

Sinnstiftung als gemeinsame Aufgabe von Religiosität/Spiritualität und Psychotherapie?

So lautet ein Zwischentitel im Artikel Wielant Machleidts, Emeritus und eine Koryphäe im Bereich der Erforschung interkultureller Psychiatrie und Psychotherapie sowie der Erfahrungen von Migration und Flucht. Ist Sinnstiftung ein gemeinsamer Brennpunkt der wissenschaftlichen Drittperson- und der subjektiven Erstpersion-Perspektive? In den letzten beiden Jahrzehnten hat sich zwischen diesen scheinbaren Gegensätzen sehr viel gewandelt. Machleidt gibt bezüglich dieser Fragen einen strukturierten Überblick über den heutigen Stand in der Psychotherapie, der sich aus wissenschaftlich belastbaren Forschungsergebnissen ableitet.

Mit diesem Themenheft möchten wir Berührungspunkte abbauen und den Einbezug von Religion und Spiritualität in die Psychotherapie – unter der Voraussetzung einer entsprechenden Ausbildung – in den Bereich des Denkbaren rücken. Damit richten wir uns auch an Kolleg*innen, die mit dieser immer aktueller werdenden Thematik noch nicht vertraut sind. In der Arbeit mit Patient*innen aus anderen Kulturen, die sich mit dem Thema Religion und Spiritualität überschneidet, hat sich hinsichtlich einer Kultursensibilität schon viel getan. In Fortsetzung des letzten Themenheftes zur «Kulturübergreifenden Psychotherapie» folgen nun weitere aktuelle und spannende Beiträge mit Fallbeispielen.

Wo sonst als in der psychotherapeutischen Praxis ist es wichtiger, dass das Verständnis auf wissenschaftlicher Ebene und das des individuellen Erlebens zusammenpassen, ja mehr noch, einander ergänzen? Sinnstiftung als Essenz der Religionen muss nicht näher gerechtfertigt werden, dies ist evident und gilt ebenso für die Psychotherapie. Ein zentrales Diktum der Jung'schen Psychotherapie stammt aus dem Jahre 1932: «Die Psychoneurose ist im letzten Verstande ein Leiden der Seele, die ihren Sinn nicht gefunden hat.» Jung hat als erster dem religiösen und spirituellen Erleben der Patient*innen den gebührenden psychologischen Stellenwert eingeräumt und damit Grundlagen für eine Religionspsychologie geschaffen.

Spiritualität und Religion in der Psychotherapie ist, etwas überspitzt ausgedrückt, fast ein Tabuthema. Das hängt auch damit zusammen, dass es in den meisten Ausbildungen keinen Inhalt darstellt. Wir möchten die Thematik in den Fokus rücken, weil ihre Integration bereits Schulen übergreifend stattfindet. Getreu dem Titel unserer Zeitschrift, versuchen wir das Tor auf wissenschaftlicher Ebene zu öffnen, indem wir aus der wissenschaftlichen Drittperson-Perspektive der Erstpersion-Perspektive leidender Patient*innen den ihr gebührenden Wert zugestehen.

Heute sind wir soweit, dass die Forschung so viel Licht in die Prozesse der psychischen Gesundheit gebracht hat, dass in der Psychotherapie die Angst vor einem Rückfall

in unwissenschaftliche, dämonisierende Theorien und Praktiken nicht mehr gerechtfertigt ist. Und aus der Philosophie des Geistes wissen wir, dass wir das Feld der Wissenschaftlichkeit keineswegs verlassen, wenn wir anerkennen, dass der Materialismus nicht alles erklären kann.

Das individuelle Erleben steht in der Psychotherapie im Zentrum. So lesen wir in Machleidts Aufsatz: «An individuell geprägte Verständnismodelle lassen sich keine medizinisch- bzw. psychologisch-wissenschaftliche Massstäbe anlegen. Sie sind an den subjektiven Erlebniswirklichkeiten und Verständnishorizonten der Patient*innen formulierte harmonisierende Konstrukte». Das ist absolut deckungsgleich mit dem salutogenetischen Prinzip Aaron Antonovskys. Auf diesem sicheren Boden können wir uns in das Thema «Kultur, Religion und Psychotherapie» hineinwagen.

