

# Die Rolle der Spiritualität in der psychosozialen Beratung

Wolfgang Schurr

Masterlehrgang „Master of Science – MSc (Counseling)“

ARGE Bildungsmanagement Wien

2008

Passauer Str. 8

A-4143 Neustift i.M.

## **Abstract**

Spiritualität ist für viele Menschen ein wichtiges Element in ihrem Leben. In der psychosozialen Beratung kann Spiritualität sowohl bewusst als auch unbewusst eine Rolle spielen. In der vorliegenden Studie wird untersucht werden, wie Berater mit den wahrgenommenen spirituellen Momenten umgehen.

Das Ziel ist es, einen praktischen Nutzen aus der wissenschaftlichen Arbeit zu erhalten, sowie den Stellenwert der Spiritualität in der Beratung aufzuzeigen und das Interesse für dieses Thema zu wecken.

Die Untersuchung erfolgte mittels Aufsätze, die von Lebens- und Sozialberatern verfasst wurden. Diese teilten dabei mit, in welcher Art und Weise die spirituellen Momente in die Beratung einfließen.

Das Ergebnis zeigt, dass verschiedenste Arten von spirituellen Momenten existieren. Der Berater nimmt diese positiv auf oder gibt selber spirituelle Momente ein, die sich positiv auf die Weiterentwicklung des Klienten auswirken.

## **Abstract**

Spirituality is an important element in the life of many people. In psychosocial consultation spirituality can play a conscious as well as an unconscious role. The present study examines how advisers handle the perceived spiritual moments.

The aim is to receive a practical benefit from the scientific work, as well as to indicate the value of spirituality in consultations and to arouse interest in this subject.

The investigation was carried out through articles written by life- and social advisers.

They describe how the spiritual moments were integrated into the consultations.

The result shows that a variety of spiritual moments exists. The adviser seizes them positively or brings in own spiritual moments, which positively affect the client's development.

## **Inhaltsangabe**

<b>Abstract</b>	<b>S. 2</b>
<b>Einleitung</b>	<b>S. 6</b>
1. Spiritualität wird immer mehr „in“	S. 6
2. Mein Ziel ...	S. 6
3. Was Sie in dieser Masterthesis erwartet	S. 7
<b>A. Religion und Spiritualität</b>	<b>S. 9</b>
1. Religion und Spiritualität ein Gegensatz zu Wissenschaft?	S. 9
1.1. Wie es dazu kam	S. 9
1.2. Die Zeit zur Möglichen Wiedervereinigung könnte nahe sein.	S. 10
2. Begriffsklärung Religion	S. 11
3. Der Versuch einer Eingrenzung für den Begriff Religion	S. 17
4. Begriffsklärung Spiritualität	S. 19
4.1. Allgemeine Definition	S. 19
4.2. Formen von Spiritualität	S. 20
4.2.1. Das „Innere“	S. 20
4.2.2. Bewusst werden	S. 23
4.2.3. Intuition als spirituelles Instrument	S. 25
<b>B. Wissenschaftliche Begründungsversuche für Paraphänomene</b>	<b>S. 29</b>
1. Dr. Rupert Sheldrake, Biologe	S. 29
2. Dr. Medinger, Biophysiker, theoretische Physiker aus Graz	S. 30
3. Dr. Radin, führender amerikanischer Wissenschaftler und Autor	S. 31
<b>C. Welche Rolle kann Spiritualität und Religion spielen?</b>	<b>S. 33</b>
1. Spiritualität und Gesundheit	S. 33
1.1. Spiritualität und körperliche Gesundheit	S. 33
1.2. Spiritualität und psychische Gesundheit	S. 36
2. Spirituelle und/oder religiöse Einstellungen in der Beratung	S. 38

2.1. Religiös oder spirituell in der Beratung	S. 39
2.2. Spirituelle Einstellung in der Beratung	S. 40
<b>D. Psychosoziale Beratung</b>	<b>S. 42</b>
1. Was ist psychosoziale Beratung?	S. 42
2. Was ist Lebens- und Sozialberatung und was darf in dieser gemacht werden?	S. 42
<b>E. Methode für die Untersuchung</b>	<b>S. 44</b>
1. Zur Methodenwahl	S. 44
2. Untersuchungsdesign	S. 45
<b>F. Die Untersuchung</b>	<b>S. 47</b>
1. Erster Aufsatz	S. 47
2. Interpretation zum ersten Aufsatz	S. 48
3. Zweiter Aufsatz	S. 49
4. Interpretation zum zweiten Aufsatz	S. 51
5. Dritter Aufsatz	S. 53
6. Interpretation zum dritten Aufsatz	S. 56
7. Vierter Aufsatz	S. 58
8. Interpretation zum vierten Aufsatz	S. 60
9. Fünfter Aufsatz	S. 61
10. Interpretation zum fünften Aufsatz	S. 63
11. Sechster Aufsatz	S. 65
12. Interpretation zum sechsten Aufsatz	S. 66
13. Siebter Aufsatz	S. 68
14. Interpretation zum siebten Aufsatz	S. 70
15. Achter Aufsatz	S. 71
16. Interpretation zum achten Aufsatz	S. 75
17. Neunter Aufsatz	S. 76
18. Interpretation zum neunten Aufsatz	S. 77
<b>G. Allgemeine Zusammenfassung, Ausblick und Nachwort</b>	<b>S. 79</b>

<b>1. Wie Berater mit den wahrgenommenen spirituellen Momenten umgehen</b>	<b>S. 79</b>
<b>1.1. Wie spirituelle Momente in die Beratung kommen</b>	<b>S. 79</b>
<b>1.2. Wie Berater mit den wahrgenommenen spirituelle Momente umgehen (die wahrgenommenen spirituellen Momente im Bezug auf „das Innere“, das „Bewusst- werden“ und der Intuition fließen dabei mit ein)</b>	<b>S. 80</b>
<b>1.3. Welche Auswirkung hat Spiritualität auf die Beratung</b>	<b>S. 84</b>
<b>2. Ausblick</b>	<b>S. 85</b>
<b>3. Nachwort</b>	<b>S. 86</b>
<b>H. Literaturverzeichnis</b>	<b>S. 88</b>
<b>Anhang: E-Mail an die Lebens- und Sozialberater</b>	<b>S. 93</b>
<b>Eidesstattliche Erklärung</b>	<b>S. 94</b>

## **Einleitung:**

### **1. Spiritualität wird immer mehr „in“**

Noch vor einigen Jahrzehnten wurde der Begriff Spiritualität eher mit negativ besetzt. So dachte man zum Beispiel an Klosterschwestern, die den Rosenkranz beteten, oder an fremde Rituale wie Schweigewochen. Dies hat sich allerdings gerade in den letzten Jahren sehr stark gewandelt. „Spiritualität liegt im Trend, in den USA freilich (noch) mehr als in Europa. Psychologen vergleichen das Interesse an ihr mit einer „mächtigen Woge, die über den Globus rollt“ (Bucher, 2007).

Ebenso werden in der Quantenphysik Zusammenhänge erkannt, die ein „universelles Bewusstsein“ bekunden. Darauf werde ich in der Arbeit noch eingehen.

In der Gesellschaft lässt sich ein Wandel feststellen. Es zeigt sich, dass die Spiritualität immer mehr Interesse und Beliebtheit erfährt. Viele Personen wollen sich erfahren, vom Gefühl bis zur Körperlichkeit, um durch das innere Spüren die spirituelle Kraft zu suchen. Zwar verlassen viele die organisierten Kirchen, aber sie sind deshalb nicht ohne Glauben. Starre Regeln und Dogmen der Glaubensgemeinschaften werden immer mehr abgelehnt. Spiritualität sei „die persönliche Beziehung eines Menschen zu dem, was für ihn heilig oder transzendent ist“ (Sinnott, 2001, zit. n. Bucher 2007).

Untersuchungen zeigen, dass im Zusammenhang mit Spiritualität und Beratung Klienten schneller gesunden, Probleme besser verarbeitet werden und die Erfolge nachhaltig bestehen bleiben. „Die Verhaltensmedizin misst mentalen und emotionalen Faktoren bei der Wiederherstellung der Gesundheit entscheidende Bedeutung bei“ (Kabat-Zinn, 2007).

Wie mit wahrgenommener Spiritualität und Religion in der Beratung umgegangen wird, zeigt diese Arbeit auf. Die Untersuchung bezieht sich auf die Lebens- und Sozialberatung, dennoch können sich alle Personen, die mit Menschen in der psychosozialen Beratung und Therapie arbeiten, angesprochen fühlen.

### **2. Mein Ziel ...**

... ist es, herauszufinden, welche spirituellen Momente in der Beratung stattfinden, sowie das Interesse an diesem Thema zu wecken.

In der Ausbildung zum Lebens- und Sozialberater sowie zum Psychologen oder Psychotherapeuten kommt das Thema Spiritualität wenig zum Tragen.

Dennoch ist es sehr wichtig, gerade bei Personen in verantwortungsvollen Positionen im beratenden, wie im therapeutischen Bereich, Spiritualität als zusätzlichen Teil anzuerkennen. In diesem Zusammenhang trifft folgende Geschichte den Punkt. Sie zeigt, wie wichtig es ist, offen zu sein für alles. Der englische Physiker und Astronom Arthur Eddington (1882-1944) erläuterte dies mit einem anschaulichen Beispiel:

„Nehmen wir an, ein Fischkundler sei dabei, das Leben im Ozean zu erforschen. Er wirft sein Netz ins Wasser und fördert dann eine Auswahl von Fischen zutage. Er prüft seinen Fang und verfährt in der gewohnten Art eines Wissenschaftlers, um das, was der Fang kundtut, in ein System zu bringen. Er gelangt dabei zu zwei Verallgemeinerungen: 1. Kein Seegeschöpf ist weniger als zwei Zoll lang. 2. Alle Seegeschöpfe haben Kiemen. Beides stimmt für seinen Fang, und er nimmt versuchsweise an, daß - [sic] - beides, sooft er auch den Fang wiederhole, wahr bleiben werde. [...]. Ein Zuschauer kann einwenden, dass die erste Verallgemeinerung falsch sei. Es gibt eine Menge von Seegeschöpfen, die weniger als zwei Zoll lang sind. Nur eignet sich dein Netz nicht dazu, sie zu fangen. Der Fischkundler weist diesen Einwand verächtlich ab. Alles, was mit meinem Netz nicht gefangen werden kann, liegt ipso facto jenseits des Rahmens fischkundlichen Wissens definiert wurde. Kurz gesagt, was mein Netz nicht fangen kann, ist kein Fisch“ (Eddington 1939).

Wie Sie im Theorieteil sehen werden, gibt es einige Studien zu Themen, die besonders die Therapie betreffen und eher weniger was die Beratung angeht. Im Bereich Lebens- und Sozialberatung gibt es kaum Untersuchungen, dennoch können Erfahrungen und Erforschtes für die Beratung ein wichtiger Hinweis sein. Ergebnisse und Erforschtes lassen sich durchaus als Erkenntnisse für den Lebens- und Sozialberater gewinnen.

### **3. Was Sie in dieser Masterthesis erwartet**

In einem ersten Abriss ist es mir wichtig aufzuzeigen, wieso in der heutigen Zeit Wissenschaft und Religion getrennt sind und ein gemeinsames Forschen erst wieder auf

dem Weg ist zu entstehen. Weiters gehe ich auf die Spezifizierung und Differenzierung von Religiösität und Spiritualität ein. Anschließend werden Formen von Spiritualität beschrieben, die auch in der Beratung einen möglichen Bezug haben könnten. In einem weiteren Punkt werde ich die Rolle der psychosozialen Beratung beschreiben und welcher Zusammenhang zwischen Spiritualität und Gesundheit besteht. Zudem sollen, allerdings nur in einer kurzen Weise, die spirituelle und/oder die religiöse Einstellung in der Beratung betrachtet werden.

Anschließend folgt eine empirische Untersuchung und deren Auswertung mit dem Ergebnis.

Zum Schluss folgen eine Diskussion der Ergebnisse und ein Ausblick.



## **A. Religion und Spiritualität**

### **1. Religion und Spiritualität ein Gegensatz zur Wissenschaft?**

#### **1.1. Streiflichter, wie es zu diesem Gegensatz kam.**

Es muss festgestellt werden, dass sich in vielen Bereichen Wissenschaft und Religion gegenseitig hindern, statt zusammenzuarbeiten. Doch das eine schließt das andere nicht zwangsweise aus und jeder kann von jedem lernen. Es geht doch im Endeffekt um den Menschen und für den Menschen. Gerade dieser Zwist zwischen den verschiedensten Lagern in der Wissenschaft ist kontraproduktiv für die Psychologie, Lebens- und Sozialberatung und viele andere Berufsgruppen, die mit Menschen arbeiten.

Wissenschaft und Religion waren vor den Griechen und auch noch lange Zeit nach ihnen eine feste Einheit. Kulturen wie die chinesische haben bis heute einen traditionell anderen Zugang: „In China betrachteten die Menschen die Welt als ein dynamisches Wechselspiel energetischer Kräfte, die in ständiger Bewegung sind“ (Bleep, 2006). Im Westen änderte sich das Zusammenspiel von Wissenschaft und Religion im 16. Jahrhundert. Die Kirche hatte die absolute Macht und alles, was Sie sagte, war das Wahre, dies führte zu einer Spaltung. Freud schrieb es mit deutlichen Worten „Vor allem aber verlange die Religion, dass ihre in sich widersprüchlichen Lehren ohne Kritik hinzunehmen seien, wodurch die Denkverbote entstehen, könne man nicht erwarten, das sie „psychologische Ideal, den Primat der Intelligenz“ erreichen“ (Freud 1927 zit. n. Heine, 2005).

Die Spaltung begann mit Kopernikus 1543, die Kirche hatte damit ein großes Problem, sie verbot ihren Anhängern die Lektüre. Der Höhepunkt gipfelte mit Rene Descartes, einem französischen Philosophen, der sagte: „Im Körper ist nichts, was zum Geist gehört, und im Geist nichts, was zum Körper gehört“ (Descartes, 1994). Die Spaltung wurde hier vollzogen. Prof. Michael Ledwith, Theologe aus Irland, greift dabei auch die innerreligiösen Probleme auf.

„Das Wechselspiel zwischen Wissenschaft und Religion betrifft uns heute, weil die Wissenschaftler, die sich an dieser Debatte beteiligen, nur sehr wenig über die wahren religiösen Lehren wissen. Sie sehen nur die Prediger, die sie überall im Land auf den Kanzeln finden, und halten deren Worte für

Religionswissenschaft, wo sie doch nur eine Version der Religionswissenschaften sind. Und unglücklicherweise kennen die Anhänger der Kirche die Wissenschaft ebenso wenig, deshalb haben sich beide Seiten auf die gegnerischen Ziele eingeschossen. Dabei sind es doch lediglich zwei sich ergänzende Arten, die Realität zu betrachten“ (Ledwith M, zit. n. Bleep, 2006).

In den Zeiten der Industrialisierung, in denen Maschinen an erster Stelle standen, wurde weder Gott noch Spiritualität gebraucht. Mit Darwins folgender Aussage wurde der Widerstand gefestigt: „Es gibt keinen Gott und damit keine kreative Intelligenz, die das sich entfaltende intergalaktische Leben lenkt.“ Erst in jüngster Zeit nähern sich die verschiedenen Richtungen und Sichtweisen wieder an.

### **1.2. Die Zeit zur möglichen Wiedervereinigung könnte nahe sein.**

Besonders in der Physik werden neue Ansätze gebracht, die aufzeigen, dass es etwas geben muss, das von einer Einheit her leitet. „[...] in der Physik kennt man die Verschränkung, die besagt, dass alle Teilchen - (zum ersten Mal) seit dem Urknall – miteinander verbunden sind [...]“ (Bleep, 2006), sagte Dr. William A. Tiller, Professor, Autor und Pionier in der Erforschung der Psychoenergetik.

Erst im letzten Jahrhundert wurde das Universum mehr und mehr entschlüsselt und es stellte sich immer öfter heraus, dass das Universum anders aufgebaut ist, als wir es zu früheren Zeiten vermuteten bzw. glaubten. Durch diese neuen Kenntnisse wachsen Wissenschaft und Spiritualität immer mehr zusammen und lernen gegenseitig. Dr. Medinger aus Graz forscht unter anderem in der „Theoretischen Physik“ und Biologie, sowie mit Bewusstseinsfeldern und meint dazu: „Ich halte es für ein sehr gutes Zeichen, dass Wissenschaft und Spiritualität im Begriff sind sich zu verständigen und zu ergänzen“ (Dr. Medinger, DVD Bleep-Kongress 2007).

Schluss und endlich wäre es in den oben genannten Forschungsfeldern sinnvoll, dass jeder Wissenschaftler über das auch reden darf, was er erforscht hat, ohne gleich in die Kritik zu geraten. Dr. Radin, Psychologe und leitender Wissenschaftler in Kalifornien, bringt es auf den Punkt:

„Ich kenne viele, viele Akademiker, Kollegen, [...] hervorragende Leute auf ihrem Gebiet – in der Psychologie, den kognitiven Neurowissenschaften, in der

Neurologie, in der Physik [...], die sich privat außerordentlich für übernatürliche Phänomene interessieren. Einige von ihnen sind mit ihren Experimenten sehr erfolgreich. Nun, warum hören wir nichts davon? Weil die akademische Kultur vorschreibt, dass man darüber nicht redet [...]. Würde aber darüber gesprochen, wäre dies der erste Schritt in Richtung einer Auflösung, und es entstünde innerhalb der akademischen Wissenschaftler ein enormes Interesse daran, diese Phänomene zu untersuchen“ (Dr. Radin, zit. n. Bleep, 2006).

Insgesamt kann durchaus festgestellt werden, dass Wissenschaft und Religion sowie Spiritualität offener miteinander umgehen sollen um einen angemessenen Fortschritt für jeden zu erzielen.

„ Bis zum heutigen Tage wird Religion [...], der mystischen Zugehörigkeit [...], und die Naturwissenschaft mit einer stark antireligiösen Haltung identifiziert. Ich vertrete die Ansicht, dass beide Seiten ihren engen, seichten, blinden Eifer lockern und sich der guten Wissenschaft und der tiefen Spiritualität der höheren Wellen der Existenz öffnen sollten, wo beide eine sich vertiefende Übereinstimmung finden können“ (Ken Wilber, 2001)

Diese Aussage deutet auf eines hin, dass sich Wissenschaft und Religion/Spiritualität einen Ruck geben sollen, gemeinsam zu reden und zu forschen zum Wohle aller. Für die Berater sowie Therapeuten kann dadurch ein sicheres Gefühl entstehen, das Beste, aus den neuen Erkenntnissen, gegeben zu haben und dass alle Möglichkeiten der gemeinsamen Forschungen, in eine Beratung einfließen können.

## **2. Begriffsklärung Religion**

Religion verbindet man häufig mit konfessionell-kirchlicher Glaubensüberzeugung, Dogmen, vorgeschriebenen Verhaltensweisen und Riten. Der Begriff Religion ist wissenschaftlich nicht definiert, dennoch soll hier eine Begriffsklärung stattfinden. Zuerst werden zwei Begriffsklärungen aufgeführt auf die anschließend kurz eingegangen wird.

Danach kommen einzelne Zusammenfassungen von Wissenschaftlern, die etwas zum Thema Religion zu sagen haben. Zum Schluss wird versucht, eine zusammenfassende Aussage zu Religion zu fassen. Hier die erste Definition:

Religion, [...]. Das religiöse Erleben hebt sich vom Erkennen einer Wahrheit, vom Anerkennen einer sittlichen Forderung und vom Erfassen eines ästhetischen Wertes mit gleicher Deutlichkeit ab. Es ruft im Menschen das Kreaturgefühl der „schlechthinnigen Abhängigkeit“ hervor (Schleiermacher) und erhebt ihn zugleich. Religiöses Erleben äußert sich in Gebet und Verehrung. Der religiöse Glaube an ein transzendentes Sein oder Sollen hat stets auch das Erkenntnisstreben herausgefordert, das den Gegenstand der Religion zu begreifen, zu objektivieren sucht, in frühen Zeitaltern magisch, dann mythisch, dann rational [...]“ (Brockhaus Lexikon, 2004).

In dieser Ausführung wird von „schlechthinniger Abhängigkeit“ gesprochen woraus man schließen könnte, dass Religion etwas mit Geboten und Gehorsam zu tun hat. Im weiteren, nicht angeführten Teil der Definition, werden die vielen Einzelreligionen in Hauptformen gegliedert. Der Einzelne mit seinem Glauben, ohne einer religiösen Gruppe anzugehören, wird hier nicht erwähnt. Eine weitere Beschreibung von Religion lautet:

„Der Begriff Religion stammt aus dem Lateinischen, wo Religion etwa Gottesfurcht, Frömmigkeit, Heiligkeit, Rücksicht, Bedenken, Skrupel und Gewissenhaftigkeit bedeutet [...]. Im Allgemeinen versteht man unter Religion aber den Glauben an eine göttliche, übersinnliche Macht. Das normale Denken, welches immer nach Beweisen strebt und eng mit der Naturwissenschaft verbunden ist, wird hierbei außer Kraft gesetzt. Je nach der Religion gibt es nur wenige und zum Teil auch gar keine eindeutigen Beweise für das, was man in seiner Religion glaubt. Religion setzt somit überall dort an, wo uns der Verstand nicht weiterhilft. Religion kann auch ein Gefühl sein“ (www.die-religionen.net, 2008).

Anhand dieser beiden Erklärungen wird ersichtlich, wie schwierig es ist, eine klare Differenzierung von Religion und Religiösität zu erhalten. Die zweite Erklärung, die

eine noch sehr junge Definition ist, vermischt sehr stark die Begriffe Religion und Spiritualität. Religion ist hier viel offener als die erste Definition. Regeln oder ähnliches kommen hier überhaupt nicht vor. Die erste bezieht sich viel klarer auf eine ursprüngliche Definition. Es kann aber nicht behauptet werden, dass die zweite Definition, nur weil sie neuer ist, für alle gilt. Bis heute sind die Definitionen so, wie es jeder Einzelne sieht oder von seiner Glaubensgemeinschaft vorgegeben wird bzw. was der Einzelne glaubt.

Wie Wissenschaftler von früher bis heute, in einer kleinen Auswahl, Religion deuten, wird als Nächstes kurz aufgeführt. Die gewählten Personen sind überwiegend mit Bereichen der Psychologie vertraut und geben Aussagen zur Religion wieder. Sie sollen die verschiedenen Zugänge zur Religion verdeutlichen. Mit Geertz als Religionswissenschaftler wird mit ein aktueller Bezug zur Religion wiedergegeben und ausgeführt.

**Sigmund Freud (1856-1939), Mediziner und Psychoanalytiker.** Seine Einstellung zu Religion ist zweiseitig. Auf der anderen Seite wird Religiosität auch als mögliche Selbstaufmerksamkeitsvermeidung beschrieben. Er gibt ein Urteil über Religion ab - als eine „universelle Zwangsneurose“. Er geht von der Beobachtung aus, dass die „so genannten Zwangshandlungen Nervöser“ eine Ähnlichkeit mit Übungen des religiösen Zeremoniells aufweisen und wagt es, wie er selbst sagt, „Analogieschlüsse auf die seelischen Vorgänge des religiösen Lebens“ zu ziehen, „ohne die tieferen Zusammenhänge zu kennen“ (Freud, 1927 zit. n. Heine, 2005).

Religion ist für Freud eine eher abzulehnende Eigenschaft, obwohl er anerkennt, dass sie zur wirksamen Linderung der Schmerzen einsetzbar ist. Durch seine negativen Erfahrungen mit der Kirche sieht er viele Handlungen, wie zum Beispiel ständiges Beten, als Zwangshandlung Nervöser an. Ob sich das in den Beratungen widerspiegelt, wird eine interessante Frage sein.

„Auf der einen Seite würdigt er ihren Beitrag zur menschlichen Kulturentwicklung durch ihre Forderung, auf das Ausleben eigensüchtiger und sozialer schädlicher Triebe zu verzichten. Auch wenn Religion eine Illusion darstellt, spricht er ihr nicht ab, ein wirksames Linderungsmittel der Schmerzen zu sein, die das Leben so unerträglich machen“ (Heine, 2005).

Gorden Willard Allport sieht dies allerdings schon wieder etwas anders und geht von dem aus, was beobachtbar ist.

**Gordon Willard Allport (1897-1967), Sozialpsychologe.**

Allports Religionsverständnis ergibt sich nahtlos aus seiner Anthropologie und weist auch auf dieselben Probleme hin. Gemäß seiner Methode, von empirisch Beobachtbarem auf ontologische Prinzipien zurückzuschließen, geht er zuerst von dem aus, was er wahrzunehmen glaubt:

„Zweifel, Religionskritik, Säkularismus haben die religiöse Motivation (religious sentiment: 166, 3) von Menschen nicht geringer werden lassen oder gar ausgelöscht, vielmehr seien immer wieder neue religiöse Gruppen entstanden [...]. Daraus schließt Allport, dass Religion ein beinahe universales Interesse der menschlichen Gattung darstelle (1966, 2 f.: 1968, 226); das lässt ihn dann nach dem Ursprung fragen“ (Heine, 2005).

Allport sieht auf Grund der ständigen Weiterentwicklung von Religion, die sich auch in verschiedene Gruppen aufsplittert, dass es etwas geben muss, was dies auslöst. Es muss anscheinend etwas „Größeres“ da sein, sonst würden nicht so viele Menschen nach etwas suchen, das nicht greifbar ist. Als Nächstes zeigt uns William James, dass er Religion als persönliche Religion sieht.

**William James (1842-1910), ein führender Psychologe und Philosoph,** verzichtet darauf Religion zu definieren. Er legt sich fest auf die institutionelle und die persönliche Religion. „Er konzentriert sich auf die letztere, denn diese sei ursprünglicher, habe Menschen zur Gründung von Religionen und Denominationen bewegt und spiele sich „von Herz zu Herz“ ab in der Beziehung zwischen dem Menschen und seinem Schöpfer“ (Heine, 2005). William James benutzt das Wort Denomination, dies wird im Englischen verwendet und bedeutet Konfession oder Glaubensgemeinschaft.

