

SINGLE

SINGLES
Seite 2

POTENZIAL
Seite 4

INTIMITÄT
Seite 7

BIBEL
Seite 11

Liebe Leser*innen,

Beziehungen können uns stärken und dabei helfen, emotional und körperlich gesund zu bleiben. Die Beziehung zu Gott trägt uns, eine wertschätzende Beziehung zu uns selbst ist Voraussetzung für gesunde Beziehungen zu anderen.

Je mehr wir uns mit Beziehungsdynamiken auseinandersetzen, desto mehr staunen wir darüber, wie viel Potenzial darin liegt, wenn Menschen sich gegenseitig wohlwollend und liebevoll stützen und stärken. Paarbeziehungen sind nur ein kleiner Teil der vielen einzigartigen zwischenmenschlichen Beziehungen.

In dieser Ausgabe wollen wir ein Augenmerk den vielen Singles widmen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Inspiration beim Lesen.

Sarah und Tobias Döring



Mag.^a Sarah und Tobias Döring | Kalsdorf
Vereinsobfrau, Sozialpädagogin,
Referentin, Lebens- und Sozialberaterin i.A.u.S.
IT-Bereich, Lebens- und Sozialberater i.A.u.S.

INHALT

Singles - eine stark wachsende Gruppe.....	2
Single-Sein mit Potenzial!	4
Christl. Singles – leben, glauben, lieben	6
Intimität als Single	7
Singles in der Bibel.....	11
Single – der (un)vollendete Mensch.....	13
Symbiosen verstärken: Gemeinschaftspraxis.....	17
Vom Maschinenbau zur Psychotherapie.....	18

LEBENSITUATIONEN

Wie ist es, wenn man das Leben alleine bewältigen soll? Welche Vorteile ergeben sich? Welche Nachteile werden in Kauf genommen?

Wie sieht unsere Kultur das Leben Alleinstehender? Es könnte sein, dass zwischen den Generationen stark unterschiedliche Sichtweisen gegeben sind. War alleinstehend vor etlichen Jahren eher negativ behaftet, ist dies heute überwiegend nicht mehr der Fall.

Städteplaner tragen der Entwicklung Rechnung indem sie immer mehr Single-Wohnungen bauen. Kleinere Einheiten, ausgerichtet auf einen Ein-Personen-Haushalt, sind mittlerweile Teil der Planungen von Wohnobjekten.



Bedeutet Single-Sein keine Beziehungen zum anderen Geschlecht zu haben? Die Statistiken zeigen ein anderes Bild. Viele Singles leben alleine, haben aber punktuell oder temporär Freundschaften. Sie gehen aber keine Bindung ein. Im Alltagsstress durch Ausbildung, Beruf und Hobbys lässt es sich leichter alleine leben.

Eine nicht geringe Anzahl Singles möchte nicht Single-Sein. Die Lebensumstände, negative Beziehungserfahrungen, das Vorbild vieler gescheiterter Ehen, Angst vor Verletzungen und manches mehr, hindern sie daran, eine Beziehung einzugehen. So leben sie ihr Leben alleine.

Mit dieser Fachzeitschrift möchten wir Impulse zum Thema Single-Sein geben, um ein besseres gegenseitiges Verständnis zu ermöglichen.

SINGLES - EINE STARK WACHSENDE GRUPPE

Zum Single-Begriff

Der Begriff „Singles“ kam in den 70er Jahren aus den USA nach Europa. „Single“ wurde zunächst als Gegensatz zu „verheiratet“ verstanden, also „einzeln, unverheiratet, ledig“. Schnell waren damit aber solche Personen gemeint, die im jungen Erwachsenenalter bewusst und freiwillig alleine lebten und weder eine Ehe und Familiengründung anstrebten noch überhaupt eine feste Partnerschaft unterhielten.

Besonders augenfällig war der „Swinging Single“, der finanziell abgesichert einen Lebensstil führte, der sich vorrangig durch Wechsel in Freundes-, Bekannten-, Partnerschafts- und Liebesbeziehungen auszeichnete. Vermischt wurde bei dieser Begriffsauffassung die Lebensform „alleinlebend zu sein“ mit einer bestimmten Lebensweise, die durch Diskontinuität und inneres wie äußeres „Nicht-festgelegt-sein“ gekennzeichnet war.

Definition des Singlestatus

Verschiedene Versuche wurden unternommen, um die Lebensform Single definieren zu können. Eine Möglichkeit ist die Definition anhand bestimmter Kriterien. Ein Single ist jemand, der keine eigene Familie hat; jemand der keinen Lebenspartner hat; jemand der allein im Haushalt lebt (Alleinlebende) oder jemand, der nicht verheiratet ist (Alleinstehende).

Man kann Singles auch über die Bezie-

hungsebenen sehen. Bindungsorientierte sind auf der Suche nach einem Partner. Bindungsambivalente sind hin und her gerissen zwischen Partnerschaft und alleinstehend. Bindungsdesinteressierte haben sich für das Ablehnen einer Partnerschaft entschieden.

Eine weitere Möglichkeit ist die Definition im Blick auf den Lebenszyklus. Der jugendliche Single (20 - 30-Jährige) ist noch in der Ausbildung und die Bindung an einen Partner steht noch bevor. Der geschiedene oder nie verheiratet gewesene Single mittleren Alters (30 - 40 jährige) hat zumeist aufgrund der Lebenserfahrung sehr hohe Ansprüche. Wenn der eigene oder gesellschaftliche Druck zu hoch wird, besteht die Gefahr der Torschlusspanik. Der ‚biologische‘ (über 60 jährige) hat sich zumeist mit dem Leben arrangiert. Im Gegensatz dazu muss der verwitwete Single mit dem Schmerz eines Verlustes und dem Alleinsein zurechtkommen.

Interessant ist das Eingehen von Jesus auf das Single-Sein. Im Matthäusevangelium (19,12) zeigt Jesus auf, dass Menschen Menschen beziehungsunfähig machen können. Das kann in der vorgeburtlichen Phase (Geschlechtskrankheiten damals, Drogen, Medikamente heute) geschehen. Fehlgeleitete Erziehung kann Menschen ebenfalls in eine Beziehungsunfähigkeit führen, sodass sie allein ihr Leben bewältigen müssen. Er spricht eine dritte Gruppe Menschen an, die aufgrund ihrer Lebensziele keine Partnerschaft/Ehe eingehen.

Es gilt, zwischen den Lebensformen als Single zu unterscheiden. Da ist die Gruppe der freiwilligen Singles. Die einen leben in einer zeitweisen Ambivalenz. Die anderen, die Überzeugten, leben ihr Sin-



gle-Sein dauerhaft. Bei den unfreiwilligen Singles gibt es die zeitweilig Hoffenden und die dauerhaft Resignierten.

Single in der Geschichte



Im Altertum war der Single-Status eher wenig bekannt. Sklaven, Gefangene durften meist nicht heiraten und mussten ledig bleiben. Freie Menschen heirateten durch die Bank relativ früh. Der Stand verheiratet zu sein, war Standard. Ledige

finden wir in der Antike zumeist bei religiös oder schamanistisch lebenden Personen mit einem speziellen Sendungsauftrag. Bei Witwen war die Zahl der Alleinstehenden deutlich höher. Viele Männer waren im Krieg gefallen. Es gab Witwen, die bewusst allein lebten.

Zur Zeit das Alten und Neuen Testaments war im Judentum die Ehe ab dem heiratsfähigen Alter die Norm. Ehelosigkeit und in Folge Kinderlosigkeit wurden als Fluch gesehen. Bei vergewaltigten oder missbrauchten Frauen sehen wir einen alleinstehenden Lebensstil, allerdings nicht freiwillig gewählt. Kinder und Kranke sowie Witwen waren eingebettet in den Familienverband, der Großfamilie.

