



## 8 Die Verbindung von Religiosität und Spiritualität mit psychotherapeutischer Behandlung

Wie Andrawis A, (2018) erwähnte, kann die Rolle von Religion und Spiritualität in Verbindung mit der psychotherapeutischen Praxis aus verschiedenen Gründen von Bedeutung sein:

Die Verbindung von Religiosität und Spiritualität mit psychotherapeutischer Behandlung kann in bestimmten Fällen eine wertvolle Ergänzung sein. Dies kann dazu beitragen, den Patienten in seiner ganzheitlichen Gesundheit und bei der Bewältigung von emotionalen Problemen zu unterstützen. Einige Menschen finden Trost, Hoffnung und Sinn in ihren religiösen oder spirituellen Überzeugungen, und diese können in den Therapieprozess integriert werden, sofern der Therapeut dafür offen ist und dies im Einklang mit den individuellen Bedürfnissen des Patienten geschieht. Es ist jedoch wichtig, dass dies mit Respekt für die individuellen Überzeugungen und ohne Druck oder Bekehrung geschieht. Nicht jeder wird von einer religiösen oder spirituellen Herangehensweise an die Therapie profitieren, daher sollte dies immer in Absprache mit dem Patienten erfolgen und auf freiwilliger Basis (Andrawis A, 2023). Diesen Gründen können von Bedeutung sein:

### Individuelles Wohlbefinden

Für viele Menschen sind Religion und Spiritualität eine wesentliche Quelle von Trost, Hoffnung und Sinn. Psychotherapie kann Menschen bei der Bewältigung persönlicher Herausforderungen unterstützen, und religiöse oder spirituelle Überzeugungen können eine zusätzliche Ressource für ihr Wohlbefinden darstellen. Glaubensbasierte Bewältigung: Menschen nutzen oft ihren Glauben und ihre spirituellen Überzeugungen als Mittel zur Bewältigung von Stress, Trauer, Angst oder anderen emotionalen Herausforderungen. Psychotherapeuten können diese Ressourcen in den Therapieprozess einbeziehen, um ihren Patienten bei der Bewältigung ihrer Probleme zu helfen.

## Kulturelle Sensibilität

In einer multikulturellen Gesellschaft sind religiöse und spirituelle Überzeugungen oft ein wichtiger Teil der kulturellen Identität der Menschen. Psychotherapeuten müssen sensibel und respektvoll gegenüber den kulturellen und religiösen Unterschieden ihrer Patienten sein, um effektiv zu arbeiten.

Ethik und Moral: Religiöse und spirituelle Überzeugungen können eine moralische und ethische Grundlage für das Verhalten eines Individuums bilden. Dies kann relevant sein, wenn es um Entscheidungen und Verhaltensweisen geht, die sich auf das psychische Wohlbefinden auswirken. Sinnfindung und Lebenszweck: Psychotherapie kann Menschen dabei helfen, ihren Lebenszweck zu finden und einen Sinn in ihrem Leben zu sehen. Religion und Spiritualität sind oft eng mit der Suche nach Sinn und Bedeutung verbunden und können in dieser Hinsicht eine wichtige Rolle spielen (ebd.).

## Interdisziplinäre Zusammenarbeit

In einigen Fällen kann die Zusammenarbeit zwischen Psychotherapeuten und religiösen oder spirituellen Führern oder Beratern sinnvoll sein, um die Bedürfnisse der Patienten umfassend zu erfüllen.

Es ist von entscheidender Bedeutung zu berücksichtigen, dass die Einführung von Religion und Spiritualität in den psychotherapeutischen Kontext mit Sensibilität und ethischem Verantwortungsbewusstsein erfolgen muss. Therapeuten sollten die Glaubensüberzeugungen und Werte ihrer Patienten achten und sicherstellen, dass sie eine ganzheitliche und individuell angepasste Betreuung gewährleisten (ebd.).

## Sinn das Leben haben

Religion und Spiritualität können in der psychotherapeutischen Praxis einen bedeutsamen Einfluss auf das individuelle Wohlbefinden und den Sinn für das Leben haben. Dies hängt jedoch von verschiedenen Faktoren ab, einschließlich der persönlichen Überzeugungen und Bedürfnisse des Patienten sowie der Herangehensweise des Therapeuten. Hier sind einige

Wege, wie Religion und Spiritualität in der psychotherapeutischen Praxis relevant sein können:

### Sinnfindung

Religion und Spiritualität bieten oft Rahmenbedingungen und Rituale, die Menschen helfen können, Sinn und Bedeutung in ihrem Leben zu finden. In der Therapie kann der Therapeut dazu beitragen, diese existenziellen Fragen zu erkunden und dem Patienten zu helfen, seinen eigenen Sinn im Leben zu finden.

