
Adolf Trawöger

Braucht Seelsorge Psychotherapie?

Erfahrungen aus der Praxis

- ◆ Ausgehend von der Beobachtung, dass Psychotherapie vom griechischen Ursprungswort her gesehen nichts anders als Seelsorge bedeutet, macht unser Autor auf die Gemeinsamkeiten und Unterschiede von psychotherapeutischen Ansätzen und seelsorglichen Beratungskonzepten aufmerksam. Anhand von verschiedenen Fallbeispielen erläutert er, wie gewinnbringend psychotherapeutische Zugänge in der Seelsorge sein können. Zugleich aber verweist er ebenso darauf, dass auch Psychotherapie von seelsorglichen Konzepten profitieren kann, weil Letztere die Sorge um den ganzen Menschen im Blick haben. (Redaktion)

1 Vorbemerkungen

Das Verhältnis von Psychotherapie und Seelsorge hat eine kurze Geschichte und eine lange Vergangenheit.¹ Um das Spannungsverhältnis zwischen Psychotherapie und Seelsorge scheint es in den letzten Jahren ruhiger geworden zu sein. Das mag an ganz unterschiedlichen Gründen liegen: Haben die beiden Bereiche jeweils ihr eigenes Bezugsfeld gefunden? Sind die verschiedenen psychotherapeutischen Richtungen gesellschaftlich so etabliert, dass sie fraglos auch religiöse Belange abzudecken vermögen? Haben sich die religiösen Fragen schon so weit ins Private zurückgezogen, dass sie kaum mehr mit den existenziellen Problemstellungen wie Leiden, zwischenmenschlichen Auseinandersetzungen oder Sterben thematisiert werden? Beschränkt sich seelsorgliches Handeln zu-

nehmend auf sakramentale Vollzüge und immer weniger auf die (geistliche) Begleitung? Ist die Bewältigung von Schuld und Scheitern (Beichte) abgewandert in die Praxis von Ärztinnen/Ärzten und Therapeutinnen/Therapeuten? Gibt es mittlerweile eine große Anzahl an qualifizierten Therapeutinnen und Therapeuten und fehlen andererseits qualifizierte Seelsorgerinnen und Seelsorger?

Der Psychotherapeut Erwin Ringel warnt davor, die Gegensätze zwischen Psychotherapie und Seelsorge zu verwischen; sie haben „aber in der täglichen Arbeit mehr miteinander zu tun [...], als ihnen recht sein mag“². Arnold Mettnitzer erinnert, dass „Psychotherapie“ das griechische Wort für „Seelsorge“ ist und benennt vier Gemeinsamkeiten:³

1. Ein „sokratisch-jesuanischer Optimismus“, der in gegenseitigem Vertrauen

¹ Eine ausführliche Darstellung findet sich in: Michael Dieterich, Einführung in die Allgemeine Psychotherapie und Seelsorge, Witten 2015.

² Siehe Arnold Mettnitzer, Couch & Altar. Erfahrungen aus Psychotherapie und Seelsorge, Graz 2008, 84.

³ Vgl. ebd., 15f., und ausführlicher 118–146.

und vorurteilsfreier Akzeptanz die Wahrheit eines Menschen in seinem Inneren zu entdecken sucht.

2. Ein „pragmatischer Individualismus“, der bereit ist, einem Menschen so lange zuzuhören und Aufmerksamkeit zu schenken, bis dieser mitteilen kann, woran die Seele leidet.

3. Ein „methodischer Immoralismus“, der darin gründet, dass sich die Wahrheit eines Menschen und die Linderung konkreter Not nicht in moralischen Aussagen beschreiben lässt.

4. Ein Beachten der „Dimension des Unbewussten“, das in der Seelsorge erst Handlungsabläufe und menschliche Entscheidungen verstehen lässt und deuten hilft.

Hinter den Begriffen „Psychotherapie“ und „Seelsorge“ verbirgt sich eine Fülle von Konzeptionen, die einander mehr oder weniger ergänzen oder ausschließen. Ganz allgemein lässt sich sagen: Seelsorge bemüht sich um das geistliche Leben, das ewige Heil des Menschen, Psychotherapie sorgt sich um das seelische Wohl und das Verhalten des Menschen in dieser Welt. In beiden Fällen geht es in erster Linie um eine Gesprächssituation, in der ein Mensch sein Leben (sein Leiden) mitteilt und ein anderer diese Not wahrnimmt. Ein Mensch versucht mit einem Menschen so zu sprechen, „daß dessen Not gelindert, vielleicht aufgehoben, zumindest tragbar wird“⁴.

