

## Die Bedeutung der Psychologie für spirituelle Lebensorientierungen

Utsch, Michael

Veröffentlichungsversion / Published Version

Zeitschriftenartikel / journal article

### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Utsch, M. (1998). Die Bedeutung der Psychologie für spirituelle Lebensorientierungen. *Journal für Psychologie*, 6(4), 30-38. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-28801>

### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Deposit-Lizenz (Keine Weiterverbreitung - keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Gewährt wird ein nicht exklusives, nicht übertragbares, persönliches und beschränktes Recht auf Nutzung dieses Dokuments. Dieses Dokument ist ausschließlich für den persönlichen, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt. Auf sämtlichen Kopien dieses Dokuments müssen alle Urheberrechtshinweise und sonstigen Hinweise auf gesetzlichen Schutz beibehalten werden. Sie dürfen dieses Dokument nicht in irgendeiner Weise abändern, noch dürfen Sie dieses Dokument für öffentliche oder kommerzielle Zwecke vervielfältigen, öffentlich ausstellen, aufführen, vertreiben oder anderweitig nutzen.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

### Terms of use:

This document is made available under Deposit Licence (No Redistribution - no modifications). We grant a non-exclusive, non-transferable, individual and limited right to using this document. This document is solely intended for your personal, non-commercial use. All of the copies of this documents must retain all copyright information and other information regarding legal protection. You are not allowed to alter this document in any way, to copy it for public or commercial purposes, to exhibit the document in public, to perform, distribute or otherwise use the document in public.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.

# Die Bedeutung der Psychologie für spirituelle Lebensorientierungen

Michael Utsch<sup>1</sup>

## Zusammenfassung

Die Formen religiösen Erlebens und Verhaltens haben sich verändert. Während kirchliche Lebens- und Weltdeutungen zunehmend an Bedeutung verlieren, drückt sich die ungebrochene Sehnsucht nach Transzendenz in diversen Spielarten der Spiritualität zwischen Fundamentalismus und Beliebigkeit, einem unüberschaubaren Markt esoterisch begründeter Psychotherapieverfahren und in der kontrovers diskutierten Sektenthematik aus. In dem Überangebot der in sich geschlossenen Sinn-Milieus mischen sich harmlose Modetrends mit wahnhaften Ideologien, Unverbindliches mit Manipulativem. Der Psychologie fällt eine regulative Funktion zu, weil sie Merkmale gelungener Lebensgestaltungen beschreiben kann. Leben wird dann als erfüllend empfunden, wenn die Umsetzung der persönlichen, weltanschaulich abgeleiteten Werte gelingt. Diese Ziele und Ideale können durch eine psychologische Realitätsprüfung auf ihre Alltags-tauglichkeit hin untersucht werden. Der Gefährdung einer Ideologisierung und weltanschaulichen Überhöhung psychologischer Einsichten kann durch eine deutliche Abgrenzung zu den menschenbildabhängigen Voraussetzungen und einer sozialwissenschaftlich fundierten Theoriebildung begegnet werden.

In den letzten Jahren hat sich auch in Deutschland ein »Markt der Religionen« (Zinser 1997) etabliert, der zu einer erheblichen Erweiterung von Sinnfindungsangeboten beigetragen hat. Multikulturelle Vielfalt, eine anhaltende Suche nach tragfähigen und alltagstauglichen Lebensorientierungen sowie scheinbar grenzenlose Experimentierfreude haben zu den unterschiedlichsten Lebenswelt-Milieus geführt. Verwirrend sind dabei die inhaltli-

chen Bedeutungsverschiebungen von Religion. Die zahllosen Varianten eines religiös gefärbten Erlebens und Verhaltens lassen eine »Dispersion des Religiösen« (Ebertz 1997) erkennen, durch die der inhaltliche Gehalt verwischt. Eine als religiös gedeutete Erfahrung findet mittlerweile in fast jedem beliebigen Kontext statt und wird primär individualistisch bestimmt: »Meine Religion mache ich mir selbst.« Eine aktuelle Jugendstudie kam zu dem für die Autoren überraschenden Ergebnis, daß »die Individuen ihre Weltanschauung nach eigenen autonomen Regeln zusammensetzen, die nicht mehr der traditionellen Logik folgen« (Silbereisen, Vaskovics & Zinnecker 1997, 117). Wie kam es zu dieser Entwicklung?

