

«Sei ehrlich mit Dir und geh Deinen Weg.»

Ein Psychotherapeut über die Balance von Glauben, sozialen Erwartungen und individuellem Wohl in jüdisch-orthodoxen Kreisen – und über den Mut, den eigenen Weg zu gehen

Zürich, im November 2024

Das Gespräch führte Susanne Schaaf, Fachstelle infoSekta.

Zusammenfassung: In diesem Interview schildert ein Psychotherapeut seine Erfahrungen in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen aus jüdisch-orthodoxen Gemeinschaften: die Herausforderungen, die das strenge Regelwerk dieser Gemeinschaften in der therapeutischen Arbeit mit sich bringt; die hohe Hemmschwelle für orthodoxe Eltern, ihre Kinder in Therapie zu schicken; wie religiöse Normen den Zugang zur psychischen Gesundheitsversorgung beeinflussen. Der Therapeut reflektiert, wie seine eigene Herkunft aus einem orthodoxen Umfeld sowohl Nähe als auch Spannungen in der Arbeit erzeugt, da er die Strukturen gut kennt, aber gleichzeitig eine distanzierte Haltung zum orthodoxen Lebensstil einnimmt. Die Reaktionen auf seine eigene Abkehr vom orthodoxen Glauben verdeutlichen ihm, wie stark die Angst vor Fremdeinflüssen und Kontrollverlust in diesen Kreisen verankert ist. Seine Botschaft an Menschen, die mit ihrer Lebenssituation in der Gemeinschaft hadern: den eigenen Weg gehen und sich selbst treu bleiben – ob innerhalb oder ausserhalb des orthodoxen Umfelds.

infoSekta: Sie arbeiten als Psychotherapeut, vorwiegend mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, nicht nur, aber oft mit Personen aus jüdisch-orthodoxem Milieu. Können Sie uns beschreiben, mit welchen Anliegen die Betroffenen zu Ihnen kommen?

Therapeut: Wie oft bei Kindern kommen sie auf Empfehlung der Schule, weil sie zum Beispiel auffällig wurden. Was ich aber bemerkt habe: Bis jüdisch-orthodoxe Eltern ihre Kinder in Therapie schicken, braucht es einen grossen Leidensdruck. Die Hemmeschwelle ist leider immer noch zu gross, und ich würde mir wünschen, dass diese mit der Zeit reduziert werden könnte.

Es gibt einige Herausforderungen, die bei dieser Klientel eher vorhanden sind und die eine Therapie teilweise erschweren. Wiederum wäre es mein Wunsch, hier eine Form von Brücken schlagen zu können: Ängste verändern oder Strukturen zum Wohle des Kindes anbieten zu können. Ein grosses Thema ist die Veränderbarkeit bzw. Unveränderbarkeit des Settings. Ich hatte in der Therapie beispielsweise Jugendliche, die die Talmudschule besuchten, jedoch aufgrund ihrer kognitiven Einschränkungen nur einen Bruchteil des Unterrichts verstanden und demzufolge mit Selbstzweifeln haderten. Ein Abbruch der Talmudschule und eine Alternative wie zum Beispiel Sek B oder ein geschützter Rahmen waren schwierige Optionen.

Ein weiteres Thema, wieso junge Erwachsene eine Therapie aufsuchen, ist das Leiden unter einer Zwangsstörung (Obsessive-Compulsive Disorder OCD). Oft (ent)stehen diese Zwangsgedanken in Bezug zu den religiösen Vorschriften, was wiederum die Akzeptanz eines nicht-jüdischen Thera-

peuten (da er sowieso die Werte nicht verstehe) erschwert. Deshalb wird des Öfteren Kontakt zu einem religiösen Therapeuten aufgesucht.

Wie gestaltet sich die Elternarbeit?

