



*Gazette*

indirizzo | Consultorio DELTA  
via Cattori 5  
6600 Locarno  
tel e fax | 091 - 751 07 17  
e-mail | info@consultoriodelta.ch  
web | www.consultoriodelta.ch  
ccp. | 65-234345-1



*Gazette*

## Infos

## Editorial

### Liebe Freunde des Vereins Delta

Wieder neigt sich ein Jahr dem Ende zu und ein Neues beginnt. Vieles ist geschehen und einiges hat sich verändert. Für das neue Jahr haben sich sicher viele von uns schon einige Gedanken und Pläne gemacht. Vielleicht habt Ihr gemerkt, dass wir in diesem Jahr weniger oft eine Delta-Gazette verschickt haben ... wir hatten viel zu tun! Wir haben beide noch eine andere Arbeiten nebenbei. Wir haben trotzdem mit viel Elan und Einsatz unsere Klienten in schwierigen Lebensphasen begleitet und können immer wieder staunen was Gott da so alles zustande bringt. In diesem Jahr haben wir auch weniger Vorträge gehalten und auch weniger Seminare organisiert, im neuen Jahr hoffen wir wieder etwas mehr Spielraum für Seminare und Vorträge zu haben.

Unser Vorstand ist in diesem Jahr um ein Mitglied kleiner geworden,

wir danken Daniele Ventura herzlich für seinen jahrelangen Einsatz, seit der Gründung des Vereins hat er uns in diversen Bereichen sehr geholfen! Gerne würden wir noch eine Person in den Vorstand aufnehmen...melde Dich, wenn Du Dich angesprochen fühlst!

Wir blicken dankbar auf dieses Jahr zurück! Dankbar sind wir auch all jenen, die uns finanziell unterstützen und unsere Arbeit überhaupt ermöglichen! Herzlichen Dank!

**Wir wünschen Euch eine gesegnete Weihnachtszeit und einen guten Start im neuen Jahr!**

Jasmine Stauffer



Jasmine Stauffer

GRAZIE  
1000

*Gazette*

### DEZEMBER 2011 N°19

### Liebe LeserInnen

Ah, Weihnachten!!! Welch schönes Fest! Freunde, Nachtessen, Geschenke, Ferien...Aber wenn wir uns auf die Grundbedeutung dieser Weihnachtszeit besinnen, können wir nur sagen: "Danke Gott, dass du uns Jesus auf die Erde gesandt hast, um die Menschheit zu retten. Danke für dieses Geschenk!" Jesus ist das grösste Geschenk, das uns je gemacht wurde! Aber wie hat Jesus sein Leben hier auf Erden abgeschlossen? Als Opfer! Er wurde zu unrecht verurteilt. Dieses Geschenk, das zum Opfer werden musste, oder noch besser, dieses Opfer, das in den rechten Händen zum Geschenk wird, das hat mich fasziniert und zum nachfolgenden Artikel inspiriert. Gute Lektüre und schöne Weihnachten!



Claudio Agosta

### Opfer-Geschenk

Wenn wir von Opfer sprechen, denken wir sofort an einen Täter, an Gewalt und an zu unrecht Erlittenem. Häufig identifizieren wir uns mit dem Opfer und es kommt spontan es zu verteidigen und vor weiterem Leiden zu schützen. Und dies ist richtig so! Gott selbst ist der erste Verteidiger der Unterdrückten! Er sagt uns im Psalm 146.7-8 „Gott schafft Recht den Unterdrückten...er richtet die Gebeugten auf“. Niemand sollte passiv, resigniert und still leiden. Diese Haltung gäbe dem Täter nur das Signal seine Aktivität ungestört fortzusetzen. Aber Opfer sein hat grössere Auswirkungen! Nur schon zu denken, dass auch der Täter, ein Opfer war oder ist, oder dass man manchmal auch Opfer unpersönlicher Täter ist: Z.B. Opfer des Systems, der Gesellschaft, unserer Erfolge oder Misserfolge. In diesem kurzen Artikel, möchte ich mich auf das Opferverhalten konzentrieren, oder auf das Grundverhalten, das ei-



