

Prof. Dr. Samuel Pfeifer

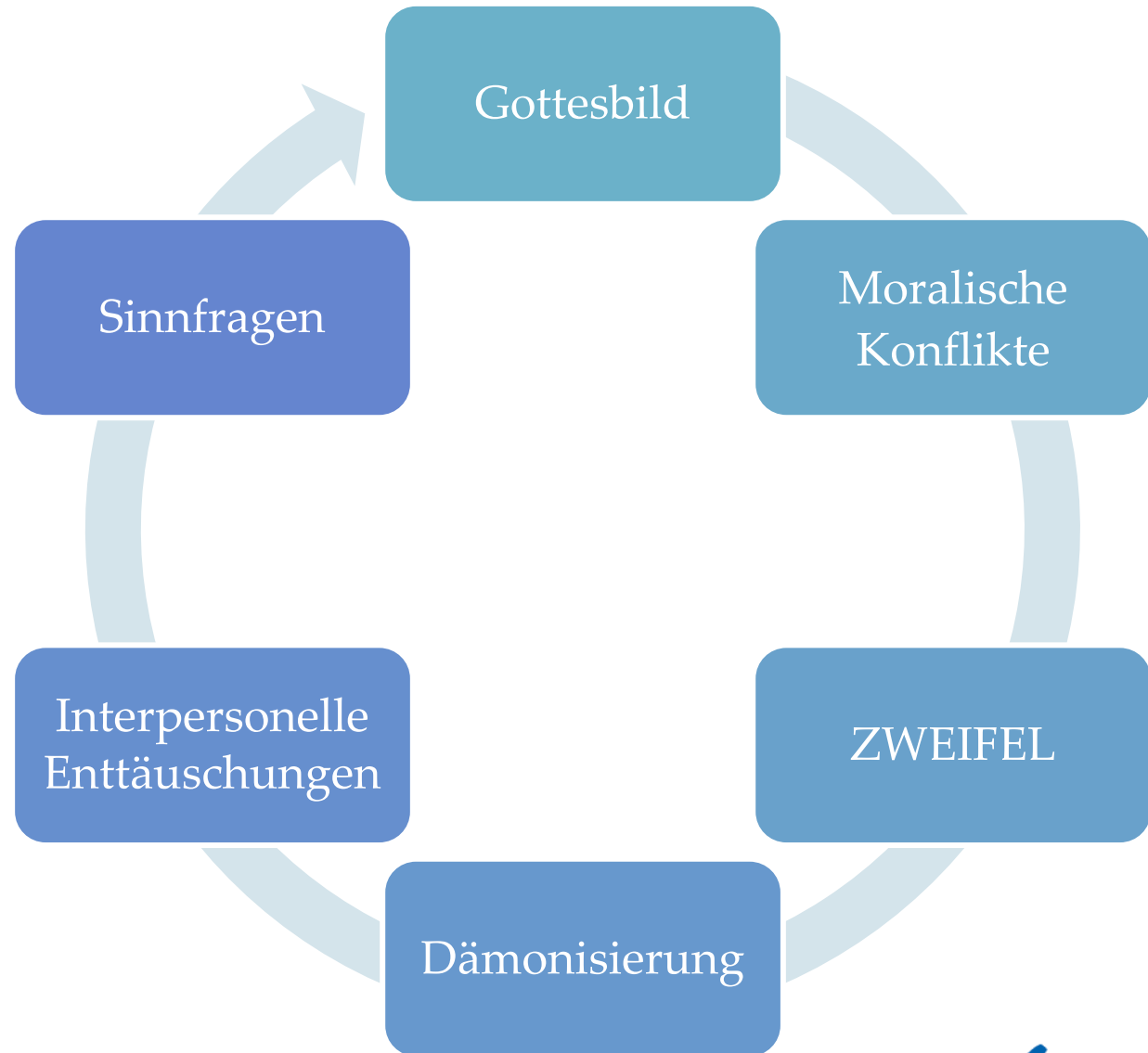
Möglichkeiten der Therapie bei religiösen Konflikten

Rückblende

- » Gemeinsame Elemente «Spiritual Struggles»
- » Spiritueller / religiöser Missbrauch

Sechs SPIRITUAL STRUGGLES

Exline JL, Pargament KI, Grubbs JB & Yali AM (2014).