In der Geschichte der vergangenen zweitausend Jahren wurde der Ledige im Allgemeinen bedauert, Frauen mehr wie Männer. Nach dem Eintritt ins heiratsfähige Alter sollte die Frau sehr schnell verheiratet sein. Männer konnten da mehr Toleranz erfahren. In der Zeit der Stände war eine Ehe verschie-

denen Ständen verwehrt, sodass diese de Jure als Ledige lebten, de facto aber oft in einer Liaison standen. Eine Art Glorifizierung des Ledigenstandes erfolgte durch das Mönchtum und der damit verbundenen Ehelosigkeit oder dem Zölibat.

In der Neuzeit hat sich die Anzahl der Singles stetig erhöht und liegt heute bei ca. 44 %. Dabei ist zu beachten, dass Single-Leben auch wechselnde Partnerschaften oder sexuelle Begegnungen miteinschließen kann.

Seminar
Sexuaufklärung
„Aufgabe und Chance©“
9. & 10. Mai 2022
18.00 - 21.00 Uhr
Dr. med Ute Buth
Frauenärztin Sexualberaterin
ONLINE

1 Nach Beate Küpper, Dissertation 2000 zum Thema „Sind Singles anders als die anderen? Ein Vergleich von Singles und Paaren“ in der Fakultät für Psychologie Ruhr-Universität Bochum

2 Küpper, Beate

3 Hintergrund ist hier der kulturelle Kontext, dass man eigentlich ehelos gar nicht leben kann.

4 Shostak, A. B (1987). Singlehood. In: Sussman, M. B. & Steinmetz, S. K. (Hrsg.), Handbook of Marriage and the Family (S. 355-367). New York: Plenum Press. Zitiert in Küpper Beate.

5 Bspw. Hanna in Luk 2,36-37.

6 Siehe bei Tamar in 1Mo 38 oder bei Ruth in Ruth 1. Ehelosigkeit wurde als Fluch gesehen, so H.W.Wolff in Theologie des alten Testaments, München 1973.



Ernst Prugger | Graz
Ehe- & Familienberatung
together Trainer & Entwickler
Paar-Seminare und Workshops zusammen mit seiner Frau Brigitte

SINGLE-SEIN MIT POTENZIAL

Verena, du hast vor über 4 Jahren gemeinsam mit Cornelia die Initiative „Herzens-An-Gelegenheit: Christliche Singles mit Jesus in der Mitte“ gegründet. Was ist euer Anliegen?

Wir wollten einen Rahmen schaffen, wo das noch immer tabuisierte Thema „Single-Sein“ wertschätzend seinen Platz hat und man Gleichgesinnte trifft, ohne sich stets aufs Neue „erklären“ zu müssen. Im Vordergrund steht die Vernetzung von Singles in der Region, um in einer ungezwungenen Atmosphäre Gemeinschaft zu pflegen und ins Gespräch zu kommen. Immer wieder finden Singles dabei auch einen Ehepartner.

Cornelia und ich hatten darüber sinniert, welche unserer gläubigen Freundinnen und Freunde gerade in Beziehungen sind oder ihre Hochzeit vorbereiten. Dabei ist uns aufgefallen, dass es doch auch viele gibt, die auf der Suche nach einem Partner sind, es aber schwierig finden, jemanden kennenzulernen. In ihren Kirchen und Gemeinden gibt es oft wenige gleichaltrige Menschen, die noch dazu Single sind. Außerdem traut man sich oft nicht aufeinander zu zugehen. Wo also überhaupt auf jemanden treffen, wenn man einen en-

gagierten Christen sucht? Es gibt auch kaum Hilfestellung von außen, wie man die Suche überhaupt angeht; man rudert quasi alleine hilflos im Meer der vielen Möglichkeiten und findet doch keinen sicheren Hafen. Online-Plattformen unterstützen zwar, sind aber auch zeitaufwändig. Zudem wohnt der/die potenzielle KandidatIn oft weit entfernt, was die Möglichkeit eines raschen persönlichen Treffens erschwert. Oder man will sich auf dieses „offensive Umwerben“ nicht einlassen.

Da wir beide gerne organisieren, entstand zuerst die Idee, ein Speeddating für die engsten Freunde und Freundinnen in Salzburg zu veranstalten. Schon schnell stellte sich jedoch heraus, dass unsere Vision und der Bedarf größer sind... und wir von

einer Plattform für christliche Singles aus ganz Österreich träumten! Also beschlossen wir kurzerhand, aktiv zu werden und unser Potenzial in eine neue Initiative zu investieren. Mittlerweile blicken wir auf beinahe 100 diverse Veranstaltungen zurück: angefangen von Spaziergängen und Wanderungen, Spieleanenden, Stadt-Rallies, Kochabenden bis hin zu einem Singletag in Wien

mit fast 70 Teilnehmern. Während der Lockdowns wichen wir auf Onlineangebote aus, wie z.B. Andachten und Vorträge oder sogar Speeddatings via ZOOM.

Mittlerweile bist du nicht mehr Single, sondern glücklich verheiratet und kennst die Vor- und Nach-



teile beider Seiten. Welches Potenzial haben Singles, das sie selbst nicht wahrnehmen?

Meiner Meinung nach bietet das Singleleben einige Vorteile: so kann man einkaufen, kochen und essen was man will. Abgesehen davon, dass man vielleicht über die billigeren Großpackungen aus dem Supermarkt nicht immer glücklich sein wird. Andererseits wird so die eigene Gastfreundschaft auf den Plan gerufen!

Obwohl Singles meist einen größeren Freundeskreis pflegen als Paare und Familien, ist der wohl markanteste Nachteil des Singlelebens Einsamkeit. Oft fehlt ein mahnendes Gegenüber, das Überforderung frühzeitig ansprechen könnte. Zudem tragen sie die Bürde aller Entscheidungen allein. In der Kirchengemeinde übernehmen Singles oft überdurchschnittlich viele Aufgaben, „sie ha-

ben ja keine Kinder, um die sie sich kümmern müssen ...!“ Und Singles werden viel zu selten nach dem Gottesdienst zum Mittagessen eingeladen.

Warum also auf die ersehnte Einladung warten? Überlege konkret was dir Spaß macht und lade dazu einfach jemanden Zweiten ein. Dieser erste Schritt ist vermutlich auch schon die größte Hürde, wird aber zu einem Win-Win führen! Der Kreis wird sich vergrößern, denn Begeisterung und Freundschaft sind ansteckend.

Danke für das Interview.

Interviewer Michael Bozanovic



Ciao, ich bin Verena. Mittlerweile bin ich glücklich verheiratet, aber ich kenne auch das Singleleben sehr gut, denn das war ich eine Zeit lang. :-)

Ich schätze die kirchliche und gemeindliche Vielfalt sehr, bin bei der ÖSM - Christen an der Uni, der Österreichischen Evangelischen Allianz und in diversen überkonfessionellen Netzwerken aktiv tätig und kenne daher viele Christen in Österreich.

