

# Verhaltenskodex zum Umgang mit Macht

## Prävention von spirituellem Missbrauch und sexueller Ausbeutung in der Rolle als Kontemplationslehrer\*in

Grundlage dieser Qualitätsstandards ist der Verhaltenskodex des Bistums Chur.

Unsere Standards sind aus diesem für die spezielle Situation von Kontemplationslehrenden entwickelt worden.

Bearbeitung durch den Vorstand des WFdK  
Dezember 2023

## 1. Grundhaltungen

**Machtreflexion und gemeinsame Haltungen zu Macht bilden das Fundament einer Kultur der Achtsamkeit – alle prägen und tragen diese Kultur mit. Deshalb ist der folgende Text in der Ich-Form formuliert.**

### a. Macht und Verantwortung

Ich bin mir bewusst, dass meine Macht als Kontemplationslehrer\*in vielfältig ist. Ich habe in struktureller, statusbedingter, spiritueller, psychologischer oder pädagogischer Hinsicht einen erheblichen Einfluss. Dies ist auch dann der Fall, wenn ich diese Macht nicht aktiv suche, sondern sie mir in meiner Funktion zugesprochen wird. Ich bin mir bewusst, dass Menschen, die sich mir anvertrauen, abhängig und verwundbar sind. Ich respektiere die seelische, körperliche und sexuelle Integrität der Personen, mit denen ich im Rahmen meiner Kursleitung und individueller Begleitung zu tun habe und vermeide jede Handlung, die diese verletzt. In der asymmetrischen Beziehung bin immer ich in der mächtigeren Position und für die Gestaltung und Einhaltung der Grenzen verantwortlich. Ich kann Grenzziehungen nicht delegieren, dies gilt gegenüber allen Menschen, die sich mir anvertrauen.

### b. Macht und Rollenklarheit

Ich achte auf Rollenklarheit, d. h. auf die Übereinstimmung von meiner Rolle mit meinem Verhalten und umgekehrt. Rollenklares Verhalten erschwert die Verschleierung von Macht sowie

die spirituelle Überhöhung der eigenen Funktion und Position. Bei Bedarf kommuniziere ich meinem Umfeld meine Rolle und Aufgaben, um Missverständnissen oder unrealistischen Erwartungen aktiv vorzubeugen. Ich habe zudem das Recht und die Pflicht, zwischen meiner Rolle als Kontemplationslehrer\*in und meinem Privatleben Grenzen zu ziehen. Ich habe das Recht und die Pflicht, mich abzugrenzen, auch im Sinne der Selbstfürsorge. Ich weiß, dass rollenindifferentes Verhalten ein erhebliches Risiko für alle Seiten – auch für mich – darstellen kann.

### c. Macht und Nähe

Ich weiß, dass meine Tätigkeit eine angemessene emotionale und körperliche Nähe erfordert, eine verantwortungsbewusste und rollenklare Distanz jedoch ebenso wichtig ist. Dieser Spagat verlangt eine permanente und sorgfältige Reflexion meiner eigenen Haltungen und Handlungen in konkreten Situationen. Ich bringe der Privat- und Intimsphäre der Menschen ein Maximum an Respekt entgegen.

### d. Macht und Bescheidenheit

Ich weiß, dass auch ich, trotz meiner Rolle als Kontemplationslehrer\*in, kein perfekter Mensch bin, daher wirke ich einer Überhöhung meiner eigenen Person aktiv entgegen. Ich weiß, dass Macht auch zu blinden Flecken oder zu eigenem Elitedenken führen kann und besinne mich gleichermaßen auf meine Stärken und Schwächen. Ich schüre keine Erwartungen, die ich langfristig nicht einlösen kann. Meine Handlungen führen zur schrittweisen Ermächtigung aller Menschen und zu deren Selbstbestimmung – nicht zu mehr Abhängigkeit mir gegenüber. Ich nehme Möglichkeiten zur Intervision und Supervision wahr, um meinen Umgang mit heiklen Situationen zu verbessern.