### Bewältigung von Krisen

Religion und Spiritualität können eine wichtige Rolle bei der Bewältigung von Krisen und schweren Lebensereignissen spielen. Menschen, die in ihrer religiösen oder spirituellen Praxis verankert sind, finden oft Trost und Unterstützung in ihrem Glauben. Therapeuten können diese Ressourcen in die Therapie einbeziehen, um ihren Patienten bei der Bewältigung von Herausforderungen zu helfen.

Moralische und ethische Orientierung: Religion und Spiritualität beeinflussen oft die moralischen und ethischen Überzeugungen einer Person. In der Therapie kann die Diskussion über moralische und ethische Fragen dazu beitragen, die Werte und Überzeugungen des Patienten besser zu verstehen und in den therapeutischen Prozess zu integrieren.

Stressbewältigung und Entspannung: Spirituelle Praktiken wie Meditation, Gebet oder Yoga können dazu beitragen, Stress abzubauen und das emotionale Wohlbefinden zu verbessern. Einige Therapieansätze, wie die Achtsamkeitsbasierte Therapie, integrieren diese Praktiken in den therapeutischen Prozess (ebd.).

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass nicht alle Menschen religiös oder spirituell sind, und dass einige Menschen negative Erfahrungen mit Religion gemacht haben. In der psychotherapeutischen Praxis sollte daher immer die individuelle Weltanschauung und die persönlichen Bedürfnisse des Patienten respektiert werden. Der Therapeut sollte einfühlsam und nicht wertend sein, wenn es um religiöse oder spirituelle Themen geht, und gemeinsam

mit dem Patienten darüber entscheiden, wie diese Aspekte in die Therapie einbezogen werden können.

Darüber hinaus sollte die psychotherapeutische Praxis die ethischen Richtlinien und Standards der Berufsethik beachten, um sicherzustellen, dass die religiösen oder spirituellen Überzeugungen des Therapeuten nicht aufdringlich in die Therapie einfließen und die Autonomie des Patienten respektiert wird. Die Verbindung zwischen christlicher Theologie, Psychotherapie und Religion/Spiritualität stellt ein tiefgründiges und facettenreiches Thema dar, das im Laufe der Zeit vielfältige Auslegungen und Diskussionen erfahren hat. Hier sind einige wichtige Aspekte dieser Beziehung:

### Integration von Psychotherapie und Religion-Spiritualität

Einige Therapeuten und Theologen glauben an die Möglichkeit einer Integration von psychotherapeutischen Ansätzen und religiösen-spirituellen Praktiken. Diese Integration kann für bestimmte Patienten hilfreich sein, insbesondere für diejenigen, die ihre Spiritualität als wichtigen Teil ihres Lebens betrachten.

### Psychologische Herausforderungen und religiöse -spirituelle Ressourcen

In der Psychotherapie wird oft darauf hingewiesen, dass religiöse und spirituelle Überzeugungen und Praktiken eine wichtige Rolle bei der Bewältigung psychologischer Herausforderungen spielen können. Der Glaube an eine höhere Macht, Gebet und Meditation können als Ressourcen dienen, um Stress zu reduzieren und das psychische Wohlbefinden zu fördern.

### Ethische Fragen

Die Integration von Psychotherapie und Religion wirft auch ethische Fragen auf. Therapeuten müssen sicherstellen, dass sie die religiösen Überzeugungen ihrer Patienten respektieren und nicht versuchen, ihre eigenen religiösen Ansichten aufzuzwingen. Ethikrichtlinien und professionelle Standards sind in diesem Kontext wichtig (ebd.).

## Unterschiedliche Ansichten und Konflikte

Es gibt unterschiedliche Ansichten in der christlichen Theologie darüber, wie Psychotherapie mit religiösen Überzeugungen in Einklang gebracht werden kann. Einige Christen sehen die Psychotherapie als positiv und ergänzend zur Spiritualität, während andere sie als Konkurrenz oder sogar als bedrohlich für den Glauben betrachten können.

## Forschung und Praxis

In der psychologischen Forschung wurden Untersuchungen zur Wirksamkeit von religiösen/spirituellen Interventionen in der Psychotherapie durchgeführt. Einige Studien legen nahe, dass der Glaube und die Spiritualität einen positiven Einfluss auf das Wohlbefinden haben können, aber die Ergebnisse sind komplex und kontextabhängig.