## ZUR ATTRAKTIVITÄT SPIRITUELLER LEBENSFORMEN

In Folge der langsamen, aber stetigen Umwälzungen seit Ende der sechziger Jahre hat sich in verschiedenen Milieus eine spirituelle Gegenkultur formiert, in der sich mit unterschiedlichen Akzenten alternative Werte, Lebenskonzepte und Sinnhorizonte ausdrücken. Waren es in den 70er Jahren die neuen Jugendreligionen, die für manche Menschen eine alternative Lebensrichtung geboten haben, so wurden die 80er Jahre als das »New-Age-Zeitalter« beschrieben, in dem herkömmliche Einsichten der Wissenschaften in Frage gestellt wurden und astrologische Vorstellungen und magisches Denken vermehrt Zuspruch fanden. Zunehmend mehr Menschen schreiben geistigen Vorstellungen, Inhalten und »(feinstofflichen) Energien« eine zentrale Bedeutung zu. Beispielsweise findet der Reinkarnationsgedanke immer mehr Verbreitung: Nach einer 1992 durchgeführten repräsentativen Umfrage

des Instituts für Demoskopie in Allensbach glauben 37 Prozent der Bevölkerung in irgendeiner Weise an ein Leben nach dem Tod; bei einer 1997 durchgeführten Befragung glaubten 32 Prozent an »Engel«.

Ein wesentlicher Grund für die Attraktivität esoterischer Weisheiten besteht darin, daß dort Wege zum Glücklichein beschrieben werden, der Umgang mit Krisen und Krankheit erläutert und ein Weltbild vermittelt wird, das den einzelnen Menschen einbettet in ein sinnvolles Ganzes. Der Geborgenheit spendende Kosmos wird als Ur-Mutter verstanden, zu dem eine innige Nähe und Verbindung hergestellt werden könne. In einer spiritualisierten Einheitsschau werden alle Erscheinungen der Welt als verschiedene Entwicklungsstufen des »All-Einen« angesehen. So wollen beispielsweise Reiki-Gruppen den kranken Wäldern durch Baum-Meditationen geistig-feinstoffliche Kräfte zuschicken.

Mit dem Niedergang traditionell-kirchlicher Religion begründet Vaughan die gegenwärtige »kulturell-spirituelle Krise«: »Das Unvermögen orthodoxer religiöser Praktiken in der gesamten westlichen Welt, zu echten Erfahrungen der Transzendenz zu führen, hat ein Klima spirituellen Mangels erzeugt und dadurch, ohne dies zu wollen, den Hunger nach transzendentalen Antworten geschürt« (Vaughan 1995,63).

Gemeinsam ist den verschiedenen Bemühungen weltanschaulicher Neuorientierung die Suche nach intensiven Bindungserfahrungen, die als religiöse Ausdrucks- und Erlebensformen gedeutet werden. Der »spirituelle Weg« als Metapher für den Prozeß der Weiterentwicklung des Bewußtseins, eines aufmerksamen Umgangs mit sich und der Umwelt (oft unter dem Stichwort »Achtsamkeit«) und sorgfältig ausgewählter persönlicher Präferenzen markiert eine Gegenposition zu abnehmenden Trends wie Fortschrittsoptimismus, Erfolgsdenken, Leistungsorientiertheit oder wirtschaftlichem Machtkalkül.

Sineta (1991) führte eine Studie über innen geleitete Lebensstile durch und suchte per Zeitungsannonce Menschen, die ein »authentisches Leben in Einfachheit und mit spirituellem Tiefgang« (ebd., 7) führen. Unter den Interviewten fand sie Personen, die sich zurückgezogen hatten und als »sozial Transzendierte« selbstgenügsam lebten. Die zweite Gruppe, die sie im Gegensatz zur »Mönch«-Gruppe als die Gruppe der »Mystiker« bezeichnete, war bestrebt, ihrem gewöhnlichen Alltag durch besondere Erfahrungen von Gottesbegegnungen Tiefe und Gelassenheit zu verleihen. Es ging ihnen um die persönliche Integration intensiver spiritueller Erfahrungen in den Alltag.