Unterschiede ergeben sich in Bezug auf den sozialen Kontext: „Der Kontext, in

dem Seelsorge geschieht, ist die Kirche. Der Kontext, in dem Psychotherapie geschieht, ist das Gesundheitswesen.“⁵ Gesprächspartnerin/Gesprächspartner der Kirche ist die pastorale Mitarbeiterin/der pastorale Mitarbeiter (vom „ehrenamtlichen“ bis zum „hauptamtlichen“), im medizinischen System ist es die Therapeutin/der Therapeut. Die Seelsorgerin/der Seelsorger ist grundsätzlich für alle Menschen mit ihren Leiden und Freuden, Sorgen und Hoffnungen da.⁶ Die Therapeutin/der Therapeut kümmert sich vorrangig um die Krankheit der Kranken. Die Bezugswissenschaft für seelsorgliches Handeln ist die Theologie. Psychotherapie, Klinische Psychologie sind in dieser Hinsicht Hilfswissenschaften. Psychotherapeutisches Handeln hat sein Fundament in der Klinischen Psychologie bzw. den verschiedenen psychotherapeutischen Theorien. Theologie als Hilfswissenschaft könnte aber für das eigene Selbstverständnis und Handeln eine durchaus sinnvolle Ergänzung sein, vor allem, weil bei Menschen in Krisensituativen des Lebens auch religiöse Fragen oft eine zentrale Rolle spielen.

2 Gemeinsamkeiten, Differenzen und Übergänge zwischen Psychotherapie und Seelsorge

Für Michael Dieterich ist die „Seele“ nicht ein Teilbereich des Menschseins, sondern betrifft den ganzen Menschen in seiner Be-

⁴ Wolfram Kurz, Das Verhältnis von Seelsorge und Psychotherapie. Von der Trotzmacht des Geistes und vom Mut zum Sein, in: ders. / Franz Sedlak (Hg.), Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen. Neue Perspektiven, Tübingen 1995, 399–415, hier: 412. Es sei daran erinnert, dass seelsorgliches Wirken sich natürlich nicht auf diesen „Spezialfall“ beschränkt, sondern auch in Predigt, Gottesdienst, Sakramentenvorbereitung und -spendung, Unterricht, Bildungsarbeit und vielem mehr geschieht.

⁵ Ebd.

⁶ Vgl. GS 1.

dürftigkeit und Abhängigkeit.⁷ „Sein Körper (gr. *soma*), seine Gefühle und Gedanken bzw. seine Kognitionen (gr. *psyche*) und seine Religiosität bzw. Spiritualität (gr. *pneuma*) sind Teilespekte der ganzen Seele.“⁸ Psychotherapie ließe sich so als Teilmenge einer ganzheitlichen Seelsorge – bzw. Seelsorge ohne Einbeziehung der Spiritualität – verstehen. Legt man diese Unterscheidung zu Grunde, ergeben sich verschiedene Arten von Hilfestellungen.⁹

– Für den somatischen Aspekt pharmakologische und andere medizinische Hilfestellungen.

– Für den psychischen Aspekt lerntechnische Hilfestellungen: Psychotherapeutische Prozesse lassen sich als Lernvorgänge verstehen, bei denen es zu einer „dauerhaften“ Veränderung von Einstellungen und Verhaltensmustern kommt.

– Für den pneumatischen Aspekt religiöse Hilfestellungen: Die Wirkung spirituell-religiöser Begleitung wird leider von der Psychotherapie wenig beachtet und auch im kirchlichen Kontext nicht selten evangelikalen und charismatischen Gruppierungen überlassen. Als mögliche Hilfen seien hier das Gebet, Begleitgespräche mit kompetenten Seelsorgerinnen und Seelsorgern und – warum nicht – „Wunder“, die dem Wirken Gottes zugeschrieben werden,¹⁰ angeführt. Hierzu gehören auch die Entlastung von Schuld und Sünde vor Gott und Menschen oder die Lösung von Okkultismus und Magie als Hilfe zu einem Leben unter der Leitung und Wirkung des Heiligen Geistes.