William James benennt hier bereits indirekt die Spiritualität, wie sie heute verstanden werden könnte, nämlich die persönliche Religion, die mehr mit Gefühl und Ursprung zu tun hat. Dies ist auch häufig ein Grund, wieso viele Menschen den Schritt aus der institutionellen Religion wagen und die eigene persönliche suchen. Viele Menschen

wünschen sich eine stärkere Beziehung zu Ihrem Schöpfer, was sie anscheinend in der Spiritualität finden.

**Carl Gustav Jung (1875-1961), Mediziner und Psychologe.** Er distanzierte sich von der christlichen Lehre auf Grund privater Erfahrungen mit seinem Vater, der Priester war. Dennoch kann man seine Psychologie als religiös bezeichnen.

„Aber Jungs Psychologie trägt deutliche philosophische Züge. Wenn er sagt: „Das allerletzte dankbare principium ist Gott“ (Jung, 1959), dann muss Gott bei ihm in ontologischer Weise als Erstursache, als *causa prima*, verstanden werden, hinter der sich keine weitere Ursache mehr finden lässt und die Quelle jener Energie gilt, die alles Natürliche hervorbringt [...]. Gemäß Jungs Konzept des Unbewussten wirkt diese Energie in jedem menschlichen Individuum weiter, indem sie alles, auch das Bewusstsein, in ein Ganzes einbindet, das in archetypische Formen gegliedert ist, und dessen Zentrum das „kosmische Selbst“ darstellt“ (Heine, 2005).

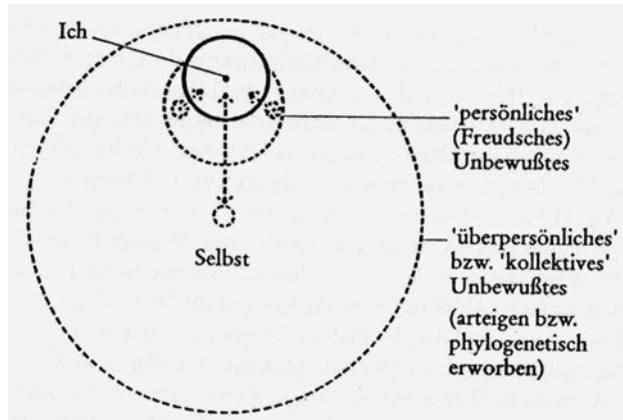


Abbildung 1 (Heine, 2005)

Jung ist mit seinem „kollektiven Unbewussten“ bis in die heutige Zeit ein wichtiger Vordenker. Dass alles vernetzt sei, sagt auch die Quantenphysik, wozu ich in einem weiteren Kapitel Stellung nehmen werde. „Seit Jahrzehnten wenden Jung’sche Therapeuten erfolgreich zahlreiche Techniken und Therapien an, die auf dieser Vorstellung beruhen“ (Bleep, 2005).

**Clifford Geertz (1926-2006), Religionswissenschaftler und Ethnologe**

"Eine Religion ist

- (1) ein Symbolsystem, das darauf zielt
- (2) starke, umfassende und dauerhafte Stimmungen und Motivationen in den Menschen zu schaffen,
- (3) indem es Vorstellungen einer allgemeinen Seinsordnung formuliert und
- (4) diese Vorstellungen mit einer solchen Aura von Faktizität umgibt, daß -[sic]-
- (5) die Stimmungen und Motivationen völlig der Wirklichkeit zu entsprechen scheinen" (Clifford Geertz, 1983).

Diese Definition trifft wahrscheinlich am besten, was Religion ist. Man könnte fast meinen, Geertz möchte hier versteckt erklären, dass eine Absicht dahinter stehen könnte, nämlich dass Religion manipuliere.

Die Menschen im Westen verlassen in den letzten Jahren vermehrt die bestehenden Religionen und suchen sich neue Wege. Diese Menschen, die von der organisierten Religion weggehen, sind spirituell angehaucht. William Seager, ist Professor für Philosophie an der Universität von Toronto in Scarborough, er ist Autor der Metaphysik des Bewusstseins (Routledge, 1991), formulierte es so: „Viele ziehen eine scharfe Trennlinie zwischen Religion, die sie verschmähen, und Spiritualität, welche sie als Königsweg zu Authentizität, Freiheit und Kreativität würdigen“ (Bucher, 2007). Viele Menschen wollen oder haben transzendente Erfahrungen. Transzendenz bedeutet das Überschreiten von Grenze zwischen „Himmel und Erde“, die Kontakte der einen Welt zu der anderen.

„Demgegenüber steht auf der anderen Seite das zunehmende Bedürfnis vieler Menschen nach Beziehung, Sinn und Transzendenzerfahrung. Dies zeigt sich in der Hinwendung zu Angeboten des "New Age" oder neuen Religionen, in einem wachsenden Bedürfnis nach Spiritualität sowie in dem Bedürfnis nach (religiöser) Gemeinschaftserfahrung. Empirische Umfragen belegen, dass, trotz schwindender Bedeutung der Kirchen, individuelle Religiosität nach wie vor einen bedeutsamen Erlebensbereich vieler Menschen darstellt“ (www.psychology-of-religion.de, 2008).

Der Begriff Religion bleibt also wichtig und genauso die Spiritualität. Früher, bis in die Mitte des 20. Jahrhunderts, wurde in erster Linie Religion aufgeführt, Spiritualität



kam als eigener Punkt kaum vor. „Noch in einem vor zehn Jahren erschienenen „Wörterbuch der Religionspsychologie“, wird sie nicht in einem eigenen Abschnitt abgehandelt, sondern unter der Überschrift „Frömmigkeit/Spiritualität“ (Heinrichs, 1993)“ (Bucher, 2007). Der Begriff Religion deutet dennoch eher auf eine organisierte Gemeinschaft hin, die Regeln und Richtlinien besitzt, die sie von der jeweiligen Glaubensgemeinschaft bekommt. Die Spiritualität deutet eher auf das Individuum, wie wir sie in der Definition von Spiritualität erfahren werden.

### **3. Der Versuch einer Eingrenzung für den Begriff Religion**

Geertz als Religionswissenschaftler hat sich seine Kriterien für Religion festgesetzt, doch in welchem Zusammenhang sie mit den Schwergewichten der Psychologie stehen, soll im Folgenden begutachtet werden. Eine deutlichere Definition von Religion soll hier herausgearbeitet werden, indem die Punkte, von Geertz (vgl. ebd. S. 15), eins, zwei und drei angesehen werden und die Punkte vier und fünf in Bezug zu den ersten drei gesetzt werden.

Punkt 1: Geertz spricht davon, dass Religion ein Symbolsystem ist, das darauf zielt bei dem Menschen Stimmungen zu schaffen, das sozusagen anziehend wirken soll, um bei der Religionsgemeinschaft zu bleiben. Er sieht Religion als Institution, die mit Symbolen und Handlungen etwas erreichen will. „Religion ereignet sich im Ansatz von Geertz im Zwischenraum von Innerem und Äußerem, zwischen Person, Kultur und Gesellschaft“ (Sigurd Bergmann, 2008). Jung, der infolge seiner Lebensgeschichte sehr religionskritisch war, sieht Religion weniger als Symbolsystem, sondern sieht die Personen, Theologen, Priester, die darin arbeiten, als sehr kritisch an, „sie hören nicht den anderen (der von vornherein unrecht hat), sondern nur sich selber (und nennen dies das Wort Gottes)“ (Jung, 1972 zit. n. Heine, 2005). Dennoch hatte er ein klares Verständnis von Religion und stellte dies mit seiner Theorie vom kollektiven Unbewussten dar (vgl. S.15). Wenn Spiritualität schon mehr Gewicht gehabt hätte, vielleicht würde er seine Ansätze nicht mehr religiös nennen sondern spirituell.

Punkt 2: Geertz definiert weiter, dass verschiedene Stimmungen und Motivationen in den Menschen geschaffen werden, um sie, je nach Glaubensrichtung, anzusprechen. „Kultur wird dabei zum Gegenstand einer Interpretation von zeichenhaften Handlungsformen und symbolischen Prozessen“ (Sigurd Bergmann, 2008). Allport sieht dies ähnlich und geht davon aus, dass das starke Interesse an Religiösem als eine logische Folge vom Interesse des Einzelnen zum Thema Religion herkommt. Daraus bilden sich wiederum neue religiöse Institutionen oder Gruppierungen (vgl. S.14).

Punkt 3: Weiters spricht Geertz, dass Religion eine allgemeine Seinsordnung formuliert, die sich mit so klaren Fakten umgibt, dass das, was gesagt wird, der Wirklichkeit entspricht (vgl. S.16). Geertz könnte damit meinen, dass das, was die institutionellen Religionen weitergeben, so klar ist, dass es den Gläubigen als Wirklichkeit erscheint. William James unterscheidet zwischen der institutionellen und personellen Religion und sieht sich auch nur die zweitgenannte an. Hierbei sieht er mehr die einzelne Person. „James geht es nicht um Objektivierung, sondern um Selbsterfahrung, denn für ihn steht das Individuum als ein Ganzes in seiner Vielschichtigkeit im Zentrum“ (Heine, 2005). Für W. James kann Religion im Sinne Geertz' heranwachsen, aber nicht durch die klaren Fakten der Organisation, sondern durch den Einzelnen mit seiner Selbsterfahrung. Er gibt dem Institutionellen kaum Aufmerksamkeit, weil ihm der Einzelne wichtiger war. James sagt: „[...] die von sich selbst glauben, daß -[sic]- sie in Beziehung zum Göttlichen stehen. Weil diese Beziehung entweder geistig, körperlich oder institutionell sein kann, ist es evident, daß -[sic]- aus Religion [...], Organisationen erwachsen können“ (James, 1997).

Zusammenfassend kann man Religion als institutionelle Organisation verstehen, die sehr stark der Interpretation von Geertz nahe kommt. William James und auch C. G. Jung, wie oben beschrieben, haben schon ein sehr starkes Verständnis für den Einzelnen und weniger für eine organisierte Religion. Besonders James unterscheidet zwischen der personalen und institutionellen Religion.

Nachdem wir uns mit der Definition von Religion auseinandergesetzt haben, kommen wir nun zur nicht weniger schwierigen Definition vom Begriff Spiritualität.

## **4. Begriffsklärung Spiritualität**

Im Gegensatz zu Religion wird Spiritualität häufig mit „die persönliche Beziehung eines Menschen zu dem, was für ihn heilig oder transzendent ist“ (Sinnott, 2001, zit. n. Bucher, 2007) bezeichnet. Viele Menschen, die aus der Kirche ausgetreten sind, sehen sich als glaubende und spirituelle Menschen. Spiritualität ist ein Begriff, der erst in den fünfziger Jahren in Deutschland aktuell wurde. Spiritualität ist ein Wort, das sehr schwer zu definieren ist. Jede Definition legt schließlich fest, und das genau will die Spiritualität nicht, sie soll eher offen sein. Deshalb ist es auch nicht leicht eine Definition zu liefern, die eindeutig und klar ist. Da es auch hier keine wissenschaftliche Definition gibt, werden hier ein paar Definitionen aufgeführt, die in etwa erklären können, was mit Spiritualität gemeint ist.

### **4.1. Allgemeine Definitionen**

Hier ein erster Versuch Spiritualität zu definieren:

„Spirituelles Leben ist nicht mehr unbedingt an Religion oder Religiösität gebunden. Psychologisch ausgedrückt: Spiritualität und Religion können heute gänzlich als „orthogonal zueinander“ betrachtet werden. Mit anderen Worten: Höchste Spiritualität kann sich völlig unabhängig von religiösen Rahmenbedingungen entfalten“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Spiritualität wird sozusagen immer selbständiger und benötigt anscheinend nicht zwangsweise die Religion. Die Menschen die aus organisierten Kirchen ausgetreten und dennoch gläubig sind, bestätigen dieses Zitat.

Eine weitere Definition zielt auf primäre und persönliche Erfahrungen und die innere Bezogenheit zum Leben ab. Die Offenheit oder auch Freiheit in der persönlichen Spiritualität wird hier hervorgehoben, sie zwingt dem anderen nichts auf.

„Spiritualität will nicht anderen die eigenen Glaubensstrukturen aufzwingen, sondern fordert jedermann auf, sein eigenes Potential zu entwickeln, darin die eigene tiefe Spiritualität zu entdecken“ (Ken Wilber, 2001).

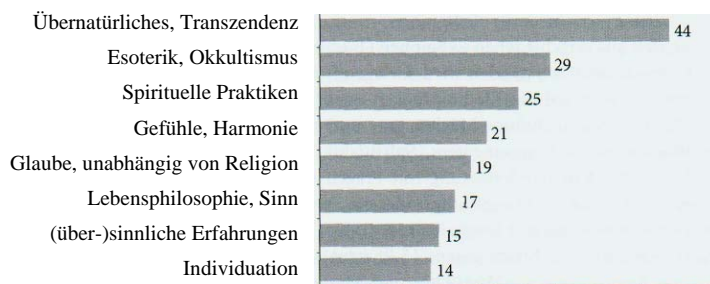
Hier bezieht sich die Spiritualität erneut auf den Einzelnen ohne gebundene Glaubensrichtung.

Eine weitere „indirekte“ Definition lässt sich sehr gut anhand einer Studie sehen.

Studierende an den Universitäten Fribourg und Salzburg, bearbeiteten im Rahmen eines Pilotprojektes einen Fragebogen zum Thema Spiritualität. Zudem gibt es noch zwei weitere Studien, die ähnliche Ergebnisse erzielten:

„Ausgewertet wurden 190 Fragebögen, davon 83 Prozent von Frauen, 17 Prozent von Männern (dass bei spirituellen Themen die Antwortbereitschaft von Frauen höher ist, wurde wiederholt festgestellt, bspw. Kirk, Eaves & Martin [1999, 82]). Im Schnitt waren die Befragten 24,7 Jahre alt. Die offene Frage wurde ausgewertet, indem acht Kategorien gebildet wurden. Codieren ließen sich 341 Antwortsegmente, d. h. von einer Person durchschnittlich 1.8.“ (Bucher, 2007).

**Kategorien zu Spiritualität, N = 190, %**



**Abbildung 1 (Bucher, 2007)**

Mit dieser Studie wird sehr schön aufgeführt, dass für Spiritualität ein Glaube, unabhängig von Religion, ein Teil der Auswertung ist und sogar auf einem Mittelplatz der Auswertung steht. Von Regeln und dergleichen ist nichts zu finden. Dies ist ein wesentlicher Unterschied zur Religion. Weiters lässt sich herauslesen, dass verschiedenste Einstellungen und Sichtweisen einen Platz finden und auf eine Individualisierung des Glaubenden hindeuten.

Bei Spiritualität sind also viel mehr das Gefühl, verschiedene Praktiken, die Sinnsuche des Einzelnen usw. wichtiger, als bei Religion.

Mit dem Begriff Spiritualität lassen sich Formen, Kriterien herauslesen. In dieser Arbeit möchte ich ein paar grundsätzliche Formen herausnehmen.

## 4.2. Formen von Spiritualität

### 4.2.1. Das „Innere“

Beginnen wir mit einer Aussage von Immanuel Kant, dieser sagte: „Ich, als denkend, bin ein Gegenstand des innern Sinnes und heiße Seele. Dasjenige, was ein Gegenstand äußerer Sinne ist, heißt Körper“ (Kant, 1956). Im Alltag wird oft vom „Inneren Erkennen“, oder nur vom „Inneren“ im Zusammenhang mit Spiritualität gesprochen.

Wie wir unsere Lebensweise beeinflussen, hängt von unserer inneren Einstellung und Sichtweise ab. Die Überzeugungen in uns sind entscheidend dafür. „Unsere tieferen Überzeugungen, die Welt und uns selbst betreffend, bleiben nicht ohne Wirkung auf das, was wir für möglich beziehungsweise unmöglich halten“ (Kabat-Zinn, 2007).

Ähnliche Aussagen findet man auch sehr häufig in der Literatur, wie in den Büchern von Dr. Joseph Murphy, Erhard Freitag und ähnlichen Autoren. Der Psychotherapeut Scott holt Gott sehr direkt mit in unser Inneres und schreibt: „Sie versäumen es, den Gott in sich zu befragen oder anzuhören, das Wissen um das Rechte, das von Natur aus im Geist aller Menschen wohnt“ (Scott, 2004). Gott wird hier als innere Stimme angenommen, um einen anderen Zugang zu dem Gefragten zu erhalten.

Die Professorin für Psychologie, Marsha Linehan die in den 80ern in ihrer Therapie Psychologie und Spiritualität zusammengeführt hat, gewinnt aus dem Zen Buddhismus einen Zugang, der für Ihre Therapierichtung für Borderlinepatienten großes Aufsehen erregte.

Sie geht von einer inneren Bereitschaft aus, damit sich etwas verändern kann. "Innere Bereitschaft richtet sich auf Wirksamkeit" (M. Linehan, 1996). Bei dieser Therapieform geht es um die eigene Einstellung und um Achtsamkeit. Für einzelne von uns ist Spiritualität ein wesentlicher Teil des Lebens und deshalb geht es auch um ein tieferes Verständnis von bestimmten Bestandteilen dieser Therapieform wie insbesondere Achtsamkeit, aber auch Stresstoleranz oder der inneren Bereitschaft. Ohne das Innere wahrzunehmen und seine spirituellen Anteile zu erspüren, ist eine Weiterentwicklung schlecht möglich, dies gilt in der Beratung wie in der Therapie. Kabat-Zinn in seiner Praxis der Achtsamkeit, geht hier am Beispiel von Meditation, immer von etwas „Größerem“ aus. „Schließlich ruft man sich ins Bewusstsein, dass man jetzt, in diesem Augenblick ganz ist, ganz – und gleichzeitig Teil eines größeren Ganzen“ (Kabat-Zinn, 2007). Die Achtsamkeit spielt gerade bei Kabat-Zinn eine große Rolle. „Wir helfen

ihnen, auf die Signale des Körpers zu achten, die Funktionsweise des Geistes besser zu verstehen und Vertrauen in ihre eigenen, inneren Erfahrungen zu entwickeln [...] Alles Sein als vollkommen zu erfahren“ (Kabat-Zinn, 2007). Dabei spielt die Meditation eine große Rolle sich innerlich zu spüren. Die Achtsamkeit für Körper und Geist werden erhöht. Studien belegen eine positive Auswirkung durch Meditation.

„Dr. Daniel Goleman und Dr. Gary Schwarz stellten Anfang der siebziger Jahre in zahlreichen Untersuchungen fest, daß -[sic]- Menschen, die regelmäßig meditieren, eine größere Flexibilität im Umgang mit Streß -[sic]- an den Tag legen und eher zur Stressaktion als zur Stressreaktion neigen“ (Kabat-Zinn, 2007).

Demnach könnte man sagen, dass das Innere nur wachsen kann, wenn Ruhe in einem einkehrt und zum Beispiel Meditationen regelmäßig durchgeführt werden. Das Innere hat also auch mit Bewusstwerden zu tun, auf das ich im folgenden Kapitel eingehen werde. Dipl. Psychologe Eckhard Wunderle schreibt auf seine Homepage, wie er mit seinen Klienten arbeiten will: „[...] Das bedeutet, dass sich unser Bewusstsein erweitert und vertieft zur Präsenz und Selbsterkenntnis, dass unser Herz Selbstliebe, Liebe und Mitgefühl weiter entwickelt und wir zu unserer inneren Kraft und Mitte finden, um ein Leben aus der Essenz leben zu können“ (www.spirituelle-psychologie.com, 2008).

In einem Kongress zum Thema Spiritualität und Wissenschaft wird Spiritualität in Bezug auf das Innere folgendermaßen beschrieben:

„Spiritualität sei (in diesem Artikel) als der nach innen gerichtete Suchprozess, die Suche nach etwas, das über das ICH hinausläuft, definiert.“ (www.dgak.de, 2007).

Das Innere finden, das über das „Ich“ hinausläuft, spricht erneut eine mögliche Präsenz eines „Größeren“ an. Es sind verschiedene Zugänge, die Ähnliches ansprechen. Wobei das Auf-sich-Achten und Bewusstwerden tragende Säulen zu sein scheinen.

„Durch die Öffnung dieses „spirituellen Raumes“ im Inneren seines Ich-Bewusstseins gewinnt das „Ich“ die Möglichkeit einer Dezentrierung oder „Neukalibrierung“. Diese Öffnung nach „innen“ wird meist als eine positive,

erfreuliche, konfliktfreie Erweiterung und Bereicherung erlebt“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

In der Palliativ-Medizin, der lindernden Medizin, spielt Spiritualität ebenfalls eine Rolle. Auch sie spricht vom „Inneren“. „[...] der inneren Einstellung, der innere Geist wie auch das persönliche Suchen nach Sinngebung eines Menschen verstanden werden“ (www.dgpalliativmedizin.de, 2007). Auch hier wieder eine ähnliche Aussage. Wenn die innere Einstellung spirituell ist, kann eine positive Lebensveränderung stattfinden. „Und Du wirst beeindruckt sein durch unsere eigene Fähigkeit, mehr geistig zu werden [...]. Ich glaube, das ist der beste Weg, sich selbst zu heilen“ (Chiu, 2000 zit. n. Bucher). Dr. Chiu L. ist Palliativmediziner in New York. Auch die Logotherapie geht den Weg der „Inneren Heilung“. „Nicht gesund, sondern Heilung von innen heraus ist angepeilt, und nicht Aufarbeitung, sondern Weiter-Bildung im besten Wortsinn ist gefragt“ (E. Lukas, 1998).

Zusammenfassend geht es beim „Inneren“ häufig um eine spirituelle Einstellung und Sichtweise. Die Bereitschaft, etwas im Inneren zu erkennen, kann durch Achtsamkeit in Meditationen oder Ähnlichem erreicht werden, um anschließend die Einstellungen und Überzeugungen gegebenenfalls zu verändern.

Da Inneres häufig mit „bewusst werden“ verbunden zu sein scheint, wird dies im nächsten Punkt angesehen.

#### **4.2.2. Bewusst werden**

Häufig wird im Rahmen der Spiritualität auch vom „bewusst werden“ oder Bewusstheit gesprochen. Im Kongress Psychologie und Spiritualität 2007 in Salzburg sprach Professor Dr. Reiter:

„Im Streben der Seele zu Bewusstsein zu kommen, zwingt sie die Wissenschaften, sich mit ihr auseinanderzusetzen. Sie ist aber - noch - nicht so weit, spirituelle Phänomene als Ausdruck einer essentiellen geistigen Dimension unseres Bewusstseins zu verstehen und diese adäquat zu erforschen“ (www.sbg.ac.at, 2007).

Es zeigt sich, dass es irgendetwas gibt, das sich mit Spiritualität und Bewusstsein verbinden lässt, die Forschungen sind aber laut Prof. Dr. Reiter noch nicht so weit, eindeutige Ergebnisse zu erzielen. Der Psychotherapeut Scott geht sehr deutlich darauf ein, dass Bewusstsein und Unbewusstes auf eine Verbindung zu Gott hinweist.

„Aus meiner Sicht ist das kollektive Unbewusste Gott; das Bewusstsein ist der Mensch als Individuum, und das persönliche Unbewusste ist die Überschneidung zwischen beiden“ (Scott, 2004)

Prof. Reiter und Scott sehen spirituelle Zusammenhänge, die bereits wirken, sich aber nicht wirklich beweisen lassen. In den letzten Jahren wird gerade in der Quantenphysik immer mehr erforscht. In der Quantenphysik wird auch von Bewusstsein in Verbindung mit Spiritualität gesprochen. Der Physiker Amit Goswami meint: „Das Bewusstsein ist die Grundlage allen Seins“ (Bleep 2005). Das Bewusstsein gibt uns die Möglichkeit unser Leben zu gestalten, Entscheidungen zu treffen, und unterscheidet uns somit im Wesentlichen vom Tier. Mit Hilfe des Bewusstseins wählen wir, was es heute zu essen gibt, welche Freunde wir haben, was wir einkaufen ... Mit dem Bewusstsein können wir unsere Gedanken wählen und somit auch das Unterbewusstsein beeinflussen. „Jede Sinneserfahrung, jeder Gedanke, jede Handlung spielt sich im Bewusstseinsfeld ab“ (Bleep, 2005).

Bei den Autoren, wie Luise Hay oder Dr. Joseph Murphy, ist das Bewusstwerden ebenfalls ein wichtiger Teil in der Beratung. „Alle ihre Entscheidungen werden von Ihrem Bewusstsein gefällt“ (J. Murphy, 1984). In der täglichen Arbeit mit Klienten spielt das Bewusstwerden einer Situation eine große Rolle „Wenn wir einige tief in uns verankerte Muster haben, müssen wir uns ihrer bewusst werden, um diesen Zustand heilen zu können“ (L. Hay, 2006). Luise Hay, entwickelte in den achtziger Jahren das erste psychologische Programm zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte und hat eine tiefe religiöse und spirituelle Einstellung.

Mit diesem Satz von Hay könnte man auch sagen, dass das Erkennen einer bewussten Lebensführung, und das Hören auf sein Inneres (das Unbewusste) eine vollständige Lebensveränderung mit sich bringen kann. „Ihre bewussten Gedanken und Vorstellungen rufen eine dem Wesen nach identische Reaktion Ihres Unterbewusstes hervor!“ (Dr. Joseph Murphy, 1984).



Je mehr der Mensch sich bewusst wird, oder anders gesagt, auf sein Inneres schaut und je mehr er spirituell wächst, umso näher kommt er sich im Gefühlsleben und kann dies nach „außen“ dem Mitmenschen zeigen. „Wenn ich von ruhigerer Gemütsart bin und mehr Vertrauen in mich selbst habe, dann werde ich auch besser in der Lage sein, die Liebe zu spüren, die rings um mich herum ist“ (Chiu, 2000, zit. n. Bucher, 2007). Das Wachsen des eigenen Selbst, in erster Linie sich annehmen und anschließend auch den anderen, kann heilend wirken. Durch den Glauben und das Bewusstwerden seiner selbst bewirke man großen Einfluss auf das „Innere“.