Eines meiner Herzens.An.Liegen ist es, junge Erwachsene zu unterstützen, ihr volles Potenzial zu entdecken und auszuschöpfen - denn Gott hat uns ein Leben in Fülle versprochen. Ich sehe oft Ängste von Versagen, falscher Demut, Scheinheiligkeit und Dinge, die nicht beim Namen genannt werden wollen. Probleme bei der Partnersuche, Herausforderungen in bestehenden Beziehungen sowie dem Aussprechen von Ängsten, erlebte ich einerseits oft als Tabu, andererseits aber

ebenso befreiender, wenn man Platz zum Reden lassen und Zuhören schuf. Darum möchte ich mithelfen, Blockaden abzubauen und das Thema Liebe voll und ganz in Gottes Hand zu legen... damit sich die Jahreslosung von 2017 verwirklichen kann:

"Gott spricht: Ich schenke euch ein neues Herz und lege einen neuen Geist in euch." (Hesekiel 36,26)



Verena Schnitzhofer,
Mitinitiatorin der Initiative
Herzens-An-Gelegenheit.at
www.herzens-an-gelegenheit.at/

CHRISTLICHE SINGLES – WIE SIE LEBEN, GLAUBEN UND LIEBEN

Im Jahr 2020 erschienen die Ergebnisse einer Empirica Singlestudie¹, in der Lebensweisen und Lebenswelten christlicher Singles erforscht wurden. 3235 christliche Singles aus dem deutschen Sprachraum nahmen daran teil. Die Auswertungen zeigten, dass der konfessionelle Hintergrund kaum eine Rolle spielte, dafür fielen die Ergebnisse je nach Alter und Geschlecht unterschiedlich aus.

Teilnehmen konnte man ab einem Alter von 21 Jahren. 5 % der befragten Singles waren Studenten, der Großteil (76 %) erwerbstätig und überdurchschnittlich

gebildet (42 %), von denen 60 % in einem Einpersonenhaushalt leben und 22 % in einer Wohngemeinschaft. 70 % der befragten Sing-

les waren weiblich, 30 % männlich. Etwas mehr als die Hälfte hatte schon mal eine feste Partnerschaft, ein Drittel war schon mal verheiratet (ist also geschieden oder verwitwet). Demnach sind 43 % seit 3-5 Jahren Single, 31 % seit 6-10 Jahren.

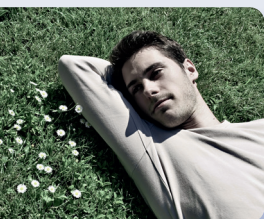
Der überwiegende Großteil gab an, nicht gerne Single zu sein. 80 % hegen einen Partnerwunsch und die Hälfte der Singles sind nur teilweise oder gar nicht mit ihrer Partnerlosigkeit versöhnt. Insbesondere Männer sind mit ihrer Partnerlosigkeit unzufrieden. Die Ergebnisse zeigen aber, dass ab einem Lebensalter von 45 Jahren Singles ihre Partnerlosigkeit besser annehmen.

Immerhin warten also zwei Drittel aller Singles auf die große Liebe. Die Gründe, warum sie ihren Traumpartner noch nicht gefunden haben, sind vielfältig: Viele geben an, ihn noch nicht getroffen zu haben. Oft schwingt dabei auch die Vorstellung mit, dass Gott einem den Richtigen zeigen wird. Das trifft vor allem bei jungen Singles zu. Gläubige Singles neigen eher dazu, Gott um diesen zu bitten (63 %), als viel mehr aktiv danach zu suchen. An den Richtigen werden hohe Ansprüche, insbesondere an ein erstes Date werden hohe Erwartungen gestellt. Er oder sie sollte der Mehrheit nach möglichst oder sogar unbedingt Christ sein, d.h. ein aktives Glaubensleben führen und ähnliche Werte vertreten. Darüber hinaus humorvoll, attraktiv, finanziell selbstständig und ähnliche Hobbys haben. Verstärkt werden die Erwartungen durch den Anspruch der eigenen Kirchengemeinde: Man sollte sich schon vor dem ersten Treffen sicher sein, dass der Besagte auch der Richtige ist. Das erzeugt jede Menge Druck und Unsicherheit. Wo also den Richtigen finden? 43 % versuchen irgendwie neue Leute kennenzulernen. Das Problem: Es gibt nur eine geringe Auswahl an potenziellen Partnern. Daher suchen 47 % auf christlichen Dating-Portalen.

Eine Alternative zum unerfüllten Partnerwunsch kann die eigene Kirchengemeinde sein. Die Ergebnisse zeigen: Je besser die Zugehörigkeit, desto zufriedener sind Singles mit der eigenen Lebenssituation. Doch fast die Hälfte der befragten Singles (43 %) sagen, dass sie innerhalb ihrer Kirchengemeinde Leute vermissen, bei denen sie sich wohlfühlen. Woran liegt das? Viele geben an, dass sie mit ihren Bedürfnissen oft nicht wahrgenommen



und anerkannt werden. Schließlich entsprechen sie nicht dem vorherrschenden Ideal der Ehe. So sagt ein Betroffener: „In vielen christlichen Kreisen und Gemeinden kommt man sich schon manchmal wie ein Außerirdischer vor, wenn man mit 35 immer noch ohne Ehering und Kinderwagen die Gemeinde betritt. (S. 66)“. Anstatt bemitleidet zu werden, wünschen sich Singles einen Austausch mit Familien sowie extra Angebote für Singles.



Auch wenn sowohl der unerfüllte Partnerwunsch als auch die erwünschte Gemeindegemeinschaft Auswirkungen auf die allgemeine Lebenszufriedenheit haben, gibt der Großteil an, tendenziell mit

ihrem Leben zufrieden zu sein. Ausschlaggebend sind dafür auch weitere Lebensumstände, wie z.B. die freiere Lebensgestaltung. In dieser Hinsicht befinden sie sich aber in einem Spannungsfeld: Auf der einen Seite genießen Singles die Entscheidungsfreiheit, wenn sie auch nicht alle Zeit der Welt besitzen. Denn Singles sind sehr pflichtbewusst gegenüber ihrer Herkunftsfamilie und nutzen ihre Kapazitäten auch im Ehrenamt. Auf der anderen Seite ist es für sie gar nicht so einfach, alles selbst verantworten zu müssen. Dies umfasst insbesondere die Organisation der Sozialkontakte, die unter dem Alltagsstress je nach Persönlichkeitstyp mehr oder weniger leidet. So bleibt eine gewisse Angst vor Einsamkeit, insbesondere im Alter oder in Krankheit bestehen. Gerade in schwierigen Lebensphasen wünschen sie sich mehr Unterstützung.

Abschließend lässt ich aber feststellen, dass Single nicht gleich Single ist. Die Empirica Singlestudie hat gleich acht verschiedene Typen christlicher Singles festgestellt. Sie unterscheiden sich nach Geschlecht, Alter und Zufriedenheit. Letztgenanntes wird vor allem durch die Bildung beeinflusst: Sie

ist eine wichtige Ressource in der Alltagsbewältigung. So trainiert man in formalen Bildungssettings auch seine sozialen Kompetenzen, die Singles helfen ihre sozialen Kontakte zu organisieren.

¹ Künkler, T., Faix, T., Weddigen, J. (2020). Christliche Singles: Wie sie leben, glauben und lieben. SCM R. Brockhaus Verlagsgruppe GmbH

INTIMITÄT ALS SINGLE

Singles und ihre unerfüllte Sehnsucht

Wie Studien ergeben,¹ pflegen Singles im deutschsprachigen Raum im Durchschnitt zu drei unterschiedlichen Personen sexuellen Kontakt. Allerdings sei dazu auch erwähnt, dass die überwiegende Mehrheit nicht an einem sexuellen Erlebnis, sondern vielmehr an einer Partnerschaft interessiert ist. So sind sie mit ihrem Sexualleben weit weniger zufrieden als in einer festen Partnerschaft lebende.

Im Gegensatz dazu leben christliche Singles in einem enormen Spannungsfeld: Wie die Empirica Singlestudie² deutlich macht, spricht sich die Mehrheit von ihnen dafür aus, mit dem Geschlechtsverkehr bis zur Ehe warten zu wollen. Und dennoch schafft es nur eine Minderheit. Darüber hinaus betrachten 80 % der Männer und 29 % der Frauen



mindestens gelegentlich pornografisches Bildmaterial und Selbstbefriedigung ist für fast 94 % der Männer und 73 % der Frauen eine gelegentliche Praxis. Jedoch nur ein Drittel der Befragten fand darin einen angemessenen Umgang!