Wie Dieterich betont, ist „pneumatische“ Seelsorge nicht machbar und schwer lehrbar, weil sie in der persönlichen Begegnung mit Gott gründet. Das ist vielleicht einer der Gründe, warum auch in der Seelsorgeausbildung ein Schwerpunkt auf die verfügbaren Techniken aus der Psychotherapie gelegt wird und der Bereich der Spiritualität zu kurz kommt. Es zeigt sich allerdings, dass viele „säkulare“ Psychotherapeuten und -therapeuten dennoch in einem religiös-spirituellen Bereich arbeiten. In Europa geschieht dies oft auf dem Hintergrund asiatisch geprägter Religionsformen oder im Sinne des „New Age“. Es wäre daher eine wichtige Aufgabe der Kirchen und ihrer Ausbildungsstätten, die spirituellen Aspekte der Psychotherapie in die psychotherapeutische Landschaft einzubringen, d.h. einen intensiven Austausch zwischen Psychotherapie und Seelsorge zu beginnen.

Sowohl für die therapeutische wie seelsorgliche Begleitung von Menschen hat sich die „personenzentrierte Gesprächsführung“ von Carl Rogers als überaus hilfreich erwiesen. Offenheit, Echtheit, Empathie, Wertschätzung und Respekt werden dabei als wesentliche Grundhaltungen für ein gelingendes Gespräch genannt. Grob lassen sich je nach Zielgruppe, Beziehung und Ziel verschiedene Formen personenzentrierter Gesprächsführung unterscheiden:

– So steht in der psychologischen Beratung das ICH der Klientin/des Klienten im Vordergrund. Es handelt sich um ge-

⁷ Vgl. Michael Dieterich, Einführung (s. Anm. 1), 136.

⁸ Ebd.

⁹ Vgl. zum Folgenden Michael Dieterich, Einführung (s. Anm. 1), 140–142.

¹⁰ Vgl. zu diesem Thema Michael Utsch / Raphael M. Bonelli / Samuel Pfeifer, Psychotherapie und Spiritualität. Mit existentiellen Konflikten und Transzendenzfragen professionell umgehen, Berlin–Heidelberg 2014; insbesondere dort Samuel Pfeifer, Das Gebet – Psychodynamik, Wirksamkeit, Therapie, 193–201.

sunde Menschen in Krisensituationen, die eine neue, bessere Beziehung zu sich selbst finden oder ihre Persönlichkeit weiter entfalten wollen.

– In der Psychotherapie steht der Kontakt zwischen dem kranken Menschen und der Therapeutin/dem Therapeuten im Vordergrund. Das Ziel ist die Heilung der psychischen Störung.

– Die Supervision richtet sich vor allem an Berufstätige und ihre Beziehung zur eigenen Arbeit und den Arbeitskollegen und -kolleginnen. Das Ziel ist Steigerung der Arbeitseffizienz.

– Das pastorale Counseling ist ein seelsorgliches Beratungsgespräch, in das bewusst auch die Beziehung zu Gott (der Glaube) miteinfließt.

– In der geistlichen Begleitung wird die Beziehung zwischen dem gläubigen Menschen und Gott noch einmal verdichtet. Die geistliche Begleiterin/der geistliche Begleiter soll diese Beziehung anerkennen, bestärken und manchmal auch von falschen oder überzogenen Vorstellungen reinigen. Im Blickfeld sind die Nachfolge Christi und seine Heilszusage.

3 Psychotherapeutische Hilfen für die Seelsorge

Wolfram Kurz, mein Lehrer in der logotherapeutischen Ausbildung, hat ein SeelsorgemodeLL erarbeitet, welches die Bedeutung der Kooperation von Psychotherapie und Seelsorge verdeutlicht. Die vier Dimensionen dieses Modells seien hier kurz vorgestellt¹¹ und mit Beispielen aus meiner seelsorglichen Praxis angereichert:

3.1 Existenzielle Seelsorge

Schwester Carola (75 Jahre) kehrt nach langen Jahren in der Pfarrseelsorge zurück ins Mutterhaus. Nachdem sich ihr Gesundheitszustand langsam verschlechtert, kreisen die Gespräche mit ihr vorrangig um zwei Themen: Einerseits leidet sie darunter, immer mehr ihren Mitschwestern zur Last zu fallen. Sie fasst dies in dem Satz zusammen: „Es ist viel leichter, anderen zu helfen als sich helfen zu lassen!“ Andererseits plagt sie der Gedanke, dass nach dem Tod „alles aus ist, es kein Weiterleben gibt“, was wiederum zu Schuldgefühlen führt. Im Laufe der Begleitung wird deutlich, dass sie den Weggang aus der Pfarre nicht verarbeiten konnte. Sie hatte den Pfarrer bis zum Sterben begleitet; sein Nachfolger wollte sie dann nicht mehr als Mitarbeiterin und hat ihr gekündigt. Diesen „Hinauswurf“ nach so vielen Jahren konnte sie nicht verschmerzen und stellte ihr ganzes bisheriges Lebens- und Glaubenskonzept in Frage. „Wenn ein Mensch (Priester) mich so geringachtet, dann habe auch ich bei Gott keinen Platz im Himmel.“ Erst als es gelingt, mit dem Priester Kontakt aufzunehmen und ein Gespräch zwischen ihm und Sr. Carola zu ermöglichen, bei dem sich der Pfarrer für sein unsensibles Verhalten entschuldigt und sich nochmals für ihre langjährige Tätigkeit in der Pfarre bedankt, lösen sich langsam ihre Glaubenszweifel.

Existenzielle Seelsorge wendet sich an jene Menschen, die sich mit den existenziellen Grundbefindlichkeiten des Lebens (Angst, Schuld, Sterblichkeit, Zweifel am Sinn des Lebens, Entfremdung, Unvollkommenheit) nicht aussöhnen können. Der sich in Jesus Christus mitteilende

¹¹ Vgl. Wolfram Kurz, Existentielle, wachstumsorientierte, schicksalsorientierte, berufsorientierte Seelsorge. Ein SeelsorgemodeLL, in: ders./ Franz Sedlak (Hg.), Kompendium der Logotherapie (s. Anm. 4), 416–428.

Gott kann hier wahrgenommen werden als derjenige, der ermutigt, der Schuld als vergeben annehmen lässt, der den Tod überwindet und angesichts der Bruchstückhaftigkeit des Lebens alles zu seiner Erfüllung bringen wird. Menschen, die aus sich selbst eine der existenziellen Grundbefindlichkeiten nicht mehr bewältigen können, soll mittels direkter Zuwendung und Orientierung im Verweis auf diejenige Macht geholfen werden, die stärker ist als die negativen Grundbefindlichkeiten. Diese werden oft unerträglich, wenn der Mensch keine attraktiven Lebensziele mehr hat, die zu verfolgen ihm als lohnend erscheinen. Daraus entsteht die Angst, das Leben zu verfehlten, oder das Gefühl der Schuld, mit den Herausforderungen des Lebens nicht mehr adäquat fertig zu werden, oder das Gefühl der Unvollkommenheit, wo ein kleiner Schritt nicht getan wird, der durchaus möglich wäre. Aber es gilt auch: Die negativen Grundbefindlichkeiten werden erträglich, sofern der Mensch seine persönlichen Möglichkeiten angemessen verwirklicht.

Wo dies nicht der Fall ist, können die jedes Menschsein kennzeichnenden Grundphänomene ins Pathologische kippen: Angst kann in eine angstneurotische Störung umschlagen; Schuldgefühle im Zusammenhang mit einer endogenen Depression erscheinen; Zweifel am Sinn des Lebens kann in eine noogene Neurose pervertieren; das Gefühl der Entfremdung kann sich in Form von Depersonalisationserscheinungen zeigen. Für eine richtige Beurteilung braucht es daher Grundkenntnisse der Psychologie, Psychotherapie, Psychiatrie und Logotherapie.

3.2 Wachstumsorientierte Seelsorge

Manfred (40 Jahre) hat in den vergangenen Jahren immer wieder unter seinem Überge-

wicht (150 Kilo) gelitten. Seit einem Jahr hat er nun schon 70 Kilo abgenommen. Obwohl er von seiner Umwelt signalisiert bekommt, er schaue schon so schlecht aus und solle doch mit dem Abnehmen aufhören, meint er, er sehe immer noch zu dick aus und 10 Kilo müssten mindestens noch weg. In den Gesprächen arbeiten wir heraus, dass er von seiner Persönlichkeitsstruktur zu Übercompensationen und Radikalität neigt und sich diese in Bezug auf seinen Körper auch negativ auswirken können. Ich frage ihn nach dem Ziel seiner Abnehmmotivation und ermutige ihn, sich psychotherapeutisch begleiten zu lassen.