Kennzeichen von Spirituellem Missbrauch

Machtgefälle

Einschüchterung > Du bist das Problem

Kontrolle

Manipulation

Einmischung
Privatleben

Zudecken:
Schein statt
Sein

Verdrängen
von
Misständen

Zerstörung
von
Beziehungen

Schwellenängste vor einer Psychotherapie

Der säkulare Therapeut / die Therapeutin

- » Könnte zu tief in mein Seelenleben Einblick nehmen
- » Könnte meine Persönlichkeit verändern
- » Lehnt mich in meinen Glaubenswerten ab /verachtet mich
- » Verändert meine Werte, so dass ich nicht mehr dem Glauben gemäss lebe
- » Stellt sich gegen meine Religionsgemeinschaft
- » Wendet (esoterische) Therapiemethoden an, die ich nicht mit meinem Glauben vereinbaren kann.
- » Weitere

Religiöse Sondergruppen / Sekten



» „Hilfe ausserhalb unserer Gemeinschaft durften wir nicht holen, weil perfekte Gottesführung nach aussen hin demonstriert werden musste. Wo Gott direkt führt, kann es keinen Widerspruch und keine Disharmonie geben. Wenn doch, dann hat der Teufel seine Hand im Spiel. Wer Probleme hat, glaubt nicht richtig.“

>>> spiritueller Missbrauch

Unterscheide: Konflikthafes Erleben vs. Spiritueller Missbrauch

Aber es gibt fließende Übergänge

Respektvolle Betrachtung

- » Es wäre vermessen, würde man hochreligiöse Menschen, die eine Therapie aufsuchen als Massstab für Glück oder Unglück einer intensiven Religiosität nehmen.
- » Selbst wenn für den weniger religiösen Betrachter vieles fremd erscheint, einengend oder bevormundend wirkt oder gar bizarre Züge zu tragen scheint, so schliesst dies eine hohe Lebenszufriedenheit über weite Strecken hinweg nicht aus.

«Nur was wir würdigend betrachten,
öffnet sich uns.»