## opfer-geschenk

ne Person in seinem Unwohlsein blockiert und darum seine Ressourcen nicht aktivieren kann, um aus der Opferrolle zu kommen. In der Beratung haben wir manchmal Personen, die sagen "ich habe schon alles probiert, nichts funktioniert", oder sie sagen: „Wenn mein Partner, mein Chef, meine Kinder anders wären, dann könnte ich glücklich sein“. Am Anfang eines Beratungsprozesses ist es wichtig die Situation und das Erlebte ernst zu nehmen, so wie es die Person sieht. Die Annahme, die Empathie und die Identifikation mit dem Schmerz, der leidenden Person ist keine Option, in diesen Momenten brauchen sie keine Ratschläge, keine Strategien oder Lektionen... Schon darüber zu reden und sich verstanden zu fühlen, hilft sehr. Aber wenn wir eine komplette langfristige Hilfe anbieten wollen, muss diese Fase in der Zeit limitiert sein, damit zwei andere Fasen Platz haben: Die Aufarbeitung des Erlebten und die Formulierung einer Standortbestim-

mung (was mach ich jetzt?). Wenn man das Erlebte aufarbeitet und alle "Schuldigen" der elenden Situation auflistet, findet man manchmal auch Gott auf der Anklagebank: Warum hast Du das zugelassen? Oder "Warum machst Du nichts, um meine Situation zu ändern...ich habe schon tausend mal gebetet für eine Veränderung!". Es ist entscheidend in dieser Fase den Fokus langsam von den schlechten Eltern, dem untreuen Ehemann, dem anspruchsvollen Chef, Gott der nicht zu handeln scheint, auf sich selbst zu lenken. Als Berater müssen wir den Zugang zum Übergang der Fase der Annahme zu der delikaten Frage finden: „Ok, und jetzt, Du, was möchtest Du?“. Die Haltung des Opfers kommt gerade hier zum Vorschein und findet Platz zum wachsen, im Widerstand an diesem Übergang. Die Person die Unrecht erlitten hat, kann sogar eine Opferidentität entwickeln, die sie in jeder Beziehung, Aktivität oder Gedanken begleitet. Oft überträgt sich das in eine Haltung

*Gazette*

## geschenk-opfer

der Passivität, Angst oder Zurückweisung jeglicher Verantwortung, fehlendes Selbstbewusstsein (das schaffe ich eh nie, das begreife ich eh nie!), sich klein und unbedeutend fühlen, gleich aufgeben und resignieren (ich bin halt so, was kann ich schon tun?), die Schuld für alles was passiert den Anderen, den Umständen, dem Schicksal, Gott geben. Das Opfer glaubt oft, dass die anderen sich um es kümmern müssen, für es denken und handeln sollen, es in irgendeiner Weise „retten“ sollen. Es ist oft schüchtern, abhängig und kindlich. Es ist überzeugt, nicht die Kraft zu haben oder die richtigen Gedanken, um die Probleme zu lösen und in der Erwartung, dass etwas Übernatürliches passiert um endlich anfangen zu können sich zu bewegen. Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, ist die wichtigste Entscheidung die man machen kann, um die Opferrolle zu bekämpfen. Die Freunde, der Therapeut, oder andere können die Situation nicht ändern, aber können einen Anstoss geben,

über die eigenen Entscheidungen und Antworten nachzudenken. Gott selbst ändert die Situation nicht, aber er ist sehr interessiert uns zu verändern und unsere Motivation, Gedanken, Entscheidungen neu auszurichten. Verantwortung übernehmen heisst, zu entscheiden wie ich mein Leben nachher leben möchte. Ein Opfer das in der Opferrolle bleibt, wird immer Betreuung, Aufmerksamkeit und Ermutigung brauchen. Ein Opfer, das die Situation angeht und sich entscheidet für den Rest seines Lebens Verantwortung zu übernehmen, kann ein wertvolles Geschenk sein, für diejenigen die nach ihm ähnliche Verletzungen und schwierige Situationen erlitten haben. Entscheiden wir, diese Weihnachten ein Geschenk für jemand anderes zu sein!

Claudio Agosta

„ich danke dem Kollegen Rolf Rietman für seinen umfangreichen Artikel über das Thema Opfer sein, siehe mehr unter [www.wuestenstrom.ch](http://www.wuestenstrom.ch).“

