

PSYCHOTHERAPIE UND GLAUBE

„Woher komme ich? Wohin gehe ich? Was ist der Sinn des Lebens?
Diese Fragen beschäftigen seit jeher die Menschen.



Gertrud Deutsch-Stix

In Krisenzeiten und in Zeiten von Krankheit, Leiden und Tod besteht neben dem Wunsch nach Heilung eine vermehrte Sehnsucht nach Antworten auf die Fragen des Lebens. Religion, Spiritualität und Esoterik versuchen Antworten auf diese existenziellen Fragen zu geben.

Psychoanalytische Überlegungen zum Thema Religion

Beginnen wir bei Freud. Obwohl Freud mehrmals erwähnte, persönliche Religion hätte für ihn keine Bedeutung, weisen zahlreiche Schriften darauf hin, dass ihn Fragen zur Religion zeitlebens beschäftigten. Beispiele für diese sind: Zwangshandlung und Religionsausübung (1907), Bemerkungen über einen Fall von Zwangneurose (1909) (Anmerkung: Der Rattenmann), Totem und Tabu (1912), Das ozeanische Gefühl (1929), Das Unbehagen in der Kultur (1930), Über die Weltanschauung (1933), Der Mann Moses und die monotheistischen Religionen (1939), um nur einige zu nennen. Freud sieht einen Zusammenhang zwischen Zwangshandlungen und Religion. Die Rituale zwangskranker Menschen weisen laut Freud eine Ähnlichkeit mit religiösen Ritualen auf - Triebregungen und Schuldgefühle können damit abgewehrt, sozusagen, im „Zaum gehalten“ werden. Im Gegensatz zu individuellen Zwangshandlungen, die - neben der Beruhigung - meist als Last erlebt werden, fühlen sich religiöse Praktiken, die von der Gemeinschaft ge-

tragen werden, ausschließlich als Tugend an (vgl. Zaufarek, 2018).

Andere Motive und Quellen für Religion sieht Freud in der Sehnsucht nach dem Vater (1912) oder in der Sehnsucht nach einem ozeanischen Gefühl (1929), also nach einem Gefühl von etwas Unbegrenztem.

Fromm sieht Religion als jenes „Denken und Tun, das von einer Gruppe geteilt wird und dem Individuum einen Rahmen der Orientierung und ein Objekt der Hingabe bietet“ (1950, S. 241).

„**Reik** hat bei der Frage nach den psychischen Funktionen der Religion aufgezeigt, dass die Übertragung vom Vater auf Gott stattfindet und die Gefühle dieselbe Ambivalenz aufzeigen, wie beim Kind gegenüber dem Vater. Er sieht den Glauben als Abwehrreaktion von Regungen des Zweifels und der Auflehnung“ (Zaufarek, 2018, S. 14).

Will (2017) beschreibt Entsprechungen für religiöse Erfahrungen in der frühen Kindheit, nämlich in der Abhängigkeit des Kindes von seiner Mutter oder überhaupt in der Abhängigkeit von Erwachsenen. Wie in der Religion macht das Kind ausgehend von einer inneren Einsamkeit und Not die rettende Erfahrung von Verbundenheit und Trost.

Für **Winnicott** (1951) ist Religion ein Übergangsphänomen, das weder erschaffen noch erfunden wird, sondern einem „Raum dazwischen“ angehört. Frühe Übergangsfiguren sogenannte „Übergangsobjekte“, wie sie Winnicott bezeichnet, können beispielsweise ein Polster oder ein Kuscheltier sein, die dem Kind die Leere der abwesenden Mutter zu füllen vermögen und dadurch

Sicherheit vermitteln. Religiöse Praktiken, wie z. B. ein Abendgebet, können an die Stelle von früheren Übergangsobjekten treten.

Die Psychoanalyse soll Einsicht in die vorhandenen Ängste, in die inneren Konflikte und Wünsche geben. Winnicotts Theorie, dass die Eltern die Zerstörung durch das Kind „überleben“ müssen, also nicht an der Aggression des Kindes zugrunde gehen, kann auch im Religiösen eine Entsprechung finden. So soll auch das Religiöse hinterfragt werden dürfen, ohne dass es für die Zukunft zerstört sein muss und in einer reflektierten Form weiterbestehen kann.