Es ist wichtig zu beachten, dass die Beziehung zwischen christlicher Theologie, Psychotherapie und Religion/Spiritualität von vielen Faktoren abhängt, darunter die individuellen Überzeugungen und Bedürfnisse der betroffenen Personen. Eine respektvolle und ethische Herangehensweise ist entscheidend, um sicherzustellen, dass diese Bereiche auf eine Weise integriert werden, die den Bedürfnissen und Wünschen der Menschen gerecht wird, ohne ihre psychische Gesundheit zu gefährden.

In Deutschland suchen immer mehr Menschen mit Migrationshintergrund psychotherapeutische Hilfe, was zu verstärkten interkulturellen Begegnungen mit fremden religiösen Überzeugungen führt. Dies erfordert von Psychotherapeuten die Bereitschaft, sich in die fremden religiösen Weltanschauungen und Gesundheits-/Krankheitskonzepte einzufühlen. In Deutschland zeigt die empirische Forschung, dass die Vorstellung von Psychotherapeuten als religionskritisch oder religionsneutral nicht der Realität entspricht. Tatsächlich betrachtet sich die Mehrheit der Psychotherapeuten selbst als spirituell oder religiös, wobei "spirituell" immer wichtiger wird. Dies steht im Gegensatz zu einer möglichen Skepsis gegenüber der institutionellen Seite der Religion, während Therapeuten persönlich existenzielle Fragen im Zusammenhang mit dem Spirituellen für legitim und wünschenswert halten. In der praktischen Psychotherapie berücksichtigen Psychotherapeuten auch religiöse und spirituelle Konzepte. Allerdings reicht es nicht aus, nur die Einstellungen der Therapeuten

zu analysieren, um Religiosität und Spiritualität angemessen im therapeutischen Kontext zu verstehen. Es ist entscheidend, den Fokus auf die Bedürfnisse der Patienten und die therapeutische Beziehung zu legen, um die Bedeutung der religiösen und spirituellen Dimension im psychotherapeutischen Prozess zu erfassen. Interessanterweise gibt es in Deutschland wenige Studien zur Religiosität und Spiritualität bei Psychotherapiepatienten im Vergleich zu den USA, wo dieses Thema intensiver erforscht wird. Die Forschung konzentriert sich dort hauptsächlich auf die Erwartungen und Bedürfnisse der Patienten bezüglich Religiosität und Spiritualität in der Psychotherapie (ebd.).

### Integration verschiedener Disziplinen

Die Integration verschiedener Disziplinen wie Psychologie, Theologie, Psychotherapie und Spiritualität kann dazu beitragen, Menschen in Krisen und während Krankheiten im Leben zu helfen. Hier sind einige Möglichkeiten, wie diese Bereiche zusammenarbeiten können, um Unterstützung zu bieten:

### Psychologische Unterstützung

Psychologen und Psychotherapeuten können Menschen helfen, psychische Gesundheitsprobleme zu bewältigen, Stress zu reduzieren und Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Dies kann insbesondere während Krisen und schwerer Krankheiten von entscheidender Bedeutung sein.

Religiöse/Spirituelle Ressourcen: Religion und Spiritualität können eine wichtige Quelle des Trostes, der Hoffnung und der inneren Stärke sein. Menschen suchen oft Trost in ihren religiösen Überzeugungen und Praktiken, wenn sie mit schweren Herausforderungen konfrontiert sind (ebd.).

## Interkulturelle Sensibilität

In multikulturellen Gesellschaften, in denen Menschen unterschiedlichen religiösen und kulturellen Hintergründen angehören, ist es wichtig, eine interkulturelle Sensibilität zu entwickeln. Dies hilft Fachleuten, die Bedürfnisse und Überzeugungen ihrer Patienten besser zu verstehen und angemessene Unterstützung anzubieten.

## Ganzheitlicher Ansatz

Ein ganzheitlicher Ansatz zur Gesundheit und zum Wohlbefinden berücksichtigt sowohl körperliche als auch psychische, soziale und spirituelle Aspekte des Menschen. Dies kann dazu beitragen, die Lebensqualität während Krankheit oder Krisen zu verbessern.

## Therapeutische Beziehung

Die Qualität der therapeutischen Beziehung zwischen Patienten und Therapeut ist entscheidend. Das Verständnis und die Akzeptanz der religiösen oder spirituellen Überzeugungen des Patienten kann das Vertrauen stärken und die Effektivität der Therapie fördern.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass nicht alle Menschen religiös oder spirituell sind, und die Unterstützung sollte den individuellen Bedürfnissen und Überzeugungen entsprechen. Ein respektvoller und kultursensibler Ansatz ist unerlässlich, um sicherzustellen, dass die Hilfe den Menschen in Krisen und während Krankheiten wirklich zugutekommt (ebd.).