Das sexuelle Verhalten weicht also gravierend von der eigenen Überzeugung ab, insbesondere bei Männern. Und das spüren auch die Singles: 72 % sind mit ihrer Sexualität unzufrieden!

Gleichzeitig zeigte sich aber auch: Je mehr Möglichkeiten es für alternative

Formen körperlicher Nähe gibt, desto zufriedener sind sie mit ihrer eigenen Sexualität. Ein Grund, warum so viele Singles an ihrer eigenen Sexualität scheitern, liegt also daran, dass nur 18 % von ihnen über andere Formen körperlicher Nähe verfügen, wie z.B. Umarmungen oder Kuscheleinheiten. Da Frauen in der Regel stärker sozial eingebunden sind und eine intensivere emotionale Beziehung zu Freunden pflegen, scheinen sie ihre Sexualität besser

„Das Bedürfnis von einem Menschen in den Arm genommen zu werden und einen anderen Menschen in den Arm nehmen zu können.“

Ein betroffener Single⁴

kontrollieren zu können als Männer. Das zeigen auch andere Studien.³

Von ihren Kirchengemeinden fühlen sich Singles mit ihrer Sehnsucht oft allein gelassen. Die Sexualität wird nicht the-

matisiert. Wenn, dann nur in spezifischen Fragen in denen es zumeist um Verbote geht. Es mangelt an Alternativen, Umgangsformen, in denen ihre Sehnsucht Erfüllung finden kann.

„Eine der größten Aufgaben des heutigen christlichen Glaubens ist es, Sexualität und Spiritualität im Kontext des Singlelebens miteinander zu integrieren.“⁵

Sexualität und Intimität

Oft wird unsere Sehnsucht nach Intimität mit jener nach Sexualität gleichgesetzt. Deswegen ist es wichtig zu klären, in welchem Verhältnis Intimität und Sexualität zueinander stehen.

„Die Sexualität ist als eine im Biologischen verankerte, aber nicht notwendig manifest werdende Möglichkeit des menschlichen Erlebens und Verhaltens.“ so der Sexualforscher Eberhard Schorsch.⁶

Viele Menschen glauben heutzutage immer noch, dass unser sexuelles „Erleben und Verhalten“ von einem entsprechenden Trieb und seiner Geschichte bestimmt wird. Doch in den letzten 100 Jahren hat die Sexualforschung festgestellt, dass unsere Sexualität durch nichtsexuelle Motive bestimmt wird. Sexualität ist damit „kein Muss“, sondern „ein Kann“, also eine „Möglichkeit“ und somit kein Schicksal, dem wir bedingungslos ausgeliefert sind.

Unser sexuelles „Erleben und Verhalten“⁷ vollzieht sich immer in drei Dimensionen : Unsere Emotionen werden über unseren Körper in Beziehung ausgedrückt. Aus Sicht der Emotionen geht es um die Lust, deren Höhepunkt im Orgasmus liegt. Bezogen



auf unseren Körper spielen insbesondere die äußeren und inneren Geschlechtsorgane eine Rolle. Ein Körper will etwas in Bewegung setzen, weswegen die Bedeutung der Sexualität letzten Endes in ihrer Fruchtbarkeit zu finden ist. Dazu findet Sexualität immer in Beziehung statt, sei sie real oder imaginär.

Entscheidender Faktor ist dabei die Intimität.

Der Begriff „Intimität“ leitet sich vom lat. „Intimus“ ab, was so viel wie „dem Rand am Fernsten“ oder anders ausgedrückt „am weitesten innen“ bedeutet. Daraus ab-

geleitet wird die „Intimsphäre“. Sie wird oft im Zusammenhang mit der Sexualität verwendet, aber nicht ausschließlich! Vielmehr beschreibt sie einen privaten und deswegen geschützten Bereich, zu dem nur vertraute Personen Zugang haben. Intimität sagt also etwas über das Nähe-Distanz-Verhältnis in meiner Beziehung zu anderen aus. Damit wird Intimität zu einem Qualitätsbegriff der zwischenmenschlichen Beziehung. Deswegen ist er nicht mit der Sexualität gleichzusetzen! Die Sexualität sagt etwas darüber aus, was ich in meiner Beziehung erlebe, die Intimität wie ich es erlebe. Weil Intimität nicht mit der Sexualität gleichzusetzen ist, kann ich Intimität auch außerhalb der Sexualität erleben, z.B. in einer Freundschaft. Auch wenn darin mein „Erleben und Verhalten“ nicht sexueller Natur ist, findet es neben der Beziehung, ebenso über meinen Körper statt, bestimmt durch meine Emotionen. Im Gegensatz zur Lust in der Sexualität spielt dabei der Spaßfaktor die entscheidende Rolle. Er entscheidet über das Glückserlebnis, das von seiner Wirkung her nicht unwesentlich vom Orgasmus zu trennen ist. Auch wenn jeder Mensch einen Geschlechtskörper hat, so besitzt er auch Gaben und Fähigkeiten, die darüber hinaus gehen, mit denen er seinen Körper in Bewegung setzen und mit seinem Leben

etwas in dieser Welt erreichen kann.

Jesus als Single

Jesus gehörte zu jener kleinen Gruppe von Singles, die freiwillig auf Sexualität verzichteten. Dennoch hatte er die gleiche Sehnsucht nach Intimität wie jeder andere Mensch. Schließlich war Jesus nicht nur ganz Gott, sondern auch ganz Mensch. Folglich genügte auch seine Gottesbeziehung nicht. Er war wie Adam auf ein Gegenüber, auf andere Menschen angewiesen (vgl. 1Mo 2,23). Gott ist Geist, der Mensch besteht aber aus Körper und Geist (vgl. 1Mo 2,7). Da wir Nähe nur bei angenehmem Körperkontakt empfinden (erst dann wird das Kuschelhormon Oxytocin ausgeschüttet), sind wir auf ein Gegenüber angewiesen. Wie ging Jesus damit um?

„Doch sein einziger Sohn, der selbst Gott ist, ist dem Herzen des Vaters ganz nahe.“ Joh 1,18 „Einer von seinen Jüngern, den Jesus liebte, lag zu Tisch an der Brust Jesu.“ Joh 13,23

Was im Deutschen nicht gleich ersichtlich ist: „Herz“ und „Brust“ bezeichnet im Griechischen denselben Begriff. Es geht um jene Stelle an unserem Körper, an der man bei jemandem geborgen ist oder an die man jemand oder etwas Geliebtes nimmt. Auch wenn Jesus den Himmel verlassen hatte, pflegte er auch hier auf der Erde seine intimste Gemeinschaft mit



ihm. Dieselbe intime Gemeinschaft pflegte er mit seinen Jüngern. Im Nahen Orient pflegen auch noch heutzutage Männer untereinander mehr Körperkontakt, als es im Westen üblich ist. Dazu verbrachte Jesus Tag und Nacht mit seinen Jüngern. Dieser Körperkontakt ist für uns Menschen unerlässlich, auch für uns Männer!⁸ Kulturell akzeptierte Formen sind z.B. Kontaktsport, zu dem auch das klassische Armdrücken gehört, Raufen oder der Torjubel beim Fußballspielen. Wenn aber Männer auch als Singles ein glückliches Leben führen möchten, müssen sie neue (nichtsexuelle) Wege finden!

Als Mensch hatte Jesus ebenso mit Versuchungen zu kämpfen (vgl. Hebr 4,15). Auch wenn die Bibel oder Kirchengeschichte nicht von sexuellen Versuchungen

berichtet, so schildert sie ausführlich Jesu Kämpfe mit der Einsamkeit. Und das inmitten seines schwierigen Weges ans Kreuz!