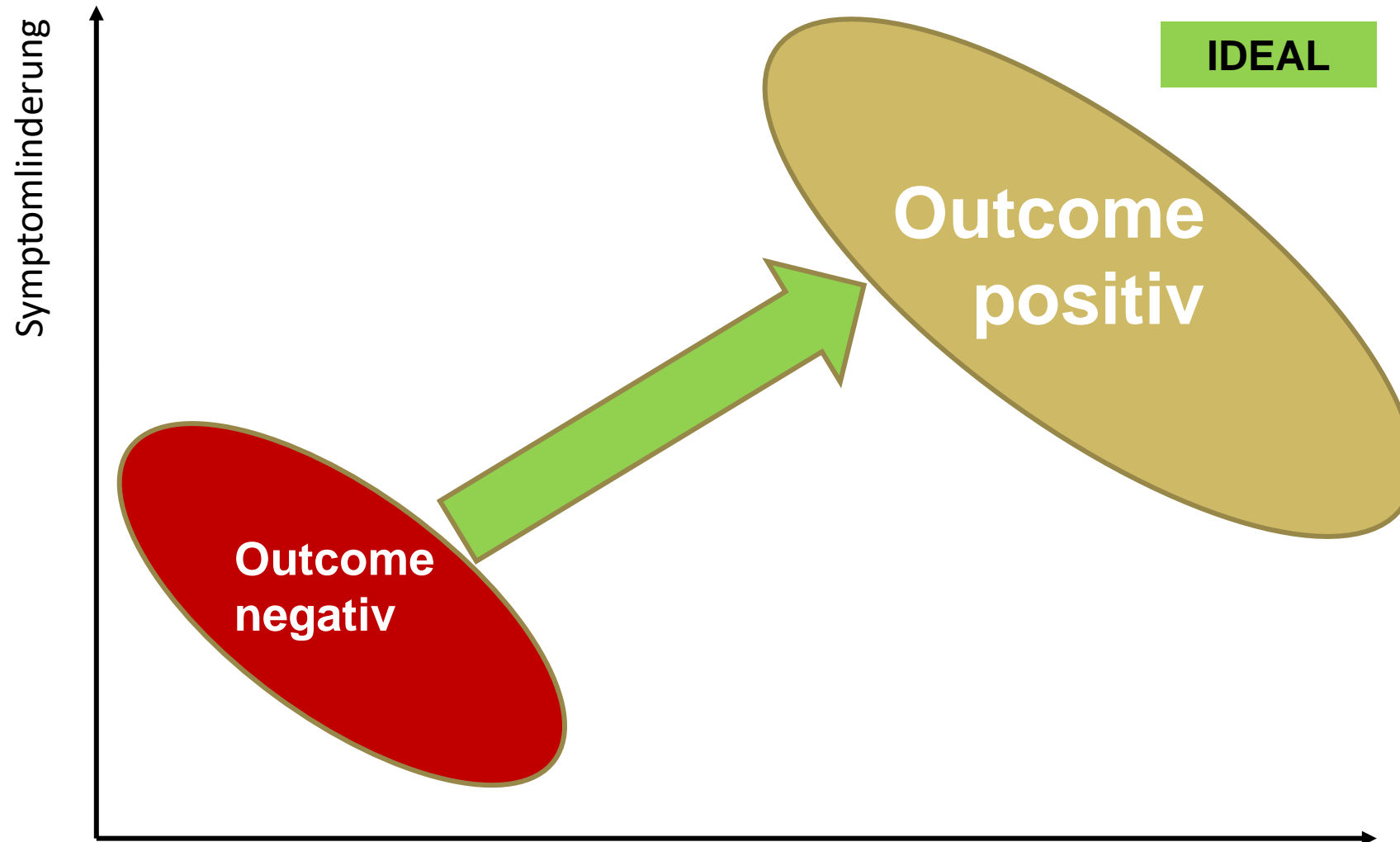
Umgang mit religiösen Fragestellungen

EVALUATION

- » In Zusammenarbeit mit dem Ratsuchenden
- » Unterschiedliche Frömmigkeits-Stile!
- » Persönliche Integrität des Therapeuten
- » theologische Gewichtung: wichtig, aber nicht primärer Teil der Therapie

- » WESENTLICH:
- » Welchen Einfluss hat die religiöse Deutung auf Symptomlinderung, persönliche Entwicklung und die Lebensbewältigung des Ratsuchenden (soziale Aufgaben, Beziehungen)?

Auswirkungen der relig. Deutung



Procedere

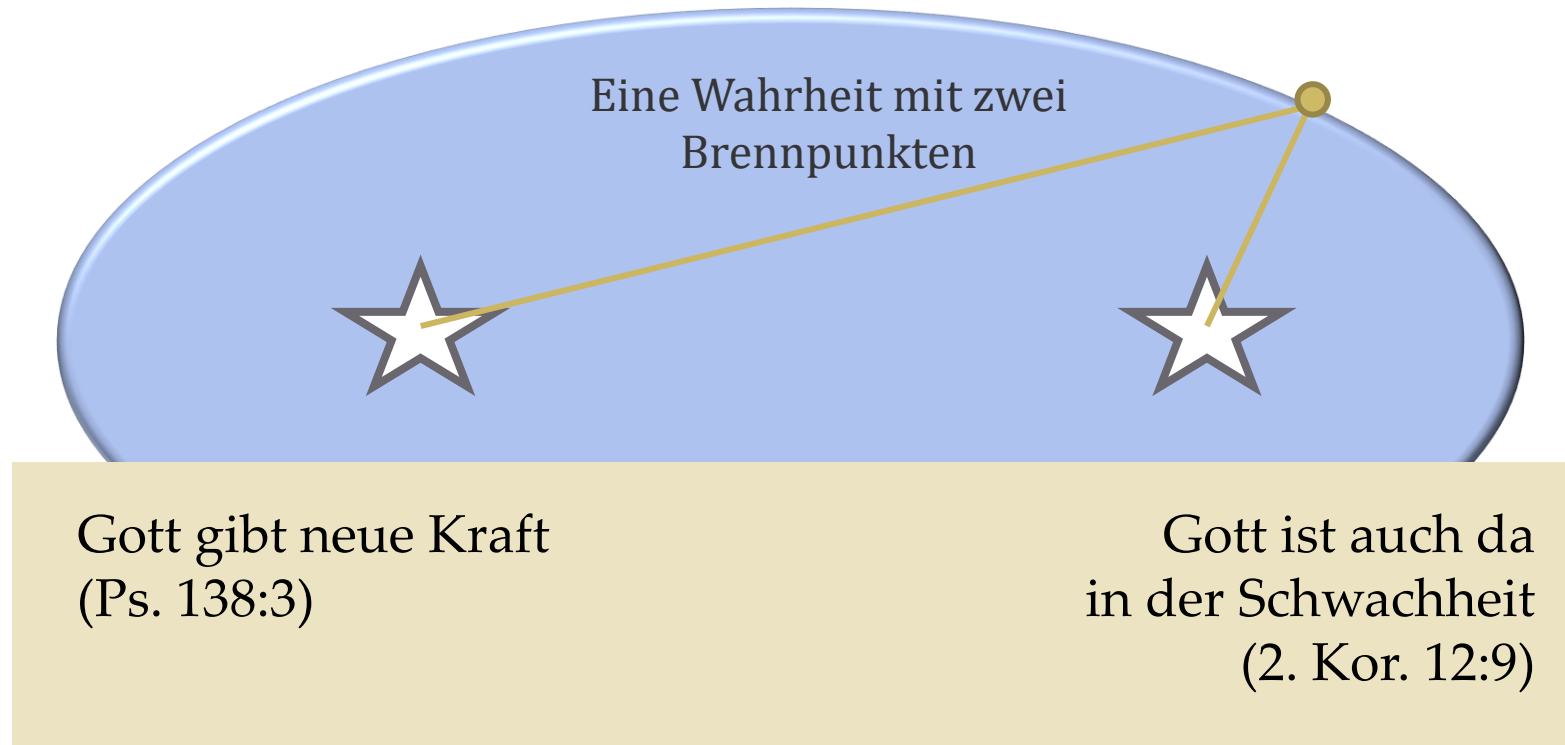
- Einfühlung in das Leiden des Patienten und Offenheit für seine religiöse Welt zeigen
- Zusammenarbeit mit dem Seelsorger (falls möglich)
- **Psychoedukation**: Das spirituelle Leben kann durch psychische Krankheit (z.B. Depression) eingeschränkt werden.
Bild: verstimmtes Klavier
- **Reframing**: Spiritualität als Teil eines umfassenderen Krankheits- und Bewältigungsmodells

