

Christian Metz

Michael Utsch, Raphael M. Bonelli & Samuel Pfeifer: Psychotherapie und Spiritualität. Mit existenziellen Konflikten und Transzendenzfragen professionell umgehen.

Berlin, Heidelberg: Springer, 2014, 220 Seiten, ISBN: 978-3-642-02522-8. EUR (D) 34,99 / EUR (A) 35,97 / CHF 48,90.

Das Buch der drei Herausgeber Michael Utsch (Deutschland), Raphael M. Bonelli (Österreich) und Samuel Pfeifer (Schweiz) legt eine stärkere Berücksichtigung und gründliche Auseinandersetzung mit religiösen und spirituellen Themen im Rahmen von psychotherapeutischen Behandlungen wie auch in Selbsterfahrung und Weiterbildung nahe. Dies umso mehr, da die Berufsgruppe der Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten Umfragen zufolge eher zu den religiös „unmusikalischsten“ zählt. Insbesondere die deutschsprachige Psychiatrie und Psychotherapie hat die Beschäftigung mit religiösen und spirituellen Themen lange Zeit vermieden – und gerade in letzter Zeit wird diese ablehnende Skepsis – in bisweilen scherenschnittartig vereinfachten Diskursen – wieder vehementer artikuliert. So leistet das Buch von Utsch, Bonelli und Pfeifer einen wichtigen Beitrag zu einem „professionellen“ Umgang mit (fremden) Glaubensüberzeugungen, Sinnfragen und Transzendenz, indem eine kritische Reflexion der jeweiligen kulturellen Prägung, der persönlichen Wertvorstellungen (und Wertekrisen) sowie Glaubensüberzeugungen gegenüber den existenziellen Unsicherheiten angeregt wird.

Die drei Autoren kommen aus unterschiedlichen Grundberufen (Religionspsychologe, Neurowissenschaftler, Psychiater), haben verschiedene Therapieausbildungen absolviert (Psychoanalyse, systemische Familientherapie, kognitive Verhaltenstherapie) und sind in unterschiedlichen Praxisfeldern tätig. Diese Differenz der Perspektiven kommt der Bearbeitung der einzelnen Kapitel zugute.

Das Verstehen der Auswirkungen religiöser Überzeugungen und spiritueller Praktiken, die krankmachend wie gesundheitsförderlich sein können, lassen die ambivalenten Wirkungen des Glaubens (welcher Art auch immer) deutlicher wahrnehmen und unterscheiden. Hierzu ist ein kultursensibler Umgang mit der Vielfalt an Religionen und Weltanschauungen erforderlich, der zugleich auch die Grenzen des interkulturellen Verstehens und Mitvollziehens anerkennt. Dies wird etwa anhand der unterschiedlichen Zugänge zum Phänomen „Besessenheit“ beispielhaft konkretisiert.

Primär werden vier Hypothesen in theoretischer Darstellung und durch praktische Hilfestellungen entfaltet und unterstützt:

(1) Zahlreiche religionspsychologische Befunde belegen, dass Religiosität und Spiritualität als wichtige menschliche Erlebens- und Verhaltensweisen wahrzunehmen sind, die Bestandteil einer ganzheitlichen psychotherapeutischen Behandlung sein sollen.

(2) Gelebter Glaube kann sich positiv auf die Gesundheit auswirken und eine Krankheitsbewältigung effektiv unterstützen, negative Gottesbilder können Wohlbefinden und einen Gesundungsprozess behindern.

(3) Eine spirituelle Begleitung ist insbesondere bei der Bewältigung schwerer Lebenskrisen und Traumatisierungen unverzichtbar. Die Anerkennung religiös-spirituelle Bedürfnisse wie auch Kompetenzen zeichnet hier die (vermittelnde) Bedeutung einer interkulturellen Psychotherapie aus.

(4) Um der multireligiösen Vielfalt und den individuellen spirituellen Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten gerecht zu werden, sind ausreichend Selbsterfahrung und Weiterbildungen zu diesen Themen für Therapeutinnen und Therapeuten wichtig. Kompetenz im Umgang mit spirituellen Fragen beginnt mit dem Verständnis der eigenen spirituell-religiösen Biographie und der Reflexion und Transparenz des eigenen weltanschaulichen Standorts und macht darüber hinaus religionswissenschaftliche Grundkenntnisse erforderlich.