Elternarbeit, im Rahmen des orthodoxen Milieus, ist auch von daher eine Herausforderung, weil die Kinder aus Grossfamilien kommen. Der Vater ist beruflich und von der religiösen Verpflichtung her eingebunden, dazu kommen noch Feiertage und Feierlichkeiten in der Verwandtschaft. Innerhalb dieses Settings ist es schwierig, einen gemeinsamen Termin zu finden. Elternarbeit ist jedoch für eine Kindertherapie das A und O. Ich habe mich oft bei dem Gedanken ertappt, man müsste eigentlich ein Therapiemanual erstellen, in dem die Stärkung des Kindes – ohne Elternarbeit – das Ziel ist. Ich habe realisiert, dass das Kollektiv oft über das Wohl des einzelnen Kindes gestellt wird. Das hat mir die Arbeit zunehmend erschwert. Es bedarf einer engen Zusammenarbeit mit und Sensibilisierung der Schulen, um adäquate Interventionen aufzulegen zu können.

Was bedeutet das konkret?

Das betroffene Kind hat ja noch Geschwister. Wenn sich herausstellt, dass ein Kind ADHS oder eine andere Diagnose hat, würden die Geschwister darunter leiden, so die Auffassung der Eltern, beispielsweise später auf dem Heiratsmarkt, der ja im orthodoxen Feld ein Riesenthema ist. Wenn das betroffene Kind aus der Schule genommen würde, würden das alle in der Community mitkriegen. Die Platzierung in eine nicht-jüdische Schule ist für orthodoxe Eltern keine Option. Diese starken Ängste der Eltern gilt es einerseits zu akzeptieren, jedoch gleichzeitig sollte man versuchen, die Eltern bei einer Entscheidung zum Wohl des Patienten, der Patientin zu unterstützen.

Wenn wir nochmal auf das Beispiel der Jugendlichen in der Talmudschule zurückkommen: Lehrer und Eltern merken doch sicherlich, dass der junge Bursche Mühe mit der Materie hat, im Tempo nicht mithalten kann, ihn Selbstzweifel quälen. Es drängt sich geradezu auf, hier eine Lösung für das Kind zu suchen und nicht einfach alles weiterlaufen zu lassen...

Das kommt jeweils stark auf die Eltern an. Es braucht einen viel grösseren Kraftakt vonseiten der Eltern, für das Kind entsprechende Massnahmen aufzulegen. Angenommen, ein Kind hat Autismus und müsste in eine spezialisierte Schule oder Einrichtung geschickt werden. Orthodoxe Eltern hätten aus religiösen Gesichtspunkten Schwierigkeiten, einen solchen Entscheid zu fällen. Ihre Sorgen wären der nicht vorhandene jüdische Lernstoff, der nicht vermittelt würde, unkoscheres Essen in den Institutionen sowie Angst vor dem Einfluss der Mitschüler:innen (andere Musik, Jargon, Redewendungen, Werte etc.). Ggf. könnten die Eltern das Kind in eine jüdische Institution ins Ausland schicken, aber dafür ist das Kind unter Umständen noch zu jung. Orthodoxe Eltern sind einfach sehr eingeschränkt in den Optionen hinsichtlich Settings. Medikamentöse Behandlung ist diesbezüglich einfacher, aber Familienhilfe ist wiederum schwierig, weil eine Unsicherheit besteht, wer Zugang zum Familiensystem erhält.

Das hat mich als Therapeuten einerseits sehr ohnmächtig gemacht, aber auch wütend, weil ich nicht verstehen kann, wieso ein Kind nicht die angemessene Hilfe erhalten kann, nur weil es jüdisch-orthodox ist. Das ist auch in meinem theologischen Verständnis nicht aufgegangen.

Inwiefern spielten Ihre eigenen Erfahrungen eine Rolle? Was bereitete Ihnen Schwierigkeiten in der therapeutischen Arbeit?

Ich habe gemerkt, dass das Ganze auch mit meiner Geschichte zu tun hat, meinen Ambivalenzen zum orthodoxen Glaubensverständnis. Das war auch der Grund, warum ich heute da stehe, wo ich bin.

Was Therapie und Elternarbeit anspruchsvoll macht und für mich als Therapeut schwierig war, ist – neben den oben erwähnten Problemen der Terminfindung – die inhaltliche Arbeit: Die Kinder gehören aus orthodoxer Sicht in eine – sagen wir – Box. Wenn Probleme auftauchen, wird das Kind als defizitär verstanden. Ziel ist nicht, die Box für das Kind zu verändern, sondern es geht um die Frage, wie können wir das Kind «normalisieren», damit es wieder «funktioniert». Dies führt meiner Ansicht nach zwangsläufig zu einer Selbstwertminderung. Meine eigene Erfahrung der Selbstwertminderung wollte ich nutzen, um Kinder, die ähnlichem Erwartungsdruck ausgesetzt sind, zu unterstützen und zu schützen.