Was passiert denn eigentlich konkret in Therapien, die die Dimension Religiosität/Spiritualität miteinbeziehen? Einen tiefen Einblick erhalten wir durch ein Buch mit dem Titel *Fallbuch Spiritualität in Psychotherapie und Psychiatrie*, herausgegeben von Eckhard Frick, Isgard Ohls, Gabriele Stotz-Ingenlath und Michael Utsch, allesamt Mitglieder der Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN). Es ist während der Entstehung des vorliegenden Heftes erschienen – ein Glücksfall, der einen vertieften Einblick in das therapeutische Geschehen gibt. Darin werden 20 Patient*innengeschichten vorgestellt, die von Fachkolleg*innen kommentiert werden. Leser*innen zieht dieses Konzept gleichsam wie in einen Supervisionsprozess hinein; eine Erfahrung, die auch emotional berührt, weil es nicht nur um die Anwendung einer Theorie auf eine Fallvignette geht, sondern die Leser*innen qua Gegenübertragung auch zu Supervisor*innen macht und dadurch den Therapieprozess miterleben lässt. Anders als in den anderen Arbeiten im vorliegenden Heft, die sich mit kulturübergreifender Psychotherapie beschäftigen, geht es in diesem Buch auch um Patient*innen aus unserem Kulturkreis. Doch die Falldarstellungen liefern einen Einblick in den Einbezug von Spiritualität in der Psychotherapie. Von daher darf eine Rezension des Buches in diesem Heft nicht fehlen.

Dass in den letzten Jahren Spiritualität und religiöse Gebundenheit als Resilienzfaktoren immer mehr Anerkennung fanden, ist nicht zuletzt auch eine Folge der Migration und dem Zusammenprall unterschiedlicher Kulturen, was einen grossen psychotherapeutischen Bedarf verursacht hat.

Auf den bereits angesprochenen Beitrag Machleidts folgt eine Arbeit von Katrin Hartmann. Sie befasst sich nicht nur mit dem Therapieprozess selbst, sondern auch mit den sozialen Faktoren, mit denen Immigrant*innen konfrontiert werden. Diese Perspektive, nämlich die Analyse und Interpretation politischen Geschehens, wird von

der Psychotherapie allgemein sträflich vernachlässigt. Hartmann weist auf das Etikett hin, das dem Islam in unserer Kultur angeheftet wird. Sie entlarvt die angedichtete Gefährlichkeit durch demografische und geschichtliche Argumente als Stimmungsmache. Als feldforschende Soziologin im arabischen Raum ist sie dafür besonders qualifiziert und öffnet den Leser*innen abseits des Urteils im kollektiven Bewusstsein über den Islam die Augen. Als Psychoanalytikerin setzt sie sich aber auch mit ihrer eigenen «Fremdkörperkonstruktion» auseinander und beschreibt, warum sie im Titel ihres Beitrags («Psychoanalytische Psychotherapie mit Muslim*innen der Schweiz») ein «in» vor «der» herausnahm. Solch eine kleine Vignette der Bewältigung ihrer Fremdheitserfahrung durch Inklusion ist ein gutes Beispiel für die Voraussetzung der positiven Beziehungsknüpfung zu Patient*innen in interreligiösen Kontexten. Diese Art der Bewältigung ist ein Erfordernis, das auch Machleidt ausführlich begründet.

Der Beitrag von Inge Missmahl und Birte Brugmann beschreibt eine Psychotherapiemethode, die von Missmahl ursprünglich für kriegsgeschädigte, traumatisierte Menschen in Afghanistan entwickelt wurde. Einen Einblick in den Beginn dieser Entwicklung gibt ihr Artikel in Nummer 4/2006 dieser Zeitschrift: «Psychosoziale Hilfe und Traumaarbeit als ein Beitrag zur Friedens- und Versöhnungsarbeit am Beispiel Afghanistans». Das Value-based Counseling ist eine psychodynamische Kurzzeitintervention, die Kultur und Religion als sinnstiftendes Element nutzt. Die Methode ist maximal kultursensitiv, indem Patient*innen, die ihre Alltagstauglichkeit verloren haben, zur Wiedererlangung ihrer Handlungsfähigkeit Berater*innen aus derselben Kultur mit zum Teil ähnlichen Erfahrungen zur Verfügung stehen. In kurzer Zeit kann ein vertrauensvolles Verhältnisses entstehen, weil sich Patient*in und Berater*in auf Augenhöhe begegnen, denn es geht nicht um Diagnosen. Der Beratungsansatz vermeidet eine Pathologisierung von klinischen Symptomen, sondern bemüht sich um ein Verständnis der Symptome als Ausdruck unbewältigten sozialen Stresses. Dieser Ansatz fördert eine symmetrische Arbeitsbeziehung. Geeignete Berater*innen mussten zuerst nach einem eigens entwickelten Curriculum ausgebildet werden. Inzwischen sind es davon in Afghanistan um die 400 und weitere folgen nach. In Deutschland sind bis anhin über 90 Geflüchtete zu psychosozialen Berater*innen ausgebildet worden. Der wertebasierte Ansatz verhindert, dass die Methode nicht als ideologisch geprägt, sondern als jedem einzelnen Menschen zugewandt wahrgenommen wird. Sie wurde unter widrigsten Umständen und mit in jeder Hinsicht mangelnden Ressourcen, aber mit Unterstützung von NGOs und dem Deutschen Staat entwickelt. Vieles erscheint dabei für die konventionelle Psychotherapie gegen den Strich gebürstet, garantiert dafür aber, dass sie auch unter prekärsten Bedingungen, wie zum Beispiel Flüchtlingslager, eingesetzt werden kann. Mit den Werten und grundlegenden Theorien, die in diesem Heft vertreten werden, besteht jedoch Einklang. Die Methode kann als vorgeschaltete Intervention für eine längere Psychotherapie dienen, einer Chronifizierung der psychischen