#### Frage dich:

**Welche Haltungen sind mir besonders wichtig?**

**Welche Haltungen erachte ich als besonders herausfordernd?**

**Wo gibt es Machtgefälle in meiner Tätigkeit?**

### **e. Macht und Wertschätzung**

Ich fokussiere mich auf die vielfältigen Ressourcen der Menschen, und zwar unabhängig von Geschlecht, sexueller Orientierung, Herkunft. Ich reduziere Menschen zudem nicht auf ihre Defizite und halte mich mit vorschnellen Wertungen und Urteilen zurück. Vielmehr begegne ich ihnen mit der größtmöglichen Offenheit und Wertschätzung. Ich achte Menschen in ihrer Individualität und ihrem persönlichen Lebens- und Glaubensweg und maße mir nicht an, sie deswegen abzuwerten oder zu diskriminieren, auch wenn ihr Weg nicht meinen Vorstellungen entspricht. Ich fördere die vielfältigen Potentiale aller und stärke sie zugleich in ihrem Wohlergehen und in ihrer Entscheidungsfreiheit. Misogynie (Frauenfeindlichkeit), Homophobie, Rassismus oder andere menschenverachtende Haltungen oder Stigmatisierungen sind nicht mit meiner Rolle vereinbar.

### **f. Macht und Kritisierbarkeit**

Ich lege Wert auf eine hohe Bereitschaft zur aktiven Selbsthinterfragung und auf eine Haltung der Kritikfähigkeit. Ich weiß, dass niemand in der Machtposition unfehlbar und unantastbar ist und stelle mich der Kritik. Ich immunisiere mich nicht gegen Kritik z.B. durch Abwimmeln oder Kleinhalten der Kritiker\*innen oder Verstecken hinter meiner Rolle. Nur wer Kritik, Zweifel und Widerspruch ernst nimmt, einbezieht und aushält, bleibt lernfähig. Ich hole auch regelmäßig Außenperspektiven ein, um blinden Flecken entgegenzuwirken.

### **g. Macht und Selbstfürsorge**

Auch in meiner speziellen Rolle bleibe ich ein Mensch mit Verletzlichkeiten, Widersprüchen, Schwächen und Unsicherheiten. Dabei stützen mich meine Spiritualität und meine Beziehungen zu Menschen. Macht kann einsam machen, wenn ich den Anspruch an mich stelle, alles alleine und perfekt bewältigen zu müssen. Mir in meinem professionellen Netzwerk (z.B. Supervision, Geistliche Begleitung) Hilfe zu holen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke. Ich bin bereit, für meine Unzulänglichkeiten Unterstützung zu beanspruchen.

## 2. Qualitätsstandards

**Qualitätsstandards konkretisieren die Grundhaltungen für Risikosituationen des Alltags in der Machtposition und machen sowohl die Risiken als auch die Qualität dadurch fassbar und besprechbar.**

### a. Wie auf spirituelle Selbstbestimmung achten?

- In Begleitungsbeziehungen gilt es, die personale Würde, Freiheit und Individualität jedes Menschen zu achten. Ich bestärke die Person, die sich mir anvertraut, in ihrer Selbstbestimmung und verstricke sie nicht in Zwänge und Abhängigkeiten.
- Ich bin bereit, meine eigenen Ansprüche, Denkmuster und Ideale kritisch zu hinterfragen und nicht auf andere Personen zu übertragen.
- Ich unterstütze eine Vielfalt an spirituellen Angeboten.
- Ich mache den Hintergrund und Kontext eines spirituellen Angebots transparent.
- Ich anerkenne die individuellen Zugänge zu Themen wie Schuld, Sünde, Heil, Gnade, Versöhnung und Vergebung.
- Ich anerkenne, dass jeder Mensch in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen (z.B. Scheidung) Sinn sucht und deshalb spirituelle Angebote wünscht und schaffe keine abwertenden Tabus.
- Ich würdige Diversität und Vielfalt, insbesondere in (Glaubens-)biografien, auch dann, wenn diese nicht meiner Erfahrung entsprechen.

