspektive des normativen-juristischen Gewissensverständnisses	200
Perspektive des ideologischen Gewissensverständnisses....	200
Perspektive des psychodynamischen Gewissensverständnisses.....	203
Über-Ich als Gewissen.....	203
Toxische Gewissen	207
Strukturelle Voraussetzung zur Gewissensbildung	211
Gewissensunabhängiges subjektives Schulterleben	215
Notwendigkeit der Differenzierung des Gewissens	218
Zusammenfassung:.....	221
Relevanz auf der Interventionsebene.....	221

Kapitel VIII:

I. Verhältnisbestimmung zwischen Psychotherapie und

Spiritualität aus der Sicht der Psychotherapie..... 225

Sichtbare oder unsichtbare Religionen..... 227

Forschungsergebnisse zur Spiritualität von Psychotherapeu-
ten und der allgemeinen Bevölkerung..... 228

Integration von spirituellen Interventionen in eine professi-
onelle Psychotherapie?..... 232

Geschichtlicher Abriss über die Bezogenheit von Spiritua-
lität/Religiosität und Psychotherapie..... 233

Einteilungsschema von Grom..... 236

Typ I: Spirituelle Anregungen, die der Patient von sich
aus in den Therapieprozess einbringt..... 237

Typ II: Spirituelle Interventionen – integriert in eine pro-
fessionelle Therapie..... 237

Typ III: Religiosität/Spiritualität mit der Tendenz, Basis-
therapie zu werden..... 237

Typ IV: Psychotherapeutische Behandlungsformen spiri-
tuellen Ursprungs..... 238

II. Verhältnisbestimmung zwischen Psychotherapie und

Spiritualität aus der Sicht der christlichen Theologie..... 240

Kapitel IX:

Schuldabstinenz..... 246

Von Schuld sprechen..... 246

Klärung der Schuld..... 249

Schuldabstinenz..... 249

Der innere Ankläger	250
Der Großinquisitor	252
Kapitel X:	
Die sieben Phasen der Bearbeitung des subjektiven Schulderlebens	258
Gemeinsamkeiten zwischen der Vergebungs- und Schuld- arbeit	258
Arbeit am inneren Raum	258
Basale Beziehungsethik	259
Zwischenmenschliche Schuldarbeit	262
Innerseelische Schuldarbeit	264
Beschreibung der 7 Phasen des Vergebungs- und Schuld- prozesses – eine Übersicht.....	266
Vorbereitung zur Bearbeitung des subjektiven Schulder- lebens.....	269
1. Klärung der rechtlichen Grundlagen	269
Schweigepflicht und Beichtgeheimnis	269
2. Indikation und Kontraindikation für die beschriebene Schuldbewältigungsarbeit.....	271
Diagnostik von klinisch relevanten seelischen Störungen.	271
3. Klärung der weltanschaulichen Voraussetzungen und Aufklärung.....	273
4. Ziel des Klärungsprozesses	274
5. Informed Consent	276
Phase I: Bestimmung der moralischen Verletzung durch das emotionale Schema des Schulderlebens.....	277
1. Schuldthemen	277

Schuldthemen aus einer ambulanten psychotherapeutischen Praxis:	277
Schuldthemen aus einer stationären psychotherapeutischen Einrichtung:	278
Schuldthemen aus der Seelsorge.....	279
Schuldthemen aus der Palliativmedizin.....	281
2. Schulterleben in einen interpersonellen Kontext und nicht in den Kontext von Geboten oder Verboten stellen. ...	283
Bestimmung des Schuldthemas	283
3. Exploration des subjektiven Schulterlebens des Klienten	286
Anatomie der moralischen Verwundung	286
Perspektivenwechsel zur Bestimmung der Angemessenheit des Schulterlebens	287
Emotionales Schema des Schulterlebens.....	288
4. Beeinträchtigung des Selbstwerterlebens durch das subjektive Erleben von Schamgefühlen	289
5. Toxisches Schuld- und Schamerleben	290
6. Bestimmung des Selbstumgangs im subjektiven Schulterleben	291
Phase II: Heilung der Ich-Beziehung	295
I. Schuldabwehr versus Schuldannahme	295
1. Ein erschüttertes Gewissen als Voraussetzung für die Heilung der Ich-Beziehung.....	295
Opfer-Täter-Lebenslinie	297
Schuldteppich	298
2. Aktualisierung des Konfliktes zwischen Schuldannahme und Schuldabwehr	299
Aufklärung.....	300