Andritzky (1997) hat insbesondere im Gesundheitsverhalten der Deutschen eine zunehmende Bedeutung spirituell gefärbter Sinnsysteme und Erklärungsmuster festgestellt. In einer umfassenden Untersuchung des sogenannten alternativen Gesundheitssystems konstatierte er eine Wandlung fundamentaler Vorstellungen von einem bisher naturwissenschaftlich-rational gefärbten Weltbild hin zu subkulturellen, individualisierten Glaubenssystemen. Die Resultate zeigen, daß der Entscheidung eines Patienten zwischen einem alternativen und einem konventionellen Kursangebot subjektive Auffassungen von Gesundheit zugrunde liegen, die sich im Zuge des New-Age-Paradigmas wesentlich verändert haben. In einer Befragung von mehr als 1000 Teilnehmern alternativer Gesundheitsseminare fand Andritzky ein hohes Maß an magisch-esoterischen Glaubensüberzeugungen vor, die nach seiner Einschätzung denen schamanischer Kulturen entsprechen.

Als wesentliches Merkmal der »New-Age-Spiritualität« bestimmte Ruppert (1985) die Selbstbestimmung des Menschen und seine Aussöhnung mit der Natur. Für das Gesundheitswesen bedeuten die New-Age-Grundsätze eine »Betonung der Selbst-

heilung, eine neue Wertschätzung des 'Hörens auf die innere Stimme', der in-tro-spektiven Erkenntnisgewinnung, subjektive Wahrnehmungen und Interpretationen von Krankheit, der Legitimation von früher als magisch oder irrational angesehenen Heilmethoden, biopsychosoziale statt biologische Perspektive, ernst nehmen metaphorisch verschlüsselter Weisheiten« (Andritzky, 1998, 27f).

Die enorme Ausbreitung esoterischen Gedankenguts belegt den zunehmenden Einfluß alternativer Sinnfindungsmodelle. Nicht nur die Buchindustrie verzeichnet in diesem Segment enorme Zuwachsraten, auch andere Wirtschaftszweige wie die Ernährungs-, Bekleidungs- und Gesundheitsindustrie sowie verstärkt auch die Werbebranche verwendet den offensichtlichen Bedarf an irrationaler, weltanschaulich fundierter Sinnvergewisserung für ihre Zwecke. In einer Zeit bedrohter Umwelt- und persönlicher Ressourcen und der immer deutlicher werdenden Grenze wissenschaftlicher Erkenntnismöglichkeiten (vgl. Horgan 1997) werden alternative Erklärungsmuster aufmerksam rezipiert. Warum nimmt nun die Psychologie bei der Suche nach einer tragfähigen Sinnkonstruktion eine bevorzugte Position ein?

### **PSYCHOLOGIE ALS RELIGIONSERSATZ**

Durch eine Pluralität von Weltanschauungen sind in der Gesellschaft unterschiedliche Lebenswelt-Milieus entstanden, die oftmals nur noch wenige Berührungspunkte haben und eine gemeinsame kulturelle Identität erschweren. Während früher Religion mehrheitlich als Bezogenheit auf Transzendenz verstanden wurde, die christlich gedeutet wurde und durch die kirchlichen Angebote an Riten und Symbolen gemeinschaftsstiftend und kulturbildend wirkte, ist die neuzeitliche »Religion« subjektivistisch bestimmt und hat dazu beigetragen, auch »Psychologie als Religion« anzusehen und vielfach einen »Kult ums eigene Ich« zu betreiben (vgl. Vitz 1995).