3. Procedere --- Fortsetzung

- » Spirituelle Deutung als Hilfe oder als Last? Unterstützung oder Gruppendruck?
Umgang mit enttäushtem Glauben, übersensiblen Gewissen, überhöhten Zielen etc.
- » Manchmal: „**Agree to disagree**“
und dennoch zur Verfügung stehen, wenn Not da ist.

Spannungsfeld

Viele biblische Wahrheiten erschliessen sich nur durch zwei scheinbar widersprüchliche Aussagen



Wege aus dem Missbrauch

System verlassen!

Du kannst die Organisation nicht retten

Abgrenzung
Von manipulativen Menschen

TRAUMA
Gib dir Zeit

Akzeptanz
der Realität

Versöhnung
mit der
Biografie

Vergeben
und
Versöhnen?

Nach Jacob Wiebe

Wege aus dem Missbrauch (nach Wiebe)

- » Verlasse so schnell wie möglich das missbrauchende System.
 - » *Du wirst dir nur noch mehr Schmerz hinzufügen, wenn du versuchst, »treu« zu sein oder den Versuch startest, die Gemeinde oder Organisation zu »retten«.*
- » Grenze dich räumlich und innerlich gegenüber den Menschen ab, die dich missbrauchen.
 - » *Geistlicher Missbrauch funktioniert nur aufgrund der starken Loyalität gegenüber einer (geistlichen) Autorität. Diese gilt es aufzukündigen und sich dem Zugriff der entsprechenden Personen zu entziehen – innerlich, aber unbedingt auch räumlich.*
- » Lass dir Zeit und verarbeite das erlebte Trauma.
 - » *Stürze dich nicht gleich wieder in die nächstbeste Gemeinde, wenn du das Gefühl hast, dass es dir »besser« geht, sondern lass dir Zeit und gehe dabei behutsam mit dir um. Suche dir seelsorgerlichen Rat und therapeutische Hilfestellung.*
- » Stelle dich der Realität.
 - » *Deine Einstellung gegenüber Autoritätspersonen, Kirche, bestimmten Glaubensgrundsätzen und gegenüber Gott hat einen Frontalaufprall erlitten. Vieles liegt in Scherben. Es ist gut, das zunächst zu akzeptieren.*

Wege aus dem Missbrauch (nach Wiebe)

» Lerne zu vergeben.

» *Entscheide dich immer wieder für den Weg der Vergebung. Das befreit dich aus dem Gefängnis der Bitterkeit.*

» Verstehe den Unterschied zwischen Vergebung und Versöhnung.