Symptomatik entgegenwirken und dadurch in vielen Fällen eine längere Therapie obsolet machen.

Zwei weitere Beiträge aus der Sicht der italienischen Schweiz schliessen den thematischen Teil des Heftes ab.

Als italienischsprachige Schweizer eines historisch katholischen Kantons (Tessin) sind wir genetisch sensibel für die Themen Transkulturalität und Transreligiosität, während ich persönlich – unter Bezugnahme auf verschiedene Denker und Forscher – der Überzeugung bin, dass die Position, die eine vermeintliche «Neutralität» in der Psychotherapie verteidigt, zunehmend veraltet ist. Wenn man so neutral und objektiv wie möglich sein will – eine durchaus wichtige und erreichbare Sache –, muss diese Dimension als ein dynamischer Prozess zwischen zwei Menschen verstanden werden, die miteinander interagieren.

Eine aseptische, unkritische und unreflektierte Neutralität – ohne das Bewusstsein, dass selbst eine Verneinung stets etwas aussagt – ist am Ende kaum neutral.

In dieser Ausgabe finden Sie nun zwei Beiträge aus der italienischsprachigen Schweiz, als typisch helvetische transkulturelle Geste: Der erste Artikel stammt von meiner Kollegin Tania Re, Mitarbeiterin der Università della Svizzera Italiana (USI) und seinerzeit Inhaberin eines UNESCO-Lehrstuhls für Transkulturalität. Ihr Beitrag setzt bei den historischen Aspekten der Kunst des Asklepios (Äskulap) an, wonach die Medizin als Heilritual zu verstehen war. Sodann widmet sie sich den in Südamerika, Sibirien und Indien durchgeführten historisch-anthropologischen Forschungen über schamanische Kulturen, über die von ihnen verwendeten «Meisterpflanzen» und über ihre Praktiken, «aussergewöhnliche» Geisteszustände zu erreichen. Forschungen in den USA, Spanien und der Schweiz offenbaren einen bedeutenden Nutzen aus diesen Erfahrungen. Eine grosse Herausforderung für die Psychotherapie der Zukunft.

Der zweite Beitrag des Psychiaters und kognitiven Psychotherapeuten Michele Mattia ist von seiner Rede zu diesem Thema auf einem Kongress in Mexiko inspiriert. In seinem Artikel geht es um die schützenden (sogar schmerzstillenden) Aspekte der religiösen Überzeugungen der Patienten anhand von sechs interessanten klinischen Fällen. Er beschreibt Realitäten im Zusammenhang mit den drei Monotheismen (Judentum, Islam und Christentum), aber auch religiöse Erfahrungen im Zusammenhang mit Buddhismus, Hinduismus und der evangelischen Kirche. Der Autor betont die durchdringende Kraft der religiösen Dimension im Leben vieler Patienten und die geringe Aufmerksamkeit, die ihr von vielen Therapeut*innen immer noch geschenkt wird.

Abschliessend kommen wir wieder auf Machleidt zurück. Er fragt:

«Welchen Sinn macht die Rückkehr der Religion und Spiritualität in die Psychiatrie und Psychotherapie? Bei möglichen Antworten muss es vorrangig um einen therapeutischen Wissens- und Methodenzugewinn und eine professionelle Haltung gehen, die immer auch in einer Interferenz mit den ganz persönlichen Glaubensüberzeugungen und der Identität der Psychiater*innen und Psychotherapeut*innen steht.»

Das ist eine grosse Sache, denn es bedeutet, dass es in der Ausbildung zum/zur Psychotherapeuten/in, analog zur Selbsterfahrung in der Lehranalyse, um einen zusätzlichen Prozess geht, nämlich die Entwicklung einer eigenen Identität in existenziellen Sinnfragen. Selbstverständlich geschieht dies über die Ausbildung hinaus lebenslang. Dies gehört nun mal zu unserem Beruf. Wir brauchen das nicht

nur um uns selbst, sondern auch um die Patient*innen zu verstehen. Schliesslich haben wir diesen Beruf gewählt, weil dies so interessant und herausfordernd ist und unsere persönliche Entwicklung fördert.