Dieser New Yorker Psychologe vertritt in seinem provozierenden Buch die These, daß das narzißtische Menschenbild durch die humanistische Psychologie gefördert worden sei und dieser Umstand zu seiner breiten Anerkennung in unserer Gesellschaft geführt habe. In dem Maße, in dem Steigerungen des Selbstgefühls im Zentrum des Interesses stehe und ein »Kult um das eigene Ich« betrieben werde, erhält die Psychologie nach der Meinung von Vitz den Status einer Religion: »Psychologie ist zu einer Form des säkularen Humanismus geworden, die sich auf die Ablehnung Gottes und die Vergöttlichung des Selbst gründet« (Vitz 1995, 11). Im Zuge der New-Age-Spiritualität sei nun eine Entwicklung »von der psychologischen zur spirituellen Selbst-Vergöttlichung« (ebd., 139) festzustellen. Diese Veränderung begründet Vitz mit der Diskrepanz zwischen den verheißenen Entwicklungszielen und der Lebensrealität der Menschen, die zu einer massiven Enttäuschung und einer Vertrauenskrise geführt habe. Der Glaube, die humanistische Psychologie könne den Menschen zu seinem Glück führen und sei die Antwort auf alle Fragen, habe zu bröckeln begonnen. Daraufhin hätten sich viele spirituellen Erfahrungen in der Hoffnung zugewandt, dort den völligen inneren Frieden und ein beständiges Wohlfühl zu finden. Mit derselben Intention weist Jaeggi darauf hin, daß vor allem in der Tradition der Humanistischen Psychotherapien der Anschein erweckt würde, »als könne der Mensch über eine gelungene Psychotherapie glücklich werden« (Jaeggi 1995, 285). Sie wehrt sich gegen den Anspruch dieser Behandlungsmethode, in der Therapie das »falsche Selbst zu entlarven und zur Glück verheißenden Entdeckung des 'wahren Selbst' zu gelangen« (ebd., 289). Als allgemeine anthropologische Grundkonstante läßt sie die Vorstellung einer fiktiven »Kernsubstanz, deren Freilegung zu großem Wohlfühl (Glück) führen muß« (ebd., 287), nicht gelten.

Unrealistische psychotherapeutische Behandlungsziele haben dazu beigetragen, die Illusion einer Verwirklichung des »ganzen« Menschen zu nähren und sein selbstsüchtiges Ego zu bedienen. Für dieses Ziel kann die Psychologie mißbraucht werden, wenn sie sich nicht an ethischen Normen bindet. Ohne Bezug zu einer expliziten Werte-Ordnung kann Psychologie in den Status einer Religion gelangen, dem sie methodisch nicht gerecht werden kann. Psychologischen Modellen liegen Menschenbilder zugrunde, die ihrerseits implizite Werte enthalten und transportieren. »Psychologie als Religion« überschätzt ihre Möglichkeiten, wenn sie sich auf moralische Lebensdeutungen einläßt und ethisch-normative Aussagen als Psychologie »verkauft«. Der Reiz und das Verlockende, aber zugleich das Problematische der Angebote der alternativen Psychotherapie-Szene liegt in ihrem umfassenden Anspruch. Nicht mehr die Beseitigung eines Defizits oder einer bestimmten Krankheit, sondern die Harmonisierung, Entwicklung, Transformation des ganzen Menschen, die Reifung des Inneren, Glück und Befriedigung sind die verschwommenen und oft utopischen Ziele. Offensichtlich sind heute viele Menschen für derartige Totalverheißungen empfänglich. Problematisch ist es, wenn »ganzheitliche« Erlebniszustände wie Glück und Zufriedenheit durch bestimmte Therapiemethoden verheißt werden. Solche Erlebniszustände sind zwar kurzfristig durch Suggestion und Autosuggestion herstellbar, aber ihrem Wesen nach Nebenwirkungen, Ergebnisse gelungenen Lebensalltags und nie direkt durch Techniken »machbar«.

Auch wenn eine transformierende »Glückserfahrung« in einem Seminar oder einer Therapiegruppe für manche Menschen weitreichende Konsequenzen hat, kann sie nicht als eine allgemeine anthropologische Grundkonstante betrachtet werden. Vielmehr ist Jaeggi zuzustimmen: die Historizität des Bildes vom menschlichen

Glück »verweist wieder einmal auf die narzistisch-individualistische Verengung moderner psychologischer Konzepte« (Jaeggi 1995,289).