### b. Wie spirituelle Manipulation verhindern?

- Ich verwechsle meine eigene Stimme nicht mit der Stimme Gottes und wirke einer solchen Verwechslung seitens der seelsorgerlich Begleiteten aktiv entgegen.
- Ich beanspruche für mich selbst keine Deutungshoheit in der Bewertung von Lebenssituationen oder Schicksalsschlägen.
- Ich übe keinen vermessenen Erwartungsdruck durch Elitedenken aus (z. B. Überhöhung der eigenen Gemeinschaft) und fordere weder Gehorsam noch Unterwerfung ein.

- Zwang zu bestimmten spirituellen Handlungen durch Manipulation oder mittels Drohkulissen jeglicher Art weise ich klar zurück.
- Ich vermittele zugewandte und stärkende Gottesbilder und ordne bedrohliche theologisch ein.
- Ich schüre keine Angst und schüchtere Menschen nicht mit frommen Argumenten ein.
- Ich übe keine Einflussnahme auf das Privatleben durch Bevormundung, Kontrolle oder Eingriffe in die persönlichen Kontakte aus.
- Ich schüre keine Schuldgefühle und nehme keine Beschämung von Menschen in Kauf.
- Bibelzitate oder Glaubenssätze werden nie für diskriminierende Verhaltensweisen oder manipulative Aussagen instrumentalisiert.
- Ich bestärke Personen, medizinische oder therapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen und versuche niemals, diese durch spirituelle Angebote zu ersetzen.

#### Frage dich:

**Welche Standards bestätigen mich in meiner bisherigen Arbeit?  
Bei welchen Standards stoße ich an meine Grenzen?  
Wer könnte mich in meinem Lernprozess unterstützen?**

### c. Wie die Rolle als Kontemplationslehrer\*in und Privatleben trennen?

- Ich kommuniziere die Aufgaben, aber auch die Grenzen meines Auftrages.
- Für meinen Auftrag gestalte ich überall ein professionelles Setting (z.B. Besprechungsraum).
- Intime Begegnungen (z. B. Saunabesuche, Wellness, Massagen) in Abhängigkeitsverhältnissen sind nicht zulässig.
- Intime Beziehungen und sexuelle Kontakte sind mit einem Begleitungsverhältnis nicht vereinbar.

#### d. Wie auf sexuelle Selbstbestimmung achten?

- Eine menschengerechte und integrative Haltung bedeutet, dass Menschen über die Sinndimensionen der Sexualität (Lustfunktion, Sozialfunktion, Identitätsfunktion, Fortpflanzungsfunktion) selbstverantwortlich entscheiden.
- Ich unterlasse jegliche Form von Diskriminierung aufgrund der sexuellen Orientierung oder Identität.
- In Begleitungsgesprächen greife ich Themen rund um Sexualität nicht aktiv auf. In jedem Fall unterlasse ich offensives Ausfragen zum Intimleben und zum Beziehungsstatus.

#### Frage dich:

**Welche Standards sind für mich einfach umzusetzen?**

**Wo habe ich auch schon Fehler gemacht?**

**Was habe ich daraus gelernt?**

#### e. Wie Zweiersituationen in der Begleitung achtsam gestalten?

- Ich schaffe in Begleitungsgesprächen eine vertrauliche, aber einsichtige und transparente Atmosphäre.
- Ich übernehme Verantwortung in der professionellen Gestaltung des Settings (z.B. Ort, Zeit, Infrastruktur).
- Der Zugang von außen zur Zweiersituationen ist jederzeit zu gewähren (z.B. keine abgeschlossenen Räume).
- Ich bin mir der eigenen fachlichen Grenzen bewusst und begleite nicht über meine Kompetenzen, selbst dann nicht, wenn es von mir erwartet wird.
- Ich bespreche nur jene Themen, in denen ich kompetent bin und delegiere andernfalls an Fachpersonen.
- Themen werden nicht von mir, sondern von den Personen, die das Begleitungsgespräch suchen, eingebracht.
- Ich habe die Selbstständigkeit der Hilfesuchenden im Blick und bestärke sie in ihrer Autonomie.
- Ich vermeide alles, was das Machtgefälle zwischen mir und der begleiteten Person verstärken könnte.

