

Interview

«Zuerst dachte ich, die Kontakte könnten oberflächlich sein»

INTERNET-SEELSORGE / Jeweils frühmorgens wird Bruno Kunz aus Rapperswil zum Seelsorger. Sein Gegenüber: Der Computer. Hinter dem Bildschirm verbergen sich Verzweifelte, Einsame und Suchende, die in der Anonymität des Internets ein kleines bisschen Geborgenheit suchen.

Ein Dienstagabend 21:34. Eine junge Frau schreibt ihnen, dass sie gerade von ihrem Freund verlassen worden sei. Sie sei verzweifelt und wolle nicht mehr leben. Wie reagieren Sie?

Ich lese die Mail zunächst mehrmals und versuche mich in die Stimmung hinein zu versetzen, in der sich die Frau befindet. Ich stelle mir die Frage, wie gross die Verzweiflung wohl ist und wie dringend meine Reaktion. In der Antwort versuche ich zuerst ihren Schmerz zu verbalisieren, ihn in meinen Worten wiederzugeben. Ich äussere meine Betroffenheit. Ratschläge erteile ich zunächst keine. Eher stelle ich Fragen: Wie lange war sie mit ihrem Partner zusammen? Haben sie zusammen gewohnt? Gab es häufig Streit? Am Ende des ersten Mails biete ich an, die Person eine gewisse Zeit zu begleiten.

Und dann?

Die meisten Personen antworten. Dann entwickelt sich ein regelmässiger Mailverkehr. Im Durchschnitt dauert er etwa einen Monat, in denen ich vielleicht wöchentlich eine Mail schreibe.

Beziehungsthemen sind auf Seelsorge.net sehr häufig, 29% der Gespräche handeln davon. Wie kommt das?

Die Internet-Seelsorge ist niederschwellig, die Kontaktaufnahme sehr einfach. Gerade bei intimen Beziehungsthemen sind die Berührungspunkte kleiner als ein Gang zu einem Seelsorger oder einer Psychologin.

Sie sind selber ursprünglich Psychologe, hier leisten Sie nun aber Seelsorge. Wo liegt der Unterschied - gerade bei Beziehungsthemen?

Wir begleiten, unterstützen, tragen schwierige Situationen mit. Was wir nicht tun, ist zu therapieren, wir erteilen nicht so rasch Ratschläge. Wir stellen eher Fragen, suchen den Dialog, die Begegnung.

Wie gut gelingt dies in der virtuellen Welt des Internets?

Besser als ich erwartet hatte. Zuerst dachte ich, die Kontakte könnten ziemlich oberflächlich sein. Das ist aber nicht der Fall. Es ist unheimlich spannend, im Internet Beziehungen zu knüpfen, sich anzunähern, oft rascher als in der realen Welt. Die meisten Kontakte erlebe ich sehr authentisch und persönlich. Spannend ist gerade auch, dass ich die Person nicht sehe, das animiert mich, fordert die Fantasie heraus. Internet-Seelsorge ist eine eigene Welt, aber ein sehr echtes Angebot, keine Ersatzberatung.

Birgt das Internet nicht auch Gefahren?

Sicher. Man muss aufpassen, nicht zu viel in eine Person hineinzuprojizieren. Im Internet besteht auch die Tendenz, vieles husch-husch zu erledigen. Ich versuche deshalb, Mails nicht zu rasch zu beantworten. Ich reserviere mir meist die frühen Morgenstunden dafür, in denen ich präsenter bin. Was mir manchmal auch Mühe bereitet, sind plötzliche Kontakt-Abbrüche. Das ist sicher eine Gefahr des Internets: Das Unverbindliche, Unpersönlichere.

Wie kamen Sie zur Internet-Seelsorge?

Nach der Pensionierung sass ich in einer Kirche und traf einen Kollegen, der sich mit dem Satz verabschiedete, er gehe jetzt noch Internet-Seelsorge machen. Da horchte ich auf. Eine Affinität zur Spiritualität hatte ich schon immer. Ich bin praktizierender Katholik und habe zudem ein Zen-Dojo aufgebaut. Ich habe immer Menschen beraten und schreibe gern. Ich meldete mich also bei Seelsorge.net. Dort hatte ich zunächst eine

richtige Prüfung zu bestehen, in der ich mögliche Mails beantworten musste. Mittlerweile bin ich seit vier Jahren dabei – die Arbeit bereichert mich sehr.

Welches sind die Themen, die Ihnen neben Beziehungsfragen besonders häufig begegnen?

Das Thema Einsamkeit kommt sehr oft. Menschen fühlen sich entwurzelt, etwa nach einem Umzug. Manchmal kommt das Thema Arbeitslosigkeit dazu. Diese Themen lassen mir die Mailmaster auch etwas mehr zukommen, jeder hat ja so etwas wie ein Profil. Und bei den Themen hilft mir die Erfahrung als Berufsberater: Ich versuche dann oft eine sinnliche Neuausrichtung anzuregen, bringe Auszeiten ins Spiel wie den Jakobsweg oder schicke Links zu Klöstern, die Gäste aufnehmen.

Wie oft kommen explizite religiöse Fragen vor?

Das kommt eher selten vor. Einmal klagte eine Frau, dass Gott ihre Gebete nicht erhöere. Ich versuchte, die Erwartungshaltung zu dämpfen und das Vertrauen zu stärken, dass Gott auf seine Weise antwortet. Manchmal schreibe ich Menschen, dass ich ihnen einen Schutzengel wünsche, der sie begleitet, oder auch, dass ich für sie bete. Das wird meist sehr dankbar entgegengenommen.

Sie kommen Menschen im Internet nahe. Wie oft taucht der Wunsch auf, jemanden persönlich kennenzulernen?

Eher selten. Bei einer Frau, die ich ausserordentlich lange, über eineinhalb Jahre begleitete, war er da. Dort wurde es auch persönlicher, auch ich begann von mir zu erzählen, von meinen drei erwachsenen Kindern. Aber es war immer klar, dass ein Treffen nicht geht, das gehört zur Professionalität. Zwischen Berater und Ratsuchenden besteht ein Gefälle, das wäre in der realen Welt nicht gut. Und das Internet bleibt ein geschützter Raum, den es zu achten gilt.

Bruno Kunz (68) wohnt in Rapperswil und arbeitete bis zu seiner Pensionierung als Berufsberater. Heute leitet er ehrenamtlich die Pilgerherberge und arbeitet als Berater für «Seelsorge.net».

Das Seelsorge-Team

Die Mails, die bei Seelsorge.net eintreffen, werden von derzeit ehrenamtlichen 18 Seelsorgerinnen und Seelsorgern beantwortet. Sie sind oder waren als Pfarrerinnen, Pastoralassistenten oder Psychotherapeutinnen tätig und haben so bereits Seelsorge- und Beratungs-Erfahrung gesammelt. Bevor sie bei Seelsorge.net einsteigen, absolvieren sie ein Aufnahmegespräch und eine umfassende Einführung in die Internet-Seelsorge. Begleitend zur Praxis nehmen sie etwa alle drei Monate an Supervisionen teil. Die Seelsorgenden pflegen mit den Usern einen offenen, empathischen Dialog. Sie fördern die Eigenverantwortung, verzichten auf Wertungen und verfahren nach dem Prinzip «Angebote statt Ratschläge». Im Unterschied etwa zum Telefon 143 sind die Beratenden alle in der reformierten oder katholischen Kirche beheimatet und bauen ihre Beratung explizit auf ihrem kirchlichen Hintergrund und auf einer christlichen Werthaltung auf.