## Interdisziplinär

Interdisziplinär: Dieser Begriff bezieht sich auf die Zusammenarbeit und den Austausch von Ideen, Theorien, Methoden und Ansätzen zwischen verschiedenen wissenschaftlichen Disziplinen oder Fachgebieten. Das Ziel der Interdisziplinarität ist es, ein umfassenderes Verständnis eines bestimmten Themas oder Problems zu entwickeln, indem Fachpersonal aus verschiedenen Bereichen ihr Wissen und ihre Perspektiven kombinieren. Zum Beispiel

könnten Theologen, Psychologen, Mediziner, Philosophen und Soziologen interdisziplinär zusammenarbeiten, um die Auswirkungen von Stress auf die Gesundheit zu untersuchen.

Der Glaube und die religiösen Überzeugungen können die Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Disziplinen, insbesondere in den Bereichen Gesundheit und Therapie, auf verschiedene Weisen motivieren und fördern:

### Ganzheitlicher Ansatz

Der Glaube betont oft die Wichtigkeit der ganzheitlichen Gesundheit, die nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und die Seele umfasst. Dies kann Fachleute aus verschiedenen Disziplinen dazu motivieren, einen ganzheitlichen Ansatz zu verfolgen, der die körperlichen, psychischen und spirituellen Bedürfnisse der Menschen berücksichtigt.

Innere Motivation: Religiöse Überzeugungen können eine starke innere Motivation schaffen. Menschen, die fest an ihre religiösen Prinzipien glauben, sind oft motiviert, gesundheitsfördernde Verhaltensweisen zu praktizieren und positive Veränderungen in ihrem Leben vorzunehmen.

### Soziale Unterstützung

Religiöse Gemeinschaften bieten oft eine Quelle der sozialen Unterstützung in Zeiten der Not. Dies kann Menschen ermutigen, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen und sich in interdisziplinäre Gesundheitsprogramme einzubringen.

Ethik und Moral: Religiöse Überzeugungen können eine starke moralische und ethische Grundlage bieten. Dies kann Fachleute dazu ermutigen, ethische Prinzipien in ihrer Arbeit zu berücksichtigen und sicherzustellen, dass sie die Werte und Überzeugungen ihrer Patienten respektieren.



## Resilienz und Hoffnung

Der Glaube kann eine Quelle der Hoffnung und der Resilienz sein, die Menschen durch schwierige Zeiten führt. Dies kann dazu beitragen, die Motivation zur Genesung und zur Bewältigung von Herausforderungen zu stärken.

## Interdisziplinäre Zusammenarbeit

Religiöse und spirituelle Aspekte des Lebens können in der interdisziplinären Zusammenarbeit als wichtige Gesprächsthemen dienen. Fachleute aus verschiedenen Disziplinen können zusammenarbeiten, um die Bedürfnisse und Überzeugungen der Menschen besser zu verstehen und eine umfassende Betreuung anzubieten. Es ist wichtig zu betonen, dass die Zusammenarbeit zwischen Disziplinen auf Respekt, Sensibilität und Offenheit gegenüber den unterschiedlichen Glaubensüberzeugungen und Weltanschauungen der Menschen basieren sollte. Das Ziel sollte darin bestehen, integrative und patientenzentrierte Ansätze zu entwickeln, die die individuellen Bedürfnisse und Überzeugungen der Menschen respektieren und gleichzeitig qualitativ hochwertige Versorgung gewährleisten (ebd.).

## kritische Betrachtung

Der Autor ist der Meinung, dass die kritische Untersuchung der Verbindung zwischen Religion, Spiritualität und psychotherapeutischer Praxis aus verschiedenen Gründen wichtig ist und nicht missbraucht werden darf.

## Ethik und Grenzen

Eine kritische Untersuchung stellt sicher, dass ethische Standards in der psychotherapeutischen Praxis eingehalten werden. Es ist wichtig, sicherzustellen, dass Therapeuten nicht versuchen, ihre eigenen religiösen Überzeugungen auf Patienten zu übertragen und deren Autonomie zu respektieren.

## Pluralismus und Vielfalt

In Gesellschaften, die religiös und kulturell vielfältig sind, ist es entscheidend, eine pluralistische Perspektive zu wahren. Eine kritische Herangehensweise hilft sicherzustellen, dass die Bedürfnisse und Überzeugungen aller Patienten, unabhängig von ihrer religiösen oder spirituellen Zugehörigkeit, respektiert werden.