Wachstumsorientierte Seelsorge ist fokussiert auf die geschichtliche Dimension des Menschen und seine Lebensprozesse. Die Notwendigkeit zu wachsen und zu reifen, einzelne Lebensphasen nicht voll durchleben zu können oder in ihnen nicht zu genügen bzw. Schwierigkeiten mit den Phasen-Übergängen zu haben, bergen die Gefahr neurotischer oder psychotischer Dekompensationen. Hierbei zu begleiten ist Aufgabe der Kinder-, Jugend- und Alttenseelsorge sowie der seelsorglichen Begleitung in der mittleren Lebensphase mit ihren Lebenskrisen.

Um pathologische von normalen Wachstumsschwierigkeiten unterscheiden zu können, bieten sich hier als Hilfswissenschaften für die Seelsorge Entwicklungspsychologie, Humanistische Psychologie und Logotherapie an. So sollte eine Jugenddepression nicht mit pubertären Ablösungsschwierigkeiten verwechselt und sollten psychopathologische Entwicklungen am Übergang zur mittleren oder späteren Lebensphase nicht übersehen werden. Wenn ein Mensch die spezifischen Sinnmöglichkeiten einer Lebensphase verwirklichen kann, ist es ihm auch möglich, eine zu Ende gegangene Lebensphase gelassen vergangen sein zu las-

sen. Howard Clinebell unterscheidet folgende Dimensionen des Wachstums:

- „inneres Wachstum im Sinne der Belebung des Geistes
- inneres Wachstum im Sinne der Wiederbelebung des Körpers
- die Erneuerung und Vertiefung unserer Beziehungen
- Wachstum und Beziehung zur Biosphäre im Sinne ökologischen Problembewußtseins und ökologischer Fürsorge
- Wachstum und Beziehung zu Institutionen im Sinne der Wahrnehmung politischer und sozialer Verantwortung
- geistliches Wachstum, verstanden als Motivations- und Verlebendigungsprinzip, das für alle genannten Wachstumsdimensionen von Bedeutung ist.“¹²

3.3 Schicksalsorientierte Seelsorge

Ludwig (45 Jahre) ist seit 10 Jahren Pfarrer in einer Gemeinde mit ca. 4000 Personen. Er ist ein sehr kreativer, selbstloser, aber überaus sensibler Seelsorger. Schon seit längerer Zeit leidet er an Schlafstörungen und Verdauungsproblemen. Immer wieder überlegt er, ob er nicht die Pfarre wechseln soll, kann sich aber nicht entscheiden. Die Beziehung zur Personalstelle ist gestört, und er will seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht im Stich lassen. Nach vielen Gesprächen gelingt es, die verschiedenen Themen seines Lebens auseinanderzufalten. Er begibt sich in eine psychotherapeutische Begleitung, in der er seine Internatserfahrungen aufarbeiten kann. Schließlich gelingt es ihm, wieder einen Freiraum des Handelns zu erlangen, der ihm ermöglicht, um ein Sabbatjahr anzusuchen, das ihm auch prompt gewährt

wird. Er spürt, dass seine große Sensibilität sowohl eine Belastung, aber auch eine große Gabe ist und seine Fähigkeiten nicht in der Leitung einer Pfarre liegen. Weitere Gespräche werden zeigen, wohin ihn sein künftiger Weg führen wird.

Immer wieder werden Menschen von Schicksalsschlägen getroffen. Dazu zählen Krankheit, Trauer, Behinderung, Süchte, Suizidgefährdung, Arbeitslosigkeit, Heimatlosigkeit, spezifische Beziehungsprobleme, familiäre Probleme usf. Seelsorgliche Begleitung will helfen, diese Erfahrungen anzunehmen und konstruktiv mit Hilfe des Glaubens in das Leben zu integrieren. Es ist vor allem die Logotherapie, welche die Bewältigung des Leidens ins Zentrum ihres Interesses gestellt hat. Es braucht aber auch hier eine Sensibilität für psychopathologische Übergänge, wenn z. B. normale Trauer in eine reaktive Depression umschlägt oder auch Verzweiflung über eine Behinderung in eine noogene Neurose (Störung des Lebenssinnes) pervertieren oder Arbeitslosigkeit in eine Arbeitslosigkeitsneurose führen können.