Ferner kommt hinzu: Weil das System so rigide ist, fehlt es oft an Möglichkeiten zur Persönlichkeitsentwicklung. Die Lebensziele und Werte werden vorgegeben, der orthodoxe Lebensstil wird zelebriert. Das Kind kommt also in Therapie, macht alles, was es muss, aber nicht, was es will. Für mich als Therapeut war es schwierig, dass ich nicht mit den Bedürfnissen des Kindes arbeiten konnte. Wenig Interesse, wenig Zeit, wenig Förderung vonseiten der Eltern.

Alle diese oben erwähnten Punkte sind natürlich abhängig von der Offenheit und Veränderungsbereitschaft der Eltern. Es sind nämlich soziale Phänomene, die hier mitschwingen, und keine religiösen oder theologischen. Deshalb sehe ich dennoch eine Möglichkeit, dem Kind im Einzelfall zu helfen, wenn das Umfeld – Eltern und Schule – mitziehen.

Man orientiert sich stark am Regelsystem und nicht an Bedürfnissen des Kindes wie Selbstbestimmung, Selbstverantwortung, aktive Gestaltung des Lebens, Lebensfreude u.ä.

Das Regelsystem wird idealisiert. Die Einhaltung der Regeln ist das Ideal.

Welche Ziele und Werte verfolgen jüdisch-orthodoxe Kreise?

Es gibt viele schöne Werte, zum Beispiel die Familienorientierung. Die Eltern sind tendenziell näher am Kind dran, wenn ich das mit meiner früheren Arbeit in einer Klinik vergleiche: Der Jugendliche berichtet beim Aufnahmegespräch von Suizidgedanken, und die Eltern fallen aus allen Wolken. Oder die Jugendliche leidet unter einer Essstörung, und die Eltern haben nichts mitbekommen. Das ist jetzt ein bisschen überzeichnet, aber die orthodoxen Eltern sind einfach nah dran, die Familie verbringt gemeinsam die Feiertage, geht in die Synagoge. Das Regelwert vermittelt auch Sicherheit und Halt. Die Eltern wollen, dass ihr Kind glücklich ist, verbunden mit dem Ziel, dass es den vorgegebenen Weg beschreitet: früh heiraten, eine eigene Familie gründen. Diese Lebensschritte sind vorgeschrieben. Sobald Themen auftauchen, die diese Werte bedrohen könnten, zum Beispiel Homosexualität, dann wird es schwierig.

Vielleicht war ich am Anfang, als junger Therapeut, auch zu schnell bei dieser Klientel, wenn ich eine Verdachtsdiagnose wie zum Beispiel Asperger-Syndrom geäußert habe. Die Kinder sind dann nicht mehr in Therapie gekommen. Es herrscht eine sehr grosse Angst vor Stigmatisierung.

Die Angst vor Stigmatisierung ist ja in der Beratung und Therapie ein bekanntes Thema, die Angst der Eltern vor impliziter Schuldzuweisung.

Ja, aber im orthodoxen Milieu scheint es mir sehr ausgeprägt. Mir fiel auch auf, dass die Eltern weniger Geduld für die Therapie haben, schnelle Lösungen wünschen, weniger Verständnis für Therapie als Prozess aufweisen. Therapie ist kein Zahnarztbesuch. Es ist die Aufgabe des Therapeuten bzw. der Therapeutin, die Situation mit den Eltern psychoedukativ anzuschauen.

Weil ich mich selber aus dem orthodoxen Milieu gelöst habe und dies in der Community bekannt wurde, werden vermutlich noch weniger Personen aus diesen Kreisen zu mir kommen oder ihre Kinder zu mir schicken. Aufgrund meines reflektierenden Weges bin ich in den Augen vieler orthodox Gläubiger «schlimmer» als ein nicht-jüdischer Therapeut, weil ich das Kind – so die grosse Angst – beeinflussen könnte. Die Angst vor äusseren Einflüssen ist sehr ausgeprägt.