„Und Du wirst beeindruckt sein durch unsere eigene Fähigkeit, mehr geistig zu werden. Das ist ein wirklich gutes Gefühl. Ich glaube, das ist der beste Weg, sich selbst zu heilen“ (Chiu, 2000, zit. n. Bucher, 2007). Renaud van Quekelberghe sieht das „In-sich- -Kehren“, die Stille suchen als Voraussetzung für eine Bewusstheit. Er schreibt: „Die „Bewusstseinsstille“ ist sozusagen das Hauptprodukt oder die Haupteigenschaft eines jeden Bewusstseins!“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Zusammenfassend hat „bewusst werden“ hier, nicht nur den „Touch“, kognitiv zu sein, sondern der Einzelne muss sich ganzheitlich bewusst werden, mit Gefühl und Verstand, am besten in innerer Ruhe, um in einzelnen Situationen entscheidende Fortschritte für sein Leben zu erhalten. Jon Kabat-Zinn drückt Bewusstsein so aus: „Sobald man sich eine Situation aber bewusst vor Augen führt, hat man sie bereits grundlegend verändert – einfach aufgrund der Tatsache, dass man nicht mehr automatisch reagiert“ (Kabat-Zinn, 2007). Dieser Satz ist eine gute Überleitung zum nächsten Kapitel, in dem das „automatische Reagieren“ seine positiven, aber auch genau anzusehenden, Verbindungen mit sich bringt.

### **4.2.3. Intuition als spirituelles Instrument**

Ein intuitives Gefühl ist ein innerliches Spüren. Etwas, das einem sagt, was er tun könnte oder sollte. „Wir können es körperlich spüren – wobei es sich bei jedem anders äußert. (Intuition nützt die Gefühle - ist aber kein Gefühl, sondern ein eigener Sinneskanal.)“ (www.dr-ingeborg-gebort-heiss-stiftung.com, 2008).

Dieser Sinneskanal kann leicht übersehen werden, da er keine Rücksicht nimmt auf das, was wir gerade wollen oder tun. Je mehr wir darauf achten, umso mehr werden wir unsere Intuition spüren und für uns positiv einsetzen können. Dies kann am besten bei Kleinigkeiten erfolgen, wie zum Beispiel in sich spüren ob wir noch was

essen sollen oder beim Sport vielleicht doch schon aufhören sollen, um uns nicht zu überfordern. Dies sind kleine Übungen, wie wir unsere Intuition schärfen können.

Jung ging ebenfalls auf die Intuition ein und beschrieb sie folgendermaßen:

„Meine psychologische Erfahrung hat mir immer wieder gezeigt, daß -[sic]- gewisse Inhalte von einer Psyche herkommen, die vollständiger ist als das Bewußtsein -[sic]-. Sie enthalten oft eine überlegene Analyse oder Einsicht oder ein Wissen, welche das jeweilige Bewußtsein -[sic]- nicht hervorzubringen vermöchte. Wir haben ein passendes Wort für solche Vorkommnisse – Intuition“ (Jung zit. nach Heine, 2005).

Intuition ist „mehr“ als nur ein Sinneskanal. Sie ist dem Verstand voraus, erspürt bereits vorher, was sein könnte. In China wird die Intuition „als Quelle von Kreativität und Entscheidungsfreunde“ (Traufetter, 2007) ausgedrückt. Der niederländische Sozialpsychologe Ap Dijksterhuis meint zur Intuition „Die Leute, die immer wieder behaupten, nur mit dem Verstand zu entscheiden, begehen einen großen Selbstbetrug“ (www.rowohlt.de, 2007).

Wir treffen täglich viele Entscheidungen, die uns leichter fallen würden, wenn wir öfter auf unsere „innere Stimme“, die Intuition hören würden. Einige Forschungsergebnisse zeigen, dass spontane Entscheidungen Erfolge erzielen können:

„[...] verwenden 80 Prozent dieser Menschen ihre Intuition [...]. Ähnlich gehen auch Manager vor [...], Sie gaben an, ihre Entscheidungen zur Hälfte analytisch, zur Hälfte aus dem Bauch heraus zu fällen. Satt 80 Prozent ihrer erfolgreichen Beschlüsse führten sie indes auf ihre Intuition zurück [...]. So ähnlich ging es auch Fußballfans, die er (Dijksterhuis) vor der Fußballweltmeisterschaft in Deutschland Spielergebnisse aus der Vorrunde tippen ließ. Sie alle waren Experten [...]. Das hatten sie in einem Vortest unter Beweis gestellt. Doch fast alle, denen man viel Zeit zum Nachdenken gegeben hatte, schnitten schlechter ab als die Spontanentscheider“ (Traufetter, 2007).

Jedoch geht dies nicht ohne das Gefühl. Wer sich entscheiden muss, benötigt das Gefühl. „Selbst Faktenwissen wie die Höhe des Eiffelturms oder [...] gelangt nicht ohne emotionale Mithilfe hinein in die Windungen des Gehirns oder heraus aus ihnen“

(Traufetter, 2007). Die Gefühle sind nötig, um Entscheidungen zu treffen. Der Neurowissenschaftler und Bewusstseinsforscher Antonio Damasio sagt: „Sie sind die „freie Fahrt-, Stopp- und Richtungssignale“ des Geistes. Sie sind nötig um [...] möglichst schnell und effizient eine einzige auszusuchen“ (zit. n. Traufetter, 2007).

Die Intuition kann also mit Gefühl und Erfahrung gekoppelt, zu einem wichtigen Instrument in einem Leben werden. Doch ist dies nicht so einfach, denn durch unterschiedlich gemachte Erfahrungen können Spontanentscheidungen schließlich durch Vorurteile falsch interpretiert werden. „Intuition basiert auf Erfahrung und Wissen. Es ist eine Weisheit die sich über Gefühle vermittelt“ (Traufetter, 2007).

Es gibt allerdings auch Versuche, die zeigen, dass die Intuition sehr vorurteilsbehaftet entscheidet. Der amerikanische Psychologe Alexander Todorov stellte fest, dass ein bestimmter Gesichtstyp einen Menschen dazu animiert, etwas über eine Person zu wissen. So sagt ein Babygesicht (runde Gesichtsform, große Augen, kleine Nase und schmales Kinn) aus, dass sie weniger vertrauenswürdig und kompetent sei.

„[...] was die amerikanischen Psychologen in Experimenten an mehreren Dutzend Probanden herausgefunden haben. Ohne ihren Probanden zu verraten, dass es sich um Politiker handelte, die um ein Amt kandidierten, zeigten die Forscher ihren Versuchspersonen eine Reihe von Portrait-Paaren. Die Versuchspersonen sollten aus dem Bauch heraus entscheiden, wen sie für kompetenter halten, in unterschiedlichen Zeitintervallen. Besonders dann, wenn sie die Gesichter nur eine Zehntelsekunde betrachteten, stimmten Bauchentscheidungen mit den Ergebnissen einer tatsächlichen Wahl einige Wochen später überein. Auf den Fotos waren nämlich Politiker abgebildet, die um ein Amt als Gouverneur konkurrierten oder um einen Sitz im Senat. Die Trefferquote der ahnungslosen Spontanwähler lag bei den beiden Wahlen im Jahr 2006 bei 68,6 und 72,4 Prozent“ (www.focus.de, 2007)

Eine Zusammenarbeit von Intuition und dem Bewussten hinterfragt die erlebte Intuition und kann dadurch eine in jeder Situation zufrieden stellende Handlung auslösen. Die Gefahr Vorurteile zu fällen wird dadurch wesentlich entschärft.

„Es gibt Situationen, in denen man sich bedroht fühlt, ohne dass ein wirklicher äußerer Anlass dazu gegeben wäre, aber die Bedrohung existiert im Geist, und das

genügt. Lenkt man seine Aufmerksamkeit auf diese Tatsache, sieht man deutlich, dass unsere unausgewogene Sicht maßgeblich an unseren Überreaktionen beteiligt ist“ (Kabat-Zinn, 2007).

Das intuitive Spüren lässt manche Menschen eine spirituelle Handlung sehen. Die Wissenschaft hat herausgefunden, dass dies Zusammenhänge im Gehirn sind, die die gemachten Erfahrungen im Leben zu einer solchen Intuition kommen lassen. Dennoch kommt es auf die Art und Weise an, wie man seine Erfahrungen bewertet und für die Zukunft einsetzt. Hier könnte es sein, dass sich spirituelle Menschen oftmals leichter tun als andere. Intuitionen werden durch das Mit-sich-Arbeiten geschult und verstärkt. Intuition kann zu einem guten und wichtigen Führer werden. Mit den Worten von Robin Hogarth, Autor des Buches „Intuition Erlernen“ möchte ich dieses Kapitel abschließen.

„Die Fähigkeit des Menschen, einen Sinnesreiz bewusst zu verarbeiten und nicht mit einem einfachen Instinkt darauf zu reagieren, zeichnet ihn unter den Lebewesen aus [...]. Er kann sich seine Vorurteile bewusst machen und sein Verhalten korrigieren. Er kann Absichten für sein Handeln festlegen“ (Robin Hogarth, zit. n. Traufetter, 2007).

Zusammenfassend gelingt eine „gute“ Intuition durch gemachte Erfahrungen und Wissen. Durch auf sich gerichtete Achtsamkeit und in sich spüren kann Intuition sehr positiv für Entscheidungen eingesetzt werden.

Im nächsten Kapitel werden neue wissenschaftliche Ansätze beschrieben, die mit der Spiritualität in Verbindung stehen.

## **B. Wissenschaftliche Begründungsversuche für Paraphänomene**

In den letzten Jahrzehnten gibt es immer mehr Forschungen aus den Naturwissenschaften, die auf etwas „Größeres“ hindeuten. Im Folgenden werden drei Wissenschaftler angeführt, die für viele andere sprechen.

### **1. Dr. Rupert Sheldrake, Biologe,**

er spricht vom „Morphogenetischen Feld“ und stellt in seinem Buch "Sieben Experimente, die die Welt verändern könnten" die Behauptung auf, alle Materie und insbesondere das Leben seien universell durch so genannte „Morphogenetische Felder“ umgeben und miteinander verbunden. Dies ist allerdings in der Wissenschaft noch sehr umstritten. Hier seine Worte, um einen Einblick zu erhalten:

„Informationen oder Handlungsmuster werden von einem System auf ein folgendes System der gleichen Art durch die, wie ich es nenne, morphische Resonanz übertragen. Bei der morphischen Resonanz handelt es sich um den Einfluss von Gleichem auf Gleiches, von Handlungsmustern auf nachfolgende ähnliche Handlungsmuster, ein Einfluss, der sich durch Raum und Zeit fortpflanzt. Diese Einflüsse lassen vermutlich mit der räumlichen und zeitlichen Entfernung nicht nach, aber sie stammen nur aus der Vergangenheit, nicht aus der Zukunft. Je größer die Ähnlichkeit, desto stärker der Einfluss der morphischen Resonanz [...]. Sie sind selbstorganisierende Ganzheiten“ (Sheldrake R., 1999).

Mit diesem Einfluss von einem zum andern scheint sich eine Verbindung unter allen Menschen aufzuzeigen. Diese Verbindungen können in der Beratung eine entscheidende Rolle spielen. Gedanken sowie die innere Einstellung können Einfluss auf den Klienten haben, natürlich auch umgekehrt. Wie weit dies wirklich Bestand hat, muss noch wissenschaftlich belegt werden. Es deutet auf etwas „Größeres“ hin (vgl. S.14 und S.21). Interessant wäre es, sich Folgendes für einen besseren Umgang mit dem Nächsten näher anzusehen: Je besser wir uns bewusst werden, gesünder, liebevoller und so weiter sind, umso schneller wird sich dies auf die Umwelt auswirken. Es gibt zumindest erste Anzeichen von einem solchen

„Morphogenetischen Feld“. Durch eine weltweite Forschung lässt sich eine Art „kollektives Bewusstsein“ erahnen. Dieser Forschungsteil wird bei Pkt. B 2 erwähnt.

## **2. Dr. Medinger, Biophysiker und theoretische Physiker aus Graz,**

spricht von „vorausseilenden Bewusstseinsfeldern“. Dr. Medinger hielt einen wunderbaren Vortrag, in dem genau erklärt wird, was Bewusstseinsfelder sind (DVD zum Bleep Kongress 2007, Horizon Verlag). Hier wird der Versuch beschrieben – das Global Consciousness Projekt, das es seit 1998 weltweit gibt. „Unser Ziel ist zu prüfen, subtile Korrelationen, welche die Präsenz und Aktivität des Bewusstseins in der Welt aufzeigt“ (<http://noosphere.princeton.edu/>). Dabei sind weltweit 65 Zufallsgeneratoren verstreut. Diese zeichnen aus Stromsignalen Wellen auf, die wie eine Art EEG bei unserem Gehirn funktionieren. In den letzten zehn Jahren lief dieses Gerät täglich und zeichnete mögliche Bewusstseinsfelder auf.

„Dabei gab es 234 nennenswerte Ereignisse, zwei besondere Ereignisse waren die Trauerfeier von Lady Diana und Mutter Theresa. Dieses Ereignis löste globale Wellen aus die eine Abweichung feststellen ließen. Das prominenteste Beispiel, das von Global Consciousness Projekt ausgewertet wurde, waren die Anschläge vom 11. September 2001. [...] es ging bereits ein paar Stunden zuvor eine Bewusstseinswelle aus, die um die ganze Welt ging. Dies wurde nach allen Regeln der Wissenschaft ausgewertet und belegt. [...] Jeder Jahreswechsel, der in der ganzen Welt ist, schlägt sich als Globale Bewusstseinswelle aus.“ (Dr. Medinger, DVD Bleep-Kongress 2007).

Mit diesem Versuch wird beschrieben, dass sich unser Denken nicht nur auf uns selbst, sondern auf die ganze Umgebung auswirkt. Eine Verbindung zwischen den Menschen kann vermutet werden. Der Einzelne ist anscheinend kein einzelnes Individuum sondern mit den Mitmenschen vernetzt. Es müssen hier in zukünftigen Versuchen weitere Beweise gefunden werden, die diese These der Vernetzung untermauern.

Dem Einzelnen könnten dadurch viele Möglichkeiten zur Verfügung stehen, zum Beispiel im Gebet, in der Meditation für die Gemeinschaft einiges zu erreichen. „[...] und das sage ich mit wissenschaftlicher Gewissheit, wir können heilen, Frieden stiften,

die Gestaltung unserer Zukunft ist uns in die Hände gelegt“ (Dr. Medinger, DVD Bleep-Kongress 2007).

Vielleicht fragen Sie sich, was das mit Spiritualität zu tun hat. Dr. Medinger ist sehr spirituell und geht davon aus, dass alles mit einem „Größeren“ in Verbindung steht. „Da ich selbst ein Wissenschaftler und spiritueller Mensch bin ist es mir selbst sehr wichtig [...]“ (Dr. Medinger DVD Bleep Kongress, 2007). So meinen auch viele Quantenphysiker, die durch die wissenschaftlichen Untersuchungen, Gott oder etwas „Größeres“ oder wie man es auch immer nennen mag, „gefunden“ zu haben. Zu solchen Wissenschaftlern gehört auch Dr. Radin, von dem es in diesem Zusammenhang etwas zu berichten gibt.

### **3. Dr. Radin, führender amerikanischer Wissenschaftler und Autor,**

der übrigens mit anderen Wissenschaftlern der Begründer des oben angeführten Experiments mit den Zufallsgeneratoren ist, forscht unter anderem mit den Bewusstseinsfeldern. Aus seinem Buch *“The Conscious Universe - The Scientific Truth of Psychic Phenomena*, Harper, San Francisco 1997, übersetzt heißt dies *“Das bewusste Universum - Die wissenschaftliche Echtheit der Paraphänomene“*, stammt, frei übersetzt von Ernst Senkowski, folgender Text:

„An den Universitäten in Princeton und Amsterdam wurde 1995/96 der Einfluss von Bewusstseinsfeldern mental-emotional ähnlich strukturierter Menschengruppen auf das statistische Verhalten von Zufallsgeneratoren untersucht. Die Beobachtungen zeigten, daß -[sic]- kleinere Gruppen „synchronisierter“ Versuchspersonen, Menschenmassen in Großveranstaltungen oder Milliarden von Zuschauern spektakulärer Fernsehsendungen in den Ablauf der Statistik ordnend einwirken. Diese Ergebnisse berechtigen die Ansicht einer allgemeinen Verwobenheit allen Geschehens, die auf einem tiefen Niveau realer und wesentlicher ist als die unabhängige Existenz einzelner Teile“ ([http://www.rodiehr.de/a\\_26\\_tk\\_-1998\\_iii\\_4\\_radin\\_bewusstes\\_universum.htm](http://www.rodiehr.de/a_26_tk_-1998_iii_4_radin_bewusstes_universum.htm), 1998).

Dr. Radin hat noch viele Versuche durchgeführt, in denen Bewusstseinsfelder bewiesen werden konnten. Dr. Radin sagt zu seinen Forschungen in der Quantenmechanik: „Sie

legte nahe, dass die Welt weniger einem Uhrwerk, sondern eher einem Organismus gleicht. Sie scheint wie ein ausgesprochener vernetzter Organismus [...], der sich in Raum und Zeit erstreckt“ (Dr. Radin zit. n. Bleep, 2006). Solche Forschungen gehen in eine Richtung, die einiges Neues mit sich bringen, aber noch mehr beweisführende Versuche notwendig sind. Dennoch kann man in der Beratung oder im Alltag darauf achten, dass jeder Einzelne, in Gruppen noch stärker, einen bestimmten Einfluss auf die globale Umgebung haben kann.

Nach diesem Ausflug in die paraphänomene Welt, wird nun auf die Rolle der Spiritualität in der alltäglichen Beratung eingegangen.



## **C. Welche Rolle kann Spiritualität und Religion in der Beratung spielen?**

### **1. Spiritualität und Gesundheit**

In diesem Bereich gibt es bereits viele Studien, die einen Zusammenhang von Spiritualität und Gesundheit beweisen lassen. „Man kann somit davon ausgehen, dass bis heute insgesamt gut 2000 Arbeiten erschienen sind, wohl genug, um einige fundierte Aussagen über die Beziehung „Religion/Spiritualität“ – Gesundheit“ formulieren zu können“ (Renaud van Quekelberghe, 2007). Zuerst wird der Zusammenhang mit der körperlichen, dann mit der psychischen Gesundheit in Verbindung mit Spiritualität angesehen.

#### **1.1. Spiritualität und körperliche Gesundheit**

Hat Glaube einen Einfluss auf die körperlichen Gebrechen? Dies ist eine Frage, die mittlerweile schon sehr deutlich in die Richtung geht, dass es sehr wohl einen Zusammenhang zwischen Gesundheit und Spiritualität bzw. Religiosität gibt. Doch gibt es auch Kritiker, die den Untersuchungen eine fehlende empirische Evidenz nachsagen. „Die Studien, üblicherweise als Beleg für das gesundheitsfördernde Potential von Spiritualität zitiert, seien zu wenig überzeugend, in den Ergebnissen widersprüchlich und fehlerhaft“ (Sloan, Bagiella & Powell 2001, zit. n. Bucher, 2007). Es gibt auch eine Studie, die in zwei Londoner Krankenhäusern durchgeführt wurde, in denen es spirituellen Personen schlechter ging als anderen Personen. „King, Speck und Thomas (1999) eruierten bei 370 Personen, teils mit Herzerkrankungen, teils mit gynäkologischen Beschwerden, das Ausmaß des „spirituellen Glaubens“, [...] nach neun Monaten wurde dies bei 234 wieder auffindbaren Patienten wiederholt“ (King, Speck und Thomas, 1999 zit. n. Bucher, 2007) und es kam zum oben stehenden Ergebnis.

Solche Ergebnisse lassen gegenüber der Einstellung, dass Spiritualität der Gesundheit dient, zweifeln, weil man davon ausgehen müsste, dass alle Untersuchungen ähnlich ausgehen. Insgesamt gesehen ist aber eine deutliche Übermacht an Versuchen mit positiven Auswirkungen erforscht worden (vgl. S.35). Eine kleine Auswahl an Untersuchungen soll hier den Zusammenhang zwischen Spiritualität und Gesundheit aufzeigen.

Speck, der bei der Untersuchung 1999 mit involviert war, kam bis zum Jahr 2004 zu diesem Ergebnis:

„Das „National Institute for Clinical Excellence guidance“ ist unterstützend und lindernd für Erwachsene mit Krebs tätig. Die Veröffentlichung im März 2004 empfiehlt, dass Gesundheitsteams sicherstellen, genaue und rechtzeitige Bewertungen spiritueller Fragen Gewicht zu geben. Dies spiegelt die zunehmende Betonung der Spiritualität als Faktor, Strategien zu entwickeln für das Bewältigen von Krankheiten und Erreichen von Wohlbefinden [...]. Diese Studien haben gezeigt, dass eine aktive Beteiligung am Leben der Glaubenden zu einem besseren Gesundheitsprofil führt“ (<http://bmj.bmjournals.com>, 2008 – frei übersetzt aus dem Englischen).

Dies zeigt, dass es wichtig ist, in diesem Fall den Kranken in seiner Spiritualität wahr und ernst zu nehmen. Mit einer solchen Voraussetzung ist es überhaupt erst möglich eine aktive Beteiligung des Glaubenden zu erreichen, um so zu einer besseren Gesundheit zu kommen.

Spirituelle Menschen leben insgesamt von Grund auf bereits gesünder. Sie trinken und rauchen weniger, können sich leichter entspannen und praktizieren weniger ungeschützte Sexualität.

„Diese Effekte sind zahlreichen Studien zufolge (Koenig, Mc Cullough & Larson, 2001; Levin, 2001; Matthews, 2000) dermaßen stark, dass amerikanische Autoren gefordert haben, spirituelle Elemente nicht nur in die psychotherapeutischen Behandlungen zu integrieren, sondern auch in die medizinische (Benson, 1997; Dossey, 1993; Puchalski, 2001)“ (Bucher, 2007).

Eine solche Lebensführung hat auch mit Achtsamkeit zu tun (vgl. S. 21). Meditation, welche Ansichten gehegt werden, beziehungsweise was mir bewusst wird, wirken sich auf die physische Gesundheit aus. „Zusammenfassend läßt -[sic]- sich sagen, daß -[sic]- wahre Heilung nicht einfach die Wiederherstellung der physischen Gesundheit ist, sondern die tief greifende Heilung unserer Sichtweisen“ (Kabat-Zinn, 2007).

In einer konkreten Studie, in der die Wirksamkeit von Spiritualität dargestellt wird, zeigt hier der direkte Zusammenhang von kardiovaskulärer Erkrankung (dies sind

Erkrankungen, die mit dem Blutkreislauf und dem Stoffwechsel zu tun haben) und Spiritualität. „Kardiovaskuläre Erkrankungen treten bei spirituellen Personen seltener auf. Zahlreiche Studien bestätigen dies (Doster et al., 2002; Mc Cullough & Larsen, 2001)“ (Bucher, 2007).

Auch die Meditation wirkt sich direkt auf das Herz-Kreislaufsystem aus. Hier gab es bereits zahlreiche Untersuchungen, die dies belegen. „[...] am häufigsten, bestuntersuchten und gesichertsten physiologischen Wirkungen der Meditation [...]. Sie senkt den Blutdruck signifikant und ist effizient, wenn Hypertonie zu kurieren ist“ (Engel, 1999).

Mit diesen Ergebnissen, die nur ein Teil aus vielen ähnlichen Untersuchungen sind, lässt sich eine deutliche Richtung aufzeigen, dass eine spirituelle Gesinnung zu einem gesünderen Leben führen und bei Krankheit eine schnellere Genesung eintreten kann.

Allerdings lehnen im medizinischen Bereich einige Ärzte und Psychologen Spiritualität ab. In der medizinischen Zeitschrift „Lancet“ konnte man 2001 einen Bericht lesen, der zusammenfassend Folgendes aussagte:

„Skepsis gegenüber den breiten popularisierten gesundheitsfördernden Effekten von Spiritualität. Zwar anerkennen sie, dass Spiritualität im Leben der meisten Amerikaner eine Schlüsselrolle spielt [...] aber den Einbezug spirituell-religiöser Elemente in die medizinische Behandlung lehnen sie ab [...] ethische Erwägungen und theologische Bedenken“ (Bucher 2007).

Ob es die Einstellung zum Glauben oder die „bessere“ Lebensführung gläubiger Menschen ist, lässt sich nur vermuten. Eines ist aber ziemlich sicher - M. Scott Peck, Psychotherapeut schreibt dazu: „Es gibt eine Kraft, deren Mechanismus wir nicht ganz verstehen und die bei den meisten Menschen die körperliche Gesundheit auch bei ungünstigsten Bedingungen zu schützen und zu fördern scheint“ (Scott, 2004). Dennoch wären hier weitere Forschungen, in denen Kritiker und Befürworter den Einfluss von Spiritualität auf die Gesundheit untersuchen, sinnvoll und wünschenswert. Zum derzeitigen Standpunkt kann man vom Folgenden ausgehen: Wird in der Beratung der Glaube des Klienten mit einbezogen, kann dies zu einem positiven Effekt für den Klienten führen. Eine Zusammenarbeit von Beratung, Therapie und Medizin ist hier, vorurteilsfrei gegenüber Spiritualität, wichtig.

Neben den Einflüssen in der physischen Gesundheit wird nun der Einfluss auf die psychische Gesundheit durch die Spiritualität angesehen.

## **1.2. Spiritualität und psychische Gesundheit**

Psychische Gesundheit ist schwieriger zu bestimmen als körperliche. So kann eine Entzündung am Blindarm leichter bestimmt werden, als eine psychische Diagnose. „Psychische Gesundheit ist ein facettenreiches Konstrukt und mehr als die Absenz von Pathologie (WHO, 1998).

Menschen, die an einen Gott glauben, haben eine höhere Lebenszufriedenheit, allerdings nur, wenn dieser Gott etwas Positives ausstrahlt und nicht „zum Fürchten“ ist. Dies zählt nicht nur für den Einzelnen, sondern auch für die Ehegemeinschaft. „Anders Roth (1988), die ein Sample von 147 Ehepaaren in Kalifornien befragte: Je höher das spirituelle Wohlbefinden, desto mehr Zufriedenheit mit der Ehe“ (Bucher, 2007).

Dies würde rückfolgern, dass in Eheberatungen ebenso die Berücksichtigung der Spiritualität wichtig ist, dass spirituelle Ressourcen die Zufriedenheit in der Ehe erhöhen können.