Die Kompetenz zur Bewältigung eines individuellen Leidens zu erwerben, sollte nicht auf den Ernstfall beschränkt bleiben. Im Sinne von Resilienz wäre es hilfreich, sich immer wieder mit dem Leben von Menschen zu beschäftigen, die leidvolle Erfahrungen in ihr Leben integriert und erforderlich verarbeitet haben.

3.4 Berufs- und freizeitorientierte Seelsorge

Nach dem Verkehrsunfall mit einem zweijährigen Kind, das dabei den Tod fand, be-

¹² Wolfram Kurz, Existentielle, wachstumsorientierte, schicksalsorientierte, berufsorientierte Seelsorge (s. Anm. 11), 420. Vgl. ausführlich dazu Howard Clinebell, Wachsen und Hoffen. Band 1: Theorie und Praxis der wachstumsorientierten Beratung in Erziehung, Seelsorge und psychischer Lebenshilfe, München 1982, 19–36.

komme ich von der beim Einsatz beteiligten Feuerwehr die Mitteilung, dass einige Männer überaus betroffen sind. Ich ver einbare mit dem Einsatzleiter, dass wir uns nach dem Einsatz im Feuerwehrhaus zu einem Austausch treffen. Alle Beteiligten können zunächst ihre Aufgabe schildern, anschließend teilt jeder mit, was ihn jetzt besonders beschäftigt und bewegt. Einzelne erzählen von ihrer tiefen Betroffenheit, vor allem, dass sie nicht mehr helfen konnten. Das Erlebte wird so geteilt und der emotionale Stress leichter abgebaut. Hinweise auf die besondere Stresssituation, die länger andauernde Belastungsreaktionen hervorrufen kann, und eine mögliche Hilfestellung durch ein Zweiergespräch oder den Psychosozialen Notdienst ergänzen die Begleitung.

Das Ziel berufs- und freizeitorientierter Seelsorge ist es, Menschen zur humangen Arbeitsgestaltung und zur sinnvollen Freizeitgestaltung zu befähigen. Einerseits geht es um die seelsorgliche Begleit-

tung von Seelsorgerinnen und Seelsorgern, Ärztinnen und Ärzten, Soldatinnen und Soldaten, Polizistinnen und Polizisten, im Pflegedienst haupt- oder ehrenamtlich Tägigen, Angehörigen der freiwilligen Hilfsdienste wie Feuerwehr und Rotes Kreuz, letztlich allen, die in ihrer Arbeit besonderen Belastungen ausgesetzt sind. Anderseits sind hier auch die Urlauber- und Kurseelsorge angesprochen. Hilfswissenschaften für diese Seelsorge sind u.a. die Arbeitspsychologie, psychologische Stressforschung, Freizeitpsychologie und Logotherapie.

Wer mit berufsorientierter oder freizeitorientierter Seelsorge zu tun hat, sollte um die möglicherweise auftauchenden Psychopathologien wissen. So kann überzogenes Arbeiten, wenn dadurch psychische Konflikte überdeckt werden und es deshalb langfristig als widersinnig empfunden wird, zu einem Erschöpfungssyndrom führen. Soziales Engagement (haupt- oder ehrenamtlich) kann aus falscher Motivation in ein Helfersyndrom münden. Falsch genutzte Freizeit kann Menschen in ein „existenzielles Vakuum“ bzw. eine „existenzielle Frustration“ treiben.¹³ Durch die starke Arbeitsteilung, spezifische Arbeitsformen der modernen Industriegesellschaften (Computerarbeit) und die konsumorientierte Freizeitgestaltung kann es zu Entfremdungserfahrungen kommen, die in eine subjektive Missbefindlichkeit führen. Sie kann Menschen hindern, trotz vieler Möglichkeiten diese nicht mehr zu sehen und zu nützen. Die Lebensfelder Arbeit und Freizeit sind mit einer hohen Sinnerwartung besetzt, ein entsprechendes Erleben von Sinnlosigkeit wirkt umso gravierender.

Weiterführende Literatur:

Michael Utsch / Raphael M. Bonelli / Samuel Pfeifer, Psychotherapie und Spiritualität. Mit existentiellen Konflikten und Transzendenzerfahrungen professionell umgehen, Belin–Heidelberg 2014.

Michael Dieterich, Allgemeine Psychotherapie und Seelsorge, Witten 42015.

Arnold Mettnitzer, Klang der Seele. Sinn suchen, trösten, ermutigen in Psychotherapie und Seelsorge, Wien–Graz–Klagenfurt 2009.

