

28-06-17

## Psychotherapie: Intrinsische Religiosität ist eine heilsame Ressource

**Psychotherapie: Religiöse Menschen sind seltener seelisch oder körperlich krank. Sie begehen seltener Suizid. Religiosität kann einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit leisten und sollte daher in die Psychotherapie integriert werden, wenn Klienten dafür offen sind. Professor Dr. Andreas Broocks und Dr. Annette Haar erläutern diesen Vorschlag mit einem Zitat von Viktor Frankl: "Ärztliche Seelsorge ist kein Ersatz für Religion, sondern kann diese ergänzen. Sie soll weltanschaulich nicht bevormunden oder die Richtung der Sinnsuche vorgeben."**



Broocks und Haar berichten über die Bedeutung religiöser Überzeugungen bei psychischen Erkrankungen im aktuellen Reader "Psychotherapie, Naturwissenschaft und Religion". Die Autoren sehen im Wesentlichen neun heilsame Wirkfaktoren der Religiosität:

- Das Leben in einer sozialen Gemeinschaft
- Die Erfahrung einer Geborgenheit in Gott
- Dankbarkeit
- Orientierung an Werten
- Kohärenzerleben (im Sinn von Antonovsky)
- Psychische Entlastung durch Gebet
- Reale Wirkungen durch Gebet
- Bewältigung von Versagen und Schuld
- Lebenssinn hängt nicht an der eigenen Leistung

Professor Dr. Jörg Zimmermann, Herausgeber des Buches, notiert: "Die Berufsgruppe der Psychotherapeuten befand sich früher eher in kritischer Distanz oder teilweise sogar Konkurrenz zur Religion. Speziell die klassische Psychoanalyse tendierte darüber hinaus dazu, spirituelle Phänomene zu pathologisieren." Diese Haltung ist inzwischen zurückgegangen. Dennoch belegt eine Studie, dass die religiöse Thematik in der Psychotherapie-Ausbildung kaum eine Rolle spielt. Andererseits thematisieren mehr als 20 Prozent der Therapie-Klienten religiöse Fragen.

Für Zimmermann ist die Unterscheidung zwischen extrinsischer und intrinsischer Religiosität entscheidend. Erstere kann durchaus Krankheiten verstärken, und nur die letztere wirkt heilsam ...

J. Zimmermann, W. Gräßler, C. Sülz, M. Heinze (Hrsg.) Psychotherapie, Naturwissenschaft und Religion. Pabst, 212 Seiten, ISBN Hardcover 978-3-95853-105-5. ISBN eBook 978-3-95853-106-2