Wie gehen Sie damit um?

Natürlich würde ich das niemals tun und reflektiere mich ständig während und nach den Therapien. Mein therapeutisches Ziel ist, dass der Patient, die Patientin sich selbst gegenüber ehrlich ist. Mein Ziel ist es nicht, Menschen von ihrem Glauben abzubringen, sondern meine Botschaft lautet: Habt Mut und geht Euren eigenen Weg. Und dieser eigene Weg kann durchaus im religiösen Rahmen der Gemeinschaft liegen. Ausweg muss nicht zwangsläufig Austritt bedeuten. Auch als Therapeut würde ich nie jemanden dazu bewegen, die Gemeinschaft zu verlassen. Sei ehrlich zu Dir, was immer das auch heisst, mit den entsprechenden Konsequenzen. Meine Botschaft ist, dass es einen Ausweg aus dem zermürbenden Hadern gibt.

So sind Sie (auch als jüdischer) Therapeut für orthodoxe Kreise keine vertrauensvolle Person mehr, zu denen die Eltern ihre Kinder schicken möchten...

Ja. Ich habe kein Problem mit Religion. Zu mir kommen auch viele muslimische junge Frauen in Therapie, die nicht mehr so religiös sind wie ihre Eltern. Ich kann zusammen mit den jungen Menschen therapeutisch professionell andere Themen erarbeiten. Bei Klient:innen mit jüdisch-orthodoxem Hintergrund ist es für mich anders, ihre Themen sind mir sehr nah.

Können Sie das ausführen?

Als beispielsweise eine jüdisch-orthodoxe Mutter im Elterngespräch weinte, ging mir das sehr nahe, weil ich eine eigene Geschichte habe. Und wenn mich eine jüdisch-orthodoxe Mutter wegen ihres Kindes kontaktiert, kann ich nicht nein sagen und nehme den Fall an. Es besteht immer noch eine gewisse Verbundenheit. Das bedauere ich keineswegs oder wünsche mir auch nicht, diese Verbindung loszuwerden.

Sie kennen das Milieu sehr gut, können die Anliegen der Eltern gut nachvollziehen und Verständnis für die Abläufe und Befindlichkeiten aufbringen. Gleichzeitig ist es eben auch sehr nah.

Ich war früher Mathematiker und wollte Kinder- und Jugendtherapeut werden, um den Kindern helfen zu können. Ich kenne die Abläufe, die Werte, die Erwartungshaltung, die sozialen Ängste, die Terminologie.

Welches sind die Auswirkungen oder Reaktionen, wenn eine Person im jüdisch-orthodoxen Milieu Zweifel am Glauben hat, den Glauben kritisch hinterfragt?

Es gibt eine gewisse Diskussionskultur, aber nur in einem bestimmten Rahmen. Als Teenager hatte ich einen Lehrer, der mich in Glaubensfragen aufgefangen hat. Eine andere reflektierte Person fragte einst in der Schulstunde, woher Herr X. denn wüsste, dass das Judentum die richtige Religion sei – der Jugendliche wurde vom Lehrer aus der Klasse weggeschickt. Es braucht eine gewisse Substanz seitens der Lehrpersonen, um mit solchen Fragen von Jugendlichen umgehen zu können. Kritische Fragen werden nicht zugelassen, oder allenfalls nur bis zu einem gewissen Grad. Sie werden tabuisiert, dämonisiert. Wer den zelebrierten Lebensstil hinterfragt,

zahlt schnell einen Preis. Entweder mit Selbstzweifeln an der eigenen Lebensweise oder mit sozialen Kosten oder beidem. Daher machen es viele nicht, aus Angst. Es gibt auch Gläubige, die sich im Regelwerk gefangen fühlen, die innerlich zerrissen sind, ambivalent, vielleicht ein Doppelleben führen, inkognito, wegen der Familie.

Mit welcher Reaktion muss eine Person rechnen, wenn sie Zweifel ausspricht, dazu steht, nicht mehr an Ritualen teilnimmt, sich anders kleidet?