Teil I behandelt den *professionellen Umgang mit Sinnfragen und Transzendenz in der Psychotherapie*: Existenzielle Fragen und Sehnsüchte, Sinnkrisen und Orientierungskonflikte sowie die Suche nach tragfähigen Werten sind wesentliche Anknüpfungspunkte in der therapeutischen Praxis. Dabei werden auch die Schwierigkeiten, „Glaube“ psychologisch zu erfassen und zu messen, bewusst: Die gebräuchliche Instrumente einer religiös-spirituellen Anamnese weisen unterschiedliche Intensität und Tiefe bei der Erhebung und Einbeziehung des jeweiligen subjektiven Erlebens und dessen (spiritueller) Deutung auf. Wenngleich die Bereiche Religiosität und Spiritualität anfällig erscheinen für weltflüchtige Idealisierungen und Projektionen, stellt sich doch auch die Frage, inwieweit Tabuisierung und Unbehagen in der Psychotherapie gegenüber spirituellem Erleben und religiösem Verhalten auch den Machtkampf um die Deutungsmacht über gelingendes Leben widerspiegelt.

Teil II setzt sich im fachlichen Diskurs mit aktuellen Veröffentlichungen und Studien mit *Spiritualität aus psychotherapeutischer Sicht* auseinander und reflektiert ihre Bedeutung in den vier häufigsten Verfahren (Psychoanalyse, Verhaltenstherapie, Systemische Therapie und Humanistische Therapien). Dabei erscheint der Unterschied von wissenschaftlicher Heilbehandlung, (esoterischer) Wirklichkeitsdeutung und

weltanschaulicher Heilserfahrung und -vermittlung beachtenswert; dies gilt auch für die Praxis-Frage, inwieweit spirituelle Interventionen einzubeziehen oder auszuschließen sind und wie deren Wirksamkeit empirisch überprüfbar ist. Die Beachtung der „spirituellen Haltung als therapeutisches Basisverhalten“ (S. 116), die Berücksichtigung der Einflüsse und Ressourcen des sozialen Umfeldes (näher hin einer religiösen Gemeinschaft oder Gemeinde) sowie die ethische Reflexion bei der Einbeziehung spiritueller Interventionen verdeutlichen die Verantwortung einer kulturell-spirituell sensitiven Psychotherapie. Weiters werden noch Aspekte der Religionsforschung in der Psychiatrie und Psychotherapie skizziert sowie Hinweise zum Umgang mit Schuld und Schuldgefühlen.

Teil III widmet sich dem Stellenwert von *Spiritualität in der psychotherapeutischen Praxis* im Zusammenhang mit einzelnen Krankheitsbildern (Depression; Suizidalität; Ängste und Neurosen; Zwangsstörungen; Traumaverarbeitung; Wahnerkrankungen).

Teil IV greift konkrete *Berührungspunkte zwischen Psychotherapie und Spiritualität* auf: der Stellenwert von Religiosität und Spiritualität bei der Entwicklung der Persönlichkeit und der Wertvorstellungen; die psychodynamischen und psychotherapeutischen Aspekte des Gebets; die psychohygienische Bedeutung der Vergebung sowie die Frage nach den Möglichkeiten

und Grenzen von professioneller Begleitung bei der spirituellen Suche und individuellen Sinngebung.

Resümee

Das 220 Seiten umfassende Buch bietet einen guten Überblick zum aktuellen Wissensstand auf dem Schnittpunkt von Psychotherapie und Spiritualität. Diese Fakten werden aus psychologischer Perspektive diskutiert und mit psychologischen Erklärungsmodellen in Verbindung gebracht. Die Autoren verdeutlichen damit überzeugend, dass und wie die spirituelle Dimension als ein Kernbereich des Menschen in seiner bio-psycho-sozial-spirituellen Einheit stärker und ausdrücklicher wahrzunehmen und einzubeziehen ist: Was bedeutet dies für die psychotherapeutische Praxis? Worauf ist besser und verstärkt zu achten im Umgang mit existenziellen Krisen?

Diese Fragen erhalten in den 21 übersichtlich strukturierten Kapiteln wie auch durch die eingefügten Tabellen, mit den jeweils angefügten Literaturverzeichnissen sowie einem ausführlichen Stichwortverzeichnis reichlich Anregung für eine weiterführende Auseinandersetzung und fachliche Vertiefung. Es ist zu wünschen, dass das zunehmende Interesse und die international wahrnehmbare Aufmerksamkeit gegenüber Spiritualität und Spiritual Care sich auch im deutschsprachigen Raum der Psychotherapie verstärken.