



179 Die Macht des Glaubensüberzeugung

Wie der Autor bereits 2018 betonte, spielt die Glaubensüberzeugung eine wichtige Rolle im Heilungsprozess – sowohl psychologisch als auch physiologisch. Die Rolle von Spiritualität und Glaubensüberzeugung im Heilungsprozess wird sowohl in der Psychologie als auch in der Medizin zunehmend anerkannt. Hier ist eine strukturierte Erklärung:

- Hoffnung und Zuversicht: Spiritueller Glaube kann Menschen Hoffnung und einen Sinn geben besonders in belastenden Lebensphasen oder bei schwerer Krankheit.
- Stressreduktion: Beten, meditieren oder spirituelle Rituale können helfen, Ängste zu lindern, Stress abzubauen und inneren Frieden zu fördern.
- Stärkung der Resilienz: Menschen mit starker Glaubensüberzeugung erleben sich oft als widerstandsfähiger und emotional stabiler.
- Positive Einflüsse auf das Immunsystem: Studien zeigen, dass sich positive Emotionen wie Vertrauen, Dankbarkeit oder innerer Friede günstig auf das Immunsystem auswirken können.
Reduktion von Entzündungswerten: Entspannungszustände, wie sie durch Gebet oder Meditation entstehen, können das Nervensystem regulieren und Entzündungsreaktionen im Körper dämpfen.

Soziale und spirituelle Unterstützung

Gemeinschaft und Halt: Der Austausch in spirituellen oder religiösen Gemeinschaften gibt vielen Patienten das Gefühl, nicht allein zu sein. Rituale und Gebete: Diese können Trost spenden und helfen, mit Krankheit besser umzugehen – auch wenn keine „Heilung“ im medizinischen Sinn erfolgt.

Wissenschaftlicher Konsens

Die Wirkung von Spiritualität ersetzt keine medizinische Behandlung, kann sie aber ergänzen und unterstützen. Viele Kliniken (z. B. in der Palliativmedizin oder Psychosomatik) arbeiten inzwischen mit Seelsorge, Achtsamkeitstraining oder spiritueller Begleitung. Ein Überblick über den Zusammenhang zwischen Glaubensüberzeugung und Heilung.

Placebo-Effekt

Die Kraft der Erwartung Placebo-Effekt zeigt eindrucksvoll, wie allein der Glaube an eine Wirkung körperliche Veränderungen hervorrufen kann. Wenn Menschen davon überzeugt sind, dass eine Behandlung hilft, selbst wenn sie medizinisch wirkstofffrei ist, kann sich ihr Zustand tatsächlich verbessern.

Mögliche Mechanismen

Ausschüttung körpereigener Botenstoffe wie Endorphine oder Dopamin, Schmerzlinderung, verbesserter Schlaf oder gesteigerte Lebensqualität und Aktivierung von Heilungsprozessen durch Stressreduktion.

Psychoneuroimmunologie Geist und Immunsystem

Diese wissenschaftliche Disziplin untersucht, wie Gedanken, Emotionen und Überzeugungen das Immunsystem beeinflussen.

Studien zeigen

Positive Einstellungen können Entzündungen reduzieren, Optimismus stärkt das Immunsystem, verbessert die Wundheilung und senkt die Infektanfälligkeit. Chronischer Pessimismus und Stress dagegen schwächen die Abwehrkräfte

Selbstwirksamkeit Überzeugung von der eigenen Stärke

Wer überzeugt ist, aktiv zur eigenen Heilung beitragen zu können, hat oft bessere Heilungschancen. Dieses Konzept nennt man Selbstwirksamkeit. Es führt zu mehr Eigenverantwortung und Therapie-Treue, besseren Bewältigungsstrategien und einem Gefühl von Kontrolle über die Krankheit – was stressmindernd wirkt.

Spirituelle und religiöser Glaube

Auch spirituöse Überzeugungen oder religiöser Glaube können heilungsfördernd sein, wenn sie: Hoffnung und Sinn geben, soziale Unterstützung aktivieren (z. B. durch Glaubensgemeinschaften) Stress abbauen durch Rituale, Gebete oder Meditation

Aus Medizinische Sicht

Positiver Glaube kann körperliche und seelische Heilungsprozesse unterstützen er ersetzt jedoch keine medizinisch notwendige Behandlung. Die Kombination aus medizinischer Therapie, psychologischer Unterstützung und innerer Überzeugung ist oft besonders wirkungsvoll.

Literaturverzeichnis

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

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, Wydawnictwo, 2.überarbeitete Auflage, Poligraf sp. z o.o. ISBN: 978-3-9504659-0-4. Poligraf Verlag.

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

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, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ISBN: 978-3-9504659-2-1, Poligraf Verlag.

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

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

Bibliographie

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

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

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

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

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

Möller HJ, Laux G, und Deisster A, (2010): MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlag.

- Möller HJ, 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 Auflaue, WUV-Universitätsverlag.

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

Andrawis A, 2018