Jede Art von Psychotherapie kann aber keine allgemeinen und verbindlichen Antworten auf existentielle Lebensfragen geben. „Berührungspunkte zwischen Psychotherapie und Esoterik, Spiritualität oder Religion ergeben sich bei Sinn- und Wertefragen, wie etwa bei der Erarbeitung persönlicher Lebensziele oder bei Fragen nach dem Lebenssinn sowie nach Tod und Sterben“ (BMASGK, 2018, S.7). PsychotherapeutInnen sollen demnach offen für die existentiellen Fragen sein und diese nicht tabuisieren.

Ist der Gläubige neurotisch? „Weder Glaube ist Neurose, noch Unglaube ist Neurose“, meint **Ringel** (mündliches Zitat). In beiden Fällen scheint es wesentlich zu sein, darüber reflektieren zu können, warum man sich für eine bestimmte Einstellung entscheidet und sich folgende Fragen zu stellen: Welche Ängste und welche tiefer liegenden Konflikte sollen mit oder ohne Religion gelöst werden und welche Wünsche sollen jeweils erfüllt werden?

Esoterik

Mit der Abnahme des Einflusses der großen Religionen (vor allem des Christentums) in der westlichen Welt stieg das Angebot an psycho-spirituellen Heilslehren. Da die existenziellen Fragen des Lebens auch von materiellem Wohlstand und Konsum nicht beantwortet werden können, übernehmen dies zunehmend beispielsweise SchamanInnen, Reiki-TherapeutInnen, Aura-Chakra-TherapeutInnen, Klangschaalen- und SteintherapeutInnen, KartenlegerInnen, HandleserInnen und AstrologInnen. Ihre Klarheit, Eindeutigkeit, absoluten Aussagen und Heilsversprechen, wie sie auch von Religionen angeboten werden, entsprechen einem inneren Bedürfnis, Unsicherheit und Unwissenheit abzuwehren oder zu bewältigen. Zudem besteht wie bereits erwähnt in Lebens- und Sinnkrisen ein gesteigertes Bedürfnis, die Fragen nach Warum? Woher? Wohin? beantwortet zu bekommen. In Zeiten von Krankheit und Leiden besteht die berechnete Sehnsucht, Heilung zu erfahren.

Am Beispiel des Schamanismus wird exemplarisch versucht, Vorgangsweise und Wirkung einer nicht psychotherapeutischen Heilungsmethode darzustellen. Auf ihrer Homepage schreibt die Internationale Akademie für Schamanismus (2019): „Schamanismus ist Teil aller alten Kulturen weltweit und zeigt sich in verschiedenen Ausprägungen und Formen. Alle schamanischen Traditionen aber gehen von der Annahme aus, dass eine immaterielle Anderswelt existiert. Ein Schamane kann im Zuge seiner Rituale in diese Anderswelt reisen, um beispielsweise Heilungen zu vollziehen. In der Anderswelt trifft der Schamane auf seine Spirits und Krafttiere, auf Wesenheiten, die ihn bei seiner Arbeit unterstützen.“ Um die Wirkung von Beschwörungsformeln zu verstärken, bzw. um einen Schutz für sich und andere aufzubauen, wurden und werden anlassbezogene Methoden oder Rituale weltweit (regional unterschiedlich) eingesetzt. Diese Methoden können Trommeln in bestimmten Rhythmen auf Schamanentrommeln, Tanzen, Trancetanzen, Fasten, Schwitzen oder das Einnehmen

von psychedelischen Drogen (halluzinogen wirksame psychotrope Substanzen) sein. Sibirische SchamanInnen verspeisen beispielsweise getrocknete Fliegenpilze, um in eine hellseherische Trance zu verfallen und ihre Heilkräfte zu mobilisieren (vgl. Ritter und Stompe, 2018).

Weltanschauungen versus Psychotherapie als Wissenschaft

Unterschied in den Grundlagen: Die Psychotherapie basiert auf einer wissenschaftlichen Grundlage und unterscheidet sich darin von Glaubensvorstellungen und Praktiken, die auf bestimmten weltanschaulichen Ansätzen aufbauen.