Bei Stresserfahrungen gibt es eine Studie mit südkoreanischen Studenten von Kim und Seidlitz, 2002.

„Jene mit intensiverer Spiritualität zeigten geringere negative Reaktionen und psychosomatische Beschwerden auf Stressbelastung als jene mit einem niedrigen spirituellen Index, und zwar unabhängig, ob sie religiös gebunden waren oder nicht. Infolgedessen sei zwischen „Spiritualität“ und „Religiösität“ zu differenzieren. Ein Mehr an Spiritualität sei psychohygienisch wünschenswert, weil sie Affekte und psychosomatische Beschwerden vorbeugen“ (Kim und Seidlitz, 2002 zit. n. Bucher, 2007).

Hier zeigt sich erneut eine Verbesserung der Psyche und lässt sich ausweiten in Methoden der Stressbewältigung. Zum Beispiel hat Meditation einen sehr guten Einfluss auf Psyche und Körper. Der Medizinprofessor Dr. Herbert Benson hat eine Reihe von Forschungen zum Thema Glauben und Heilung durchgeführt. Der Professor und Molekularbiologe Kabat-Zinn gibt in seinem Buch an: „Seine Untersuchungen

ergaben, daß -[sic]- die Meditation beachtliche physiologische Veränderungen bewirkt [...] dazu gehört das Sinken des Blutdrucks, ein geringerer Sauerstoffverbrauch und allgemeine Entspannung“ (Kabat-Zinn, 2007).

Neuere Untersuchungen mit Kindern und Jugendlichen über den Einfluss religiöser und spiritueller Erfahrung zeigen eine sehr positive Richtung auf.

„Aus solchen Überblickstudien lässt sich u. a. entnehmen, dass religiös oder spirituell eingestellte Jugendliche

- weniger depressive und Angstsymptome haben,
- weniger suizidal sind,
- weniger drogen- und alkoholabhängig sind
- und eine positivere Selbsteinschätzung sowie optimistischere Lebenshaltung zeigen als Jugendliche, die nicht religiös eingebunden oder spirituell eingestellt sind“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Die Einstellung der Jugendlichen macht hier den deutlichen Unterschied aus, dass sie viel leichter mit Problemen umgehen können. „Die Grundvoraussetzung dafür, daß -[sic]- überhaupt gelernt wird, ist ein offener Geist, der willens ist, zu sehen und zu lernen. Erst dann können Veränderungen stattfinden“ (Jon Kabat-Zinn, 2007).

Durch positive Einstellung im Glauben könnte eine Offenheit zu sich selbst schneller zu einer Veränderung führen. Generell ist es bei Beratungen notwendig, den ganzen Menschen mit all seinen Einstellungen und Ansichten zu sehen, und nicht nur auf Symptome zu reagieren. Im Biopsychosozialen Modell nach dem Mediziner Dr. Georg Engel soll der Mensch als Ganzes gesehen werden. „Dazu zählt der Glaube oder die innere Grundeinstellung, die Art der persönlichen Beziehungen (Familie, Freunde), psychischer Streß -[sic]-, von der Umwelt ausgehender Streß -[sic]-, sowie die individuelle Lebensweise“ (Kabat-Zinn, 2007).

Folglich kann man aufzeigen, dass sich der Klient selber annehmen soll, wie er ist, und ebenso der Berater seinen Klienten. Stehen diese Voraussetzungen, kann eine Beratung erfolgreicher abgeschlossen werden, als würde dies nicht zutreffen. Abschließend eine Anmerkung von Renaud van Quekelberghe:

„Es zeigt sich [...], dass Religiosität/Spiritualität in Bezug auf praktisch alle Aspekte der „gesundheitsbezogenen Lebensqualität“ auf jeden Fall relevant ist,

eine bedeutsame Ressource zur Verbesserung der Lebensqualität darstellt und genuine bzw. sich nicht mit anderen Bereichen überlappende Informationen/ Sichtweisen einbringt“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

In Bezug auf Gesundheit und Religiösität bzw. Spiritualität gibt es noch einige Schwächen, die eine breitere Anerkennung der bisherigen Forschungen möglich machen würden. Solche Schwächen sind laut Renaud van Quekelberghe:

- die Vernachlässigung ethnischer Minderheiten bzw. ihrer religiösen Praktiken [...]
- das generelle Nicht-Berücksichtigen von spirituellen Gruppierungen ohne religiöse Affiliation,
- das Fehlen internationaler, kulturübergreifender Studien, [...]
- zu wenig empirisch kontrollierte Studien über die Auswirkungen spiritueller/religiöser Unterstützungsprogramme in stationären oder ambulanten Krankeneinrichtungen“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Dennoch überwiegt deutlich der Teil, dass Spiritualität oder Religiösität sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Der Psychologe Nikola Kohls kommt in seiner Doktorarbeit über die Wirkung von Spiritualität auf die Gesundheit zu dem eindeutigen Schluss:

„Wer Religion und Spiritualität gegenüber abgeneigt ist, hat ein gesundheitlich höheres Risiko als ein gläubiger Mensch. Denn der Nichtgläubige verfügt über weniger Möglichkeiten, mit schwierigen Erfahrungen und Schicksalsschlägen umzugehen“ (Psychologie heute, 2005).

Nach diesem Schlusswort wird in einer kurzen Schau über Einstellungen von Berater und Klientel dieser theoretische Teil über Spiritualität und Religiösität abgeschlossen.

## **2. Spirituelle und/oder Religiöse Einstellungen in der Beratung**

In diesem Kapitel soll kurz auf die Berater und Therapeuten sowie auf den Klienten eingegangen werden. Ob es notwendig ist, auf den Klienten „spirituell“ einzugehen,

und inwieweit der Berater oder Therapeut zu Spiritualität eingestellt sind. Es soll nur ein Abriss, eine Hinführung zu einem Thema sein, das noch viel zu wenig erforscht ist aber dennoch ein paar Ergebnisse aufzuweisen hat.

## **2.1. Religiös oder spirituell in der Beratung**

Vom amerikanischen Psychologen Argyl stammt folgende Aussage, die lautet: „Zahlreiche Studien wiesen Psychologen als die am wenigste religiöse Berufsgruppe aus, Physiker hingegen als am spirituellsten (Argyl, 2000). Dies lässt sich damit begründen, dass die Psychologie jahrzehntelang Religion kritisierte und dazu tendierte, spirituelle Phänomene als Krankheit zu sehen, wie es auch Freud sah (vgl. ebd., S. 13). Ob es hier einen Zusammenhang gibt, dass Psychologen die institutionelle Religion kritisieren, wie es Jung tat, kann hier nicht festgestellt werden. Eine Studie zeigt jedoch eine Tendenz, dass dies so sein könnte.

„Jordahl (1990) befragte in der Bundesrepublik Psychiater und Therapeuten unterschiedlicher Schulrichtungen zu ihrer religiösen Einstellung. Nur 13 Prozent besuchten „regelmäßig“ einen Gottesdienst. Aber gut drei Viertel erachteten für die volle Entwicklung der Persönlichkeit religiöse Erfahrungen als notwendig, wobei solche nur für acht Prozent „am ehesten authentisch in der Kirche“ möglich sind, mehr sehen sie im privaten Bereich“ (Bucher, 2007).

Eine weitere Studie lässt erahnen, dass Spiritualität dem institutionellen Bereich vorgezogen wird und, wenn auch nur zum Teil, in der Beratung einen Platz findet.

„86 Prozent sind von der Realität außergewöhnlicher Bewusstseinszustände überzeugt, 58 Prozent glauben an „kosmische Energien“ und an eine „Aura“ des menschlichen Körpers, wohingegen der dreifaltige Gott nur für 23 Prozent plausibel ist (vgl. Wallach & Hofmann, 2005, zit. n. Bucher, 2007).

Zusammenfassend zeigt sich eine Tendenz zur Spiritualität in der Beratung, wobei dies wahrscheinlich eher für Berater und Therapeuten zutrifft, die eine eigene Spiritualität besitzen. Was ist aber nun mit den Klienten, die spirituelle Tendenzen zeigen, wie kommen diese zum für sie „richtigen“ Therapeuten oder Berater?

## 2.2. Spirituelle Einstellung in der Beratung

Klienten wollen sich in ihrer Spiritualität ernst genommen fühlen und vor allem mit dieser Einstellung angenommen sein. So gibt es für den Klienten die „Erwartung, in der Therapie auch Spiritualität anzusprechen, weil diese der Heilung und dem Wachstum förderlich sei (Rose, 2001, zit. n. Bucher 2007). Mit diesem Satz zeigt sich eine klare Haltung, dass der Klient die Erwartung hat in seinem Glauben angenommen zu werden.

„Transpersonale und an Jung orientierte Therapeuten werden von Personen, die spirituelle Intensiverfahrungen machen, deswegen aufgesucht, weil ihre Erlebnisse hier nicht als psychotisch abgetan werden (Heise, 2005, zit. n. Bucher). Ein Klient wünscht sich die Anerkennung seines Glaubens und sucht sich danach den Klienten aus.

In einer Beratung kann die Gefahr bestehen, dass ein schlechter Berater durch seine eigene spirituelle Überzeugung in eine manipulierende Rolle verfallen kann, wenn er dem Klienten seinen Glauben aufzwingen möchte. Am günstigsten wäre eine gleiche Glaubensrichtung, dies wird wohl in der Realität eher seltener sein. Verhält sich jedoch der Berater einfühlsam und nimmt den Klienten in seinem „Sein“ an, so können sich positive Entwicklungen einstellen.

„Eine spirituelle Haltung in der Therapie, die vor allem den Ressourcen der Klienten vertraut, scheint effektiver zu sein. Und Therapie ist unvermeidlich verkürzt, wenn das eigentliche Problem des Klienten spiritueller Natur ist, der Therapeut jedoch kein Sensorium dafür hat und ausblendet, was für sein Gegenüber Wirklichkeit ist“ (van Quekelberghe, 2007).

Das Annehmen und Einfühlen in den Klienten ist die Voraussetzung für einen guten Zugang zum Klienten, egal welche spirituelle Neigung er hat. Zum Schluss dieses Kapitels steht noch eine Studie, die sehr schön aufzeigt, welchen Nutzen ein Therapeut ohne Vorurteil gegenüber der Spiritualität haben kann. Richards und Bergin zeigen in Ihrer Studie 1997 Folgendes auf:

- Therapeuten, die die Spiritualität ihrer Klienten kennen, sind zu mehr Empathie in der Lage



- Insbesondere die Gottesbilder von Klienten verraten viel über ihre interpersonalen Beziehungen, speziell die zu den Eltern.
- Therapeuten können prüfen, ob sich Spiritualität bei den Patienten positiv oder negativ auswirkt.
- Sie können prüfen, ob spirituelle Ressourcen vorhanden sind, um für die Behandlung genutzt zu werden.
- Sie können prüfen, ob es sich beim psychischen Problem um eine spirituelle Krise, wie sie in der Lebensmitte gehäuft auftritt, handelt.

Mit dieser Studie möchte ich dieses Kapitel schließen und aufzeigen was psychosoziale Beratung ist und was der Lebens- und Sozialberater in Österreich durchführen darf.

## **D. Psychosoziale Beratung**

### **1. Was ist psychosoziale Beratung**

Das Wort „Psychosozial“ lässt sich wie folgt erläutern. „Auf das Erleben und Verhalten einer Person bezogen, insoweit es ihre Interaktion mit anderen Personen oder Personengruppen betrifft“ (www.sozioweb.de, 1999). Die Interaktion mit anderen ist hier für die Beratung ein ausschlaggebender Punkt. In der psychosozialen Beratung sollte man seelische Störungen erkennen, verstehen, verhindern und behandeln.

Dem Individuum ist nicht unbedingt voll und ganz bewusst, in welcher Beziehung es zu seiner Umwelt steht, bei Problemen kann dies die Aufgabe der psychosozialen Beratung sein, mit dem Klienten daran zu arbeiten.

„Psychosoziale Beratung im formal engeren Sinn verstehen wir als professionell ausgeübte und teilweise gesetzlich geregelte Tätigkeit, in der BeraterInnen mit anderen Menschen (KlientInnen) an komplexen Themen und Problemen arbeiten, die den Menschen in seinem Denken, Fühlen und Handeln als Mitmensch betreffen“ (Reichel, 2005).

Die psychosoziale Arbeit gestaltet sich in Österreich durch ein Mischsystem. In dieser Form werden ...

„verschiedene Anbieter im Gesundheits- und Sozialbereich bereitgestellt. Sie umfasst Angebote, die von der Beratung belasteter Personen im Vorfeld psychischer Erkrankungen bis hin zu stationären und ambulanten Betreuung psychiatrischer Patienten reicht“ (Bundesministerium für soziale Sicherheit und Generation, ISBN 3-85010-077-9, 2002).

Ein Bereich dieses Systems stellen die Lebens- und Sozialberater dar, diese Berufsgruppe wird im nächsten Kapitel näher beschrieben.

### **2. Was ist Lebens- und Sozialberatung und was darf in dieser gemacht werden?**

Lebens- und Sozialberatung ist eine Beratung und Betreuung von Menschen in Problem- und Entscheidungssituationen. Die Personen sind professionell ausgebildet. Die Beratung trägt dazu bei, Situationen, die für den Klienten schwierig sind, zu erleichtern, zu verändern und einer Lösung zuzuführen.

Lebens- und Sozialberater „sind die Experten mit fundierter Qualifikation, Ausbildung nach neuestem psychologischen Standard mit Diplomabschluss, zur Verschwiegenheit verpflichtet“ (WKO und Impuls Pro, 2008).

Der Lebens- und Sozialberater hat Klienten, die sich aus folgenden Gruppen ergeben: einzelne Personen, Paare, Familien, Teams und Gruppen, wie Vereine, Organisationen oder Betriebe.

Diese Klienten werden beim Erarbeiten von Lösungen zur Erreichung von positiven Veränderungen beraten, betreut und begleitet, um Entscheidungs- und Problem-situationen zu lösen.

Beratungsfelder sind:

- Persönlichkeitsberatung
- Kommunikationsberatung
- Konfliktberatung,
- Ehe-, Partnerschafts- und Familienberatung
- Erziehungsberatung
- Berufsberatung, Karriereberatung, Mobbingberatung, Coaching
- Sexualberatung
- Sozialberatung, Gruppenberatung, Supervision
- Krisenintervention, Bewältigung von Krisen

Dies ist auch in der Gewerbeordnung klar geregelt und bringt den Vorteil, dass es ein klar definiertes Beratungsfeld gibt.

„§119. (1) Einer Gewerbeberechtigung für das Gewerbe der Lebens- und Sozialberatung (§ 94 Z 46) bedarf es für die Beratung und Betreuung von Menschen, insbesondere im Zusammenhang mit Persönlichkeitsproblemen, Ehe- und Familienproblemen, Erziehungsproblemen, Berufsproblemen und sexuellen Problemen. Dazu gehört auch die psychologische Beratung mit Ausnahme der Psychotherapie“ (Gewerbeordnung, 2002)

## **E. Methode für die Untersuchung**

### **1. Zur Methodenwahl**

Mein Anliegen ist es, hier in dieser Arbeit nachzuforschen:

- Wie Berater mit den wahrgenommenen spirituellen Momenten umgehen.
  - Wie kommen spirituelle Momente in die Beratung
  - Wie wirkt sich eine spirituelle Situation auf die Beratung aus
  - Wie geht der Berater mit den wahrgenommenen spirituellen Momente um, im Bezug auf...
    - ... das „Innere“
    - ... das „Bewusstwerden“ einer Person
    - ... die Intuition, spielt sie eine Rolle beim Berater oder Klienten?

dabei ist es mir wichtig, dass sich für die praktische Arbeit vor Ort, Erfahrungen aus dieser Arbeit ziehen lassen.

Der methodische Vorgang ist folgender: Zuerst suche ich Lebens- und Sozialberater, die sich Zeit nehmen eigene Erfahrungen von „spirituellen Momenten“ in einem Aufsatz aufzuschreiben. Dies soll in max. 2 DIN A 4 Seiten erfolgen. Diese Methode erlaubt dem Lebens- und Sozialberater, sich in Ruhe hinzusetzen, um sein Erlebtes mit den Klienten wiederzugeben. Der Schreiber wird nicht durch ständige Fragen meinerseits unterbrochen und hat die freie Wahl das aufzuschreiben, was er für richtig hält. Ein weiter Vorteil ist es, dass jede Geschichte für sich als besonders, einmalig angesehen werden kann. Konkrete Erlebnisse, verbunden mit dem Eindruck und dem Gefühl, können hier stärker zu Geltung kommen.

Meine Bitte an die Schreibenden war es, ein oder zwei Fälle zu Papier zu bringen, die mit Spiritualität oder Religiosität zu tun hatten und eine wichtige Rolle für die Beratung spielten. Dabei sollen die Berater schildern, ob die Beratung

- Für den Klienten
- Für den Lebens- und Sozialberater
- Für die Beratung
- Für den weiteren Verlauf der Sitzung
- Für die eigene zukünftige Arbeit

Erfahrungswerte mit „Spirituellen Momenten“ ergaben.

Mein methodisches Vorgehen gestaltete sich aus der von Frigga Haug beschriebenen „Erinnerungsarbeit“ (vgl. Haug F. 1990, S. 42-83). Die Wahl fiel auf diese Methode, da es bei diesem Thema schwierig ist, subjektive Einschätzungen zu leisten. Die Aussagen der Aufsätze können hier interpretiert werden. Eine Festlegung einzelner Ansichten ist unmöglich und dennoch können Strukturen herausgelesen werden. Es geht nicht nur um die Geschichte selbst, sondern um das, was der Autor aussagt bzw. ausdrückt an Gefühlen, Gedanken, Taten, es wird praktisch zwischen den Zeilen gelesen. „Aufschreiben ist eine eigene Produktion, eine Tätigkeit, die selber ein neues Bewusstsein schafft“ (Haug F. 1990). Die Geschichten spiegeln die Realität wider und können dabei eine Selbstveränderung bewirken, die eine Gesellschaftsveränderung nach sich ziehen kann. Dieser Ansatz ist für diese Arbeit sehr gut. Haug F. geht auch davon aus, dass alles richtig ist, was geschrieben wird. Es ist die Ansicht des Autors.

## **2. Untersuchungsdesign**

Um die Geschichten zu erhalten, wählte ich zuerst die Möglichkeit, an viele Lebens- und Sozialberater einen bestimmten Text zu mailen und hoffte ausreichend Rückmeldungen zu erhalten. Meine Annahme war, dass der Schreibende cirka zwei bis drei Wochen Zeit haben sollte, bis er mir seinen Aufsatz per Mail zurücksenden kann. Die Adressen suchte ich aus der Internetseite der Lebens- und Sozialberater. Dort mailte ich alphabetisch alle an, die eine E-Mail-Adresse angegeben hatten. Zuerst versandte ich 120 Mails; als sich nach ca. zwei Wochen erst 20 Personen meldeten, davon aber nur zwei etwas schreiben wollten, sendete ich erneut 60 weitere E-Mails aus. Insgesamt waren dies 180 E-Mails, von denen sich letztendlich 29 zurückmeldeten und davon jedoch nur vier etwas schreiben wollten. Die meisten meinten keine Zeit zum schreiben zu haben, wegen viel Arbeit, Urlaub und Ähnlichem. Nur vier gaben an, dass Spiritualität kein Thema für sie ist. Nun wurde die Zeit für mich schon knapp, ausreichende Rückmeldungen zu erhalten. Letztendlich entschied ich mich, die Lebens- und Sozialberater anzurufen. Zuerst rief ich Berater an, denen ich noch kein Mail gesandt hatte, anschließend jene Berater, denen ich eine Mail sandte, sich aber noch nicht zurückgemeldet hatten.

Bei den ersten Angerufenen war ich weniger erfolgreich. Ich wählte alle Nummern, die auf der Homepage der Lebens- und Sozialberater aufgelistet waren und keine E-Mail angegeben hatten. Viele Telefonnummern waren nicht mehr aktuell oder der Lebensberater war gar nicht mehr aktiv. Nachdem ich merkte, dass diese Telefonnummern nicht besonders hilfreich waren, versuchte ich es bei der zweiten Gruppe. Hier war ich doch sehr schnell erfolgreich. Bei 31 Anrufen hatte ich die Aussicht auf 8 weitere Aufsätze. Viele dieser Personen gaben an, die E-Mail gelesen zu haben, um sie an einem späteren Zeitpunkt zu beantworten. Wenn ich nicht angerufen hätte, wären sie in Vergessenheit geraten. Einige gaben an, die Mail ohne zu antworten gelöscht zu haben, und schreiben aber jetzt trotzdem, weil sie merken dass das Thema wichtig ist, oder auch mir sehr wichtig ist.

Nach diesen Erfahrungen sehe ich eine Kombination von E-Mail senden und anschließend nachrufen als eine sehr wirkungsvolle Art, Aufsätze zu erhalten. Generell ist das persönliche Gespräch sehr positiv, weil auf mögliche Fragen sofort eingegangen werden kann. Zudem erhält man sehr gute Anregungen und interessante Aussagen, die weiterhelfen können. So wurde ich von vielen sehr bestärkt, dass ich an diesem Thema arbeiten soll. Mit allen, die mir einen Aufsatz geschrieben haben, vereinbarte ich, nach überwiegender Anfrage der Schreiber, dass ich ihnen die fertige Arbeit per Mail zukommen lasse.

## **F. Die Untersuchung**

Hier werde ich die Aufsätze unverändert und unkorrigiert wiedergeben, um sie anschließend zu interpretieren. Um einen besseren Zusammenhang zwischen Interpretation und Theorie herzustellen, wurden die im Theorieteil angeführten Zitate, wenn nötig, erneut übernommen. Nach der letzten Interpretation werde ich eine allgemeine Zusammenfassung aus allen Aufsätzen aufschreiben. Die Autoren werden aus Datenschutzgründen mit Buchstaben, der Reihe nach, genannt.

Einen Aufsatz konnte leider nicht verwenden werden, da dieser eher einem Referat zur Spiritualität gleichkam und keine Praxisschilderung darstellte.

### **1. Erster Aufsatz:**

#### **Autor A:**

Sehr geehrter Herr Schurr

Ich will Ihnen dies mitgeben:

Wenn ein/e Klient/in meine Praxis betritt, treten automatisch Spiritualität (=geistiges Wesen) und Religion (=Rückverbindung zu den Wurzeln oder auf Suche sein) in Erscheinung.

Nach meiner ganzheitlichen Sichtweise ist es unmöglich diese beiden „Dinge“ vom Menschen zu trennen, da sie ihm innewohnen, allerdings nicht sichtbar sind.

Ich habe zu Spiritualität einen besonderen Zugang, und arbeite nahezu mit jedem/er Klienten/in auf diese Weise, zur Zufriedenheit auf beiden Seiten.

Ich merke dieses Thema ist Ihnen wirklich wichtig, und Sie haben völlig recht, es ist von Bedeutung für und in Beratungen, UND im ganzen Leben samt Alltag!!! Mein Beweggrund zu Unterbrechen war folgender: ich denke die Menschen sollten die Erfahrung selber damit machen, es also einfach tun, sich darauf einlassen. Wenn ich darüber schreibe, merke ich wie die Energie dabei verloren geht, selbiges passiert, wenn ich viel darüber spreche. Spiritualität ist etwas ganz "Besonderes", und ist mir irgendwie "heilig" (verzeihen Sie bitte diesen altmodischen Ausdruck). Ich wollte daher nicht alte Geschichten meiner Klienten analysieren und zerplücken, ich habe Achtung und Respekt davor, und möchte sie nicht in die Öffentlichkeit stellen.

Menschen, die sich für Spiritualität interessieren lassen sich ohnehin "führen" und gelangen an die richtige Adresse, wenn jemand nicht offen dafür ist, hat er wahrscheinlich kein Interesse bzw. keinen Zugang zu diesem Thema. Alles hat auch seine Zeit, und es lässt sich nichts erzwingen bzw. abkürzen.

## **2. Interpretation zum ersten Aufsatz:**

Dies ist die einzige Autorin, die den Aufsatz begonnen und mittendrin aufgehört hat, weil sie Achtung und Respekt vor der Geschichte des Klienten empfand und dies vor alles andere stellte. Sie gibt der Religiösität und Spiritualität ein starkes Gewicht und geht mit dieser Einstellung in jede Beratung. Das Gleiche gilt ebenso für den Alltag. Sie schreibt, dass Spiritualität und Religiösität *„allerdings nicht sichtbar sind“*. Vielleicht meint die Autorin hier, dass dies, bei Beginn einer Beratung, zuerst einmal nicht sichtbar ist.

Die Autorin gibt weiter an, dass Menschen *„die sich für das Spirituelle interessieren lassen sich ohnehin „führen“ und gelangen an die richtige Adresse“*.

Dies weist mich auf die Aussage von Dr. Radin hin der auf die Vernetzung der Menschen untereinander hinweist *„Sie scheint wie ein ausgesprochener vernetzter Organismus ..., der sich in Raum und Zeit erstreckt“* (Dr. Radin zit. n. Bleep, 2006).

Sie gibt auch an mit jedem Klienten spirituell zu arbeiten. Das lässt darauf schließen, dass sie, auf der einen Seite spirituelles eingibt und auch beim Klienten auf einen möglichen Zugang wartet. Sie ist von „Innen“ heraus von dem überzeugt was sie macht und handelt in ihren Beratungen danach. *„Unsere tieferen Überzeugungen, die Welt und uns selbst betreffend, bleiben nicht ohne Wirkung auf das, was wir für möglich beziehungsweise unmöglich halten“* (Kabat-Zinn, 2007).

Welchen *„besonderen Zugang“* sie zur Spiritualität hat kann sie nicht schreiben. Allerdings arbeitet sie auf eine Weise die anscheinend überwiegend für Zufriedenheit bei Berater und Klienten sorgt.

Sie als Beraterin geht mit Spiritualität, die der Autorin *„heilig“* ist, so um, dass sie Beratungen nicht *„zerpflücken“* will. Zudem möchte sie die Beratungen nicht in die Öffentlichkeit stellen.