3. Vorgehensweise zur Aktivierung des Konfliktes zwischen Schuldabwehr versus Schuldannahme	304
1. Schritt: Erfahrungsbezogene Exploration der Modi der Schuldbewältigung	305
2. Schritt: Kosten-/Nutzenanalyse der verschiedenen Schuldbewältigungsmodi.....	308
3. Schritt: Entscheidung.....	309
4. Schritt: Differenzierung der Schuld mithilfe der Gewissensintuition.....	310
Fallbeispiel einer Schuld differenzierung	312
Phase III: Heilung der Du-Beziehung bei zwischenmenschlicher Schuld.....	315
Zwischenmenschlicher imaginärer Täter-Opfer-Dialog in Form von Stuhlarbeit/Empathie und wechselseitiger Perspektivenübernahme.....	315
Optional: Reue-Briefe.....	317
Reue-Briefe aus der Perspektive des Opfers an den Täter.	317
Phase IV/V: Heilung der Beziehung zum Ewigen Du	319
Das spirituelle Schuldritual.....	319
Briefe für das Schuldritual bei zwischenmenschlicher Schuld	320
Durchführung des Schuldrituals bei zwischenmenschlicher Schuld	324
Fallbeispiel der Bearbeitung von zwischenmenschlicher Schuld.....	327
Phase I: Bestimmung des Schuldthemas und Exploration des subjektiven Schuld erlebens	327
Anatomie der moralischen Verletzung.....	328
Selbstumgang im Erleben der Schuld.....	330

Interpretation:.....	330
Phase II: Heilung der Ich-Beziehung.....	331
Opfer Täter Lebenslinie:.....	331
Schuldteppich	332
Aktualisierung des Konfliktes zwischen Schuldannahme und Schuldabwehr.....	333
Schuldabwehr im Modus Herz aus Stein.....	333
Schuldabwehr im Modus Judasfalle	333
Schuldannahme im Modus Herz aus Fleisch.....	334
Kosten-/Nutzenanalyse der Schuldbewältigung im Modus der Schuldabwehr	334
Kosten-/Nutzenanalyse der Schuldbewältigung im Modus der Schuldannahme	335
Phase III: Heilung der Du-Beziehung	337
Reue-Briefe aus der Perspektive des Opfers an den Täter.	338
Phase IV/V: Heilung der Beziehung zum Ewigen Du.....	344
Heilung der Ich-und-Du-Beziehung bei innerseelischer Schuld.....	351
Hinweis für Psychotherapeuten zur Bearbeitung von toxischem Schuld- und Schamerleben beim Vorliegen von innerseelischer Schuld:.....	351
Prozessuale Aktivierung des toxischen Anklägers	353
Toxisches Schuld- und Schamerleben aus psychodynamischer Sicht	355
Toxisches Introjekt.....	356
Systematisierung der Schuldgefühle durch ein toxisches Introjekt	356
Kaskadentechnik zur Identifizierung von Basisschuldgefühlen	357
Toxisches Introjekt als toxisches Gewissen.....	358

