

# Spiritualität und Psychotherapie – Problematik und Chance

## Spirituality and Psychotherapy – Problem and Opportunity

Florian A. Gebler

### Themenschwerpunkt Psychologie und Spiritualität

#### Zusammenfassung

*Ausgangspunkt des vorliegenden Beitrags ist die Frage, ob das Einbeziehen von Spiritualität mit dem Gebot der Wertneutralität in der Psychotherapie vereinbar ist. Als zentrale Aspekte des Begriffs „Spiritualität“ werden die Geistigkeit und die Transzendenzbezogenheit des Menschen hervorgehoben. In diesem Sinne bedeutet Spiritualität in der Therapie, den Klienten als freie und selbstverantwortliche Person, die auf eine persönliche Transzendenz (persönliche Werte, die Gottheit, etc.) bezogen ist, zu sehen. Um einen weltanschaulichen Oktroi in der Therapie zu vermeiden, muss sich der Therapeut konsequent um eine sokratische Grundhaltung bemühen und sich auf ein „leitendes Entdecken“ beschränken. Der Klient kann sich dadurch in der Therapie seiner selbst, seiner Freiheit und Verantwortung in Bezogenheit auf seine Transzendenz, gewiss werden, und in einem selbst verantworteten Lebensweg unterstützt werden. Das ist Chance und Grenze von Spiritualität in der Psychotherapie.*

#### Abstract

*Origin of the present article is the question if the inclusion of spirituality in psychotherapy is compatible with the command of neutrality of values. As basic aspects of the term “spirituality” are emphasized “Geistigkeit” (nous) and the relatedness to transcendence. In this sense spirituality in therapy means to regard the client as a free and self responsible person, which is related to a personal transcendence (personal values, divinity, etc.). To avoid the obtrusion of a philosophy of life in therapy, the therapist must consequently try to adopt a socratic attitude and confine himself to a guided discovery. So the client can assure himself of himself, his freedom and his responsibility in relatedness to his transcendence and can be supported in a self responsible way of life. These are opportunity and limit of spirituality in psychotherapy.*

#### 1. Einleitung

Psychotherapie und Spiritualität – ist das miteinander vereinbar? Die Antwort müsste lauten: Ja und Nein! Nein insofern, als mit dem Einbeziehen von Spiritualität in die psychologische Therapie und Beratung die mögliche Gefahr eines weltanschaulichen Oktrois einhergeht. Psychologen<sup>1)</sup> geraten in Gefahr zu den „weltlichen Priestern“ der „Seelsorge“ und der „spirituellen Führung“ zu avancieren, zu den „Anbietern von Wertvorstellungen und Moral, mit denen Klienten geholfen wird, ein ‚gutes Leben‘ zu leben“ (siehe Davison & Neal, 2002, S. 688). Da wir in der Therapie der Wertneutralität verpflichtet sind, ist dies durchaus ein Argument, das es kritisch zu bedenken gilt. Die wenigsten Menschen kommen „nur“ zur persönlichen Weiterentwicklung oder aus Interesse in eine Therapie. Die meisten suchen Hilfe weil es ihnen nicht gut geht, weil sie einen Leidensdruck haben und alleine nicht mehr weiter wissen. Damit kommt dem Therapeuten automatisch eine leitende Funktion zu, auch eine „Vorbildfunktion“ in seiner weltanschaulichen Sichtweise, wie beispielsweise die Forschung zur Wertekonvergenz in der Psychotherapie aufzeigt (vgl. z. B. Arimond, 1990; Beutler, 1972). Wenn wir in der Therapie offen unseren eigenen spirituellen (weltanschaulichen) Standpunkt vertreten und versuchen, diesen unseren Klienten „näher“ zu bringen, ist es fraglich, ob wir dem Gebot der Wertneutralität noch annähernd gerecht werden.

Andererseits gibt es aber durchaus einen großen „Bedarf“ an Spiritualität. Gerade in unserer industriellen, kapitalistisch und rational orientierten Kultur, in der viele Traditionen aufgegeben und natürliche Sinnzusammenhänge aufgebrochen werden, leiden viele Menschen an einem Perspektiven- und Sinnverlust. Das Leben und die Welt wird fraglich, verbindliche Antworten aber bleiben aus. Im 20. Jahrhundert konnte trotz wachsenden Wohlstandes und besserer Versorgung ein Anstieg an seelischen Verstimmungen, an einem Leere- und Sinnlosig-