Dass beim Schreiben *„Energie“* verloren geht kann man nur akzeptieren, da sich im Text nichts Ersichtliches aufzeigt. Sie schreibt zwar, dass der Mensch die Erfahrung



selber machen soll, was hat dies aber mit dem zu tun, dass dann Energien verloren gehen? Sie schreibt meiner Meinung nach sehr sachlich und es sind kaum Emotionen zu spüren. Vielleicht ist sie unsicher etwas Falsches zu schreiben, oder man könnte sie als extrem bezeichnen. Das sind aber nur Vermutungen die mir gefühlsmäßig aufsteigen.

Als Grund, dass sie nicht weiterschreiben kann, gibt die Autorin an, dass ihre Energie verloren geht, wenn sie schreibt oder darüber spricht. *„Der Mensch soll die Erfahrung selber machen“*. Diese Aussage könnte vielleicht heißen, dass der Klient im Gespräch selber auf eine neue Erfahrung kommen muss bzw. machen muss, damit sich eine Weiterentwicklung einstellt. Dies deckt sich mit der Aussage *„Wenn wir einige tief in uns verankerte Muster haben, müssen wir uns ihrer bewusst werden, um diesen Zustand heilen zu können“* (L. Hay, 2006).

Mit dem letzten Satz der Autorin kann ich diese Interpretation gelassen abschließen: *„Alles hat auch seine Zeit und es lässt sich nichts erzwingen bzw. abkürzen“*.

### **3. Zweiter Aufsatz:**

#### **Autor B:**

Nebenberuflich gebe ich Seminare, die vor allem von jüngerem Publikum besucht werden, die der Selbstfindung dienen sollen, aus diesem Kreis beziehe ich auch hauptsächlich meine Klient/-innen.

Die Thematik Ihrer Arbeit liegt mir außerordentlich am Herzen, zumal ich die Erfahrung gemacht habe, dass Spiritualität (= über weite Strecken über die Grenzen einer Religion hinausgehend) ein Faktor in der Begleitung von Klienten darstellt, der sehr bedeutend ist.

In einem zweiten Schritt möchte ich kurz darstellen, wie ich zu oben angeführter These gelangt bin.

Ich habe einige Zeit im Rahmen eines Praktikums in einer Drogenberatungsstelle gearbeitet. Dort war ich vor allem für die Betreuung von Angehörigen zuständig.

Die Klientinnen – es waren ausschließlich Mütter, die unser Angebot in Anspruch nahmen – waren also in der Situation mit drogenkranken Kindern zu leben, bzw. sie beim Sterben zu begleiten. Ich denke, dass es nicht viele Situationen gibt, die einen Menschen so sehr mit den existentiellsten Fragen nach seinem Sein und letztendlich nach dem Sein überhaupt konfrontieren.

Ich erinnere mich an eine Klientin, deren Tochter im Sterben lag; es ging um die Frage einer Aussöhnung zwischen Mutter und Tochter, die Voraussetzung dafür sein würde, ob sie ihr Kind zum Sterben nach Hause kommen lassen könnte.

Ich habe die Erzählungen dieser Frau in etlichen gemeinsamen Sitzungen zuvor, als es um ihr Schicksal ging, als sehr wirr und unzusammenhängend erfahren.

Es war ihr über weite Strecken nicht möglich, Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung von Handlungen herzustellen, die zur Erhellung von Situationen führen können. Auch eine Aussprache zwischen Tochter und Mutter und zwei Betreuern hatte v.a. ein Forum für die Aggression der Tochter geschaffen.

Ich erinnere mich besonders gut an jene Sitzung, bei der sie mich gebeten hatte, mit ihr zu besprechen, ob sie ihre Tochter in der letzten Zeit – sie war zu diesem Zeitpunkt schon im Spital - zu sich nehmen sollte. In dieser Sitzung „gestand“ sie mir eingangs, dass sie einer religiösen Gemeinschaft angehöre, die ihr Halt und Unterstützung ist. Sie hatte mir das bis zu diesem Zeitpunkt nicht gesagt, da sie sich dafür genierte, weil sie befürchtete, man würde ihre Zugehörigkeit zu dieser Gemeinschaft für altmodisch halten und sie ablehnen.

Sie begann nun von ihrem Glauben zu erzählen und alles an ihr veränderte sich: ihre Körperhaltung, ihr Gesicht, der Ausdruck ihrer Augen, von Unklarheit war keine Spur mehr. Sie legte mir dar, dass sie innerlich den Tod ihres Kindes unter diesen schrecklichen Umständen akzeptiert hatte, im Vertrauen auf einen Gott, der nicht blind wütet, sondern Situationen zuließ, die dem Menschen ganz und gar unerklärlich und grausam erscheinen müssen, deren tieferer Sinn sich, wenn überhaupt, später erschließen ließe.

Ich war tief beeindruckt von der Kraft, die diese Frau auch in dieser außerordentlich schmerzlichen Situation trug.

Sie nahm dann ihre Tochter zu sich und diese starb kurz darauf in ihrem Zimmer, begleitet von ihrer Mutter.

Diese Klientin hat mich persönlich tief beeindruckt – ich hatte damals zwei kleine Kinder – und ich begann den Verlauf meiner Beratungen daraufhin genauer zu beobachten, was Religion bzw. Spiritualität ausmacht.

Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass Menschen, die sich innerlich mit einem im weitesten Sinn göttlichen Prinzip verbunden fühlen, es auch in Extremsituationen leichter haben, diese zu bewältigen, da sie darauf vertrauen können, in einem sinnerfüllten Ganzen geborgen zu sein.

Demgegenüber sind Klient/-innen, die über keinerlei transzendente Ebene verfügen einzig und allein auf sich selbst gestellt. Das halte ich per se nicht für problematisch, zumal ein Gutteil einer Beratung/Therapie darauf abzielen soll, dem Klienten zu einem Gefühl seines eigenen Wertes, der ihm innewohnenden Kraft und seines daraus resultierenden Vermögens zu geben. Der Bezug zum Du in Form der Liebe in allen Spielarten öffnet das Ich dann auf eine soziale Dimension hin.

Ich möchte aber zusammenfassen noch einmal sagen, dass ich in Beratungsgesprächen die religiöse bzw. spirituellen Dimension des Menschen als besonders tragend erlebt habe. Kann ein Mensch sich diesem Vertrauen öffnen, so erfährt er einen Halt, der ihn auch in Extremsituationen trägt, in denen jemand, der „nur“ auf sich selbst und seine Mitmenschen vertraut, leichter erschüttert werden kann.

Aufgrund dieser Ausführungen, die leider wegen der Vorgaben der Aufgabenstellung sehr knapp ausfallen mussten und nur einen winzig kleinen Ausschnitt meiner Erfahrungen darstellen, bin ich schon länger zu dem Schluss gekommen, dass die Ebene der Spiritualität für den Prozess der Heilung, des Heilwerdens eines Menschen, von ganz entscheidender Bedeutung ist.

#### **4. Interpretation zum zweiten Aufsatz:**

Sie beginnt sehr offen und drückt Ihre Freude aus, zu dieser Thematik etwas zu schreiben. Die wahrgenommenen Erfahrungen aus der Beratung lässt die Autorin in ihrer Spiritualität wachsen. Aus dem Erlebten kann man vielleicht rückschließen, dass eine Spiritualität der Autorin bereits vorhanden gewesen sein könnte. Durch diese vorhandene Spiritualität konnte sie sich sehr gut auf die Klientin einlassen.

Sie weist eingangs darauf hin, *dass Spiritualität (= über weite Strecken über die Grenzen einer Religion hinausgehend) ein Faktor in der Begleitung von Klienten*

*darstellt, der sehr bedeutend ist.* Sie könnte hier die größeren Freiheiten ansprechen die in der Spiritualität möglich sind, wie in der Studie der Universitäten Fribourg und Salzburg (vgl. S.20). Weiters beschreibt sie mit diesem Satz, dass die Spiritualität als wichtigen Faktor für eine Beratung, zum Wohle des Klienten, wichtig ist. Dies lässt auf das Zitat aus dem Werk von Bucher erinnern „Spiritualität sei psychohygienisch wünschenswert, weil sie Affekte und psychosomatische Beschwerden vorbeugen“ (Kim und Seidlitz, 2002 zit. n. Bucher, 2007).

Die Autorin sah sich nach vielen Sitzungen sehr verwirrt, da es in den bisherigen Sitzungen nur wenig Veränderung seitens der Klientin gab. Es gab keine Hinweise die *Zusammenhänge zwischen Ursache und Wirkung von Handlungen herzustellen, die zur Erhellung von Situationen führen.* Erst durch ein zufälliges Gespräch über die religiösen Einstellungen der Klientin, wendete sich das Blatt überraschend gut.

Die Klientin brachte mit ihrer Aussage über ihre Zugehörigkeit zu einer religiösen Gemeinschaft, die ihr Halt und Unterstützung gaben, eine Wende in die Beratung.

Die Autorin nimmt nun die wahrgenommene Spiritualität vom Klienten auf und nimmt die Klientin in ihrem Sein an. Dies konnte allerdings nur geschehen, weil die Autorin dies zuließ und ihre Klientin empathisch annahm. Sie lies die Klientin noch mehr davon erzählen oder hörte ihr einfach zu.

Die Autorin bewunderte die Klientin, ihres tiefen Glaubens wegen und welche Stärke für die Klientin daraus erwuchs.

Sie bezieht die Erfahrungen auf sich persönlich und im Umgang mit ihren Kindern. Zudem wurde der Autorin klar: *Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass Menschen, die sich innerlich mit einem im weitesten Sinn göttlichen Prinzip verbunden fühlen, es auch in Extremsituationen leichter haben, diese zu bewältigen, da sie darauf vertrauen können, in einem sinnerfüllten Ganzen geborgen zu sein.* Ihr Satz *„der Bezug zum Du in Form von Liebe in allen Spielarten, öffnet das Ich das auf eine soziale Dimension hin“* lässt darauf schließen, dass ihr Zugang grundsätzlich von Liebe geprägt sein könnte. Die Art und Weise wie die Klientin erzählte, zeigte der Beraterin, eine befreiende Haltung der Klientin. Dies beeindruckte die Autorin sehr und eine innere positive Betroffenheit lässt sich erahnen. Durch das Fließen lassen des Gesprächs wurde der Klienten selbst einiges klarer und die Autorin war *„beeindruckt von der Kraft, die diese Frau auch in dieser außerordentlich schmerzlichen Situation trug“.*

Die Autorin sieht Beratung grundsätzlich darin *dem Klienten zu einem Gefühl seines eigenen Wertes, der ihm innewohnenden Kraft und seines daraus resultierenden*

*Vermögens zu geben.* Auf Grund dieses Ereignisses schaut die Autorin in ihren zukünftigen Beratungen viel genauer auf das was Religion und Spiritualität ausmachen. Es fand eine innere Bereitschaft statt, die einer veränderten Ansicht in ihrer zukünftigen Beratung führte. Der Bezug zur Theorie zeigt sich im folgenden Zitat:

„Durch die Öffnung dieses „spirituellen Raumes“ im Inneren seines Ich-Bewusstseins gewinnt das „Ich“ die Möglichkeit einer Dezentrierung oder „Neukalibrierung“. Diese Öffnung nach „innen“ wird meist als eine positive, erfreuliche, konfliktfreie Erweiterung und Bereicherung erlebt“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Sie kam zu dem Schluss, dass Menschen, die sich voller Vertrauen zu Religiösem bzw. Spirituellem öffnen, Halt in verschiedensten Situationen finden können, besonders in Extremsituationen. Dies weist erneut auf das erste Zitat in dieser Interpretation (vgl. S. 52) hin. Sie lernt zudem für Ihre zukünftige Beratung, dass die *Ebene der Spiritualität für den Prozess der Heilung, des Heilwerdens eines Menschen, von ganz entscheidender Bedeutung ist.* Dies deckt sich auch mit „Es gibt eine Kraft, deren Mechanismus wir nicht ganz verstehen und die bei den meisten Menschen die körperliche Gesundheit auch unter ungünstigsten Bedingungen zu schützen und zu fördern scheint“ (Peck, 2004).

Spiritualität ist für die Autorin ein Faktor für die Begleitung eines Klienten geworden. Dieses Beispiel zeigt sehr deutlich auf, dass durch die Annahme des Klienten durch die Autorin und deren Offenheit, positive Auswirkungen für die zukünftigen Beratungen entstehen können. Zudem zeigt sich, dass der Berater Lehrender und Lernender zugleich sein kann.

## **5. Dritter Aufsatz:**

### **Autor C:**

Lieber Herr Kollege!

Wie telefonische vereinbart, übersende ich Ihnen einige Erfahrungen vom Coaching.

Zur Erklärung der Coachingsituation:

Ich arbeite als Berufs u. Sozialpädagogin ( BFI Coach) für das AMS und betreue, als LSB, Personen in besonderen (schwierigen) Lebenslagen und versuche eine Vermittlung dieser Klienten nach unterschiedlich langer Betreuungszeit auf dem 1. od. 2. Stellenmarkt.

### 1. Beispiel

Frau S. verheiratet, weit über 50 Jahre, zur Zeit arbeitslos, schwer erkrankt an Polyarthrit, seit längerer Zeit ständig Schmerzen, kann in ihrem erlernten Beruf als Altenfachbetreuerin nicht mehr arbeiten. Wird vom AMS zu mir ins Coaching geschickt. Schon beim Erstgespräch spricht sie sehr offen über ihre Situation und über das Enttäuschtsein vom Leben. Da die gemeinsamen Kinder erwachsen sind und sie ihrem Ehemann nicht zur Last fallen möchte, hatte sie beschlossen nicht leiden zu wollen und daher aus dem Leben zuschneiden.

Die Betreuungssituation war optimal, Chemie stimmte, Vertrauensbasis war bestens. Nach mehreren Sitzungen habe ich meiner Klientin ( sie klagte über Magenprobleme) einen selbstgepflückten Kräutertee mitgegeben und sie gebeten (sie kennt viele Pflanzen) herauszufinden welche Pflanzen notwendig sind um so einen guten Kräutertee auszumachen. Und was wohl der Sinn ist, dass diese Kräuter gewachsen sind und von mir gepflückt wurden, damit sich vielleicht der Gesundheitszustand meiner Klientin verbessert.

Schon bei der nächsten Sitzung teilte sie mir mit, dass sich einiges in ihrem Denkmuster verändert hat und dass alles im Leben einen Sinn hat. Und dass es unverantwortlich sei, ihren Ehemann der viele Jahre treu an ihrer Seite war durch einen Suizid im Stich zu lassen. Gegen Ende dieser Sitzung habe ich Frau S. gefragt ob ihre Aussage jetzt ein klares JA zum Leben bedeutet, sie bejahte. In der Folge bat ich um Erlaubnis durch Handauflegung ihr die nötige Kraft zum Weiterleben mitgeben zu dürfen. Sie stimmte zu und fand es total angenehm so Energie geladen wegzugehen. Nach 2 weiteren Sitzungen bat mich Fr. S. erneut ihr die Hände aufzulegen.

Meine Klientin konnte nach einiger Zeit einen I-Pensionsantrag stellen der von der PVA genehmigt wurde.

Resümee: Es kommt immer eine Grußkarte zu Jahresbeginn, wo unter anderem

draufsteht, ich freue auf das Jahr.....

---

## 2. Beispiel

Herr M. 32 Jahre in Lebensgemeinschaft lebend, 1 Tochter 3 Jahre, wurde vom AMS zu mir ins Coaching geschickt nach einem völligen Zusammenbruch und KH Aufenthalt nach einem schweren Burnout.

Der Klient empfand seine momentan Situation wie versagt zu haben und hatte seiner Lebensgefährtin u. seiner Tochter gegenüber ein schlechtes Gewissen.

Wir haben in der nächsten Sitzung dann das gesamte Burnoutrad durchgesprochen.

Herr M. erkannte, dass er div. Körpersignale ignoriert hatte und so seine schlechte Situation entstehen konnte, außerdem hatte er zugelassen dass seine Firma das Arbeitspensum ständig erhöhte. Aufgrund eines minderen Selbstwertes wollte er trotz der vielen anfallenden Arbeitsstunden einer der Besten in der Firma sein.

Habe meinen Klienten ermuntert die verordnete Medikation weiter zu nehmen (wollte absetzen) und die Arbeitslosenzeit zu nutzen um wieder ganz gesund zu werden, sowie die Zeit mit seiner kl. Tochter zu nutzen, da diese ohnehin in der letzten Zeit von den Zuwendungen her zu kurz kam.

Weitere Vereinbarungen folgten wie: gesunde Ernährung, tägl. 1 Stunde mit der Tochter in der freien Natur zu verbringen, sportl. Aktivitäten und sich mit einem Energetiker einen Termin zu legen, dass überprüft werden kann ob es im Körper Blockaden gibt.

In den Folgesitzungen arbeiteten wir mit Ritualen der Vergebung (Exfirma)und schafften Raum das Burnout als Chance zu sehen neu zu beginnen. Des Weiteren bestellten wir im Universum Hellhörigkeit für Körpersignale/Körperwahrnehmung und baten um Unterstützung bei der Gesundwerdung. Da die Libido während dieser Situation nicht vorhanden war, ermunterte ich Hr. M. sich die Zeit zu geben und gesund zu werden und auf seinen Körper zu vertrauen, die Libido werde sich wieder einstellen wenn der Körper genügend Ressourcen habe.

Mein Klient arbeitet seit 5. Mai wieder als Bauleiter, vom 1. Gehalt so haben wir vereinbart bedankt er sich mit einem Geschenk bei seiner Lebensgefährtin die über

Monate so tapfer hinter ihm gestanden ist. So können beide diese erfahrungsreiche Zeit gemeinsam abschließen.

**6. Interpretation zum dritten Aufsatz: (da hier zwei Fallbeispiele angeführt sind, werde ich diese auch einzeln interpretieren.**

Erstes Fallbeispiel dieses Aufsatzes:

Leider schrieb die Autorin nicht direkt über ihren Zugang zur Spiritualität. Allerdings schrieb sie aber diese beiden Beispiele zum Thema Spiritualität. Aus diesem Grund gehe ich davon aus, dass das methodische Vorgehen der Autorin aus spirituellem Hintergrund kommt.

Die Autorin baute einen Bezug, in mehreren Sitzungen, zu ihrer Klientin auf und stellte dabei fest, dass die Chemie zwischen ihr und der Klientin gut war. Anschließend, wagte sie sozusagen den ersten Schritt, eine noch nähere Beziehung zur Klientin aufzubauen. Sie wusste, dass ihre Klientin sich mit Kräutern auskannte und machte ihr einen selbstgepflückten Kräutertee. Dabei erwähnte sie einen Satz, der aus einem spirituellen Ansatz her rühren könnte und sagte zur Klientin, sie solle sich Gedanken machen *„was wohl der Sinn ist, dass Kräuter gewachsen sind und von mir gepflückt wurden“*. Mit diesem Satz gab sie ihrer Klientin eine Aufgabe die sie zum Überlegen brachte, was der Sinn ist da zu sein und was ein anderer Mensch Gutes tun kann. Der Klientin wurde durch diese Fragestellung bewusst was sie mit ihrem suiziden Gedanken anrichten würde und beschloss einen anderen Denkansatz. Erst durch dieses bewusste Hinsehen kam es zu einer Veränderung. Die erläuterte Theorie sagt dazu *„Alle ihre Entscheidungen werden von Ihrem Bewusstsein gefällt“* (J. Murphy, 1984).

Nachdem dieser Satz seine Wirkung auf die Klientin hatte, wurde die Autorin aktiv. Sie gab ihrer Klientin nun die freie Wahl, ob sie bei ihr die Hand auflegen durfte *„um ihr die nötige Kraft zum Weiterleben mitgeben zu dürfen“*.

Dieses Mitgeben und diese Nähe sorgten dafür, dass die Klientin in einer späteren Sitzung erneut den Wunsch äußerte, dass ihr die Hand aufgelegt wird. Durch diese beiden einfachen aber sehr tiefen Taten der Beraterin konnte die Klientin ihr Leben wieder aufnehmen. Hier könnte auf eine innere Bereitschaft, der Klientin geschlossen werden, die durch das „Bewusst-werden“ (siehe oben) ausgelöst wurde. "Innere



Bereitschaft richtet sich auf Wirksamkeit" (M. Linehan, 1996) – oder anders gesagt, nur durch die innere Bereitschaft kann sich etwas verändern.

Hier zeigt die Beraterin, dass mit einfachen Mitteln ein sehr tiefer Zugang zu der Klientin möglich war und dabei eine Wirkung erzielt wurde. Mit entscheidend dabei war, dass die Autorin der Klientin die Freiheit gegeben hatte selbst zu entscheiden, ob sie dies möchte oder nicht. Auch die Mitgabe vom Tee und die nicht aufdringliche Frage zeigten Wirkung. Sie wartete einige Sitzungen ab, bis sie intuitiv spürte, diese Schritte veranlassen zu können. „Eine spirituelle Haltung in der Therapie, die vor allem den Ressourcen der Klienten vertraut, scheint effektiver zu sein. (van Quekelberghe, 2007).

Zweites Fallbeispiel dieses Aufsatzes:

Bei diesem Aufsatz gibt die Autorin erneut die Möglichkeit, dass dem Klienten seine Lage bewusst wird. Sie vertraut auch hier wieder auf die Ressourcen des Klienten weiterzukommen (vgl. S.56). Andererseits teilt sie ihm ihr Gefühl mit, z.B. die Medikamente weiter zu nehmen und ermutigt ihn die Arbeitslosenzeit als Zeit zum Gesunden zu verwenden. Die Beraterin arbeitete in der folgenden Zeit mit Ritualen der Vergebung, die von ihr eingebracht werden. Zudem baten sie, in einer Art Gebet, dass die Körpersignale besser wahrgenommen werden und dass die Gesundwerdung unterstützt wird. Mit der Bestärkung dem Körper zu vertrauen, wurde ein weiterer Schritt der Ermutigung dem Klienten zuteil.

Vergebung, Dankbarkeit, Hoffnung und Gelassenheit sind in diesem Aufsatz ein Zeichen von spirituellen Handlungen. Besonders die Vergebung hat in diesem Fall eine wichtige Rolle und wirkt sich sehr positiv auf den Klienten aus. Dr. Joseph Murphy meint dazu: „Anderen zu verzeihen ist die unabdingbare Voraussetzung für die eigene geistige und körperliche Gesundheit“ (Murphy, 1984).

Dies bringt die Beraterin hier fast vollständig ein. Dadurch wirkt sich dies sehr positiv auf den Klienten aus, der sich dadurch in vielem bewusster wird und sich mehr spürt, achtsamer mit sich umgeht.

Es kommt mir so vor, dass die Beraterin von sich aus öfters in die Offensive ging und immer dann spirituelle Momente einbrachte, wenn sie spürte, dass es für den Klienten wichtig sei.

Beiden Beispielen lassen für mich die Interpretation zu, die mit dem Theorieteil eins sind: „Die Grundvoraussetzung dafür, daß -[sic]- überhaupt gelernt wird, ist ein offener

Geist, der willens ist, zu sehen und zu lernen. Erst dann können Veränderungen stattfinden“ (Jon Kabat-Zinn, 2007).

## **7. Vierter Aufsatz:**

### **Autor D:**

Sehr geehrter Herr Schurr!

Für mich sind spirituelle Momente in der Beratung, diejenigen, in denen Veränderungen stattfinden, die auf nicht-rationale Weise zustande kommen und auch vom Klienten „ganzheitlich“ wahrgenommen werden können (nicht nur „Kopf-Lösungen“).

In der Aufstellungsarbeit ist das sehr häufig so, bei der Arbeit mit Symbolen, bei Rollenspielen und szenischer Interventionsarbeit, aber auch in „normalen“ Beratungsgesprächen, bei denen durch Assoziationen durch mich oder den Klienten sich plötzlich „neue“ Sichtweisen oder auch Lösungen ergeben.

### **1. Beispiel:**

Eine Klientin, 45 Jahre, fällt es schwer sich selbst anzunehmen. In letzter Zeit kommen ihr in emotionalen Situationen sehr häufig die Tränen, nachdem sie jahrzehntelang nicht geweint hat. Diese Tränen empfindet sie als Belastung und somit als Verschlimmerung ihrer Situation. Meiner Sichtweise, dass die Tränen ein Zeichen für den „Heilungsprozess“ sind, kann sie sich vorerst nicht anschließen. Nachdem sie in der Beratungssituation wieder heftig weinte, fällt ihr plötzlich der Film „Die Geschichte vom weinenden Kamel“ ein. (In diesem Film wird geschildert, wie eine Kamelmutter nach einer schwierigen Geburt ihr Kind zunächst ablehnt und somit nicht versorgen kann. Erst nachdem sie durch Musik und Gesang der Menschen „berührt“ wird, was mit einem starken Tränenfluss einhergeht, kann sie ihr Kind wieder annehmen.)

Diese Assoziation, kann die Klientin auf sich beziehen. Sie sieht ihre Tränen als Teil des Prozesses, sich selbst anzunehmen.

## 2. Beispiel:

Eine Klientin, Mutter von 2 Kindern, bekommt von mir eine Bowtech-Behandlung ([www.bowtech.at](http://www.bowtech.at)). Währenddessen erzählt sie mir, dass sie seit einiger Zeit sehr erschöpft ist. Als Ursache nennt sie zuerst, dass rundherum einfach viel los. Zuerst frage ich sie, was sie denn, außer einer Bowtech-Behandlung zur „Erholung“ braucht. Mit dieser Frage komme ich nicht weiter. Danach frage ich sie, ob es etwas Bestimmtes gibt, was sie im Moment belastet. Da erzählt sie, dass sich die Demenz-Erkrankung ihres Vaters in letzter Zeit stark verschlechtert hat und ihre Mutter beim letzten Telefonat sehr verzweifelt geklungen hat, dass ihr das alles zu stark wird. Zuerst erzähle ich der Klientin von einer ähnlichen Situation, die ich kürzlich erlebt habe, und bei der es darum geht, sich von den Sorgen und Ängsten einer Person abzugrenzen ohne sich von der Person abzugrenzen. Damit wird es für sie schon ein wenig leichter.

Im weiteren Gespräch wird noch offensichtlich, dass die Klientin hinsichtlich der Unterstützung ihrer Eltern einen Erwartungsdruck spürt, dem sie sich nicht gewachsen fühlt. Nachdem wir geklärt haben, was sie für ihre Eltern gerne tun würde (Zeit mit dem Vater verbringen, „da-sein“) und was nicht (Übernahme pflegerischer Aufgaben), bestärke ich sie darin, dass ihr Beitrag genauso wichtig ist, wie jeder andere, was sie dankbar annimmt.

