



Gottes Plan für die Ehe

9. Konflikte lösen (Teil 3)

Wir haben einige falsche Reaktionen betrachtet, um in einer Ehe Konflikte zu lösen. Was wären aber richtige Annäherungsversuche? Wie sollte ein gläubiges Ehepaar mit ihren Konflikten umgehen? Welche Anleitungen gibt uns die Bibel?

B. Biblische Anleitungen zur Konfliktbewältigung

1. Schätze die Wichtigkeit des Problems ein!

Wie wichtig ist dieses Problem. Geht es um eine grosse oder eher kleine Angelegenheit? Geht es um unsere oder um andere Beziehungen? Geht es um Sünde, über die gesprochen werden muss?

Wie notwendig ist es, darüber zu reden? Löst dieses Problem negative Konsequenzen aus, wenn ich es anspreche? Zieht dieses Problem eventuell noch andere Probleme mit sich?

Ist es für beide ein Problem oder nur meins? Kann ich es als „kleine Sorge“ auf Christus werfen? (1. Pet. 5,7) *Kann* ich damit leben, oder *sollte* ich lernen, damit zu leben? Muss ich unbedingt darüber reden?

2. Prüfe dich selbst!

Will ich dem andern einen Splitter aus dem Auge ziehen, während ich selbst mit einem Balken umhergehe? (Mt. 7,3-5)

Welche Haltung habe ich gegenüber meinem Partner? Will ich anklagen und attackieren, einfach weil ich sauer bin und meinen Ärger loswerden möchte? Will ich mich etwa wegen eines anderen Vorfalls revanchieren? Will ich das Beste für meinen Ehepartner? Suche ich wirklich nach einer Lösung für das Problem?

3. Schiebe das Problem nicht hinaus!

Schiebe das Problem auch nicht unter den Tisch! Probleme, die vor sich hergeschoben werden, drohen eines Tages zu eskalieren. Eine unbehandelte Wunde kann eine Infektion auslösen.

Es geht nicht darum, einen Streit auszulösen, sondern vernünftig miteinander zu reden, um die Beziehung zu verbessern. Wenn ich mich verletzt fühle, oder wenn ich über etwas wütend bin, dann ist es besser, wenn ich die Sonne nicht untergehen lasse über meinem Zorn (Eph. 4,26).

4. Gehe sorgfältig um mit dem Problem!

Wie kommuniziere ich? Ist es mir egal, was am Ende die Konsequenzen sein werden? Liegt mir etwas an meiner Beziehung? Rede ich sachlich über das Problem oder attackiere ich eine Person? Kolosser 4,6: *„Eure Rede soll stets Anklang finden und doch voller Würze sein; ihr sollt imstande sein, jedermann Red und Antwort zu stehen.“* Dies gilt nicht nur in der Verkündigung des Evangeliums für Aussenstehende. Dies ist eine wichtige Grundregel im Umgang mit jedermann besonders aber mit dem Ehepartner.

Was kommuniziere ich? Was signalisiere ich meinem Ehepartner? Will ich ihn verletzen oder beschützen? Diskriminiere ich ihn unterschwellig für seine Art oder seine Handlungsweise? Bin ich misstrauisch oder drücke ich trotz allem meine Liebe und mein Vertrauen zum Ehepartner aus?

Liebe und Vertrauen ist das Öl jeder Beziehung. Wenn bei einem Auto das Öllämpchen aufleuchtet, dann muss unverzüglich angehalten werden, sonst kann der ganze Motor irreparablen Schaden nehmen. Genauso grundlegend wichtig ist Liebe und Vertrauen in einer Beziehung.

5. Höre aufmerksam zu!

Mit der Bereitschaft zuzuhören drücken wir folgendes aus: **Liebe** - Ich liebe dich (1. Joh. 3,16b). **Wertschätzung** - Du bist mir wichtig. **Interesse** - Deine Meinung interessiert mich. **Respekt** - Du hast ein Recht auf deine Ansicht. **Demut** - Ich bin bereit, mich korrigieren zu lassen, wenn ich falsch liege (Phil. 2,3b). **Friede** - Vielleicht kreuzen sich unsere Wege, oder laufen sogar schon parallel und wir merken es nicht, sondern reden aneinander vorbei (Heb. 12,14a).

In den meisten Fällen gibt es mehr als *eine* Ansicht. Darum ziehe immer in Betracht, dass du dich im Irrtum befinden könntest. Schon vieles habe ich im Nachhinein völlig anders gesehen. Es ist unfair, wenn wir den Abfallkübel über unserem Ehepartner ausschütten und anschliessend ihm nicht einmal die Gelegenheit geben, sich dazu zu äussern.

6. Suche nach einer befriedigenden Lösung für beide!

Beide sollten mit der Lösung einverstanden sein und damit leben können. In der Ehe geht es darum, dass meistens beide einen Schritt auf den andern zumachen müssen, um befriedigende Lösungen zu finden.

Der Ordentlichere nimmt nicht alles so pedantisch genau und der Unordentlichere bemüht sich um mehr Ordnung. Der Aktivere oder Schnellere lernt geduldiger zu sein, während der Gemütlichere sich bemüht, aktiver zu sein.

Besonders nach einem Streit ist es wichtig, dass beide bereit sind ihren Fehler einzugestehen und sich dafür beim andern wenn nötig zu entschuldigen.

7. Erinnerung dich daran, dass Christen sich unterordnen!

Christen ordnen sich in allen Lebensbeziehungen ein und unter.