Alle seine Jünger ließen ihn im Stich und flohen (vgl. Mk 14,50), Petrus, sein engster Vertrauter, auf den er seine Kirchengemeinde bauen wollte, schwor: „Ich kenne diesen Menschen nicht! (Mk 14,71)“ und selbst sein Vater im Himmel wandte sich von ihm ab: „Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen? (Mk 15,34)“.

Wer, wenn nicht Jesus, weiß, was es bedeutet, von anderen enttäuscht und verletzt zu werden. Jesus erlebte jenen Zwiespalt, den sowohl Singles als auch Verheiratete erleben: Auf der einen Seite

sehnen wir uns nach Intimität, auf der anderen Seite wird diese Sehnsucht nicht erfüllt. Ich frage mich, welcher Schmerz größer war: Jener der Kreuzigung oder der der Einsamkeit? Schließlich dürfen wir uns nicht dem Trugschluss ergeben, dass unerfüllte Sehnsüchte durch eine Eheschließung quasi über Nacht erfüllt werden. Das bezeugen insbesondere die steigenden Scheidungsraten seit der Nachkriegszeit. Intimität muss auch in der Ehe immer wieder neu hergestellt werden!

Das ist das Kreuz, das Jesus für jeden von uns auf sich genommen hat. In gleicher Weise fordert Jesus auch uns dazu auf, unseren (individuellen) Zwiespalt zwischen Sehnsucht und unerfüllter Sehnsucht zu tragen: „Wer mir folgen will, muss sich und seine Wünsche aufgeben, sein Kreuz auf sich nehmen und auf meinem Weg hinter mir hergehen. (Mk 8,34)“

Doch: Jesus musste sein Kreuz nicht allein tragen (vgl. Mt 27,32). Umso weniger müssen auch wir es: „Helft einander, eure Lasten zu tragen! (Gal 6,2)“.

Wie kann eine Kirchengemeinde ihren Singles dabei helfen?



Welche Beobachtungen und Erfahrungen haben Sie in ihrem Umfeld gemacht?

Wir sind daran interessiert.

Teilen sie uns diese doch per Mail mit unter single@wkoe.org.

Besten Dank

¹ Monyk, E (2007). Lieber alleine oder zu zweit? die individualistische Lebensweise von Singles und kinderlosen Paaren (Schriftenreihe: Sozialanthropologie des städtischen Lebens; Bd. 2). Wien: LIT Verlag, 157f.

² Künkler, T., Faix, T., Weddigen, J. (2020). Christliche Singles: Wie sie leben, glauben und lieben. SCM R. Brockhaus Verlagsgruppe GmbH

³ Peuckert, R. (2015). Das Leben der Geschlechter: Mythen und Fakten zu Ehe, Partnerschaft und Familie. Campus Verlag.

⁴ S. 107. Christliche Singles: Wie sie leben, glauben und lieben.

⁵ S. 132 ebd.

⁶ Schorsch, E. (1993). Perversion, Liebe, Gewalt: Beiträge zur Sexualforschung.

⁷ Beier, K. M., & Loewit, K. (2011). Praxisleitfaden Sexualmedizin. Von der Theorie zur Therapie.

⁸ Wie z.B. der (nichtsexuelle) Beruf der „Kuschlerin“ und die männliche Nachfrage deutlich macht: <https://apps.derstandard.at/privacywall/story/2000121873660/kuschlerin-ich-halte-meine-kunden-wie-ein-baby-im-arm?ref=rss> (abgerufen am 7.7.2020).

zu anderen Menschen soll er diese Liebe weitergeben. Darin besteht die Ebenbildlichkeit Gottes, gesellschaftlich sichtbar in der Ehe zwischen einem Mann und einer Frau. Nicht ohne Grund wird in der Bibel für den Geschlechtsakt, der intimste Ausdruck von Nähe, das Wort „erkennen“ gebraucht und darin wird die Liebe in ihrer Hochform sichtbar: Weitergabe von Leben. Liebe vollzieht sich demnach immer im Empfangen und Weitergeben. Die Ehe bildete dafür die gesellschaftliche Norm.



SINGLES IN DER BIBEL

Der erste Single, der uns begegnet, ist Adam. Er war der erste Mensch. Und auch wenn Gott als Person vorhanden war, genügte er als Gegenüber nicht. „Es ist nicht gut für den Menschen, allein zu sein. Ich will ihm ein Wesen schaffen, das zu ihm passt.“ Welches Bedürfnis fehlte ihm, das Gott nicht erfüllen konnte? Nähe! Der Mensch ist nach 1Mo 2,7 ein Lebewesen aus Körper und Geist. Gott ist Geist und besitzt demnach keinen Körper. Nähe kann nur durch Körperkontakt hergestellt werden. So wird z. B. das Bindungshormon Oxytocin nur durch angenehmen Körperkontakt ausgeschüttet. Das ist der Grund, warum Gott dem Adam in Eva ein Wesen schuf, das zu ihm passt. Der Mensch ist ein Beziehungswesen. Erst durch die Beziehung zu anderen Menschen erkennt er sich als geliebter Mensch. Und in der Beziehung

Mit dem Sündenfall und Gottes Fluch kam nicht nur Leid und Tod in unser Leben (1Mo 3,17-19). Auch die Beziehung zwischen Mann und Frau zerbrach, was grundlegende Auswirkungen auf die Gesellschaft hatte (1Mo 3,16). So kam es auch zu Witwen und Waisen. Wo es in einer patriarchalen Gesellschaftsordnung Männer leichter hatten wieder zu heiraten oder gar mehrere Frauen zu besitzen, bedurften Witwen ganz besonderen Schutzes, den das mosaische Gesetz einforderte (so z. B. durch die Leviratsehe). Für alle Unverheirateten bildete die Großfamilie Heimat. Eine weitere Gruppe von Singles im Alten Testament bildeten die sogenannten Verschnittenen oder Eunuchen. Männliche Hofbeamte, deren Genitalien verstümmelt wurden. Das traf nicht auf Juden zu, wohl aber bei ihren Nachbarvölkern. Auch wenn diese Personengruppe aus der Gemeinschaft Israels ausgeschlossen waren (5Mo 23,1), so doch nicht

aus der Kirchengemeinde (Apg 8,26f.).

Im Neuen Testament treffen wir neben bereits genannten eine weitere Gruppe von Singles an: Sklaven. Wo im Alten

Testament Sklaven durchaus verheiratet waren und sogar Kinder haben durften, war die Ehe den Sklaven im Römischen Reich verwehrt. Wenngleich

ihnen Lebenspartnerschaften gewährt wurden. Auch wenn im Neuen Testament heiratsfähige Witwen weiterhin zur Eheschließung aufgefordert werden (1Tim 5,14), sticht doch Paulus Aufforderung zur Ehelosigkeit ins Auge: „Den Unverheirateten und Verwitweten sage ich aber, dass es besser ist, so wie ich unverheiratet zu bleiben.“ Indirekt bezieht er sich dabei auf Jesu Aufforderung in Mt 19,12: „Manche werden unfähig zur Ehe geboren, andere werden von Menschen dazu unfähig gemacht, und wieder andere haben sich dafür entschieden, um des Himmelreiches willen nicht zu heiraten. Wer dies begreifen kann, der handle danach.“ Als Vorbild gilt freilich Jesus selbst, der Zeit seines Lebens Single blieb. Eine für uns selbstverständliche Tatsache, die es aber zur damaligen Zeit überhaupt nicht war. Welche Männer (oder Frauen) im AT auch immer im besonderen Dienste Gottes standen: Die Ehelosigkeit war dafür nie eine Voraussetzung. Im Gegenteil: Rabbis mussten verheiratet sein und selbst bei Paulus Anforderungen an Gemeindeleiter scheint die Fami-

liengründung zumindest empfehlenswert zu sein (1Tim 3,1f.).