Arnold Mettnitzer, Couch & Altar. Erfahrungen aus Psychotherapie und Seelsorge, Wien–Graz–Klagenfurt 2008.

¹³ Vgl. Viktor E. Frankl, Theorie und Therapie der Neurosen. Einführung in Logotherapie und Existenzanalyse, München–Basel 4. erw. und erg. Aufl. 1975, 10f.

Wolfram Kurz hat darauf hingewiesen, dass sich die Verhältnisbestimmung von Arbeit und Muße in den Industriegesellschaften verändert hat.¹⁴ Arbeit als Selbstzweck, bürgerliches, asketisches Arbeitsethos im Sinne von Erfolgs-, Aufstiegs- und Karriereorientierung wird abgewertet, Arbeit als notwendiges Mittel zum Erwerb des Lebensunterhalts, Selbstentfaltungstendenzen auf der Basis von Autonomie, Lebensgenuss, Bequemlichkeit und Schonung aufgewertet. „Unmittelbare Bedürfnisbefriedigung wird dem frustrierenden Befriedigungsaufschub vorgezogen.“¹⁵ Wo die Unlust, die mit jeder Arbeit verbunden sein kann, immer wieder hervorgehoben wird, besteht die Gefahr, auch die freie Zeit nicht mehr als sinnvoll empfinden zu können. Das Leben wird dann freudlos und langweilig, das kreative Spiel geht verloren und die Sucht nach Unterhaltung (siehe viele Computerspiele) wird übermächtig.

4 Zusammenfassung

Bei aller Verschränkung von Psychotherapie und Seelsorge ist dennoch der jeweilige Focus der Intention zu beachten. In der Sphäre der Psychologie und Psychotherapie ist die „materielle“ Wirklichkeit im Blickfeld, theologisch gesprochen die Schöpfungswirklichkeit. Die Beziehung zwischen Therapeut/Therapeutin und Klient/Klientin ist bestimmt von Veränderung und Erziehung. Seelsorgliches Handeln nimmt Welt und Menschen im Rahmen der Offenbarungswirklichkeit wahr. Bestimmende Begriffe sind in diesem Zusammenhang der biblische Bundesgedanke, Befreiung und Erlösung.

Die therapeutischen Grundhaltungen Echtheit, Offenheit, Selbstkongruenz, Wertschätzung, Annahme, emotionale Wärme, verstehendes Einfühlen, Verbalisieren usw. öffnen sich in der Seelsorge auf der Grundlage der biblischen Texte zu Wahrheit und Offenbarung, Glaube, Hoffnung, Liebe, Inkarnation und Mitleiden. Der begleitete Mensch soll im psychotherapeutischen Prozess an Echtheit, Offenheit, Selbstwertgefühl, Selbstbejahung, Selbsterkenntnis und Selbsterfahrung gewinnen. Ziele sind Veränderungen in der Persönlichkeit, Verbesserungen der Beziehungen und neue Handlungsperspektiven. Seelsorge will dazu beitragen, dass Menschen zu ihrer von Gott geschenkten existenziellen Freiheit geführt werden, Glaube, Selbst- und Nächstenliebe sowie Lebenshoffnung wachsen können. Erkenntnis weitet sich biblisch zur Erleuchtung, zu einem neuen Sehen, zum Weg vom Dunkel zum Licht. Ziel seelsorglichen Handelns ist die Versöhnung, die gelingende Beziehung zu sich selbst, zum Nächsten, zur Natur und zu Gott. Im Mittelpunkt steht die Ermutigung, mit Jesus Christus am Wirksamwerden des Reiches Gottes (Urvertrauen in das Leben, Auferstehung zum Leben, Leben in Fülle) zu arbeiten.

Der Autor: Dr. theol., Lic. theol., Zusatzausbildungen in Logotherapie, geistl. Begleitung, Exerzitienbegleitung, Notfallseelsorge und Stressverarbeitung nach belastenden Einsätzen bei der Feuerwehr; langjährige Erfahrung in geistl. Begleitung, 12 Jahre Ausbildungsleiter für das ständige Diaconat, Rektor des Bildungshauses Schloss Puchberg, Bischofsvikar für Orden, Säkularinstitute und geistl. Gemeinschaften.

¹⁴ Vgl. Wolfram Kurz, Existentielle, wachstumsorientierte, schicksalsorientierte, berufsorientierte Seelsorge (s. Anm. 11), 423.

¹⁵ Ebd.