## Risiko für Missbrauch

Eine unkritische Integration von Religion und Spiritualität kann zu Missbräuchen führen, bei denen Patienten ausgenutzt oder unter Druck gesetzt werden, ihre religiösen oder spirituellen Überzeugungen zu ändern oder zu übernehmen. Kritische Überlegungen helfen dabei, solche Risiken zu minimieren.

## Empirische Evidenz

Die kritische Überprüfung von Forschungsergebnissen ermöglicht es, die tatsächliche Wirksamkeit religiöser oder spiritueller Interventionen in der psychotherapeutischen Praxis zu bewerten. Es ist wichtig zu wissen, welche Ansätze nachweislich hilfreich sind und welche nicht.

## Rechtliche Aspekte

In einigen Ländern und juristischen Systemen gibt es gesetzliche Vorschriften, die die Integration von Religion und Spiritualität in der Psychotherapie regeln. Eine kritische Betrachtung dieser Gesetze und ihrer Auswirkungen ist wichtig, um die Rechte und das Wohl der Patienten zu schützen. Insgesamt hilft eine kritische Perspektive bei der Sicherstellung, dass die Integration von Religion und Spiritualität in die psychotherapeutische Praxis auf ethisch verantwortliche und effektive Weise erfolgt und den besten Interessen der Patienten dient (ebd.).

## Literaturverzeichnis

Andrawis A, (2021) Dissertation, Ganzheitliche Medizin Heilung und Heil, an der Collegium Humanum – Warsaw Management University Univ.

Andrawis A, (2018) Humanmedizin und Psychotherapiewissenschaft, zwischen Theorie und Praxis, Eigenverlag.

Andrawis A, (2018) Psychoanalyse zur Überwindung, frühkindlicher Traumata zweijährige Patientenanalyse, von Jänner 2012 bis Februar 2014, Der verborgene Teil des Eisbergs Model Freud, 2.überarbeitete Auflage, Verlag Poligraf, Wydawnictwo, 2. überarbeitete Auflage, Poligraf sp. z o. o.ISBN: 978-3-9504659-0-4.

Andrawis A, (2018) Determinanten des Entscheidungsverhaltens, von Verdrängung Heilung, Glaube, zur Bedeutung der Aufdeckung frühkindlicher Verdrängungen, durch Psychoanalyse und im Zusammenhang mit christlicher Glaubenshaltung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ul ISBN: 978-3-9504659-0-7.

Andrawis A, (2015) Der verborgene Teil des Eisbergs, Eine zweijährige Patientenanalyse von Jänner 2012 bis Februar 2014, 1. überarbeitete Auflage, Eigenverlag.

Andrawis A, (2018) Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o. ISBN: 978-3-9504659-2-1.

Andrawis A, (2018) Psychoneuroimmunologie PNI Komplementärmedizin, und Ganzheitliche Heilung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o.,ISBN: 978-3-9504659-3-8.

Andrawis A, (2013) Der verborgene Teil des Eisbergs. Eine zweijährige Patientenanalyse eigene Verlag.

Bürgin D, Resch F, Schulte-Markwort M, (2009) Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung, 2, überarbeitete Auflage, Verlag Huber.

Dilling H, Mombour W, Schmidt M H, (2011) Internationale Klassifikation psychischer

Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Klinisch-diagnostische Leitlinien, 8. überarbeitete Auflage, Verlag Hans Huber.

Kernberg O F, (1998) Psychodynamische Therapie bei Borderline-Patienten, Verlag Hans Huber

Mentzos S (2010) Neurotische Konfliktverarbeitung. Einführung in die psychoanalytische Neurosenlehre unter Berücksichtigung neuer Perspektiven, Fischer-Verlag.

Möller H-J, Laux G, und Deister A (2010) MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlag.

Möller H-J, Laux G, Deister A (2014) Psychiatrie und Psychotherapie, 5. Auflage, Thieme Verlag.

Schuster P, Springer-Kremser M (1997) Bausteine der Psychoanalyse. Eine Einführung in die Tiefenpsychologie, 4. Auflage, WUV-Universitätsverlag.

Schuster P, Springer-Kremser M (1998) Anwendungen der Psychoanalyse. Gesundheit und Krankheit aus psychoanalytischer Sicht, 2. überarbeitete Auflage, WUV-Universitätsverlag.

Zepf S, (2000) Allgemeine psychoanalytische Neurosenlehre, Psychosomatik und Sozialpsychologie, Psychosozial-Verlag.

Andrawis Andrawis