- Ich mache meine eigenen Möglichkeiten und Grenzen als Kontemplationlehrer\*in transparent und kommuniziere realistische, klare Zielsetzungen der jeweiligen Begleitung.
- Einzelbegleitung erfordert einen besonders hohen Grad an Selbstreflexion und Rollenklarheit. Sie ist zeitlich begrenzt, da sie sonst Muster festigen oder zum Stillstand führen kann.
- Situationen, die mich belasten oder verunsichern, bespreche ich im professionellen Umfeld wie Supervision u.Ä.

#### f. Wie geistliche Begleitung professionell gestalten?

- Ich bin mir bewusst, dass mir in der geistlichen Begleitung sehr viel Persönliches anvertraut wird, was dieses Setting besonders anfällig für Manipulation und Missbrauch jeder Art macht.
- Ich führe nie jemanden aktiv in eine geistliche Begleitung. Die Initiative dafür geht immer von der suchenden Person aus.
- Bei einer Anfrage nach geistlicher Begleitung prüfe ich sorgfältig, ob ich dafür qualifiziert bin und über die erforderliche professionelle Distanz verfüge. Andernfalls leite ich die Person weiter.
- Nicht meine eigenen Interessen und geistlichen Erfahrungen, sondern die Fragen und Bedürfnisse der suchenden Person bestimmen Inhalt, Methode und Richtung der Begleitung.
- Ich begleite und berate in höchstem Respekt vor der Freiheit und Selbstverantwortung des\*der Begleiteten.
- Ich bin mir bewusst, dass ein Begleitungsangebot niemals zu mehr Abhängigkeit von mir oder einer bestimmten Gruppe oder Gemeinschaft führen darf, sondern die Eigenständigkeit fördern soll.
- Ich bin mir bewusst, dass alles, was im Rahmen der Begleitung besprochen wird, vertraulich behandelt werden muss und nicht an Dritte weitergegeben werden darf.
- Ich reflektiere meine Begleitungspraxis regelmäßig im Rahmen von kollegialer Beratung oder Supervision und bin bereit, mich kontinuierlich fortzubilden.

### **g. Wie emotionale Nähe angemessen gestalten?**

- Ich mache mich persönlich nicht unersetzlich.
- Ich bevorzuge keine Person aus der Gruppe, die mir sympathischer ist oder nähersteht.
- Ich vermeide es, die einzige Bezugsperson zu sein, sondern stärke das Beziehungsnetz der Personen.
- Ich nehme keine Spezialrollen ein, die ich langfristig nicht einlösen kann (z.B. Elternersatz).
- Emotionale Situationen bedingen Authentizität und kurzes Innehalten, um Reflexe zu vermeiden.
- Ich korrigiere würdigend und weise Bedürfnisse nach zu viel Nähe zurück, ohne zu beschämen.
- Wenn ich in der Begleitung den Wunsch nach einer privaten oder sexuellen Beziehung spüre, vermittele ich die betreffende Person an andere Begleitende weiter.
- Sexualisierte Sprache oder erotische Atmosphären passen nicht in ein Machtgefälle.

### **h. Wie körperliche Nähe sorgsam gestalten?**

- Ich zeige zugewandt, aber klar auf, welche Körperkontakte nicht zu meiner Rolle passen.
- Körperkontakt, der von mir ausgeht, ist fachlich begründet.
- Ich kündige meine Handlungen mit Körperkontakt (z. B. Assistenz jeglicher Art) an und begleite sie verbal.
- Werden Körperkontakte, die meine Rolle sprengen, von meinem Gegenüber erwartet, habe ich das Recht und die Pflicht, diese Kontakte mit dem Hinweis auf meine authentischen und professionellen Grenzen würdigend, aber klar abzuweisen.
- Ich bemühe mich, meine kulturell geprägten (z. B. durch Herkunfts- oder Familienkultur) Verhaltensgewohnheiten rund um Körperlichkeit in der Beziehungsgestaltung innerhalb meiner Rolle als Kontemplationslehrer\*in und dem Kontext anzupassen.
- Rituale mit Körperkontakt führe ich nicht ohne vorherige Zustimmung durch.