Danach setze ich die Bowtech-Behandlung fort.

Nachdem ich damit fertig bin, berichtet die Klientin, dass es sich jetzt viel leichter anfühlt und dass sie das Gefühl hat, dass der Kopf wieder mit dem restlichen Körper verbunden ist und sie sich wieder „im Fluss“ befindet.

Für mich sind das spirituelle Momente. Ich hoffe, ich konnte ihnen mit diesen Beispielen weiterhelfen.

Ich würde mich freuen, wenn Sie mir ihre fertige Arbeit zukommen lassen würden (per E-Mail würde mir genügen).

Viel Erfolg bei der Erstellung Ihrer Arbeit und liebe Grüße,

## **8. Interpretation zum vierten Aufsatz: (da hier zwei Fallbeispiele angeführt sind, werde ich diese auch einzeln interpretieren).**

Erstes Fallbeispiel dieses Aufsatzes:

Die Autorin sieht einen spirituellen Moment generell in Augenblicken, in denen ein Klient einen plötzlichen Einfall hat und zu einer neuen Sichtweise kommt, die er gerade benötigt. Dabei muss dies der Klient ganzheitlich aufnehmen können. Dies erinnert mich an die Aussage von Jung: „Sie enthalten oft eine überlegene Analyse oder Einsicht oder ein Wissen, welche das jeweilige Bewußtsein -[sic]- nicht hervorzubringen vermöchte. Wir haben ein passendes Wort für solche Vorkommnisse – Intuition“ (Jung, 1940).

Die neuen Sichtweisen erhält der Klient durch die verschiedenen Methoden der Autorin (vgl. S. 57). Die Autorin hat anscheinend die Geduld ihre Methoden solange bei der Klientin anzuwenden, bis bei dieser eine neue Sichtweise auslöst wird und arbeitet dann damit weiter. Sie meint auch, dass die Veränderungen „*auf nicht-rationale Weise zustande kommen*“. Ap Dijksterhuis meint zur Intuition „Die Leute, die immer wieder behaupten, nur mit dem Verstand zu entscheiden, begehen einen großen Selbstbetrug“ (Traufetter, 2007).

Im ersten Fall sieht die Klientin ihr Weinen als zusätzliche Verschlimmerung der Situation. Die Autorin sieht das Weinen der Klientin als Heilungsprozess. Dieser Meinung ist allerdings die Klientin nicht. Wie die Beraterin anschließend weiterarbeitet, geht aus dem Geschriebenen nicht hervor. Anscheinend arbeitete die Beraterin mit der Klientin weiter, bis der Klientin diese Geschichte vom weinenden Kamel einfiel, dies gab ihr nun die Möglichkeit, Tränen als Teil des Prozesses zu sehen. Die Beraterin vertraute bei ihrem Beratungsgespräch vermutlich auf den richtigen Moment in dem der Klienten, in diesem Fall die Geschichte zufiel und arbeitete anscheinend damit weiter.

In der Beratung fallen der Autorin solche, wie sie sagt, „spirituellen Momente“ auf, da diese ihrer Überzeugung entsprechen. Treten solche Momente ein, kann sie sinnvoll damit weiterarbeiten. Sie spürt es anscheinend durch ihre Überzeugung, wann der richtige Zeitpunkt ist um weiterzuarbeiten. „Wir können es körperlich spüren – wobei es sich bei jedem anders äußert. (Intuition nützt die Gefühle - ist aber kein Gefühl, sondern ein eigener Sinneskanal.)“ (www.dr-ingeborg-gebert-heiss-stiftung.com, 2008).

Zweites Fallbeispiel dieses Aufsatzes:

Die Autorin stellt kognitive Fragen, um herauszufinden, was mit der Klientin los ist. Sie erzählt aus eigenen Erfahrungen, um die Klientin etwas aufzupeppen. Was ihr in diesem Fall gelingt. Die Autorin bestärkt ihre Klientin in ihrem Tun und teilt ihr mit, dass ihre Taten wichtig sind, was die Klientin dankend annimmt. Solche Erfahrungen zählen für die Autorin als spirituelle Momente. In diesem Falle ist es die Stärkung durch die Aussage „*Ihr Beitrag ist genau so wichtig wie jeder andere*“. In diesem Fall ist für mich der spirituelle Moment für den Klienten nicht wirklich erkennbar. So könnten viele Berater handeln. Ein Unterschied ist dennoch zu erahnen, nämlich der, dass die Beraterin mit einer „inneren“ spirituellen Überzeugung an die Gespräche herangeht und dadurch etwas auslöst, das dem Klienten weiterhilft.

## **9. Fünfter Aufsatz:**

### **DIE ROLLE DER SPIRITUALITÄT IN DER PSYCHOSOZIALEN BERATUNG**

**Autor: E**

#### **Vorwort:**

Grundsätzlich bin ich persönlich der Meinung, dass die eigene Spiritualität in allen Lebensbereichen Einfluss hat – somit auch sicherlich in der psychosozialen Beratung.

In der Beratung treffen demzufolge also die Spiritualität des Klienten/der Klientin sowie die eigene Spiritualität zusammen. Es kann durchaus sein, dass für die konkrete Sitzung diese Einstellungen nicht von Bedeutung sind, sie können aber in der Beratung durchaus eine wesentliche Rolle spielen.

Die Recherchen zu meiner Diplomarbeit „Umgang mit Tod und Trauer“ haben sehr schön gezeigt, wie die verschiedenen Religionen mit der Trauer umgehen. Welchen Stellenwert der Tod hat – hat er Platz im Leben oder wird er missachtet? Welche unterschiedlichen Trauerrituale gibt es? In den letzten 50 Jahren haben wir zumindest

in den westlichen Gesellschaften das Sterben und den Tod aus dem Alltagsleben verdrängt und so hat sich auch unsere Trauerkultur verändert. Der offene Ausdruck der Trauer hat heute im öffentlichen Trauerritual kaum Platz, man könnte sogar meinen, es sei etwas Unnormales. So wächst auch die Unsicherheit des Einzelnen, ob und wie er trauern soll; teilweise schämt man sich sogar dafür.

In diesem Zusammenhang hat es sich in der Beratung bewährt, die Trauerarbeit gem. der jeweiligen religiösen Erziehung bzw. Einstellung zu erklären und den Klienten/die Klientin im Trauerprozess zu begleiten und ihn/sie zu ermutigen den Schmerz auch zu leben.

### **Kinesiologie:**

Vor allem meine Erfahrungen in der Anwendung der Balance-Kinesiologie© haben den Einfluss der Spiritualität in der Beratung klar zutage gebracht. Wenn hier mittels Muskeltests der Zeitpunkt ausgetestet wird, zu dem der Stress grundgelegt wurde, dann kann es durchaus auch vorkommen, dass ein Zeitpunkt VOR der Zeugung getestet wird, d.h. also, der Stress wurde ursächlich in einem so genannten Pastlife grundgelegt.

In so einem Fall ist immer das Einverständnis des Klienten/der Klienten für ein Weiterarbeiten Voraussetzung. Dieses Einverständnis ist sehr stark von der spirituellen Einstellung des Klienten abhängig, und ein NEIN ist zu respektieren.

### **Praxisbeispiel:**

Eine meiner Klientinnen ist selbst Schamanin, bei der ich immer wieder einmal über meine eigenen spirituellen Grenzen hinweg gehen darf bzw. sogar muss, um sie entsprechend begleiten zu können.

Frau X kam mit dem Thema „freier Geldfluss“ zur LSB, wobei sie das Gefühl hat, dass sie ihre Ahnen mütterlicherseits (speziell die Mutter selbst) daran hindern.

Mütterlicherseits gab es immer nur Beziehungen, die auf Reichtum aufgebaut waren.

Die Klientin selbst hat seit ihrer Kindheit eine negative Einstellung zu Geld: „Geld statt Liebe“.

Die LSB hat das Familiensystem aufgezeichnet, um etwaige systemische Verstrickungen zu erkennen. Als eine Intervention hat die LSB dann auch eine systemische Brettaufstellung des aktuellen Familiensystems aufstellen lassen, wobei das „Geld“ ebenfalls aufgestellt wurde. Hier war klar zu erkennen, dass das Geld hinter Großvater und Großmutter mütterlicherseits als Stütze stand, vor die Klientin aber somit im Verborgenen und nicht zugänglich war.

Um die Motivation, aus eigenen Stücken zu Geld zu kommen, und nicht ausschließlich auf das Familiensystem zu bauen wurde mit Frau X dann ein Future Walk (NLP-Technik) gemacht, der Ihre eigenen Ressourcen stärkte, wodurch die Sitzung gut beendet werden konnte.

Im Nachgespräch hat sich jedoch gezeigt, dass sich Frau X jetzt zwar besser fühlte, für sich aber noch eine Sitzung bei einem Schamanen braucht, um die familiären Blockaden aufzulösen.

Für mich als LSB hat diese Sitzung die Einstellung verstärkt, „alles ist möglich“. Wichtig erscheint es auch immer wieder, dem Klienten/der Klientin wertefrei zu begegnen. Das Wohlbefinden der Klienten steht im Vordergrund und die eigene Einstellung zum Schamanismus hätte in diesem aufgezeigtem Praxisbeispiel sicherlich zu keiner befriedigenden Lösung für Frau X geführt. So aber konnte die Sitzung gut abgeschlossen werden.

## **10. Interpretation zum fünften Aufsatz:**

Frau E. geht davon aus, dass Spiritualität in allen Lebensbereichen Einfluss hat, und somit auch in der Beratung. Sie berichtet, dass dabei nicht in jeder Sitzung zwangsweise Spiritualität vorkommen muss, sie kann aber in der gesamten Beratung eine wesentliche Rolle spielen. Spiritualität ist der Autorin anscheinend in jedem Bereich des Lebens wichtig, wenn auch nicht in jeder Beratung.

Anschließend beschreibt sie kurz ihre Diplomarbeit, die sich mit dem Sterben auseinandersetzt. Mit dem Geschriebenen bringt sie zum Ausdruck, dass in unserer Gesellschaft Trauer kaum Platz findet und somit der Einzelne unsicher ist und sich schämt, wenn er trauert.

Auf Grund dieser Erfahrungen aus ihrer Arbeit klärt sie in ihren Beratungen die jeweilige religiöse Einstellung mit ihrem Klienten, um ihn dann im Trauerprozess zu begleiten und zu ermutigen, den Schmerz zu leben. Mit der Einstellung, dass der Autorin Spiritualität wichtig ist und mit der Erfahrung, dass dies mit dem Klienten abgeklärt werden soll, zeigt sie ihren emphatischen Umgang in der Beratung. Man könnte annehmen, dass sie deshalb den Klienten fragt, weil sie von einer spirituellen Beratung eine Verbesserung für den Klienten sieht. Dies erinnert mich an den Satz „Die Verhaltensmedizin misst mentalen und emotionalen Faktoren bei der Wiederherstellung der Gesundheit entscheidende Bedeutung bei“ (Kabat-Zinn, 2007).

Mit einem Beispiel aus der Kinesiologie zeigt Frau E. auf, dass der spirituelle Einfluss bei der Anwendung der Balance-Kinesiologie für sie klar zu Tage gebracht wird. Wichtig ist ihr dabei, mit dem Klienten zu besprechen, ob bei einer Balance-Messung, hier ist es der Stresszeitpunkt der vor einer Zeugung getestet wird, eine Weiterberatung vom Klienten gewünscht wird. Bei einer positiven Rückmeldung ist ein Einverständnis vom Klienten nötig. Sie holt sich hier das Einverständnis des Klienten, ob sie mit Spiritualität weiterarbeiten darf wie oben beschrieben.

Diese Balance-Kinesiologie ist nicht wissenschaftlich bewiesen. In dieser Beratung sieht die Beraterin für sich einen Zusammenhang zwischen Spiritualität und einem sogenannten „*Pastlife*“. Ob eine mögliche Weiterarbeit für einen Lebens- u. Sozialberater hier angebracht ist, steht auf einem anderen Blatt (vgl. S. 44).

Im Praxisbeispiel macht die Klientin ihre Ahnen mütterlicherseits für ihren mangelnden Umgang mit Geld verantwortlich. Die Beraterin stellt mit diversen Methoden fest, *dass das Geld hinter Großvater und Großmutter mütterlicherseits als Stütze stand, vor die Klientin aber somit im Verborgenen und nicht zugänglich war.* Mit einer anschließenden Methode, die die Ressourcen der Klientin stärkten, konnte diese Sitzung gut abgeschlossen werden.

Bei der Beratung mit ihrer Klientin, die Schamanin ist, kommt Frau N. selbst an ihre eigenen spirituellen Grenzen. Sie zeigt trotzdem eine emphatische und wertfreie Einstellung zum Klienten. Obwohl die Autorin selbst spirituell ist, tut sie sich hier anscheinend sehr schwer, die spirituelle Gesinnung der Klienten anzunehmen. Sie hört auf ihre innere Stimme und lernt dazu, dass, wie sie sagt, *„alles möglich ist“*.

Sie schreibt selbst: *„Die eigene Einstellung zum Schamanismus hätte in diesem aufgezeigten Praxisbeispiel sicherlich zu keiner befriedigenden Lösung für Frau X geführt.“* Sie lässt ihre Intuition zu und handelt danach. Jung schreibt dazu:



„Meine psychologische Erfahrung hat mir immer wieder gezeigt, daß -[sic]- gewisse Inhalte von einer Psyche herkommen, die vollständiger ist als das Bewußtsein -[sic]-. Sie enthalten oft eine überlegene Analyse oder Einsicht oder ein Wissen, welche das jeweilige Bewußtsein -[sic]- nicht hervorzubringen vermöchte. Wir haben ein passendes Wort für solche Vorkommnisse – Intuition“ (Jung, 1940).

Die Klientin benötigt allerdings eine weitere Sitzung bei den Schamanen. Dies könnte den Rückschluss zulassen, dass die Beraterin durch ihre innere Einstellung zum Schamanismus doch unbewusst eine nicht ganz zufrieden stellende Wirkung bei der Klientin hinterlassen hat.

Die Beraterin allerdings lernte aus dieser Sitzung, dass der wertefreie Umgang zur Klientin wichtig ist. Ich glaube, dass die Beraterin ihr Bestes gegeben hat, wenn auch unbewusst das „Negative“ etwas durchschlug.

## **11. Sechster Aufsatz:**

### **Autor F:**

Frau St. erzählt in mehreren Sitzungen ihre wenig geglückten Beziehungen mit Männern. Immer wieder kommt sie auf ihre erste Ehe zu sprechen, die schon vor 15 Jahren geschieden wurde. Der Mann hatte sich damals eine viel jüngere Frau, die im Betrieb beschäftigt war, zur Freundin genommen und in der Folge hatte er sich von ihr scheiden lassen. Sie, Frau St. wäre nun mit den beiden kleinen ehelich geborenen Kindern allein dagestanden. Zusätzlich habe sie immer wieder große Mühe gehabt die Unterhaltsbeiträge für ihre Kinder und sich selbst von ihrem Ex-Gatten zu erhalten. Des Öfteren musste deswegen ein Rechtsanwalt eingeschaltet werden, weil es zu gerichtlichen Verhandlungen gekommen war.

Frau St. erzählt:“ Ich kann das nicht vergessen. Mein Mann lag neben mir im Ehebett und plötzlich erzählte er mir, die ich vollkommen ahnungslos war, dass er mit unserer Angestellten ein Liebesverhältnis angefangen hatte und sie zu heiraten gedanke. Das war als ob mir ein Pfahl ins Herz gebohrt würde...“

Danach weinte sie lange Zeit.

LSB: legt ihr den Arm auf die Schulter und so vergeht einige Zeit. Schließlich fragt sie, ob sie zu Gott irgendeine Beziehung habe.

Frau St.: „Ja ich bete ab und zu und gehe auch immer wieder zu einem Gottesdienst...das beruhigt mich dann immer““

LSB: „dass diese schmerzende Wunde in Ihrem Herzen nach 15 Jahren noch so groß ist, hängt damit zusammen, dass sie ihrem Ex-Gatten noch nicht vergeben konnten, was er ihnen angetan hat.“

Frau St.: „Ja ich kann ihm das nicht vergeben, was er mir und meinen Kindern angetan hat...“

LSB: Sehen sie, da gibt es im „Wort Gottes“ eine Hilfe, die ich schon 2 mal sehr hilfreich vermitteln konnte, nämlich steht im „Neuen Testament“ Römer 12, Vers 20 „Rächt Euch nicht selbst, Geliebte, sondern gebt Raum dem Zorn Gottes; denn es steht geschrieben „Mein ist die Rache, ich will vergelten“ spricht der Herr.

Können sie glauben, dass Gott Vater jetzt hier anwesend ist.

Frau St.: „Ja natürlich, das haben wir ja schon in der Schule gelernt“

LSB: Möchten sie jetzt ihren Zorn und ihre Rache an ihrem Exgatten Gott übergeben. Allerdings zu den Bedingungen Gottes. Er darf sie rächen, so wie Er es für richtig hält.

Frau St: weinend „ Gott ich übergebe dir jetzt allen Zorn und alle Rachedanken über meinen Ex-Mann und verzichte darauf mich selbst rächen zu wollen.“

Wir beten noch miteinander. Frau St. wird spürbar ruhig und gelöst. Sie fällt mir um den Hals und bedankt sich.

Frau St:“ Ich spüre, dass eine riesengroße Last von mir gewichen ist. Ich fühle mich ganz frei und froh.“ Sie weint vor Erleichterung.

In der Folge war Frau St. zu einer Aussprache mit ihrem Mann bereit.

Es wurde in der nächsten Zeit eine Regelung gefunden, die für beide Ex-Partner befriedigend zu sein schien. Frau St. konnte nun zulassen, dass ihre Kinder etwas mehr Kontakt zu ihrem Vater haben konnten.

Dies ist eine Wiedergabe aus dem Gedächtnis. Das Gespräch liegt schon längere Zeit zurück.

## 12. Interpretation zum sechsten Aufsatz:

Die Autorin bringt spirituelle Momente ein, indem sie ihre Klientin nach dem Zugang zu Gott fragt. Nach der Bejahung richtete die Autorin ihre Beratung spirituell aus. Leider schreibt sie nicht wieso sie überhaupt nach Spiritualität nachfragt. Ich kann nur vermuten, dass es ihr sehr wichtig ist und sich für den Klienten etwas verspricht. Diese Beratung zeigt wie schnell sich mit der Eingabe von Spirituellen Momenten, seitens des Beraters, eine Änderung ergibt. Zu diesem Fall, so finde ich, passt dieser Satz sehr gut. „Therapie ist unvermeidlich verkürzt, wenn das eigentliche Problem des Klienten spiritueller Natur ist“ (van Quekelberghe, 2007).

Die Klientin wurde vor 15 Jahren geschieden und kämpfte immer noch mit den Verletzungen, die in ihr sind. Gegen ihren Ex-Mann muss sie immer wieder gerichtlich vorgehen, weil Unterhaltszahlungen ausbleiben, was ihren Schmerz noch verstärkt. Die innere Wut bei der tiefen Verletzung, dass ihr Mann eine Jüngere genommen hat, hat sie nie vergessen können, und musste weinen. Die Beraterin legt den Arm um ihre Klientin und fragt sie nach einiger Zeit, ob sie zu Gott eine Beziehung habe. Die Beraterin reagiert hier sehr emphatisch. Sie wartet einige Zeit bis sie die Klientin nach Gott fragt. Hier könnte die Erfahrung der Beraterin eine Rolle spielen wieso sie denn gewartet hat. Intuitiv stellt sie anscheinend ihre Frage zum richtigen Zeitpunkt. Sie achtet scheinbar auf den Verstand und auf das Gefühl.

„Ähnlich gehen auch Manager vor [...], Sie gaben an, ihre Entscheidungen zur Hälfte analytisch, zur Hälfte aus dem Bauch heraus zu fällen. Satt 80 Prozent ihrer erfolgreichen Beschlüsse führten sie indes auf ihre Intuition zurück (Traufetter, 2007).

Die Klientin bejahte die Frage zur Gottesbeziehung und gab zu verstehen, dass ihr Gebet und Gottesdienst eine gewisse Beruhigung geben. Die Beraterin fragt nun gezielt nach, um herauszufinden, ob die Klientin ihrem Ex-Mann noch nicht vergeben hat. Es sieht nach einem Versuch aus, bei der Klientin vorzufühlen, ob sie verzeihen könnte, was diese verneinte. Anschließend liest sie der Klientin eine Bibelstelle vor, in der man Gott die Ausübung der Rache überlassen sollte.

Sie stellte der Klientin erneut eine Frage, um sich zu vergewissern, dass die Klientin gläubig ist. Sie fragte: „Können sie glauben, dass Gott Vater jetzt hier anwesend ist?“

Die Klientin bejahte dies in ihren Worten. Nun traute sich die Beraterin einen Schritt weiter zu gehen - auch hier lässt sie Verstand und Bauchgefühl walten (vgl. obiges Zitat - und fragte: *„Möchten Sie jetzt ihren Zorn und ihre Rache an ihrem Exgatten Gott übergeben? Allerdings zu den Bedingungen Gottes. Er darf Sie rächen, so wie er es für richtig hält.“* Die Klientin übergab weinend all den Zorn und alle Rachedgedanken und verzichtete darauf, selbst rächen zu wollen. Anschließend beteten beide gemeinsam noch weiter. Die Klientin wurde spürbar ruhiger und fiel der Beraterin um den Hals. Die Beraterin zeigte scheinbar das richtige Gespür in den verschiedenen Situationen und handelte zum rechten Zeitpunkt immer so, dass die Klientin mitgehen konnte. Aufgrund dieser vorangegangenen Vorkommnisse entschied sie intuitiv, in diesem Fall, die Vergebung anzusprechen. „Doch fast alle, denen man viel Zeit zum Nachdenken gegeben hatte, schnitten schlechter ab als die Spontanentscheider“ (Traufetter, 2007). Dadurch wird der Klientin bewusst, dass Vergebung der Schlüssel ist, und konnte sich weinend und mit Freude von ihrer früheren Einstellung verabschieden. Erst durch das Bewusst- werden konnte eine Veränderung eintreten. „Wenn wir einige tief in uns verankerte Muster haben, müssen wir uns ihrer bewusst werden, um diesen Zustand heilen zu können (L. Hay, 2006).

### **13. Siebter Aufsatz:**

#### **Autor G.:**

Grundlegende Haltung in meiner spirituellen Arbeit:

Der Grund, warum wir im Allgemeinen ein Leben führen, das vom Verlangen jemand zu werden und zu sein geprägt ist, ist, weil wir unser wahres Sein, unser ursprüngliches Selbst vergessen haben. Diese Selbst-Vergessenheit führt zu einem tief sitzenden Mangel an Selbstwert (Minderwert), den wir über Bedürfnisbefriedigungen in der äußeren Welt zu kompensieren versuchen.

Indem wir nach "Innen wachsen" zu unserem SEIN. Sind wir im SEIN verwurzelt, gibt es keinen Mangel an Selbstwertgefühl. Stattdessen erwacht eine Liebe in uns, die wir niemals zuvor verspürt haben. Wir entwickeln eine Empfindsamkeit für Schönheit und Güte - und für die Einheit des Universums. Wir reifen zu einem Menschheitsbewusstsein, das über alle Grenzen hinauswächst.

Spirituelles Coaching ist ein "**nach Innen wachsen**" ins wahre SEIN, das unsere Wurzel ist. Je tiefer wir das SEIN bewusst erleben, desto mehr wachsen unsere angeborenen Fähigkeiten auch in die äußere Welt - nicht um unsere Minderwertigkeitsgefühle zu kompensieren, sondern um bewusst an der Schöpfung und der ihr zu Grunde liegenden EVOLUTION teilzunehmen. **Dann ist Innen und Außen im EINKLANG.**

**Spirituelles Coaching unterstützt den Menschen dabei:**

- die gedanklichen Konzepte sichtbar zu machen, die immer wieder ins Leid führen
- um zu erkennen, wie fruchtlos die Bemühungen des Egos sind, die Sehnsucht nach Liebe, Glück und Harmonie im Außen erfüllen zu wollen
- ein Verständnis der Zusammenhänge zwischen Wahrheit / Wirklichkeit und Erscheinung zu schaffen
- Ein-Sicht über unser ursprüngliche Sein (Essentielle Verwirklichung)

Schlussendlich geht es darum, über die Ego-Identität hinauszuwachsen und jenseits des dualistischen Bewusstseins direkt der Wahrheit gewahr zu sein.

Ich möchte an zwei Rückmeldungen von Klienten den Erfolg aufzeigen.

**Herr B.:**

Weltmeister Herren 35+ Tennis - Doppel 2003

Vizeweltmeister Herren 35+ Tennis - Einzel 2003

Weltmeister im Team 35+ Tennis 2004

In meiner über zehnjährigen Karriere als Tennisprofi und der derzeitigen Laufbahn als Coach, bin ich zu der klaren Erkenntnis gelangt, dass der wirkliche Erfolg im "Äußeren Spiel" eines jeden Sports oder auch im Beruf nur dadurch gelingt, wenn es einem gelingt, sein "Inneres Spiel" zu gewinnen.

Viele Jahre bin ich auf der Suche nach Methoden gewesen, die einen dies erleichtern und die schier unüberwindbaren inneren Mauern und Begrenzungen, wie z. B. Angst vor Versagen, Perfektionismus oder den Zweifler in uns, überwinden zu lassen.

Erst die Begleitung, die ich durch Norbert Altmann erfahren durfte, hat hier entscheidende und wirklich tief greifende Veränderungen bewirkt.

Dort wo all meine bisherigen Werkzeuge stecken geblieben sind, dringt diese Form einer genialen Fragetechnik in ungeahnte Tiefen vor und fasst die Wurzel der Probleme und bringt ein neues Lösungsbewusstsein hervor.

Ich empfehle allen erfolgsorientierten Menschen, ob im Sport oder Beruf, die sich darüber hinaus auch nach mehr Erfüllung und Harmonie sehnen, dieses hervorragende Hilfsmittel von Norbert Altmann für sich zu nutzen.

