

Welche Rolle spielt Spiritualität in Psychiatrie und Therapie?

Michael Utsch, Psychotherapeut und Mitarbeiter der Evangelischen Zentralstelle für Weltanschauungsfragen in Berlin, plädiert dafür, spirituelle Fragen behutsam in die Therapie einzubinden

PSYCHOLOGIE HEUTE Welche Bedeutung hat die Spiritualität eines Menschen für seine psychische Gesundheit?

MICHAEL UTSCH Spiritualität bedeutet ja nicht nur, extreme Bewusstseinszustände und Ekstase zu erleben. Spiritualität betrifft die gesamte Lebensführung: Nach welchen Werten gestalte ich meinen Alltag? Ein religiöses Glaubenssystem kann dabei etwas sehr Stabilisierendes sein. Das heißt für die Psychiatrie, nicht nur mit pathologischen Kriterien an religiöses Erleben heranzugehen, sondern auch hinzuschauen, wie es sich im Leben der Person auswirkt.

PH Gerade für psychisch kranke Menschen spielen Spiritualität und Religion eine wichtige Rolle. Wird dieses Bedürfnis genügend beachtet?

UTSCH Dieses Erleben ist häufig so außergewöhnlich, dass es viel Einfühlsamkeit erfordert, sich darauf einzulassen. Es hängt entscheidend vom Wirklichkeitsverständnis des Psychiaters oder Therapeuten ab, ob er solche Bewusstseinszustände erst einmal anerkennt oder sofort pathologisiert. Leider gibt es unter ihnen viele Biologen, für die nur solche Erfahrungen zum natürlichen Spektrum des Menschen gehören, die sich naturwissenschaftlich erklären lassen.

PH Warum tun sich Psychiater und Psychologen so schwer mit diesem Bereich?

UTSCH Sie versuchen, vor dem Hintergrund ihrer Wissenschaft Erklärungen für abnormales Verhalten zu finden. Dazu werden Modelle herangezogen, wie die Seele funktionieren sollte. Entsprechend wird der Patient diagnostiziert und behandelt. Wenn ich aber zugestehe, dass es eine spirituelle Dimension im Menschsein gibt, die sich einer rationalen Erfassung entzieht, dann stellt mich das in meiner Funktion als Psychiater oder Psychologe grundsätzlich infrage. Dann muss ich anerkennen, dass es Phänomene gibt, die ich nicht psychologisch oder psychiatrisch kontrollieren kann. Studien in den USA zu Berufsgruppen und Religion zeigen, dass Psychiater und Psychologen die größten Schwierigkeiten mit Religion und Spiritualität haben. Im Gegensatz übrigens zu Physikern und anderen Naturwissenschaftlern.

PH Insgesamt nimmt in unserer Gesellschaft das Bedürfnis nach Spiritualität allerdings zu.

UTSCH In einer Zeit der Unsicherheiten bieten Religion und Spiritualität einen verlässlichen Ort, an dem ein Mensch Heimat und Geborgenheit findet. In der Therapieszene gibt es einen unübersehbaren Trend zur Spiritualisierung. Die Psychologie reagiert damit auf eine Zeitströmung. Menschen kommen mit existenziellen Fragen zum Psychotherapeuten. Eine behutsame Einbettung von Spiritualität in die Therapie kann funktionieren, wenn das transparent gemacht wird. Meine Vorstellung wäre, dass in zehn Jahren auf jedem Praxisschild steht Herr oder Frau Sowieso, Psychiater, Psychotherapeut, Psychoanalytiker oder Verhaltenstherapeut - und zusätzlich: buddhistisch orientiert, humanistisch, esoterisch, christlich oder wie auch immer. Denn der Glaube hat ein bislang vernachlässigtes Heilungspotenzial. Dazu müssen aber die Glaubensvorstellungen bei Patient und Therapeut übereinstimmen. Wenn ein frommer Christ zum buddhistischen Therapeuten geht, gibt es erhebliche Widersprüche der Weltbilder. Darum ist Transparenz wichtig. Dann kann ich mir auch eine spirituelle Intervention vorstellen, etwa ein gemeinsames Ritual.

Mit Michael Utsch sprach Wibke Bergemann