Warum Jesus Single blieb, wird nie direkt beantwortet. Schließlich war er ein Mensch aus Fleisch und Blut wie Adam, mit dem er auch verglichen wird (Röm 5,12f.). Folglich war er ebenso auf Nähe angewiesen. Doch er blieb Single, weil es ganz dem Willen Gottes entsprach (Joh 6,38). Er sollte der Bräutigam seiner Braut, der Kirchengemeinde, werden (Off 19,7). Diese war es auch, die sein Bedürfnis nach Nähe erfüllte. In der Gemeinschaft mit seinen Jüngern erlebte er Nähe, wie es auch in Joh 13,23 steht: „Ganz nah bei Jesus hatte der Jünger seinen Platz, den Jesus sehr lieb hatte.“ Dieser war Johannes. Er erzählt mehr über die Liebe Jesu als die anderen Jünger. Tag und Nacht verbrachte Jesus mit seinen Jüngern. Freilich konnten auch sie nicht all seine Bedürfnisse befriedigen. Aber das hätte auch eine Frau nicht können. Denn jenseits von Eden bleibt unsere Sehnsucht nach Liebe unerfüllt, weil sie auch unsere Eltern nicht zur Gänze erfüllen konnte. Umso mehr ertönt nun Jesu Auftrag an uns Christen: „Liebt einander! Ihr sollt einander lieben, wie ich euch geliebt habe. An eurer Liebe zueinander werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid.“ (Joh 13,34-35) Nähe, insbesondere zu unse-

ren Glaubensgeschwistern, soll uns auszeichnen. So wie sich einst Adam und Eva begegneten, begegnet uns nun Jesus in Fleisch und Blut (Joh 1,14). Ihn sollen wir erkennen (Eph 3,19), eine Aufforderung die die Mystiker bis ans Äußerste gesucht haben. Denn nur die Liebe Gottes kann uns befähigen, andere Menschen zu lieben. „Ich habe euch genauso geliebt, wie der Vater mich geliebt hat. Bleibt in meiner Liebe!“ (Joh 15,9) Deswegen kann und soll die Kirchengemeinde die bessere Großfamilie sein,



in der wir Liebe empfangen und auch weitergeben können. Erst so bilden wir einen Leib, aus Fleisch und Blut! Durch die Liebe Jesu werden wir Christen mit Gott zu der Einheit, zu der auch Adam und Eva wurden (Joh 17,21). Sie soll nicht nur Verheirateten oder Unverheirateten eine Heimat bieten, sondern insbesondere all jenen Menschen, die in ihrer Sexualität gescheitert sind: Geschiedene und Alleinerziehende oder Menschen mit **LGBTI+** Hintergrund (Gal 3,28). Nicht mehr die Ehe, sondern die Kirchengemeinde bildet nun die gesellschaftliche Norm!



Die wohl wichtigste Frage ist allerdings, wie wir als Kirchengemeinden diese Liebe leben? Regelmäßige Gottesdienste oder Hauskreise genügen bei weitem nicht! Eine Antwort

finden wir, wenn wir einen Blick in das Neue Testament werfen: Gastfreundschaft. „Helft Gläubigen, die sich in einer Notlage befinden; lasst sie mit ihrer Not nicht allein. Macht es euch zur Aufgabe, gastfreundlich zu sein. (Röm 12,13)“

Ich weiß, eine unmögliche Herausforderung in einer Zeit, in der ein bestimmtes Virus seine Kreise zieht. Aber in unserem getriebenen Alltag vor Corona schien die Herausforderung noch unmöglicher. Jetzt haben wir zumindest die Gelegenheit, unser Leben neu zu ordnen. Lassen wir also die Ausreden!



Michael Bozanovic, ESSP®
Villach
Sexualpädagoge, "Sex is more"
Fachreferent Weisses Kreuz Österreich

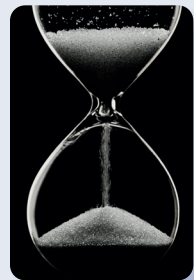
SINGLE – DER (UN)VOLL- ENDETE MENSCH

„Ist das Single-Sein eine Krankheit, die ich durchmachen muss?“, das war einer der Aussagen, die ich bekam als ich zum Thema Single-Sein Interviews mit Frauen geführt habe.

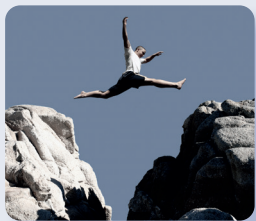
Eine heftige Aussage mit leider hohen Wahrheitsgehalt, denn alle meiner Interviewpartnerinnen, egal ob gläubig oder nichtgläubig, bekommen dies von der Gesellschaft und vor allem auch in ihren Gemeinden indirekt wie auch direkt zu spüren.

In unseren Gemeinden und in der Gesellschaft wird uns oft vermittelt, dass Frau erst ihr Ziel im Leben erreicht hat, sobald sie in einer Beziehung ist und im besten Falle einen Ring an ihrem Finger stecken hat. Alle befragten Personen teilten mir mit, dass sie den Druck auf Frauen stärker empfinden, als der auf Männern. Dafür gibt es etliche Gründe. Einen Hauptgrund möchte ich hier näher erläutern.

Als Frau wird von dir, sei es direkt oder indirekt, erwartet, dass du dich „finden lässt“ d.h. Proaktivität ist im 21. Jahrhundert immer noch dem männlichen Geschlecht zugeschrieben. Als Frau verbleibst du in der passiven Rolle, die dir im gemeindlichen Kontext aufgrund deines Geschlechts zugeschrieben wird. Der erste Schritt sollte nicht von dir ausgehen. Klar möge das der eine oder die andere abstreiten, aber es entspricht



der Regel. Wenn du dich jedoch gut mit einem Mann verstehst, werden oft übergriffige Hypothesen aufgestellt und es wird z.B. schnell erwartet, dass du schleunigst das Kind beim Namen nennst, auch wenn es lediglich eine Freundschaft ist. Hier setzen Geschwister ihre Glaubensschwwestern und Brüder unter Druck, in dem sie voreilig eine Partnerschaftsvorstellung über jemanden aussprechen und nicht merken, dass sie, auch wenn es wohlwollend gemeint ist, viel psychischen Schaden damit anrichten können.



Den ledigen Menschen ist es durchaus bewusst, dass sie Single sind. Das unentwegte Ansprechen der Thematik, indem man z.B. alle verfügbaren Partneroptionen für die Alleinstehende durchspinnt, fördert Unzufriedenheit, Fokusverlust und attackiert das Selbstbewusstsein. Es ist nicht in Ordnung proaktive Frauen zu verurteilen, wenn sie z.B. auf der Suche sind und bewusst Männer daten. Ebenso ist es nicht okay Singles zu bedrängen, dass sie ihre (aufgezwungene) Bestimmung als Ehefrau und Mutter doch endlich wahrnehmen sollten.

Unser Ziel sollte es sein Frauen und Männer zu stärken, den Blick auf das Wesentliche zu festigen, und nicht zu erschüttern.

Auch wenn die Absichten meist durchaus gut gemeint sind, schießen sie doch am Ziel komplett vorbei, wenn doch schon Paulus schreibt: „Ich sage aber den Ledigen und den Witwen: Es ist gut für sie,

wenn sie bleiben wie ich. Wenn sie sich aber nicht enthalten können, so sollen sie heiraten, denn heiraten ist besser als in Glut geraten.“ 1Kor 7,8-9

Wieso fällt es unseren Gemeinden so schwer das Single-Sein positiv zu bewerten? Es als etwas Erstrebenswertes zu erachten und sogar zu fördern?