Liebe Grüße und nochmals vielen Dank, Torben Theine

**Frau C:**

**Zahntechnische Angestellte**

Ich danke Dir für Deine hartnäckige und sehr geduldige Begleitung auf dem Weg zu meinem "SEIN". Noch unerfahren im Handeln aus dem SEIN heraus, spüre ich dennoch ungeheure Erleichterung in meinem Leben. Hatte ich früher all meine Energie darauf verwendet mein Ego aufzupolieren, ist diese Energie jetzt frei für den Augenblick. Du hast mir geholfen in dieses SEIN zu finden, jetzt liegt es an mir es auch mein Leben werden zu lassen. Sollte mir das wieder einmal nicht gelingen, weiß ich ja, wo ich Dich finde, und ich werde nicht zögern mich wieder an Dich zu wenden, um mich von Dir wieder dahin zurück führen zu lassen, wo ich in Zukunft immer sein will, in meinem SEIN.

Ein herzliches Dankeschön, Karin

Ich hoffe Sie können dies verwenden

**14. Interpretation zum siebten Aufsatz (da beide Aufsätze sehr ähnlich sind, werden sie in eine Interpretation zusammengefasst):**

Der Autor erklärt zuerst, dass durch Selbstvergessenheit eine Bedürfnisbefriedigung in der äußeren Welt gesucht wird. Spirituelles Wachsen ist ein „nach innen Wachsen, ins wahre Sein. [...] Je tiefer wir das Sein bewusst erleben, desto mehr wachsen unsere angeborenen Fähigkeiten auch in der äußeren Welt – nicht um unsere Minderwertigkeitsgefühle zu kompensieren, sondern um bewusst an der Schöpfung und der ihr zu Grunde liegenden EVOLUTION teilzunehmen“. In dieser Ausführung und an der Ausführung, wie spirituelles Coaching den Menschen unterstützt, könnte man den Autor als einen sehr freien Menschen bezeichnen. Er zeigt einen Weg, weg vom Egoismus, sein „Selbst“ wahrzunehmen, bewusster zu werden, um sich dann ändern zu können. „Und Du wirst beeindruckt sein durch unsere eigene Fähigkeit, mehr geistig zu werden [...]. Ich glaube, das ist der beste Weg, sich selbst zu heilen“ (Chiu, 2000 zit. n.

Bucher). Er spricht im spirituellen Coaching von „sich bewusst werden“, im Zusammenhang von Wahrheit und Wirklichkeit, um aus dem egoistischen Denken heraus zu wachsen. Der Autor bringt in jeder Beratung seine innerste Überzeugung mit ein und arbeitet intensiv mit seinen Klienten, die dies auch deutlich wahrnehmen und spüren, dass es ihnen weiterhilft. Die Danksagungen zeigen eine sehr tiefe und positive Verbindung zum Autor auf. Man könnte dies auch so sagen: „Nicht gesund, sondern Heilung von innen heraus ist angepeilt, und nicht Aufarbeitung, sondern Weiterbildung im besten Wortsinn ist gefragt“ (E. Lukas, 1998).

In beiden Fällen, es sind Danksagungen der Klienten, kommt deutlich hervor, dass mit der tiefen Einstellung des Beraters Fragestellungen ermöglicht werden, die den Klienten weiterhalfen. Dabei fällt auf, dass sich die Klienten ihrer Bewusstheit gewahr werden und sie sich dadurch verändern können. „Sobald man sich eine Situation aber bewusst vor Augen führt, hat man sie bereits grundlegend verändert – einfach aufgrund der Tatsache, dass man nicht mehr automatisch reagiert“ (Kabat-Zinn, 2007).

Im ersten Fall kommt der Klient zu dem Entschluss, dass man zuerst das „innere“ Spiel gewinnen muss, um im „Außen“ erfolgreich zu sein. Indem ihm durch die guten Fragestellungen des Beraters einiges bewusst wurde, konnte er sein Leben verändern.

Die zweite Klientin merkt, dass sie viel dazugelernt hat, aber noch unerfahren ist im Handeln aus dem Sein heraus. Sie kann jetzt in ihrem Sein leben und es hört sich so an, als ob sie im „Hier und Jetzt“ zu leben gelernt hat.

## **15. Achter Aufsatz:**

**Autor H:**

Sehr geehrter Herr Schurr!

Ich werde hier versuchen, meine Beratungserfahrungen mit Spiritualität festzuhalten, wobei ich mich nicht an Ihre Ordnungsvorgaben halten kann.

Anschließend mein Versuch:

**1: was ist Spiritualität?**

Für mich ist Spiritualität weder eine geistige, noch eine religiöse, noch eine philosophische Qualität.

Für mich ist Spiritualität eine reine Erfahrungsqualität. Alle anderen Interpretationen sind für mich Erklärungsversuche, die erst NACH oder STATT dem tatsächlichen Erleben entstehen.

Um so wenig wie möglich unseren Hang zu Erklärungen und daraus abgeleitete Vorstellungen Ideen und Konzepte zu nähren, versuche ich Spiritualität einfach nur mit dem „Größeren“ zu definieren.

So kommt in meiner Arbeit das Wort Spiritualität äußerst selten vor, da ich eben alles, was wir uns davon zusammenreimen wollen, vermeiden möchte. (Es lebt inzwischen ja ohnehin schon ein ganzer Industriezweig davon, uns auf diesem Gebiet Erklärungen anzubieten)

Alles was wir im Kopf angesammelt haben, sind meiner Erfahrung nach, nichts als Hindernisse zum direkten Erfahrungszugang! Da aber die direkte Erfahrung etwas individuelles, höchst persönliches ist, gibt es für mich nur sehr eingeschränkt allgemeingültige Aussagen über spirituelle Erfahrungen, höchstens meine eigenen kann ich mitteilen, die jedoch ebenfalls keine Allgemeingültigkeit haben.

Andererseits ist für mich die direkte und unmittelbare Lebenserfahrung, also das Erleben des lebendigen Augenblickes „aus erster Hand“ die zentrale Basis meiner spirituellen Selbstentwicklungsarbeit. Erst das eigene Erleben zeigt mir meine tatsächliche Wirklichkeit!

## **2. was ist spirituelle Lebensberatung?**

Ich unterscheide grundsätzlich zwei Wege in der Beratung:

A: die konventionelle Form zeichnet sich dadurch aus, dass sie persönlichkeitsfestigend und ziel - bzw. erfolgsorientiert ist. Also, wenn diese Form angewendet wird, so hat der Berater wie der Klient eine Zielvereinbarung (ausgesprochen oder auch nicht)



getroffen und die Beratung wird sich entsprechend diesem Ziel ausrichten. Es wird von beiden (Berater und Klient) ein Erfolg erwartet!

Ein wesentliches Merkmal dieser Form ist, dass das ICH (EGO) gestärkt wird und dadurch schwierige Lebenssituationen durch erlernbare Techniken, Methoden und Konzepte leichter zu bewältigen sind. Also ICH stehe im Mittelpunkt und organisiere mir (in Beziehung zu meinen Mitmenschen) mein Leben, entsprechend den Zielen, die ich mir gesetzt habe.

B: die spirituelle Form zeichnet sich dadurch aus, dass sie weder persönlichkeitsfestigend noch erfolgsorientiert ist. Es gibt keine Zielvereinbarung über vorher festgelegte Ziele und deshalb auch keine „Erfolgsorientierung“! Berater und Klient sind sich bewusst, dass sie sich auf einen Selbstentwicklungsprozess einlassen, der in eine unbekannt Zukunft führt. In eine unbekannt Zukunft deshalb, weil jeder tatsächliche Selbstentwicklungsprozess uns auf eine neue, vorher noch nicht bekannte Bewusstseinsstufe führt. Damit ändert sich auch unsere Wahrnehmung von uns, unserer Gegenwart und Zukunft.

Ein wesentliches Merkmal dieser Form ist, dass das ICH (EGO) nicht im zentralen Fokus der Beratung steht. Es muss deshalb weder verbessert, noch verändert werden. Konzepte, Methoden und Techniken zur ICH Verbesserung fehlen hier deshalb weitgehend.

Im Mittelpunkt der spirituellen Lebensberatung steht somit nicht die ICH-Befindlichkeit des Menschen, die nach vorher festgelegten Maßstäben verbessert wird, sondern dass wir einen inneren Weg der Selbstentwicklung gehen zu lernen, auf dem wir uns langsam von unserer ICH-Begrenzungen lösen und dadurch mehr und mehr in Kontakt mit dem „Größeren“ kommen können.

Dieser Selbstentwicklungsweg findet jedoch ausschließlich im persönlichen Erfahrungsbereich statt. Der Berater ist hier kein „Berater“ sondern Wegbegleiter und manchmal durch seine Erfahrung auch „Hinweiser“!

### **3. meine Erfahrung mit spiritueller Lebensberatung:**

In meiner nun schon 25 jährigen Beratungs- und Begleitungserfahrung habe ich vor allem eine grundlegende Sehnsucht der Menschen kennen gelernt:

die Sehnsucht zu leben!

Zu leben bedeutet aber etwas anderes, als das, was wir in unserer Gesellschaft als erstrebenswert anzusehen gelernt haben.

Leben kann weder gedacht, noch getan werden.

Leben folgt keiner vorher von uns festgelegter Planung, oder Vorstellung.

Leben ist keine intellektuelle Verstandesleistung, sondern eine gefühlte Erlebnisqualität!

Leben findet dort statt, wo unser Denken, unsere Vorstellungen und Konzepte enden.

Leben findet ausschließlich in der unmittelbaren Gegenwart statt und ist nur in unserer gegenwärtigen Erfahrung erlebbar.

Um das Leben jedoch tatsächlich fühlend erleben zu können, muss ich mein ICH, meine Selbstbezogenheit, meine Denken und Wissen und damit meine innere Sicherheit verlassen und mich in das Unbekannte des gegenwärtigen Augenblickes einlassen. Ich muss das sichere Nest meines Weltbildes zugunsten der Unsicherheit der tatsächlich erlebbaren Welt aufgeben.

Anders gesagt: die Sehnsucht nach leben ist nichts anderes, als die Sehnsucht das ICH Gefängnis des eigenen Egos, die Getrenntheit vom Ganzen zu verlassen um im „Größeren“ im lebendigen Sein, in der Einheit, aufgenommen zu werden!

Somit ist diese Sehnsucht nach leben, die ich bei fast allen Menschen erfuhr, die ich in diesen vielen Jahren begleiten durfte, nichts anderes als eine zutiefst spirituelle Sehnsucht! Es ist dies keine Sehnsucht nach spirituellen, religiösen oder geistigen Wissen oder Erkenntnissen, sondern eine Sehnsucht nach einer ganzheitlichen, also spirituellen Erlebnisqualität.

Ich versuche daher, seit ich Menschen auf diesen Weg begleite, immer wieder Bedingungen herzustellen, die den TeilnehmerInnen das Eintauchen in diese Erlebnisqualität ermöglichen.

Dies geschieht hauptsächlich dadurch, dass ich bereit bin, mich auf das Unbekannte, das nicht Vorhersehbare einzulassen, dass ich mein ICH verlasse und mich in den Fluss des lebendigen Augenblickes einlasse. Dies kann nicht „getan“ werden, sondern kann nur „geschehen“!

Das kann in persönlichen Gesprächen, auf Abendveranstaltungen und in Wochenendseminaren stattfinden.

Somit ist dieser Weg auch für mich ein Weg des „nicht Wissens“, ein Weg, der sich erst im Beschreiten entfaltet, auf dem auch ich immer wieder ein Teilnehmer, ein Tropfen im Fluss bin. Ein Weg, auf dem auch ich immer wieder Ausschau halte, wohin uns der nächste Schritt führt!

## **16. Interpretation zum achten Aufsatz:**

Für die Autorin ist Spiritualität eine reine Erfahrungsqualität und wird einfach mit dem Wort „Größerem“ definiert. Sie hält nichts von Interpretationen, die nur Erklärungsversuche sind. Deshalb kommt das Wort Spiritualität auch kaum in ihren Sitzungen vor. *So kommt in meiner Arbeit das Wort Spiritualität äußerst selten vor, da ich eben alles, was wir uns davon zusammenreimen wollen, vermeiden möchte.* Sie möchte sich hier anscheinend einfach nur auf das konzentrieren, was wirklich ist, weg vom Kopfdanken, das dem direkten Erfahrungszugang hinderlich ist. Offenbar geht sie auf den Klienten emphatisch zu und lässt geschehen was gesehen wird. Die Beraterin geht trotzdem vom „Größeren“ aus, wie sie schreibt. Vielleicht sieht sie dies so: „Schließlich ruft man sich ins Bewusstsein, dass man jetzt, in diesem Augenblick ganz ist, ganz – und gleichzeitig Teil eines größeren Ganzen“ (Kabat-Zinn, 2007).

Sie kann sich nicht an die Vorgaben halten, einen Fall zu beschreiben, sondern möchte hier einen immerwährenden spirituellen Weg aufzeigen. „[...] Das bedeutet, dass sich unser Bewusstsein erweitert und vertieft zur Präsenz und Selbsterkenntnis, dass unser

Herz Selbstliebe, Liebe und Mitgefühl weiter entwickelt und wir zu unserer inneren Kraft und Mitte finden, um ein Leben aus der Essenz leben zu können“ (www.spirituelle-psychologie.com, 2008).

Die Basis der spirituellen Selbstentwicklung ist „das Erleben des lebendigen Augenblicks“.

Sie vergleicht zwei Wege. Den „konventionellen Weg“, der für den Klienten möglich ist, also kein spiritueller. Seine Merkmale sind persönlichkeitsfestigend und ziel- bzw. erfolgsorientiert. Das Ego wird gestärkt, um das Leben leichter zu bewältigen.

Der zweite Weg ist der spirituelle, der aber nicht unmittelbar ausgesprochen wird. Die Autorin geht hierbei auf keine Zielvereinbarung ein und nicht das Ego steht im Zentrum, sondern der Gang des „Inneren Weges“. Weg von der „Ich-Begrenzung“ hin zum „Größeren“. Sie bezeichnet dies aber nicht direkt mit Beratung, sondern vielmehr als Begleitung und der Weitergabe eigener Erfahrungen als „Hinweiser“. Es sieht so aus, als ob die Autorin immer den spirituellen Weg mit ihren Klienten ginge. Ihre allgemeinen Erfahrungen zeigen dies deutlich auf. Sie versucht daher Bedingungen mit dem Klienten herzustellen, *„die ein Eintauchen in diese Erlebniswelt ermöglichen“*. Sie sagt, dass dies durch das Einlassen auf das Unbekannte geschieht, *„dass ich mein ICH verlasse und mich in den Fluss des lebendigen Augenblicks einlasse“*. Für die Autorin ist dies *„ein Weg, der sich erst im Beschreiten entfaltet ...“*. Sie lässt sich wahrscheinlich ganz auf den Klienten ein und holt ihn dort ab, wo er steht, immer im Auge behaltend, dass das Weg vom „Ich“ zum „Größeren“, stattfindet.

## **17. Neunter Aufsatz:**

### **Autor I:**

Meine Erfahrungen zum Ihrem Thema:

Grundsätzlich verstehe ich Spiritualität in meiner Arbeit als ein sehr wichtiges Element, das in der täglichen Beratung stetig einfließt. Dies kommt von meiner inneren Überzeugung, dass Gott, oder wie man ihn auch immer nennen mag, in unserem „Sein“ dazugehört. Der Zugang zu den Klienten geschieht über Entspannung und Meditation. Hier spüren auch „Nichtgläubige“, über das Gefühl eine unbeschreibliche Verbindung die Ihnen gut tut. Diese Rückmeldungen erhalte ich sehr häufig.

Fallbeispiel:

Ein höherer Angestellter eines großen Unternehmens war bei mir, weil er nicht schlafen konnte und kurz vorm Burn Out stand. Ich nenne ihn hier Herr B..

Herr B. ist nicht gläubig, er gab gleich am Beginn der Beratung zu verstehen, dass er nicht über Spiritualität sprechen wollte. Mein Zugang zu diesem Klienten war, wie immer mit einer Entspannungsübungen bzw. Meditationen.

Die Meditation ging über die Liebe die er in sich spüren sollte und über die Liebe Gottes zu uns Menschen. Bereits nach der dritten Sitzung sprach der Klient von sich aus über Spiritualität, Herr B. gab zu verstehen, dass die Entspannungen „einschlugen“ und er sich innerlich stark fühlte, auch wenn „außen“ alles hektisch ist. Er meint auch, dass er schon immer was spürte aber es nie für wichtig hielt und nach diesen Entspannungen kann er nun über Gott sprechen. Diese Übungen laden ihn auf wie ein Batterie, so seine Worte. Bei weiteren Sitzungen spürte er immer mehr sein Gefühl und weniger den Verstand und spürte, dass Gott für ihn wichtig ist. Er kommt nun weiter einmal im Monat um die Entspannungen zu erleben.

Ich hoffe mit diesem kurzen Beispiel zu Ihrer Arbeit beitragen zu können.

Viel Erfolg!

### **18. Interpretation zum neunten Aufsatz:**

Die Autorin geht von ihrer inneren Überzeugung aus und setzt diese bei jedem Beratungsgespräch und mit jeder Person um. Sie geht anscheinend mit einer klaren und sozusagen ansteckenden Überzeugung an die Beratung heran. Mit den Entspannungsübungen und Meditationen trifft sie ungläubige Menschen wie gläubige so, dass dies zu einer Bereicherung für das Leben des Klienten führt.

Sie versucht anscheinend die Achtsamkeit des Klienten nach innen zu richten um sich mehr wahr zu nehmen und den Stress zu reduzieren.

„Dr. Daniel Goleman und Dr. Gary Schwarz stellten Anfang der siebziger Jahre in zahlreichen Untersuchungen fest, daß -[sic]- Menschen, die regelmäßig meditieren, eine größere Flexibilität im Umgang mit Streß -[sic]- an den Tag legen und eher zur Stressaktion als zur Stressreaktion neigen“ (Kabat-Zinn, 2007).

Der Klient spricht sofort in der ersten Beratung an, dass er nicht über Spiritualität sprechen wolle. Dennoch suchte er, vermutlich intuitiv die richtige Beraterin für sich aus. Ob das Intuition war, kann leider nicht festgestellt werden, es wäre aber interessant zu erfahren, welche Beweggründe ihn wirklich zu dieser Entscheidung brachten.

Die Beraterin führte, unbeirrt der Wünsche des Klienten, ihre Meditation durch und erzielte bereits nach der ersten Sitzung mit dem Klienten ein positives Ergebnis. Er fühlte sich *„innerlich stark, auch wenn „außen“ alles hektisch ist“*. Nach der Entspannung, die Liebe und Gott beinhalteten, gab der Klient zu verstehen, dass dies für ihn nun Thema sei und immer wichtiger werde. Der Klient hätte auch gehen können, aber er tat es nicht. Vermutlich weil ihm die Achtsamkeit auf sich so gut getan hat oder/und weil er vielleicht intuitiv die richtige Beraterin ausgesucht hat? Die beschriebene Theorie sagt folgendes: *„Es gibt eine Kraft, deren Mechanismus wir nicht ganz verstehen und die bei den meisten Menschen die körperliche Gesundheit auch bei ungünstigsten Bedingungen zu schützen und zu fördern scheint“* (Scott, 2004).

Die Entspannung wurde vermutlich von der Beraterin so aufgebaut, dass sie nichts aufdrängte, sondern der Klient in der Entspannung spürte, was die Liebe in ihm und die Liebe Gottes bewirken können. Wäre das nicht so, müssten die Klienten verärgert weggehen und könnten so keine positiven Rückmeldungen von sich geben.

In diesem Fall war interessant, dass der Klient von Beginn an nicht über Spiritualität reden wollte, dies also von sich aus einbrachte und dann im Laufe der Sitzungen selber darauf kam bzw. spürte, dass Gott für ihn wichtig erschien und nun er auch darüber reden konnte.

## **G. Allgemeine Zusammenfassung, Ausblick und Nachwort**

### **1. Wie Berater mit den wahrgenommenen spirituellen Momenten umgehen**

Hier möchte ich in drei Kapiteln die Ergebnisse in einer Zusammenfassung aufschreiben. Zuerst beschreibe ich, wie spirituelle Momente in die Beratung kommen. Anschließend komme ich zur eigentlichen Beantwortung der Frage, wie Berater mit den wahrgenommenen spirituellen Momenten umgehen. Dabei fließen die wahrgenommenen spirituellen Momente im Bezug auf „das Innere“, das „Bewusst-werden“ und der Intuition mit ein. Zum Schluss, welche Auswirkung es auf eine Beratung hat.

#### **1.1. Wie spirituelle Momente in die Beratung kommen**

Es ist sehr interessant, wie unterschiedlich die spirituellen Momente in die Beratung einfließen. Diese Vielfalt von Momenten sowie die Art und Weise wie sie von Klienten oder Beratern einfließen zeigt eine gewisse Wichtigkeit der Spiritualität in der Beratung. In allen Aufsätzen war Spiritualität ein wichtiger Bestandteil, es gab keine kritischen Anmerkungen zu Spiritualität, nur mit der Ausnahme wie man sie definiert. In den Aufsätzen entsteht der Eindruck, dass es eine gewisse Erwartung gibt, seitens der Klienten, die sich Spiritualität in der Beratung wünschen. Dies geht auch aus der Theorie hervor, die hier mit zwei Zitaten belegt werden. Zitat eins: „Erwartung, in der Therapie auch Spiritualität anzusprechen, weil diese der Heilung und dem Wachstum förderlich sei (Rose, 2001, zit. n. Bucher 2007). Zitat zwei: „Transpersonale und an Jung orientierte Therapeuten werden von Personen, die spirituelle Intensiverfahrenungen machen, deswegen aufgesucht, weil ihre Erlebnisse hier nicht als psychotisch abgetan werden (Heise, 2005, zit. n. Bucher).

Es wäre für die Beratung von Vorteil wenn dies nicht nur für Jung'sche Therapeuten zählen würde, sondern in jeder Beratung, der verschiedenen Beratungs- und Therapierichtungen, einen Platz finden könnte.

Berater gaben spirituelle Momente sehr häufig selbst ein, doch sie kamen auch vom Klienten. Hier eine Übersicht aller eingegebenen spirituellen Momente:

- Klienten beginnen selbst von spirituellen Erlebnissen zu erzählen
- Pflücken von Kräutertee mit einer spirituellen Fragestellung kombiniert

- Handauflegen, um Energie zu geben für ein gutes Weiterleben
- Rituale der Vergebung, hier eine Art von Gebet
- Berater vertraut auf den richtigen Moment, der dem Klienten durch das Beratungsgespräch zufällt
- Annahme und Bestärkung durch die religiöse oder spirituelle Einstellung
- Den Klienten in seinem Glauben annehmen, obwohl die Einstellung nicht die Gleiche ist – und daran wachsen
- Bibelstellen und das Gebet einfließen lassen
- Aus tiefster spiritueller Überzeugung die richtigen Fragen stellen, die dem Klienten weiterhelfen
- Sich auf das „Selbst“ und auf das „Größere“ einlassen und nicht dem Ego nachgeben
- Durch Entspannungsübung, in der die Liebe zu sich und die Gottesliebe zu den Menschen vorkommt

Diese Breite an verschiedenen Zugängen zur Spiritualität in der Beratung, lassen die Vielfalt von Möglichkeiten erahnen, wie spirituelle Beratungen geführt werden können. Der individuellen Spiritualität oder auch Religiösität des Einzelnen, kann mit einer solchen Breite an Möglichkeiten, bedingt durch die Offenheit und Empathie des Beraters, Rechnung getragen werden. „Spiritualität ist mein Sein, meine innere Persönlichkeit. Sie ist, was ich bin – einzigartig und lebendig. Sie drückt sich aus durch meinen Körper, meine Gefühle, meine Urteile und meine Kreativität“ (Bucher, 2007).

Wie Berater mit solchen eingebrachten Momenten umgehen sehen wir im nächsten Teil.

### **1.2. Wie Berater mit den wahrgenommenen spirituelle Momente umgehen (die wahrgenommenen spirituellen Momente im Bezug auf „das Innere“, das „Bewusst-werden“ und der Intuition fließen dabei mit ein)**

In fast allen Aufsätzen stellen sich die Berater sehr gut auf ihre Klienten ein. Sie beraten sehr emphatisch. Es zeigt sich in den Aufsätzen (4, 5, 6) sehr deutlich, dass Erfahrung und Wissen kombiniert mit dem Bauchgefühl zu diesen guten Ergebnissen für die Klienten führt. In den anderen Aufsätzen wird dies zwar nicht direkt angesprochen, doch zeigt das Handeln der Berater eine solche Richtung auf. Eine



Aussage von Traufetter, dass Intuition eine Mischung von Gefühl und Verstand ist (vgl. S.26) lässt auf eine intuitive Grundhaltung der Berater schließen.

Eine weitere Grundhaltung ist die spirituelle Einstellung der Berater. Es zeigte sich, dass sie der eigenen Überzeugung vertrauen und dadurch immer wieder einen vorsichtigen Versuch starten, Spiritualität in die Beratung einzubringen. Dabei lassen sie dem Klienten immer die Freiheit ob sie mitgehen wollen. In allen Aufsätzen gingen die Klienten, bei der eingebrachten Spiritualität, mit und zogen Vorteile für sich heraus. Die Berater handelten im Sinne dieses Zitates: „Eine spirituelle Haltung in der Therapie, die vor allem den Ressourcen der Klienten vertraut, scheint effektiver zu sein“ (van Quekelberghe, 2007).

In einem Aufsatz wurde das spirituelle Moment vom Klienten eingebracht. Dies war übrigens der einzige Aufsatz, in dem der Klient dies einbrachte. In einem weiteren Aufsatz hatte die Beraterin eine andere spirituelle Einstellung als die Klientin. Ansonsten gingen die spirituellen Momente immer vom Berater aus. In den beiden besonderen Fällen wurde die wahrgenommene Spiritualität von den Beratern sehr gut angenommen. Sie ließen den Klienten sprechen und nahmen ihn sehr gut an. Die Berater lernten aus dieser Situation für ihre zukünftigen Beratungen dazu. Gerade für den Berater im zweiten Aufsatz war es ein Aha-Erlebnis und er erkannte für seine zukünftigen Beratungen, dass spirituelle Beratung für den Klienten wichtig ist (vgl. S.51). Hier wird nun ein Vergleich mit folgender Theorie aufgezeigt.