» *Bei Vergebung entschließt sich jemand einem anderen zu vergeben. Bei Versöhnung gehen zwei Parteien aufeinander zu und bekennen ihre Schuld. Was aber, wenn der Täter nicht um Vergebung bittet? Dann ist Vergebung auch ohne Versöhnung möglich.*

» Versöhne dich mit deiner Biografie.

» *Du kannst sagen: »Ja, ich habe Narben davongetragen, Schmerz und tiefe Enttäuschung erlebt, aber die Täuschungen haben nun ein Ende genommen. Gott liebt mich leidenschaftlich. Er stand immer zu mir und steht immer noch zu mir. Was kaputt gegangen ist, kann er wieder neu machen.«*

Wie kann Glaube zur Bewältigung werden?

Ressourcen einer reifen Spiritualität

Sechs Faktoren einer reifen Spiritualität



«In der Welt habt ihr Angst, aber» –



- » Verändertes Gottesbild
- » Zulassen von Zweifel
- » Akzeptieren unserer begrenzten Existenz
- » Dankbarkeit
- » Innere Freiheit und Selbstannahme
- » Gottesbeziehung: «collaborative, problem-solving»

Verändertes Gottesbild



Liedermacher Arne Kopfermann

Ich möchte Gott auf eine ehrlichere Weise betrachten, die den Brüchen und Kämpfen der eigenen Biografie standhält.

Ein wohlwollendes Gottesbild



- » Gottesbild nicht nur aus dem eigenen Erleben ableiten!
- » Gott ist wohlwollend. Die „Gnade“ ist wichtiger als das Gericht, die Vergebung wichtiger als die Sünde. Unterscheidung zwischen Angst einflößenden Autoritätspersonen und den Aussagen der Bibel über Gott.

Universale Erfahrung



Elia: Gott ist nicht im
Feuer, nicht im Sturm,
nicht im Erdbeben
> sondern in einem
stillen Windhauch

1. Könige 19:11 – 18

Zweifel zulassen



Hiob:

- » **Kritische Fragen an Gott**
- » **Verstehst Du das
Universum in all seiner
Komplexität?**

Freiheit und Selbstannahme



- » Lasst euch niemand eure Freiheit nehmen!
- » Verminderte Abhängigkeit von Leitungsfiguren und Glaubensvorschriften
- » Lernen, im Spannungsfeld von inneren Bedürfnissen und äusseren Anforderungen seinen persönlichen Standpunkt zu finden.
- » **Geh deinen Weg im Aufblick zu Gott!**

Umgang mit Unvollkommenheit / Akzeptanz



- » Existentieller Teil des Lebens
- » Der Kampf zwischen Fleisch und Geist gehört zu unserem Dasein.
- » Verzicht auf Dämonisierung
- » Annehmen unserer Leiblichkeit und unserer Schwachheit, ohne die Hoffnung auf Erneuerung und Heilung aufzugeben.

Die Bibel als Apotheke



- » Die Bibel ist wie eine Apotheke mit unterschiedlichen Salben, Tropfen, Kapseln und Tinkturen. Nicht alle sind für jedes Leiden gleichermaßen geeignet.
- » Sensible Menschen müssen lernen, zuerst einmal diejenigen Mittel aus der biblischen Hausapotheke anzuwenden, die ihre Kräfte stärken und ihnen neues Vertrauen in die Liebe Gottes vermitteln.

Gottvertrauen und Handlungsorientiertheit



A collaborative
problem-solving
relationship with God

Jemand hat den Propheten gefragt, ob er sein Reittier anbinden oder Gottvertrauen haben soll. Und der Prophet hat geantwortet: „Binde es an und hab Gottvertrauen!“