Anmerkungen zur psychotherapeutischen Bearbeitung eines ekklesiogenen Introjektes als toxisches Gewissen:	361
Erfahrungsbezogene Differenzierung	363
Dynamik des toxischen Schulterlebens	364
Toxisches Schulterleben aus spiritueller Sicht	367
Dialogarbeit mit dem inneren Team zur Förderung der Selbst-Empathie	368
Spirituelle Bewältigung der innerseelischen Schuld	377
Durchführung des Schuldrituals bei innerseelischer Schuld .	384
Fallbeispiel der Bearbeitung von innerseelischer Schuld	385
Phase VII: Versöhnung durch Täter-Opfer-Dialog	392
Proaktive und reaktive Vergebung	393
Kompetentes Schuld- und Krisenmanagement	396
Anhang	399
Literaturverzeichnis.....	402

Vorwort

Vergib uns unsere Schuld wie auch wir vergeben unseren Schuldigern! So beten die Christen in ihrem zentralen gemeinsamen Gebet, dem *Vaterunser*. Das griechische Original dieser Vaterunser-Bitte wird in der Einheitsübersetzung, der von katholischer und evangelischer Kirche gemeinsam anerkannten Übersetzung ins Deutsche, so wiedergegeben: *Erlass uns unsere Schulden, wie auch wir sie unseren Schuldnern erlassen haben.* (Mt 6,13)

Schuld gerät im Gebet, also vor dem Angesicht Gottes, ins Licht, näherhin angesichts der Vergebung durch Gott. Gerade so – von Gott her gesehen – ist Schuldbewältigung aber eine zwischenmenschliche Aufgabe: *wie auch wir sie unseren Schuldnern erlassen haben.* Durch die Vergebungsbitte wird deutlich, dass Schuld mit dem je Einzelnen, mit dem Miteinander von uns Menschen und mit Gott zu tun hat.

Bereits die erste Begegnung mit Konrad Stauss ließ mich aufhorchen: Ein Mediziner spricht über Themen, die auch meine sind. Ich bin Theologe und Seelsorger. Stauss kommt aus der therapeutischen Praxis. Wir treffen uns im Interesse für den Menschen. Sowohl in der Therapie wie in der Seelsorge begegnen wir Menschen, die *heil werden* wollen. *Heil werden* bezieht sich auf den Körper und auf die Seele und da kommen uns Fragen nach Schuld, Vergebung und Versöhnung entgegen.

Als Seelsorger ist es mir ein Anliegen, den Menschen die Befreiung zum vollen Leben mit Gott zu erschließen. Viele, die zu einem Seelsorgegespräch kommen, bringen ein Gespür für ihren seelischen Zustand mit. Die einen möchten Vergangenes aufarbeiten, andere wünschen geistliche Wegbegleitung, wieder

andere suchen Klarheit für anstehende Entscheidungen. Es gibt Menschen, die eine vage Unruhe in sich wahrnehmen und so Lebensberatung suchen. Warum nicht auch bei einem Seelsorger? Da ich katholischer Priester bin, kommen Leute zu mir, denen es um persönliche Schuld geht, meist im Hinblick auf Vergebung durch Gott. Sie suchen nach Befreiung von ihrer Schuld in der Beichte. Doch kann es geschehen, dass sich jemand durch die Beichte ganz und gar nicht befreit fühlt, vielmehr bedrückt bleibt, von Ängsten verfolgt. Woher diese Ängste? Schuldgefühle müssen nicht unbedingt auf wirkliche Schuld verweisen. Vielleicht haben sie mit der gebeichteten Schuld gar nichts zu tun? Wie kommt der Mensch zu einem adäquaten Schuldbewusstsein? Es gibt Leute, die einen Therapieprozess durchlaufen, dabei ihren Eigenanteil an der Entstehung der Problemsituation und darin auch ihren Schuldanteil entdeckt haben. Sie möchten ihren Heilungsweg besiegeln durch Bekenntnis und Lossprechung in einer Beichte. Im einen und im anderen Fall hilft das Miteinander von therapeutischer und spiritueller Sichtweise.