Mario Schlegel & Nicola Gianinazzi

Éditorial

Création de sens : une mission conjointe de la religiosité/spiritualité et de la psychothérapie ?

C'est l'intertitre de l'article de Wielant Machleidt, professeur émérite et sommité dans le domaine de l'exploration de la psychiatrie et de la psychothérapie interculturelles ainsi que dans le domaine des expériences de migration et d'exil. La création de sens est-elle un point de convergence conjoint de la perspective économique de la troisième personne et de la perspective subjective de la première personne ? Ces deux dernières décennies, beaucoup de choses ont changé entre ces deux oppositions apparentes. Sur ces questions, Machleidt donne un aperçu structuré de l'état actuel de la psychothérapie qui découle de résultats de recherche scientifiquement fiables.

Avec ce cahier thématique, nous souhaiterions diminuer les peurs du contact et faire progresser dans le domaine du possible l'inclusion de la religion et de la spiritualité dans la psychothérapie, à la condition d'une formation adaptée. Ainsi, nous nous adressons aussi à des collègues qui ne sont pas encore familiarisés(es) avec cette thématique toujours plus d'actualité. Sur le plan de la sensibilité culturelle, beaucoup de choses ont été faites dans le travail avec des patients(es) issus(es) d'autres cultures, travail qui se superpose au thème de la religion et de spiritualité. Dans la continuité du dernier cahier thématique relatif à la « Psychothérapie interculturelle », d'autres contributions actuelles et passionnantes accompagnées d'études de cas viennent s'ajouter.

Où, si ce n'est dans la pratique psychothérapeutique, est-il important que la compréhension au niveau scientifique et celle au niveau du vécu individuel, plus encore, se complètent mutuellement ? La création de sens en tant que l'essence des religions, ne doit pas être davantage justifiée, cela est évident et s'applique aussi à la psychothérapie. Une affirmation centrale de la psychothérapie jungienne trouve son origine en 1932 : « La psychonévrose est dans le dernier intellect une souffrance de l'âme qui n'a pas trouvé son sens. » Jung a été le premier à accorder au vécu religieux et spirituel des patients(es) l'importance psychologique requise et créé ainsi les fondements de la psychologie religieuse.

La spiritualité et la religion dans la psychothérapie sont, en forçant un peu le trait, presque un sujet tabou. Cela est lié aussi au fait que cela ne constitue pas un contenu dans la plupart des formations. Nous souhaiterions mettre la thématique en évidence, car son intégration a lieu déjà au-delà des écoles. Fidèles au titre de notre revue, nous essayons d'ouvrir le portail vers un niveau scientifique en admettant à partir de la perspective scientifique de la troisième personne des patients(es) souffrant de la perspective de la première personne la valeur qu'elle mérite.

Nous sommes en mesure aujourd'hui de dire que la recherche a apporté tellement de lumière dans les processus de guérison psychique, que la peur d'une rechute dans des théories et pratiques non scientifiques, diabolisantes n'est plus justifiée. Et à partir de la philosophie de l'esprit, nous savons que nous ne quittons en aucune façon le terrain de la scientificité, lorsque nous reconnaissons que le matérialisme ne peut pas tout expliquer.

Le vécu personnel est au cœur de la psychothérapie. Ainsi, nous lisons dans la rédaction de Machleidt : « Il n'est pas possible de poser des références médicales ou psychoscientifiques sur des modèles de compréhension marqués individuellement. Ce sont des constructions d'harmonisation formulées sur les réalités subjectives d'expérience et les niveaux de compréhension des patients(es) ». Cela coïncide absolument avec le principe salutogénétique d'Aaron Antonovsky. Pour ce qui est du thème « Culture, religion et psychothérapie », nous pouvons nous aventurer sur ce terrain sûr.

Que se passe-t-il en effet concrètement dans des thérapies qui intègrent la dimension de religiosité/spiritualité ? Nous acquérons une connaissance approfondie grâce à un livre intitulé *Fallbuch Spiritualität in Psychotherapie und Psychiatrie*, publié par Eckhard Frick, Isgard Ohls, Gabriele Stotz-Ingenlath et Michael Utsch, tous sont membres de la Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN). Il est apparu pendant l'élaboration du présent cahier, un hasard qui apporte une connaissance approfondie sur ce qui se passe dans la thérapie. Y sont présentés(es) 20 histoires de patients(es) commentées par des collègues spécialisés(es). Ce concept implique les