Die psychotherapeutische Kompetenz: PsychotherapeutInnen sind keine „Gurus“, „WunderheilerInnen“, „Weise Frauen/Weise Männer“, „SchamanInnen“ bzw. „NeoschamanInnen“, „Transpersonale PsychotherapeutInnen“, „Channelling-Medien“ oder „geistige FührerInnen“, die ihren Eingebungen oder anderen Inspirationen folgen. Sie sind Fachleute im Gesundheitswesen, die sich ihr Wissen und ihre Kompetenzen erworben haben und die laufend Fortbildung und Supervision in Anspruch nehmen. (vgl. BMASGK, 2018). Die wissenschaftlich-psychotherapeutischen Methoden stehen „in einer Interaktion zwischen einem oder mehreren Behandelten und einem oder mehreren Psychotherapeutinnen/Psychotherapeuten“ (BMFG, 2017, S.4).

Wie entsteht Veränderung? „Im psychotherapeutischen Kontext wird die Fähigkeit zur Veränderung in der Patientin/dem Patienten bzw. Klientin/Klienten gesehen. Esoterische, spirituelle, religiöse und weltanschauliche Ansätze bauen dagegen auf externen Kräften, Mächten oder Energien auf“ (BMASGK, 2018 S. 8).

Keine Vermischung von Psychotherapie und Heilslehre: Der Berufskodex verpflichtet PsychotherapeutInnen zu einem „verantwortungsvollen Umgang mit dem besonderen Vertrauens- und Abhängigkeitsverhältnis in der psychotherapeutischen Beziehung... Miss-

brauch liegt beispielsweise dann vor, wenn Angehörige des psychotherapeutischen Berufes ihren psychotherapeutischen Aufgaben gegenüber den Patientinnen/Patienten untreu werden, um ihre persönlichen Interessen, insbesondere sexueller, wirtschaftlicher, sozialer, emotionaler, politischer oder religiöser Natur zu befriedigen“ (BMFG, 2017, S.7).

Somit gehören esoterisch, spirituell, religiös oder andere weltanschaulich begründete Handlungen **nicht** zu einer psychotherapeutischen Methode im Zuge einer Krankenbehandlung oder einer psychotherapeutischen Persönlichkeitsentwicklung.

Dazu ein praktisches Beispiel: Wie könnte eine PsychotherapeutIn, die gleichzeitig SeelsorgerIn ist, arbeiten? Wichtig ist vor allem die Klärung der Rollen für die Ausübende und für die PatientIn in der jeweiligen Situation. So kann die SeelsorgerIn in der Ausübung dieser Funktion aktiv ein religiöses Element, z. B. ein Gebet einbringen. Befindet sie sich in der Rolle als PsychotherapeutIn, so ist das Einbringen eines Gebetes aber ethisch nicht vereinbar (vgl. BMASGK, 2018).

Werbung: Wie in der psychotherapeutischen Tätigkeit eine Vermischung mit nicht anerkannten Methoden unerlaubt ist, so betrifft dies folglich auch die Werbung und Ankündigungen für psychotherapeutische Behandlung. Werbung und Ankündigungen, in denen mit Techniken und Methoden geworben wird, die nicht im Sinne des Psychotherapiegesetzes anerkannt sind, sind zu unterlassen (vgl. BMFG, 2017). Beispiele für rechtswidrige Werbung wären das Anführen psychotherapiefremder Kenntnisse auf der Homepage von PsychotherapeutInnen oder das Anbieten rascher Heilung für jede Art von Leidenszuständen etc. Es ließe sich eine lange Liste über unsachgemäße fachliche Werbung anführen (siehe auch Checkliste des BMASGK, 2018). Schließlich sei noch angemerkt, dass spirituell esoterische Heilslehren nicht selten mit sehr rechtem Gedankengut verwoben sind - was Daecke (2010) in einem bemerkenswerten Vortrag ausgeführt hat.

Was tun bei Unklarheiten?

Möglicherweise sind Ihnen beim Lesen des bisherigen Artikels KollegInnen in den Sinn gekommen oder Sie wollen eines der behandelten Themen bei sich selbst überdenken. Bei Fragen und Unklarheiten können Sie sich an die VertreterInnen des Berufsethischen Gremiums Ihres Landesverbandes für Psychotherapie wenden. Rechtliche Auskünfte erhalten Sie auch bei den JuristInnen des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz BMASGK.