Muslimisches Gleichnis



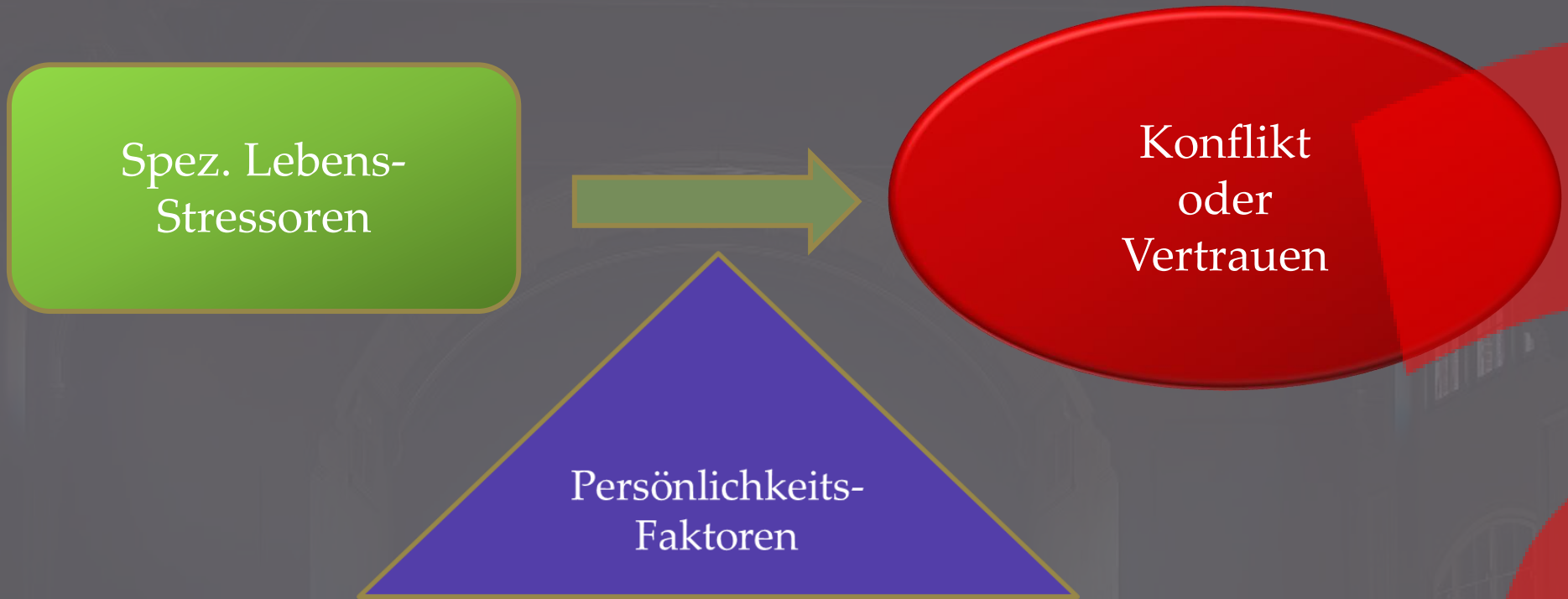
EINE FRAGE ZUM SCHLUSS

**Ist Leben und Glauben ohne
Angst möglich?**

Nach einem Gebet von Theresa v. Avila / Taizé

Nada te turbe

Nichts soll dich ängsten nichts soll dich quälen;
wer sich an Gott hält, dem wird nichts fehlen.
Nichts soll dich ängsten, nichts soll dich quälen:
Dich trägt Gott. Amen.



**Nichts soll dich ängsten nichts soll dich quälen;
wer sich an Gott hält, dem wird nichts fehlen.
Nichts soll dich ängsten, nichts soll dich quälen:
Dich trägt Gott. Amen.**

«heart religion»

«Ich plädiere nicht für eine religiöse Psychotherapie oder eine Psychotherapie nur für Religiöse, sondern für eine Therapie, die unter anderen spezifisch menschlichen Ausdrucksformen auch das Phänomen Religion Ernst nimmt.

Ich plädiere für eine Therapie, die im Detail zu explorieren versucht, was die ganz individuelle, oft sehr unorthodoxe und sich im Laufe des Lebens meist stark verändernde "heart religion" für den Patienten, die Religion seines Herzens ist.» (Hans Küng)

«Wahre Religiosität»

„Wahre Religiosität findet sich überall dort, wo Religion psychohygienisch oder soziohygienisch

- » nicht eine versklavende, sondern ein befreiende*
- » nicht eine schädigende, sondern eine heilende,*
- » nicht eine labilisierende, sondern eine echt stabilisierende Funktion hat,*

wo sie also Grundlage ist für wahre Selbstverwirklichung und zielgerichtete Aufgabenbewältigung im persönlichen wie im gesellschaftlichen Bereich“.



Wiederholungsfragen

Wiederholungsfragen

- » Warum haben religiöse Menschen Hemmungen vor einer Psychotherapie?
- » Ordnen sie nach Wichtigkeit von 1 – 4: Einfühlung, theologische Klärung, Symptomlinderung, Unterstützung persönlicher Autonomie.
- » Nennen Sie mindestens 4 Schritte in der Bewältigung von spirituellem Missbrauch!
- » Nennen Sie mindestens drei von sechs Faktoren einer reifen Spiritualität!