In der Ehe (Eph. 5,21) werden sie ermahnt mit den Worten: *„Wir wollen uns einander unterordnen, in der Ehrfurcht vor Christus.“*

Gegenüber dem Staat heisst es (Röm. 13,1): *„Jedermann ordne sich den staatlichen Behörden unter, die Macht über ihn haben.“*

In der Gemeinde werden sie aufgerufen sich den Leitern zu unterstellen (Heb. 13,17): *„Gehorcht denen, die die Gemeinde leiten, denn sie wachen über eure Seelen und müssen Rechenschaft ablegen, und fügt euch ihnen, damit sie es mit Freuden tun und nicht mit Seufzen; das wäre für euch ja kein Gewinn.“*

Arbeitnehmer sollen sich ihren Arbeitgebern unterstellen (Eph. 6,5): *„Ihr Sklaven, gehorcht euren irdischen Herren mit Furcht und Zittern, mit ungeteiltem Herzen, als gehorchtet ihr Christus.“*

Kinder sollen ihren Eltern gehorchen (Eph. 6,1): *„Ihr Kinder, gehorcht euren Eltern im Herrn; denn das ist recht und gut.“* Alle aber sollen sich Gott unterstellen (Jak. 4,7): *„Ordnet euch also Gott unter und widersteht dem Teufel, so wird er vor euch fliehen!“*

Christen sind nicht berufen worden ihre eigenen Weg zu gehen. Unser ganzes Leben hat sich damit verändert, dass wir nicht mehr uns selbst leben, sondern Christus in uns leben lassen (Gal. 2,20). So wie auch Christus nicht sich selbst zu gefallen lebte (Röm. 15,3), sondern Knechtsgestalt annahm und sich erniedrigen liess, sogar bis zum Tod am Kreuz (Phil. 2,7-8). Damit wurde er Gott völlig Gehorsam. Damit fand er auch Gefallen beim Herrn.

Darum tendieren auch wir Christen in unseren Ehen und in allen unseren Beziehungen, uns einzufügen und unterzuordnen, um Gott zu gefallen.

8. Wenn nötig, versuche die Situation anzunehmen!

Manchmal können keine Einverständnisse und Veränderungen erzielt werden. Das heisst, dass wir lernen müssen gewisse Probleme unseres Partners zu akzeptieren und damit zu leben. Vielleicht mag der andere auf bestimmte Forderungen oder Erwartungen noch nicht eingehen und braucht Zeit. Vielleicht wird der Partner aber nie so weit sein, dass er sich einlässt.

Wichtig ist, dass wir verstehen, dass Gottes Wort uns in keiner Weise das Recht gibt, auf Unrecht mit Unrecht zu reagieren. Das tun kleine Kinder, die Gottes Prinzipien von der Nachfolge Christi und vom Kreuz tragen noch nicht verstanden haben (Mt. 10,38). Im Neuen Testament werden z. B. die Sklaven aufgerufen, sich nicht nur den gütigen und freundlichen unterzuordnen, sondern auch den unberechenbaren (1. Pet. 2,18-20).

Wenn zum Beispiel dein Partner sich immer wieder schuldig macht durch offensives Verhalten und sich weigert an seiner Art und Weise etwas zu verändern, ist es dann zu viel verlangt, zu sagen, dass du damit leben lernen musst? Bestimmt nicht, wenn die Alternative Trennung oder gar Scheidung bedeutet!

Wie kann ich aber damit umgehen? Es gibt verschiedenes, was getan werden kann: a) Christus kann uns in den Gebeten die Kraft geben, solche Prüfungen durchzustehen. b) Freunde in Christus können uns helfen und beistehen, wenn die Last untragbar wird. c) Vielleicht aber gelingt es uns, durch Gespräche mit unserem Partner eine Veränderung zu bewirken. d) Vielleicht gelingt es uns durch unser Vorbild, ohne Worte den Partner zur Veränderung zu bringen (1. Pet. 3,1-2).

Wenn uns nichts anderes übrig bleibt, als die Situation mit unserem Partner zu ertragen, dann ist es wichtig, dass wir dabei lernen geduldig zu sein, und gnädig, nicht nachtragend, ohne zu murren und ohne Vergeltung zu üben.

Schlussfolgerung

Das sind die biblischen Anleitungen zur Konfliktbewältigung. Je besser sie befolgt werden und in die Tat umgesetzt werden können, desto glücklicher und gesegnet ist ein Ehepaar. Niemand hat je behauptet, dass die göttlichen Prinzipien leicht sind anzuwenden! Auch wenn wir viele Fehler machen in der Anwendung, so wollen wir uns trotzdem unermüdlich darum bemühen, Experten in der Liebe Gottes zu werden!

Wichtig ist, dass gerade beim christlichen Ehepaar die Vergebung und Versöhnung eine zentrale Rolle spielt in ihrer Beziehung:

„So bekleidet euch nun als von Gott auserwählte Heilige und Geliebte mit innigem Erbarmen, Güte, Demut, Sanftmut und Geduld! Ertragt euch gegenseitig und vergebt einander, wenn einer dem andern etwas vorzuwerfen hat. Wie der Herr euch vergeben hat, so sollt auch ihr vergeben! Über all dem aber vergesst die Liebe nicht: Darin besteht das Band der Vollkommenheit. Und der Friede Christi regiere in euren Herzen; zum Frieden seid ihr berufen als Glieder des einen Leibes. Und dafür sollt ihr dankbar sein“ (Kolosser 3,12-15).