Die Reaktion ist die Stigmatisierung, zum Beispiel wenn ein Jugendlicher etwas «moderner» – so der verwendete Ausdruck – ist. Er sei nicht mehr so «religiös», er habe Probleme. Der Jugendliche, der seine Haltung sichtbar macht, kommt zudem auch in eine andere Kategorie bezüglich Heiratsmarktes. Der Heiratsmarkt ist ein grosses Damoklesschwert, es ist eine Art sozialer Statusabgleich. Das setzt die Eltern unter enormen Druck: Ein Kind hat Diabetes, das andere ADHS, dann gibt's noch einen Onkel, der nicht mehr religiös ist – dann wird es bald mal viel schwieriger, erhoffte Heiratskandidatinnen und -kandidaten vorgeschlagen zu bekommen. Das ist leider die Realität.

Dieser enorme Druck könnte Eltern dazu verführen, Dinge unter den Teppich zu kehren, um dem Kind diese Last nicht aufzubürden...

Ja, das Kind wird quasi fürs Kollektiv «geopfert». Die Eltern gehen davon aus, Probleme würden sich dann schon auswachsen, bis zur Hochzeit werde es besser u.ä. Solche Aussagen habe ich gehört.

Wenn sich ein Jugendlicher, eine Jugendliche emanzipiert, so – man kennt das aus anderen Gemeinschaften – erhält die Familie Besuch zum Beispiel von einem Ältesten, der eindringliche Gespräche führt.

Das gibt es in der jüdisch-orthodoxen Community natürlich auch; das sind die Eltern, Lehrer oder Rabbiner. Wenn jemand an der Talmudhochschule beispielsweise ein blaues statt eines weissen Hemdes trägt, wird das als Statement aufgefasst. Ich habe das immer als eine Art Hilferuf der jungen Menschen gesehen, im Sinne von: Ich kann nicht, ich will nicht, ich habe Widerstände. Wir sprechen hier nicht darüber, dass jemand plötzlich einen Döner isst, sondern um Nuancen wie zum Beispiel eine etwas andere Frisur – solche Dinge erhalten eine riesige Bedeutung.

Wer zweifelt, kann schnell in ein Dilemma geraten: Wenn ich für mich einstehe, verletze ich die Regeln. Wenn ich mich nach den Regeln verhalte, bin ich mir selbst untreu. Dieses Dilemma lässt sich innerhalb des Systems kaum auflösen, vielleicht kann ich das Gummiband etwas dehnen. Trotzdem: Welche Möglichkeiten hat jemand, der unglücklich ist?

Wenn man es irgendwie schafft, in der Gemeinschaft zu bleiben, trotz Ambivalenzen, wäre das wohl der Weg, der oft empfohlen werden kann. Ja, es bleibt der Versuch der Quadratur des Kreises. Es kommt natürlich auch darauf an, wo man lebt. In den USA oder Israel zum Beispiel gibt es viel mehr Grauschattierungen und Gruppierungen als in Europa. Bei strengen Strukturen ist die Konsequenz eher, dass man die Community verlässt, weil es kaum Spielraum gibt. Jeder und jede kann selber entscheiden, was «die Community verlassen» bedeutet: gewisse Dinge zu ändern oder ganz auszutreten.

Die Zeugen Jehovas kennen den Gemeinschaftsentzug bzw. das Shunning, «soziale Ächtung» von Ausgestiegenen und Ausgestossenen. Wie geht die jüdisch-orthodoxe Community mit Ausgestiegenen um?

Dieses Prinzip gibt es bei den orthodoxen Gemeinschaften nicht in dieser Art. Es kommt sehr stark auf die einzelne Person an, ob sie den Kontakt noch pflegen will oder nicht. Die Mitglieder können Ausgestiegene weiterhin treffen. Die Familienmitglieder einer ausgestiegenen Person durchlaufen alle auch einen eigenen Prozess, müssen mit der Situation klarkommen und reagieren unterschiedlich. De facto kann es natürlich sein, dass die Wege auseinander gehen können: Man setzt andere Schwerpunkte, hat andere Interessen, verbringt die Feiertage nicht mehr zusammen. Implizit ist ein Austritt auch immer die Aufforderung zur Hinterfragung des eigenen Lebensstils, was Mitglieder der Community oft ablehnen und verdrängen. Aber Shunning? Nein. Eigentlich fast das Gegenteil: Lasst uns doch nett sein, vielleicht kommt er oder sie wieder zurück. Es sind eher praktische denn ideologische Motive.