- In Trostsituationen biete ich Auswahlmöglichkeiten an und frage, was die Person braucht.
- Ich ermögliche ein Ausweichen und Zurückweisen.
- Ich vermeide rund um Körperkontakt Reflexhandlungen oder unreflektierte Routine.
- Innige Umarmungen, Massagen oder Küsse passen nicht zu meiner Rolle in der Machtposition.
- Sexualisierte Angebote und sexuelle Kontakte darf ich in der mächtigeren Position nie initiieren oder erwidern.

#### **Frage dich:**

**Über welche Risikosituationen tausche ich mich gerne aus?  
Worüber fällt mir der Austausch schwer?  
Wer oder was würde den Austausch erleichtern?**

### **i. Wie Hilfestellungen grenzachtend anbieten?**

- Ich unterstütze nur so weit, wie dies meinem Auftrag entspricht bzw. abgesprochen ist.
- Bei Personen mit besonderem Unterstützungsbedarf kläre ich ab, welche Angebote sie brauchen und wer dafür zuständig ist.
- Der Selbstständigkeit räume ich eine hohe Priorität ein und helfe nur «so viel wie nötig und so wenig wie möglich». Bevormundung und Überfürsorglichkeit sind zu vermeiden.
- Ich frage nach, ob Hilfestellungen in Anspruch genommen werden möchten.
- Die Versorgung im Notfall und die Unfallprävention gehen dem Schutz vor uneindeutigen Berührungen vor.
- Ich mache diese Situationen, wenn dies vorher nicht möglich war, nachträglich transparent.

#### **Frage dich:**

**Welche Standards sind mit Vor- und Nachteilen verbunden?  
Wie fokussiere ich auf die Vorteile?  
Wie federe ich die Nachteile ab?**

### **k. Wie die Privatsphäre rund um Schlafräume achten?**

- Ich klopfe vor dem Eintreten in ein Schlaf- oder Spitalzimmer an, kündige mich verbal an und gehe erst dann ins Zimmer. Ich setze mich nicht auf das Bett, sondern nehme immer einen Stuhl.

### **l. Wie in der Machtposition sorgfältig kommunizieren?**

- Ich nehme alle Menschen als Expert\*innen ihrer eigenen Bedürfnisse ernst und frage nach ihrer Sichtweise.
- Ich weiß, dass Widersprüche und Ungewissheit zum Leben gehören und engagiere mich für eine ergebnisoffene und gemeinsame Suche nach Antworten.
- Ich weiche bei kritischen Fragen nicht auf Allgemeinplätze aus, welche im Erleben meines Gegenübers keine Bedeutung haben.
- Bei intimen Fragen bin ich sachlich und zugewandt und überprüfe, ob ich die richtige Person für ein solches Gespräch bin.
- Ich verwende keine respektlose Sprache oder Gestik und verzichte auf unfaire Techniken wie Totschlagargumente, Fangfragen, Übertreibungen oder das Verdrehen von Meinungen.
- Ich verwende keine sexualisierte Sprache (Kosenamen, sexistische Witze, Komplimente zu Körperformen o.ä.).
- Ich unterlasse jegliche Manipulationstechniken wie «Gaslighting» (Infragestellung der Wahrnehmung meines Gegenübers) oder «Emotional Blackmail» (Verhaltenskontrolle durch Schüren von Angst, Mitleid oder Schuldgefühlen).
- Ich schaffe keine Tabus oder von mir initiierte Schweigegebote.

### **m. Wie in den sozialen Medien rollenklar kommunizieren?**

- Ich achte bei Veröffentlichungen von Fotos, Video- oder Audiomaterial auf das allgemeine Persönlichkeitsrecht und das Recht am eigenen Bild.
- Ich hole für die Benutzung von Bildern die entsprechende schriftliche Erlaubnis ein.