Die Korinther standen in einer Korrespondenz mit Paulus. Aus den Briefwechseln, die sie hatten, sind uns nur der 2. Brief von Paulus (unser bekannter 1. Korinther) und der 4. Brief (bekannt als 2. Korinther auch der sogenannte Tränenbrief) erhalten. Nach 1Kor 7,1 zu urteilen war das Thema ledig oder Verheiratetsein damals brandaktuell.

„Was aber das betrifft, wovon ihr mir geschrieben habt (d.h. es ging davor ein Fragenkatalog in Form eines Briefes an Paulus [Anmerkung meinerseits]), so ist es ja gut für den Menschen, keine Frau zu berühren; um aber Unzucht zu vermeiden, soll jeder Mann seine eigene Frau und jede Frau ihren eigenen Mann haben.“ 1Kor 7,1+2

Was tut Paulus hier? Er spricht sich ganz klar für das Leben als Single aus und das in einer Zeit und Gesellschaft in der Single-Sein keineswegs erstrebenswert war. Fallen uns Parallelen auf? Ich hoffe doch. Als lediger Mann warst du in der Gesellschaft zwar noch anerkannt, aber als Frau hattest du sehr schlechte Karten. Als Jüdin bestand deine Existenzberechtigung lediglich darin Ehefrau und Mutter zu sein. Hinzu kam, dass du als Frau Eigentum deines Mannes warst und der Mann völlig über dich verfügen durfte, unabhängig davon, ob es deinem Willen entsprach oder nicht. Du warst des Mannes Besitz, um so bahnbrechender ist Paulus Aussage in Vers 4: „Die Frau verfügt nicht selbst über ihren Leib, sondern der Mann; gleichermaßen verfügt aber auch der Mann nicht selbst über seinen Leib, sondern



die Frau.“ – Hier wird deutlich, dass Mann und Frau gleichwertig auf Augenhöhe stehen und dass die sexuelle Verfügung gleichermaßen von beiden ausgeht. Somit wird die minderwertige Stellung der Frau in der Gesellschaft völlig ausgehebelt, und das von Paulus höchstpersönlich.

Paulus wusste, dass Frauen nicht beschränkt waren auf eine ihnen vorgeschriebene Position in der Gemeinde bzw. Gesellschaft. Er wollte, dass mehr Menschen, so wie er, ledig sind. Versteht mich bitte nicht falsch, es ist auch gut Mutter und Ehefrau zu sein. Doch da Paulus die Vorzüge des Single-Seins hervorhebt, tue ich das hier jetzt auch. Es ist nun mal vielerorts so, dass Frauen dazu herangezogen werden in erster Linie gute Mütter, Ehefrauen und Gehilfinnen (wie Luther es in 1Mo 2,18¹ fälschlicherweise übersetzte) zu sein.

Warum werden Predigten vorwiegend zum Thema Ehe und Beziehung gehalten, aber selten eine Predigt über das Leben als Single, wenn es doch das ist, was wir in erster Linie anstreben sollen?

In unserer gefallenen Welt geht es zuallererst darum, eine Beziehung zu Gott zu führen, die durch Jesus Christus für JEDE*N möglich ist. Ihn somit an erster Stelle zu setzen und selbst Paulus bringt es mit 1Kor 7,32ff auf den Punkt, indem er sagt, in einer Ehe ist dies durchaus schwieriger, da die Dinge der Welt und die der Partnerin bzw. des Partners im Vordergrund stehen.

Schauen wir uns die großen Missionarinnen unserer Zeit an, z.B. Sophie Muller² – ihre Ungebundenheit, ihre Flexibilität, ihre Abenteuerlust und ihr halsbrecherischer Mut, ihr 100 %iger Einsatz, ihre Furchtlosigkeit, ihr Tatendrang, ihre Begeisterung für Jesus, ihre hingebungsvolle Liebe zu den indianischen Völkern in Südamerika hat es ermöglicht, dass viele Stämme frei wurden von Gewalt, Alkohol

und Schamanismus. Sie hat ihre Sprachen gelernt, ihnen lesen und schreiben beigebracht, um ihnen das Evangelium zu erklären. Sie wurde oft gemäßregelt, dass sie als Frau, das nicht alleine machen sollte. Doch ihr Brennen war größer. Hören wir auf das Brennen von alleinstehenden Menschen auszulöschen, sondern sorgen wir dafür es voll und ganz zu entfachen.

Denn die wahre erfüllende Existenz als Christ*in ist keine Ehe, sondern eine kompromisslose Nachfolge, in Christus, in dem ich mich als geliebtes, gewolltes Kind angenommen weiß. Es geht um Identität und nicht um einen menschlichen Beziehungsstatus.

1 Im Hebräischen lesen wir nicht Gehilfin, sondern ezer. Dieses Wort wird in vielen Stellen im AT mit der Hilfe Gottes gleichgesetzt, die aus Gott entspringt und Teil seines Wesens bzw. er selbst ist.

2 Sophie Mullers Autobiografie: Gottes Stimme erschüttert die Wildnis – ist sehr zu empfehlen!



Adina Wilcke
Künstlerin, Pädagogin
adi_na@gmx.net
www.adinawilcke.com

SCHEIDUNG ÜBERWINDEN

Der Traum vom gemeinsamen Glück ist in fast jedem Menschen vorhanden. Aus vielfältigen Gründen gelingt es einer Reihe an



Paaren nicht, das gemeinsame Leben zu meistern. Enttäuschte Erwartungen, zerbrochene Träume, verletzte Personen bleiben zurück. Einsamkeit muss

bewältigt werden. Nach einer Trennung das Leben neu in den Griff bekommen, ist eine große Herausforderung und gelingt laut Statistiken nur einem kleinen Teil.

Mit Scheidung überwinden eröffnet sich ein Erfahrungsaustausch mit Betroffenen. In einer Gruppe werden die Problemstellungen, Verarbeitungsmöglichkeiten und lebensnahe Tipps erarbeitet oder gegeben.

Als Routenplaner steht das Buch von Arndt Schnepfer und Kai Mauritz

„Auch getrennte Wege gehen weiter: Scheidung überwinden – zurück ins Leben“ zur Verfügung.

Online Anmeldung und Termine auf der Webseite Weisses Kreuz Österreich www.wkoe.org

SCHEIDUNG
ÜBERWINDEN
GEMEINSAM
NEUE WEGE FINDEN

PAARBEGLEITUNG TWOGETHER



Schulungen für Mentorenpaare im Jahr 2022

19.03.	Traun
21.05.	Salzburg
08.10.	Villach
12.11.	Wien

In Zeiten der Großfamilie konnten Singles, an den Ehen ihrer Eltern, Großeltern, Tanten und Onkel modellhaft Prinzipien für die Ehe wahrnehmen. In einer Zeit der immer kleiner werdenden Familienetze reduziert sich dieses kognitive Wahrnehmen.

twogether setzt seit Jahren den Schwerpunkt in der Paarbegleitung auf das Stärken guter und das Verändern destruktiver Verhaltensmuster. Um diese gut erreichen zu können, begleitet ein Mentorenpaar ein Paar in ihrer Freundschaft oder Verlobungszeit.

Anina und Franz Illek sind twogether-Trainer für Österreich. Online Anmeldung und weitere Information auf der Webseite.



Anina und Franz Illek | Amstetten
twogether Trainer Österreich
franz.illek@twogether.online

Self-Love-Bewegung

Die 40-jährige Laura M. heiratet sich in Italien am 27.09.2017 selbst.

Im weißen Kleid versprach sie sich, sich selbst zu lieben.

Ein Trend der auch in anderen Ländern gegeben ist.