An der Herangehensweise von Konrad Stauss an das Phänomen Schuld schätze ich das differenzierte Wahrnehmen der verschiedenen Dimensionen von Schuld, das Aufspüren der oft komplexen Zusammenhänge von Schuld erfahrung in der menschlichen Psyche, die konkreten Vorschläge für den Umgang mit der Schuld, die Ausrichtung auf das Heilwerden des ganzen Menschen.

Mit dem Stichwort *Schuldkompetenz* verbinden sich für mich die Fragen: *Wie wird Schuld erfahren? Wie ist Schuld zu verstehen und ins Lebensganze einzuordnen? Wie können wir mit Schuld umgehen?*

Wie kann ich Schuld wahrnehmen? Als ich vor Jahren mein erstes Büchlein zum Thema *Beichten* schrieb, gab mir mein Mitbruder, der Redemptorist und Moralthologe Bernhard Häring Folgendes mit auf den Weg: *Erst im Blick auf Vergebung kann ich das, was Schuld ist, richtig anschauen. Wenn ich zur Überzeugung komme, dass ich mit meiner Schuld angenommen bin, wage ich es, sie in den Blick zu nehmen. Wenn ich die Chance sehe, dass mir vergeben wird und ich neu anfangen kann, vielleicht auf ganz neue Weise anfangen kann, schreckt mich die Schuld nicht mehr davon ab, sie anzuschauen mich zu bekennen. Im Blick auf Vergebung kann ich Schuld in ihrer das volle Leben behindernden Bedeutung sehen: Schuld macht krank. Vergebung ersehnen und Vergebung zugesprochen bekommen, heilt.*

Wie kann ich Schuld verstehen? In den ersten Kapiteln des ersten Buches der Bibel, dem *Buch Genesis*, sind Ursprungserzählungen gesammelt. Die Ursprungserzählungen der Bibel deuten den Menschen in seiner elementar-vorfindlichen Existenz. Der Mensch, repräsentiert im ersten Menschenpaar Adam und Eva, hat sich vor Gott versteckt. Da fragt Gott: *Adam, wo bist du?* (Genesis 3,9), also: *Mensch, wo bist du?* Und der Mensch antwortet: *Ich habe dich im Garten kommen hören; da geriet ich in Furcht weil ich nackt bin, und versteckte mich* (a. a. O. 3,10). Der in Schuld geratene Mensch ist nicht mehr offen im Da-sein, er schämt sich vor dem Partner beziehungsweise der Partnerin, er versteckt sich vor Gott. Schuld erweist sich als elementare Beziehungsstörung.

Wie können wir mit Schuld umgehen? Ich kann Schuld weg-schieben, auf andere schieben, wie es Adam, der Mensch, macht: *Die Frau, die du mir beigesellt hast, sie ...* (a. a. O. 3,12). Und die Frau? *Die Schlange hat mich verführt ...* (a. a. O.

3,13). Ich kann Schuld auch in mich hineinschieben, verdrängen, doch sie gibt keine Ruhe, kann sich in seelischen und körperlichen Störungen melden. Oder noch schlimmer: sie stumpft den Menschen ab. Schuld kann sich im Gewissen melden: in der Unruhe des Gewissens oder in der Stimme des Gewissens. Die katholische Kirche hat im Zweiten Vatikanischen Konzil das Gewissen so beschrieben. *Das Gewissen ist die verborgenste Mitte und das Heiligtum im Menschen, wo er allein ist mit Gott, dessen Stimme in diesem seinem Innersten zu hören ist* (Gaudium et Spes Nr.16).

Was hilft, dass das Gewissen als die innerste Mitte des Menschen seine Aufgabe erfüllen kann? Wie kann der Mensch Schuld wahrnehmen, differenzieren, sie eingestehen und bekennen – und so heil werden? Das Werk von Konrad Stauss bietet reiche Hilfe an.

München im Juli 2015, Pater Hans Schalk