**Frage dich:**

**Gibt es weitere Risikosituationen, die mich herausfordern?  
Was hat sich darin für mich bewährt?  
Wie kann ich diesbezüglich Transparenz schaffen?**

## 3. Begriffe

### Spiritueller Missbrauch

Spiritueller Missbrauch ist die Einschränkung der spirituellen Autonomie mit dem Ergebnis der spirituellen Not und der umfassenden Verwundbarkeit der begleiteten Person (Doris Wagner 2019). Der Name Gottes wird missbraucht, um Macht über Menschen zu gewinnen. Stimmen der Seelsorgenden werden mit der Stimme Gottes verwechselt (Klaus Mertes 2019). Spiritueller Missbrauch ist mit Manipulation, Unterdrückung und Ausnutzung anderer im Namen Gottes verbunden, um sie für das Erreichen eigener Zwecke und Ziele gefügig zu machen. Dies geschieht durch ungesunde emotionale Abhängigkeiten und mentale Manipulationen, bei denen christliche Lehren, Werte und Begriffe entstellt werden, um sie zur Untermauerung von Machtansprüchen einzusetzen (Hannah A. Schulz 2019).

### Sexuelle Ausbeutung

Sexuelle Ausbeutung ist jede sexuelle Handlung einer erwachsenen Person gegenüber einer minderjährigen Person. Der\*die Täter\*in nutzt die eigene Macht- und Autoritätsposition aus, um die eigenen Bedürfnisse auf Kosten des\*der Minderjährigen zu befriedigen. Aufgrund der körperlichen, psychischen, kognitiven oder sprachlichen Unterlegenheit der minderjährigen Person, kann diese einer solchen Handlung nicht wesentlich zustimmen (nach Bange & Deegener 1996). Im Zusammenhang mit Machtgefällen muss der Begriff auch auf Erwachsene in einer Notlage (Hilfsbedürftigkeit) oder in einem Abhängigkeitsverhältnis ausgedehnt werden, da ihre Position in vielerlei Hinsicht mit der von Minderjährigen vergleichbar ist. Sie ist von einer starken emotionalen Abhängigkeit und eingeschränkten Möglichkeiten, die Situation einzuordnen und sich Unterstützung zu holen, geprägt. Nicht immer ist rohe Gewalt im Spiel: Opfer werden auf verschiedene Arten manipuliert, so z.B. durch Überreden, Ausüben von subtilem Zwang oder Erpressung, durch Verzerren der Realität oder spirituellen Missbrauch, mit Hilfe spielerischer Tricks, durch Sich-Hinwegsetzen über körperlichen oder verbalen Widerstand

(in Anlehnung an May 1997). Sexuelle Ausbeutung von Minderjährigen und Menschen in Notlagen oder Abhängigkeitsverhältnissen sind Strafdelikte.

### Sexuelle Belästigung

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz ist jedes Verhalten sexueller Natur oder anderes Verhalten aufgrund der Geschlechtszugehörigkeit, das die Würde von Frauen und Männern am Arbeitsplatz beeinträchtigt. Darunter fallen insbesondere Drohungen, das Versprechen von Vorteilen, das Auferlegen von Zwang und das Ausüben von Druck zum Erlangen eines Entgegenkommens sexueller Art. Sexuelle Belästigung kann mit Worten, Gesten oder Taten ausgeübt werden (z. B. sexuelle Anspielungen, sexistische Bemerkungen, unerwünschte Körperkontakte) und ist per Gleichstellungsgesetz verboten, welches auch für die Kirche gilt. Am Arbeitsplatz werden die Grenzen tolerierbaren Verhaltens enger gefasst als im Privatbereich. Auch am Arbeitsplatz wird sexuelle Belästigung oft in Machtgefällen ausgeübt. Belästigungen durch Vorgesetzte werden per Gleichstellungsgesetz strenger beurteilt, da Führungspersonen die Kultur einer Organisation prägen und für den Schutz der sexuellen Integrität im Betrieb verantwortlich sind. Sexuelle Belästigung ist ebenfalls per Strafgesetz als Antragsdelikt (d.h. die Betroffenen selbst reichen Strafantrag ein) verboten.