Eine detaillierte Übersicht zum Thema bietet Ihnen die „Richtlinie zur Abgrenzung der Psychotherapie von esoterischen, spirituellen, religiösen und weltanschaulichen Angeboten sowie Hinweise für Patientinnen/Patienten bzw. Klientinnen/Klienten (Checkliste)“ des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz BMASGK (2018).

Die Grundlagen für die Ausübung Ihres Berufes als PsychotherapeutIn sind im „Berufskodex für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten“ des Bundesministeriums für Frauen und Gesundheit BMFG zusammengefasst (2017).

In jedem Fall können Ihnen laufende Selbstreflexion, vertrauensvolle Gespräche und kollegiale Supervision Klärung bringen und vorbeugend hel-

fen, Grenzüberschreitungen - auch bei existenziellen Fragen - zu vermeiden.

Mag.^a Gertrud Deutsch-Stix

Vorsitzende des Berufsethischen Gremiums (BEG) des ÖBVP
Mitglied und BEG Delegierte der BLP
Beschwerdestelle
Psychoanalytikerin, Lehrtherapeutin
Klinische- und
Gesundheitspsychologin

Quellen:

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz BMASGK (Stand: November 2018). Richtlinie zur Abgrenzung der Psychotherapie von esoterischen, spirituellen, religiösen und weltanschaulichen Angeboten sowie Hinweise für Patientinnen/Patienten bzw. Klientinnen/Klienten (Checkliste)
Bundesministerium für Frauen und Gesundheit BMFG (Stand der Information: Juli 2017). Berufskodex für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Daecke, Karin (2010). Über das Emanzipatorische in der Gestalttherapie mit kritischem Blick auf deren spirituelle Wende. Vortrag in Gestalttage 2010, Wien (zum Downloaden veröffentlicht)
Freud, Sigmund (1907). Zwangshandlungen und Religionsausübung. In Freud, Sigmund. Gesammelte Werke Band VII (S. 129-139). Frankfurt am Main, Fischer
Freud, Sigmund (1909). Bemerkungen über einen Fall von Zwangsneurose. In Freud, Sigmund. Gesammelte Werke Band VII (S. 381-453). Frankfurt am Main, Fischer
Freud, Sigmund (1912). Totem und Tabu.

In Freud, Sigmund. Gesammelte Werke Band IX (S. 137-170). Frankfurt am Main, Fischer

Freud, Sigmund (1929). Das ozeanische Gefühl. Psychoanalytische Bewegung, 1(4) (S. 289-298)

Freud, Sigmund (1930). Das Unbehagen in der Kultur. In Freud, Sigmund. Gesammelte Werke Band XIV (S. 421-505). Frankfurt am Main, Fischer

Freud, Sigmund (1933). Über die Weltanschauung. Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. In Freud, Sigmund. Gesammelte Werke Band XV (S. 170-197). Frankfurt am Main, Fischer

Freud, Sigmund (1939). Der Mann Moses und die monotheistische Religion. In Freud, Sigmund. Gesammelte Werke Band XVI (S. 103-246). Frankfurt am Main, Fischer

Internationale Akademie für Schamanismus, Fenkart, Kurt (2019). Homepage www.schamanismus-akademie.com

Fromm, Erich (1950). Psychoanalyse und Religion. München, Deutsche Verlagsanstalt
Reik, Theodor (1927). Dogma und Zwangs-idee. Eine psychoanalytische Studie zur Entwicklung der Religion. Imago, 13, (S. 247-352)

Ritter, Kristina und Stompe, Thomas (2018). Rauschdrogen und Kultur. Wiener Herbsttagung für Transkulturelle Psychiatrie
Will, Herbert (2017). Religiöse Erfahrung als Transgression. Psyche, Zeitschrift für Psychoanalyse 71, (S. 235-259)

Winnicott, Donald W. (1951). Von der Kinderheilkunde zur Psychoanalyse. Frankfurt am Main, Fischer
Zaufarek, Sabine (2018). Religion und Zwangsneurose. (unveröffentlichte Arbeit)
Wien