Quelle: <https://www.ief.at/ita-ehe-erste-singlehochzeit-in-italien/>



SYMBIOSEN VERSTÄRKEN: GEMEINSCHAFTSPRAXIS

Die Sehnsucht nach der Arbeit in einem Gemeinschaftssetting hat uns dazu bewogen, uns gemeinsame Praxisräume zu suchen. Der Team ähnliche Charakter gibt jeder von uns das Gefühl, nicht alleine zu arbeiten, sondern gemeinsam ein großes Ziel zu verfolgen: Menschen, die sich Verbesserung ihrer Lebensumstände erwarten, zu begleiten und zu unterstützen.

Birgits Werdegang und Motivation

Ich war mit Leib und Seele Krankenschwester auf der Intensivstation eines Wiener Spitals. Für Menschen in Ausnahmesituationen des Krankenhausbetriebs da sein zu können, war immer etwas Besonderes für mich. Ein wesentlicher Antrieb in die Beratung zu gehen, war der Wunsch, mehr Zeit zur Verfügung zu haben, um wirklich auf Menschen und ihre Lebenssituationen eingehen zu können. Seit nunmehr 10 Jahren berate und begleite ich Frauen und Männer als diplomierte Psychosozialberaterin.

Bei meiner Beratung ist mir wichtig, lösungsorientiert zu arbeiten und Menschen in die Position zu bringen, eigene Möglichkeiten zu erkennen, Klarheit zu finden und konkrete Umsetzungen zu erschließen.



Diplomierten Psychosozialen Beraterin mit Schwerpunkt auf Ehe und Familienthemen an der ARGE Wien. Seit meinem Abschluss 2012 habe ich mich durch diverse Fortbildungen besonders auf Themen rund um die Familie (insbesondere die Themen Beziehung, Baby, Erziehung und Emotionen) konzentriert, welche mich nicht nur im Beruflichen, sondern auch privat, verheiratet und als Mutter von vier Kindern, interessierten und begleiteten.

In meiner Arbeit orientiere ich mich an den Grundsätzen der Systemik, welche stark bedürfnis- und lösungsorientiert ist. Ich empfinde es als großes Privileg, Menschen zu begleiten und erleben zu dürfen, wie sich Nöte und Krisen auflösen und Wachstum passiert.



Kathrins Werdegang und Motivation

Die Arbeit mit Familien begeisterte mich schon früh, und so startete ich nach meinem Studium der Erziehungswissenschaft 2008 die Ausbildung zur



Birgit Pfeiffer
pfeiffer.beratung@gmail.com
www.pfeiffer-beratung.at



Mag.a Kathrin Domig
office@parentheartlife.com
www.kathrindomig.com

VOM MASCHINENBAU ZUR PSYCHOTHERAPIE

Bereits als Jugendlicher war der christliche Glaube Basis meines Engagements, Kinder und Jugendliche auf ihrem Lebensweg zu unterstützen.

Die Fragen „Was geht im Menschen vor?“ – „Wie kann ich in Krisen wirkungsvoll helfen?“ führte mich zunächst in Salzburg zum Theologiestudium.

Vom technischen Interesse geleitet, ging ich später an die TU Wien. Neben der Karriere als Diplom-Ingenieur, mündete mein ausgedehntes Singledasein 1992 in einer Patchwork-Familiengründung.

Zwei adoptierte und drei weitere gemeinsame Kinder mit meiner Frau, so wie bereits vier Enkelkinder ergaben ein anregendes Familienleben.

Zusammen mit meiner Frau, begann ich, zunächst eher unstrukturiert, etwa durch das Lesen von Fachliteratur, Seminarbesuche – mein Interesse an der Psyche des Menschen zu vertiefen.

Persönliche Erfahrung mit Burnout und die Begleitung junger Erwachsener, eröffneten mir die Grenzen meiner Kompetenzen.

So begab ich mich in die Ausbildung zum Psychotherapeuten, um mein Wissen

professionell zu erweitern und zu verankern.

Im Sommer 2020 haben meine Frau und ich eine Gemeinschaftspraxis in Wien XXII gegründet. Susanne bietet Legasthenie-,



Dyskalkulie-Training und Coaching an und ich Psychotherapie für Jugendliche und Erwachsene.



Dipl. Ing. Johann Sachsenhofer
Psychotherapeut in Ausbildung unter
Supervision, Verhaltenstherapie
www.psychotherapie-sachsenhofer.at

VORSORGE DIGITALER DOWNLOAD

Eine Vielzahl von verantwortungsvollen Personen nutzen mittlerweile den VORSORGEORDNER. Neue Rechtslagen und die Corona-Krise haben einige Veränderungen mit sich gebracht. Diese Veränderungen sind in den aktuellen Unterlagen und Formularen eingearbeitet.

Wer in der Vergangenheit einen VORSORGEORDNER erworben hat, kann die Informationen und Formulare kostenlos durch das Herunterladen der PDF-Dateien aktualisieren (update).

Sie erhalten den Zugang indem Sie uns eine E-Mail vorsorge@wkoe.org mit ihrer Rechnungsnummer und E-Mail Adresse senden. Online können Sie dies auch direkt auf unserer Webseite durchführen.

Falls Sie Ihre Rechnung verlegt haben, teilen Sie uns Ihren Namen, Anschrift und E-Mail Adresse mit. Sie erhalten dann die Zugangsdaten für den Download per Mail zugesandt.



TERMINE / PROJEKTE

twogether Mentorenschulung

19.03. Traun 21.05. Salzburg
08.10 Villach 12.11. Wien



Scheidungsgruppen

Informationen, Termine, Anmeldung
auf der Webseite unter Termine.



Beratungsangebote

BeraterInnen im Verein Weisses Kreuz Österreich bieten ein vielfältiges Angebot an Beratung an.

Vorstellung

Durch die Öffnungen ist es wieder möglich in Gottesdiensten oder Veranstaltungen Informationen zum Weissen Kreuz Österreich zu geben, Arbeitsbereiche vorzustellen oder Fachvorträge aus einem vielfältigen Themenangebot anzubieten.

Finanzen

Wir haben engagierte Mitarbeiter und sind sehr dankbar dafür. Vieles geschieht ohne Kostendeckung. Auf Dauer ist das sehr schwierig. Aus diesem Grund suchen wir Menschen wie Sie, die unsere Arbeit über einen längeren Zeitraum mit Spenden unterstützen. Verbindliche Spendenzusagen helfen uns längerfristige Projekte angehen zu können. Eine Zusage ist online möglich unter wkoe.org/Spenden

Überweisungen bitte mit Verwendungszweck auf das **Konto IBAN AT60 3900 0000 0106 6117**

Blattlinie

Die Fachzeitschrift ist ein punktuell erscheinendes Informationsblatt für Vereinsmitglieder und Freunde des Vereins Weisses Kreuz Österreich.

Unsere Datenschutzinformationen finden sie zum Downloaden auf der Webseite.

Sexualaufklärung

Sexualaufklärung –
Aufgabe und Chance©
Online Seminar mit
Dr. Ute Buth



09. und 10. Mai 2022
Online-Anmeldung auf
unserer Webseite.

Informationsangebot zum Thema **VORSORGEORDNER** sind nach Absprache möglich. Schreiben Sie uns eine Mail unter office@wkoe.org

Spenden

Zweckgebundene Spenden auf das Konto von „Hilfe die ankommt“ sind steuerlich absetzbar.



Benutzen Sie die Kontodaten bei „Hilfe die ankommt“ IBAN: AT66 1200 0516 0720 0373 mit Angabe des Verwendungszweckes: Weisses Kreuz.

Bildnachweis

www.fotolia.com: 2-3, 6-9, 11-14, 16
Sachsenhofer: 18 M. Bozanovic: 11,13
F. Illek: 16 Internet frei: 10
E. Prugger: Titelblatt, André Letzel: 12
Raphael Stompe: 15 Domig/Pfeiffer: 17
pixolio: 11
WKÖe Archiv: alle restliche Bilder