Sind Ausgestiegene untereinander vernetzt? 2019 erschien ein Bericht über eine kleine Ehemaligengruppe in Zürich, von Sam Friedmann ins Leben gerufen.

Darüber weiss ich nichts Konkretes. Es gibt internationale Facebook-Gruppen, sogenannte OTD-Gruppen. OTD bzw. Off the Derech bedeutet abseits des orthodoxen Weges.

Zu anderen Glaubensgemeinschaft gibt es Selbsthilfegruppen. Menschen mit ähnlichen Erfahrungen unterstützen sich gegenseitig und begleiten Ausgetretene in der Phase der Neuorientierung. Das kann eine hilfreiche Struktur in einer Übergangsphase sein.

Ja, das wäre sehr hilfreich. Im Gespräch mit Ausgestiegenen merke ich, dass sich die Themen im Laufe der Zeit verändern. Am Anfang geht es oft um theologische Fragen, um Bibelkritik, später hat man dann keine Lust mehr auf diesen Fokus. Je nachdem gibt es auch viel Wut und Empörung, die in Diskussionen mitschwingt. Da ist es manchmal nicht mehr einfach, die Diskussion sachlich zu halten, auch wenn eine gewisse Empörung durchaus zum Emanzipationsprozess gehört. Ich kenne einige Ausgestiegene, die sagen, dass sie es schlimm fanden, dass ihnen als Kind die Wahlmöglichkeit genommen wurde - sie *mussten* jüdisch-orthodox glauben. Ich für mich habe ein paar Leute gefunden, mit denen ich mich regelmässig austausche. Das ist sehr hilfreich, ein informeller Aussteigertreff sozusagen. Das ist bereichernd und auch beruhigend. Sie stehen an einem anderen Ort, sagen zum Beispiel, dass es mit der Zeit besser werde mit den Schuldgefühlen.

Eine Unterstützung innerhalb der Community würde auf den «richtigen» Weg fokussieren. In gewissen Freikirchen heisst es beispielsweise Zweifel seien die «Einfallstore der Dämonen», Du musst Dich noch mehr anstrengen, noch mehr beten. Eine Art Immunisierungsversuch.

Genau, die Argumentationsschiene lautet: Mit Dir stimmt etwas nicht, Du bist defizitär. Andererseits hatte ich in Zürich einen Rabbiner, der das Gespräch mit mir suchte, nachdem ich mich entschieden hatte, dass der orthodoxe Glaube und der Lebensstil keinen Sinn mehr für mich ergaben. Der Rabbiner sagte mir: «Ich freue mich für Dich, Du bist auf der Suche.» Er hat mich beglückwünscht, dass ich meinen Weg gehe – das fand ich sehr schön. Ich bin immer noch auf der Suche, das ist ok für mich. Ich mache heute Dinge, die für mich vor einem halben Jahr noch undenkbar gewesen wären. Es fühlt sich stimmig an.

Was wäre Ihre Botschaft an jüdisch-orthodoxe Mitglieder, die mit ihrer Lebenssituation hadern und unglücklich sind?

Das ist eigentlich meine Motivation, warum ich das Gespräch mit Ihnen führe. Es gibt viele Menschen, die emotional gefangen sind. «Sei ehrlich mit Dir! Und geh Deinen eigenen Weg!» - was immer das auch heisst. Von der Etablierung eines ehrlichen authentischen Judentums bis hin zur Loslösung. Ein älterer Rabbiner meinte mal zu mir: «Der Preis für Deine Freiheit ist, dass Du Deinen eigenen Weg gehen musst!»

Ich danke Ihnen für das Gespräch.

Lesetipp

Auf dem eigenen Weg

Jüdische Allgemeine, 6. November 2024, von Nicole Dreyfus

Vier orthodoxe Männer beschließen, ihre Gemeinschaft zu verlassen. Über Neuanfänge

<https://www.juedische-allgemeine.de/juedische-welt/auf-dem-eigenen-weg/>