„Es zeigt sich [...], dass Religiösität/Spiritualität in Bezug auf praktisch alle Aspekte der „gesundheitsbezogenen Lebensqualität“ auf jeden Fall relevant ist, eine bedeutsame Ressource zur Verbesserung der Lebensqualität darstellt und genuine bzw. sich nicht mit anderen Bereichen überlappende Informationen/Sichtweisen einbringt“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Die Klienten hatten in den Sitzungen die Möglichkeit, sich wahr zu nehmen, auf das Innere zu schauen und sich ihrer Handlungen bewusster zu werden. Dies deckt sich mit der Theorie.

„Durch die Öffnung dieses „spirituellen Raumes“ im Inneren seines Ich-Bewusstseins gewinnt das „Ich“ die Möglichkeit einer Dezentrierung oder „Neukalibrierung“. Diese Öffnung nach „Innen“ wird meist als eine positive,

erfreuliche, konfliktfreie Erweiterung und Bereicherung erlebt“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Es gehört dabei ein emphatisches Verständnis des Beraters zu seinem Klienten dazu. Wie schon berichtet gingen die Berater sehr gut mit ihren Klienten um.

Die Klienten konnten, wie in allen Aufsätzen zu sehen, spirituelle Erfahrungen erleben und ausleben und dadurch in ihrem Anliegen weitergebracht werden. „Und Du wirst beeindruckt sein durch unsere eigene Fähigkeit, mehr geistig zu werden [...]. Ich glaube, das ist der beste Weg, sich selbst zu heilen“ (Chiu, 2000 zit. n. Bucher).

Die Berater handelten hier sehr vorsichtig und fragten, bis auf eine Ausnahme (Aufsatz 9) nach, um dann spirituell weiter zu arbeiten. Dabei konnten die Berater sehen wie der Klient reagiert und konnte nun mit der eingebrachten Spiritualität fortfahren oder sie sogar erweitern.

Die positiven Ergebnisse für die Klienten haben die Individualität jedes Beraters und auch jedes Klienten gezeigt. Jeder Mensch ist anders, jede Beratung verläuft mit unterschiedlichen Methoden, dies zeigten auch die vielen verschiedenen Zugänge die in den Fallbeispielen deutlich wurden. Wie William James meinte, kam auch hier deutlich hervor, dass alles was gemacht wurde einen Sinn hat, für Klient wie auch für Berater. „Erst durch das Interesse werden die Dinge zu Dinge, bekommen sie Namen und erhalten sie einen unabhängigen Status von eigener Würde“ (William James, 1998 zit. n. Heine, 2005).

Die spirituellen Momente in der Lebens- und Sozialberatung sind so vielfältig und haben doch eines gemeinsam: Der Berater handelt aus seiner innersten Überzeugung und stellt sich sehr intensiv auf den Klienten ein. „Spiritualität sei (in diesem Artikel) als der nach innen gerichtete Suchprozess, die Suche nach etwas, das über das ICH hinausläuft, definiert“ (vgl. S. 22, [www.dgak.de](http://www.dgak.de), 2007).

Die Ergebnisse wie Berater mit spirituellen Momenten umgehen, waren sehr positiv. Dennoch halte ich es für die psychosoziale Beratung wichtig, in Bezug auf eine besondere Behandlungsmethode im Aufsatz fünf, dass der Klient auch wirklich als freies Individuum angenommen wird und nicht die Ansichten des Beraters aufgedrückt bekommt. Auch wenn die Gesundung des Klienten durch Spiritualität möglicherweise leichter erreichbar ist, darf ein Berater niemals alleine, ohne Arzt oder Psychologen irgendwelche eigenmächtigen Handlungen, die seine Kompetenzen überschreiten,

vollziehen. Die Zusammenarbeit von Beratern, Ärzten sowie Psychologen oder auch umgekehrt, sollte zukünftig stärker intensiviert werden. Dazu wäre eine engere Zusammenarbeit der Berufsgruppen und der Gesundheitspolitik erforderlich

Die Berater achteten darauf, dass dem Klienten sein Verhalten oder seine Ansicht bewusst wurde und danach, durch seine innere Bereitschaft eine Veränderung möglich wurde. „Wir helfen ihnen, auf die Signale des Körpers zu achten, die Funktionsweise des Geistes besser zu verstehen und Vertrauen in ihre eigenen, inneren Erfahrungen zu entwickeln [...]. Alles Sein als vollkommen zu erfahren“ (Kabat-Zinn, 2007).

Die spirituelle Überzeugung sowie die innere Einstellung der Berater, konnten auf die Klienten übertragen werden. Dadurch wurde sich der Klient in seinem Verhalten bewusster und konnte mit seinem neuen Wissen intuitive Lösungen finden.

Die Berater handelten im Hier und Jetzt und richteten ihre spirituellen Elemente auf eine Lösung des Problems aus. Durch das Achten auf „Bewusst-werden“ veränderte sich der Klient und konnte in seinem „Sein“ fortschreiten. Dem Satz von Luise Hay kann ich aufgrund der Aufsätze nur Zuspruch erteilen. „Wenn wir einige tief in uns verankerte Muster haben, müssen wir uns ihrer bewusst werden, um diesen Zustand heilen zu können (L. Hay, 2006).

Insgesamt kann ich aus den gemachten Erfahrungen, aus den vorliegenden Aufsätzen und dem theoretischen Hintergrund sagen, dass vor allem das sich „Bewusstwerden“ eine wichtige Voraussetzung für die Entwicklung eines Menschen ist und dass die innere Einstellung jederzeit verändert werden kann, um sich bewusster zu werden. Die Intuition ist eine Verbindung zwischen den gemachten Erfahrungen, dem vorhandenen Wissen und dem neuem Wissen, das sich durch ein bewusstes Achten auf sich und die innere Einstellung entwickeln kann.

Die Berater gehen schlussendlich mit den wahrgenommenen spirituellen Momenten sehr behutsam um und gehen emphatisch auf den Klienten ein. Die Ergebnisse für die Klienten waren durchwegs positiv und sie fühlten sich angenommen. In einem kurzen Abriss möchte ich auf die Auswirkung in der Beratung, durch die Spiritualität, eingehen.

### 1.3. Welche Auswirkung hat Spiritualität auf die Beratung

Durch die spirituellen Momente, die in die Beratung einfließen, konnten in allen Aufsätzen eine „Gesundung“ bzw. ein wesentlicher Fortschritt in der Entwicklung der Klienten erzielt werden. Dies deckt sich mit der Aussage von Renaud van Quekelberghe:

„Es zeigt sich [...], dass Religiösität/Spiritualität in Bezug auf praktisch alle Aspekte der „gesundheitsbezogenen Lebensqualität“ auf jeden Fall relevant ist, eine bedeutsame Ressource zur Verbesserung der Lebensqualität darstellt und genuine bzw. sich nicht mit anderen Bereichen überlappende Informationen/Sichtweisen einbringt“ (Renaud van Quekelberghe, 2007).

Für mich war besonders herausstellend, dass die Gesundung der Klienten durch die Spiritualität gerade im psychischen Bereich Geltung hat. Durch die Einstellung des Klienten aber auch des Beraters, konnten gerade wegen der gelebten Spiritualität, Erfolge verzeichnet werden. So zeigen die Aufsätze wie auch die Theorie (vgl. S. 39, 40, 43, 44) dass sich die spirituelle Einstellung auf die Gesundheit auswirkt. Forschungen in denen festgestellt wird, wie nachhaltig solche Erfolge sind wären interessant und wichtig. Gerade, weil hier Kritiker die Nachhaltigkeit solche Erfolge in Frage stellen könnten.

Es gibt viele Studien, einige wurden berichtet, die aussagen, dass Gesundheit und Spiritualität positiv miteinander verknüpft sind, doch gibt es auch weiterhin Kritiker die einige Studien anzweifeln. Insgesamt wird aber immer mehr deutlich, dass Spiritualität auf die Gesundheit, egal ob psychisch oder physisch bei gläubigen Menschen eine positive Wirkung erzielt. Es muss nicht immer mit vollständiger Heilung einhergehen aber zumindest ist mit Erleichterung oder besserem Umgang mit kritischen Situationen zu rechnen. Dies wurde auch in den Fallbeispielen der untersuchten Aufsätze deutlich.

Es gab keinen Klienten in diesen Untersuchungen, der nach einer spirituellen Sitzung enttäuscht gewesen wäre oder die Sitzung verließ, weil Spiritualität vorkam.

Dies kann bedeuten, dass Spiritualität angesprochen werden darf ohne gleich mit einem Ende der Sitzung rechnen zu müssen. Eine weitere besonders wichtige Darstellung in den Fallbeispielen war, dass der Berater die Möglichkeit bot miteinander zu beten, Bibelstellen zu lesen oder Hand aufzulegen um dadurch eine positive Wirkung auf die

Gesundheit des Klienten zu erzielen. Die Berater ließen den Klienten die freie Wahl und die Klienten nutzen dies, indem sie es sogar von sich aus forderten. In der Studie (vgl. S.37) sieht man, dass solche spirituellen Handlungen zum Erfolg führen können. Ein Klient, der gar nicht über Glauben reden wollte, machte zum Schluss die Erfahrung, dass Gott doch wichtig für sein Leben ist. Anscheinend suchen und finden Klienten intuitiv den richtigen Berater der ihnen in ihrer Situation weiterhelfen kann. „Menschen, die sich für Spiritualität interessieren, lassen sich ohnehin "führen" und gelangen an die richtige Adresse“ (vgl. S. 47). Dies lässt auch die Annahme zu, dass wir alle miteinander verbunden sind und an oberster Spitze der Schöpfer steht. Die Art und Weise, wie der Berater mit seinen Gedanken umgeht, kann in der Beratung eine Rolle spielen. Jung spricht vom „kollektiven Unbewussten“ (vgl. S. 15), Dr. Shaldrake vom „Morphogenetischen Feldern“ (vgl. S.29) und Dr. Medinger von „vorausiehenden Bewusstseinsfeldern“ (vgl. S. 30). Jeder von diesen dreien spricht etwas Größeres an, das zum Teil bereits wissenschaftlich belegt ist. Dennoch kann hier, wegen der noch jungen Forschung, den wenigen Daten und den geringen Untersuchungsmethoden keine hundertprozentige Sicherheit bescheinigt werden. Allerdings sollten solche Ergebnisse von allen respektiert werden und die Möglichkeit für weitere Forschungen offen bleiben. Die Ergebnisse der Untersuchung zeigen, dass es wichtig ist, hier am Ball zu bleiben. Dies kann nur geschehen, wenn der Wissenschaftler zugänglich ist für alle erforschten Neuerungen, ohne vernichtende Urteile abzugeben. Eine Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Sparten der Wissenschaft, wie Physik, Psychologie, Theologie und auch Biologie ist hier von großer Notwendigkeit.

## **2. Ausblick**

Der ganze Bereich der Spiritualität ist meiner Meinung nach ein sehr wichtiger. Allerdings, gerade im europäischen Raum, noch zu wenig erforscht. Dies gab mir die Möglichkeit mich mit diesem Thema in der psychosozialen Beratung auseinander zu setzen. Dabei stellte ich fest, dass der Bezug zur Spiritualität in verschiedenster Art und Weise auftaucht. Von der Quantenphysik zum Morphogenetischen Gesetz über viele wissenschaftliche Studien in Verbindung mit physischer und psychischer Gesundheit wiederum in den verschiedensten Teilaspekten, wie Medizin, Palliativmedizin, Psychologie und vieles mehr. Viele Studien zeigen eine positive Verbindung von

Gesundheit und Spiritualität. Auf der anderen Seite kann man die Skepsis verstehen, die einige Wissenschaftler und andere Personen haben, da es auch Forschungen gibt, die eine Verbindung von Spiritualität und Gesundheit abschwächen oder entschärfen.

In meiner Untersuchung schrieben Menschen zurück die spirituell arbeiten. Doch wieviele von den psychosozialen Beratern arbeiten spirituell? Welche Persönlichkeit besitzen spirituelle Menschen im Gegensatz zu nicht spirituellen. Welche Unterschiede gibt es bei diesen, was zeichnet wen wie aus? Dies sind einige Fragen die es noch zu erforschen gibt um einen noch näheren Hinweis auf Spiritualität in der Beratung und im Alltag zu erreichen.

Es war für mich sehr interessant dieses Thema genauer anzusehen. Dabei waren es die kritischen Anmerkungen von Wissenschaftlern die mir eine größere Offenheit zu diesem Thema brachten. Es besteht, so erfahre ich es häufig, leicht die Gefahr, auf seiner Meinung sitzen zu bleiben, weil man kritische Argumente wegschiebt. Für mich habe ich für die Zukunft gelernt, dass jede Meinung wichtig ist aber auch jeder flexibel genug sein soll um Neues anzunehmen, um dann gegebenenfalls erneut zu hinterfragen. Hier möchte ich noch Wilber zitieren: „Eine „integrale Vision“ – oder eine echte Theorie von Allem – versucht Materie, Körper, Geist, Seele und GEIST zu umfassen, so wie sie sich im Ich, in der Kultur und in der Natur manifestieren“ (Wilber, 2001).

### **3. Nachwort**

Überraschend war für mich, dass in den Aufsätzen sehr viele unterschiedliche spirituelle Beratungen stattfanden, die alle zu einem positiven Ergebnis führten. Die vielen positiven Ermutigungen und Stellungnahmen von den angerufenen Lebens- und Sozialberatern waren ebenfalls überraschend.

Die Wichtigkeit der Spiritualität für jene Menschen, die sich mit diesem Thema beschäftigen, konnte ich feststellen.

Für mich stellt sich aus dieser Arbeit eine Erweiterung für mein Handeln in den Beratungen heraus. Hier werde ich einige spirituellen Momente, die in den Fallbeispielen erfolgreich waren, in meine Arbeit einfließen lassen. Weiters wurde ich motiviert, noch viel mehr spirituell zu arbeiten und mich nicht zu scheuen, mit den Klienten über Spiritualität zu sprechen. Dabei werde ich mich selbst bzw. in Supervision reflektieren, um eine optimale Beratung durchführen zu können.

Für mich hat das Thema Spiritualität in Verbindung mit der Gesundheit, egal ob psychisch oder physisch, einen wichtigen Stellenwert. Dabei ist es mein Ziel noch weitere Forschungen, am besten mit anderen Kollegen, anzustreben.

Es wäre sehr schön, wenn durch diese Arbeit Berater wie Therapeuten Zugang zur Spiritualität finden könnten, damit spirituelle Klienten respektvoll und ausreichend betreut werden können. „Ein Mehr an Spiritualität sei psychohygienisch wünschenswert, weil sie Affekte und psychosomatische Beschwerden vorbeugen“ (Kim und Seidlitz, 2002 zit. n. Bucher, 2007).

## H. Literaturverzeichnis:

Bergmann, Sigurd (2005).

*Biographisch-Bibliographisches Kirchenlexikon. Band XXIX.*

Nordhausen: Verlag Traugott Bautz

Brockhaus Lexikon (2004)

*Der große Brockhaus.* Band 2. Leipzig: Bibliographisches Institut & F. A. Brockhaus AG

Bucher, Anton (2007).

*Psychologie der Spiritualität. Handbuch.* Weinheim, Basel: Beltz Verlag

Cskszentmihalyi, Mihaly (9. Auflage 2001, Erstausgabe 1992).

*Flow. Das Geheimnis des Glücks.* Stuttgart: Klett-Cotta

De Jong, Theresa Maria (2005)

*Glaube Hoffnung Heilung.* Psychologie Heute. Heft 3/2005 S. 23. Weinheim: Beltz

Dijksterhuis, Ap (2007)

*Leseprobe aus Gerald Traufetter, Intuition*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

[http://www.rowohlt.de/fm/131/Traufetter\\_Intuition.pdf](http://www.rowohlt.de/fm/131/Traufetter_Intuition.pdf). Datum des Zugriffs 16.7.2008

Eddington, Sir Arthur (1939)

*Philosophie der Naturwissenschaften.* Berlin: Humboldt

Haug, Frigga (1990)

*Erinnerungsarbeit.* Hamburg: Argument

Engel, K. (1999)

*Meditation. Geschichte, Systematik, Forschung, Theorie.* Frankfurt/Main: Peter Lang

Freitag, Erhard F. (2000).

*Die Kraft der inneren Heilung.* Bergisch Gladbach: Verlagsgruppe Lübbe



Freitag, Erhard F. (2000).

*Die Macht der Gedanken.* München: Goldmann Verlag

Freitag, Erhard F. (2000).

*Erkenne Deine geistige Kraft.* München: Goldmann Verlag

Freud, Sigmund (7. Auflage 1978, Erstausgabe 1944).

*Gesammelte Werke. Vorlesung zur Einführung in die Psychoanalyse.* London: Imago

Gervers, Thorsten (2008)

*Religionen*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

<http://www.die-religionen.net/bedeutung-religion.html>. Datum des Zugriffs 25.6.08

Hagen Dr., Thomas (2006).

*Spirituelle Begleitung als Aufgabe aller?*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

[http://64.233.183.104/search?q=cache:8aVhXRM3aUkJ:www.palliativ-medizin.at/PP\\_Vortraege/hagen.pdf](http://64.233.183.104/search?q=cache:8aVhXRM3aUkJ:www.palliativ-medizin.at/PP_Vortraege/hagen.pdf). Datum des Zugriffs: 18.8.2008

Hay, Louise L. (5. Auflage 2006, Erstausgabe 2004).

*Gesundheit für Körper und Seele.* Berlin: Ullstein Verlag

Hay, Louise L. (7. Auflage 2007, Erstausgabe 2004).

*Wahre Kraft kommt von Innen.* Berlin: Ullstein Verlag

Heine, Susanne (2005).

*Grundlagen der Religionspsychologie.* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

Hulme, David (2004).

*NEUVERDRAHTUNG DES GEHIRNS – TEIL 1.*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

<http://www.visionjournal.de/PDF/Sommer%202004%20PDF/Sm04Gehirnforschung091404ev.pdf>. Datum des Zugriffs 5.4.2008

Jung, Carl G. (1959)

*Gut und Böse in der analytischen Psychologie*, in: *GW 10*. Düsseldorf: Patmos Walter Verlag

Kabat-Zinn, Jon (4. Auflage 2007, Erstausgabe 1990).

*Gesund durch Meditation. Das große Buch der Selbstheilung*. Frankfurt a.M.: S. Fischer Verlag GmbH

Kiermair, Christl (2007).

*Wissenschaft und Spiritualität. Kinesiologie Journal, Nr. 16, S. 16*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

[http://www.dgak.de/de2/pdfjournal/pdf/main\\_pdf\\_29\\_50.pdf](http://www.dgak.de/de2/pdfjournal/pdf/main_pdf_29_50.pdf).

Datum des Zugriffs 17.7.2008

Linehan, Marsha

*Trainingsmanual zur Dialektisch Behavioralen Therapie der Borderline-Persönlichkeitsstörung*. München: CIP Medien

Luchterhand, Hermann Verlag (1999).

*Lexikon. Wissenswertes zur Erwachsenenbildung*.

[www-Dokument] Verfügbar unter:

[http://www.socioweb.de/lexikon/lex\\_geb/begriffe/psychos2.htm](http://www.socioweb.de/lexikon/lex_geb/begriffe/psychos2.htm).

Datum des Zugriffs 1.7.2008

Lukas, Elisabeth (1998).

*Spirituelle Psychologie. Quellen sinnvollen Lebens*. München: Kösel Verlag

Murken Prof. Dr., Sebastian (2008)

*Hintergrund*. Arbeitsgruppe Religionspsychologie des FPP der Universität Trier am St. Franziska-Stift, Bad Kreuznach.

[www-Dokument] Verfügbar unter:

<http://www.psychology-of-religion.de/>. Datum des Zugriffs 27.5.2008

Murphy, Joseph (30. Auflage 1984, Erstausgabe 1962).

*Die Macht ihres Unterbewusstseins.* Schweiz: Ariston

Peck, Scott (3. Auflage 2004, Originalausgabe 1978, 2002).

*Der wunderbare Weg. Eine neue spirituelle Psychologie.* München: Arkana Verlag

Prof. Dr. Kuhl, Julius (2008).

*Charakterisierung des Fachgebiets Forschungsgruppe.*

[www-Dokument] Verfügbar unter: [http://diffpsycho.psycho.uni-osnabrueck.de/dpp-serv/Studium/deutsch/Charakterisierung\\_des\\_Fachgebiets.htm](http://diffpsycho.psycho.uni-osnabrueck.de/dpp-serv/Studium/deutsch/Charakterisierung_des_Fachgebiets.htm).

Datum des Zugriffs 4.4.2008

Reiter, Alfons (2007)

*Kongress: Psychologie und Spiritualität.*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

<http://www.sbg.ac.at/psy/events/psykongress/kongress.htm>.

Datum des Zugriffs 18.7.2008

Renaud van Quekelberghe (2007).

*Grundzüge der spirituellen Psychotherapie.* Eschborn: Verlag Dietmar Klotz GmbH

Riedel, Katja (2007)

*Ein Bild sagt mehr als tausend Worte.* Online Focus.

[www-Dokument] Verfügbar unter:

[http://www.focus.de/wissen/wissenschaft/mensch/wahlkampf\\_aid\\_136803.html](http://www.focus.de/wissen/wissenschaft/mensch/wahlkampf_aid_136803.html).

Datum des Zugriffs 18.7.2008

Senkowski, Ernst (1998)

*Dean I. Radin: Das bewusste Universum.* Transkommunikation, Vol. III, No 4.

[www-Dokument] Verfügbar unter:

[http://www.rodiehr.de/a\\_26\\_tk\\_1998\\_iii\\_4\\_radin\\_bewusstes\\_universum.htm](http://www.rodiehr.de/a_26_tk_1998_iii_4_radin_bewusstes_universum.htm).

Datum des Zugriffs 26.6.2008

Sheldrake, Rupert (1999)

*Der siebte Sinn der Tiere.* Bern: Scherz Verlag.

Thure von Uexküll (1979).

*Lehrbuch der Psychosomatischen Medizin.* München-Wien-Baltimore: Urban & Schwarzenberg

Traufetter, Gerald (2007).

*Intuition. Die Weisheit der Gefühle.* Hamburg: Rowohlt

Walter Dr., Reinhard (2008)

*Krebs und Eigenverantwortung : Von der Angst zur Spiritualität.*

[www-Dokument] Verfügbar unter:

<http://www.dr-ingeborg-gebert-heiss-stiftung.com/UserFiles/File/Psychoonkologie-Stiftung-Artikel-Walter.doc>. Datum des Zugriffs 18.7.2008

Wilber, Ken (2001).

*Ganzheitlich handeln. Eine integrale Vision für Wirtschaft, Politik, Wissenschaft und Spiritualität.* Freiamt: Arbor Verlag

William, James (1997).

*Die Vielfalt religiöser Erfahrungen.*

Frankfurt am Main: Insel Verlag

Wunderle, Eckhard (2008).

*Stufen zur Wandlung Wege zur Essenz.*

[www-Dokument] Verfügbar unter: [www.spirituelle-psychologie.com](http://www.spirituelle-psychologie.com).

Datum des Zugriffs 18.7.2008

Arntz, William/ Chasse, Bestsy/ Vicente, Mark (2006).

*Bleep,* Kirchzarten bei Freiburg: VAK Verlag

Fromm, Erich, Suzuki, Daisetz Teitaro, Richard de Martino, (1971).

*Zen-Buddhismus und Psychoanalyse.* Frankfurt a.M.: Suhrkamp

Schwalter, M & Murken, S (2003).

*Religion und psychische Gesundheit.* Paderborn: Schöningh

## **Anhang:**

### **E-Mail an die Lebens- und Sozialberater:**

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

Mein Name ist Wolfgang Schurr, bin Lebens- und Sozialberater und schreibe eine Masterthesis zum Thema:

„Die Rolle der Spiritualität in der psychosozialen Beratung“.

Dafür benötige ich Ihre Hilfe. Mit dieser Arbeit soll die Spiritualität in der Beratung einen höheren Stellenwert erhalten. Wenn dies auch Ihnen ein Anliegen ist, bitte ich Sie, sich von Ihrer wertvollen Zeit etwas abzuwickeln, sofern es möglich ist.

Ich bitte Sie mir auf **max.** zwei DIN A4 Seiten **eine oder zwei** Erfahrungen in Ihrer beratenden Tätigkeit zu schildern, die mit Spiritualität oder Religiosität zu tun hatte und eine wichtige Rolle für die Beratung spielte.

Schildern Sie bitte Ihre Erfahrungswerte in denen es spirituelle Momente gab:

- Für den Klienten
- Für den Lebens- und Sozialberater
- Für die Beratung
- Für den weiteren Verlauf der Sitzung
- Für die eigene zukünftige Arbeit

**Schreiben Sie bitte Ihren Namen, Adresse und Berufsstand auf und wann sie den Aufsatz geschrieben haben.**

Der **Aufsatz wird anonym** behandelt, schreiben Sie von sich in der 3. Person („der LSB“), involvierte Personen sind mit Buchstaben zu benennen (z.B.: Frau/Herr X, Schüler Z).

Für persönliche Fragen stehe ich Ihnen unter der Tel. Nr.: 07284 8397 gerne zur Verfügung.

Ich möchte mich schon im Voraus für Ihre Mühe bedanken, und bitte Sie den Aufsatz bis spätestens 30. Juni 08 digital an w.schurr@ortdermitte.eu zu senden. Ich hoffe der Zeitpunkt, ist für Sie nicht zu knapp.

**Mit freundlichen Grüßen**

Wolfgang Schurr

## **Eidesstattliche Erklärung**

Hiermit bestätige ich durch meine Unterschrift, dass ich meine Masterthesis mit dem Titel „Die Rolle der Spiritualität in der psychosozialen Beratung“ eigenständig verfasst habe. Ich bin damit einverstanden, dass die Abstracts auf der Website der ARGE Bildungsmanagement Wien veröffentlicht werden.

Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen Prüfungskommission vorgelegt und auch nicht veröffentlicht.

7. September 2008

Wolfgang Schurr  
Passauer Str. 8  
A- 4143 Neustift i.M.