Besonders durch populärwissenschaftliche Veröffentlichungen wird der Eindruck geschürt, als könne die Psychologie Antworten auf existentielle Lebensfragen geben. Durch die systematische Untersuchung der menschlichen Persönlichkeitsentwicklung, das Erarbeiten differenzierter Erklärungsmodelle der Zusammenhänge zwischen Emotion, Kognition und Motivation, die Analyse unterschiedlicher Einstellungen und ihre Auswirkungen auf Handlungen hat durch die Psychologie eine Rationalisierung des Seelenlebens und eine Verstehbarkeit menschlichen Fühlens, Denkens und Wollens stattgefunden. Bei allen nützlichen Teilerkenntnissen ist aber zu bedenken, daß »Menschsein« in seiner Ganzheit psychologisch nicht erklärbar ist (vgl. Jüttemann 1992).

Für die psychoanalytische Praxis hat Hohage (1996) auf die Gefahr der Vermischung von Therapie- und Lebenszielen hingewiesen. Viele Analytiker seien zu Unrecht enttäuscht von ihren Behandlungsergebnissen, weil die Therapieziele von der Erfüllung allgemeiner Lebensziele nicht genügend unterschieden würden. Am Ende der Behandlung »muß sich dann zwangsläufig Enttäuschung breitmachen, weil Lebensziele immer den Charakter einer (handlungsleitenden) Utopie haben, während Therapieziele konkrete Standards setzen, an denen das Therapieergebnis zu messen ist« (Hohage, 1996, 19). Die Vermischung von Therapie- und Lebenszielen begründet Hohage mit einer heimlichen Idealisierung der Behandlung, die den Patienten für alle weiteren Zeiten mit reifen Bewältigungsformen für seine Lebensprobleme ausstatte. Dieser Illusion stehe entgegen, daß »Psychoanalyse und Psychotherapie keine Heilslehren sind, sondern daß sie günstigstenfalls in einer bestimmten Lebenssi-

tuation und einem bestimmten Lebensabschnitt dazu verhelfen können, Probleme innerer und äußerer Art besser zu lösen« (ebd.).

Eine unkritische Psychologierezeption hat zur Folge, daß die Grenzen der psychologischen Erkenntnismöglichkeiten zuwenig beachtet werden und eine Vermischung mit weltanschaulichen Zeitströmungen stattfindet (vgl. Utsch 1998a). Dies hat insbesondere in der klinischen Psychologie stellenweise »zur Auflösung von Psychotherapie in Religion« (Gascard 1992) geführt. Der Leiter des Münchener »Forum kritische Psychologie«, Colin Goldner, berichtet in seinem neuen Buch ausführlich über den esoterischen Psycho-Markt, den er durch eine detaillierte Beschreibung von über fünfzig Therapieschulen überblicksartig referiert. In den dort meistens vorgenommenen »spirituellen Rückbindungen« sieht Goldner (1997) einen Mißbrauch der Psychologie. Weil in den späten sechziger Jahren die individuelle Bewußtseinsveränderung als Voraussetzung für gesellschaftlichen Wandel angesehen wurde, habe die Psychologie als wesentliches Instrument der Selbsterforschung und Persönlichkeitsentwicklung gedient. Dazu seien allerdings nicht die Erkenntnisse der wissenschaftlichen Disziplin Psychologie verwendet, sondern »auf vorwissenschaftliche oder religiös begründete Heils- und Erkenntnislehren zurückgegriffen« worden (Goldner 1997, 13).

Jede Kultur beruht auf einem im weitesten Sinne »religiös« gedeuteten Weltbild, wenn »Religion« als der Versuch verstanden wird, sich als einzelner in einem übergeordneten Sinnganzen wiederzufinden und in eine Beziehung zu dieser Wirklichkeit treten zu können. Offenbar ist eine wie auch immer vorgenommene Sinnkonstruktion für das Menschsein notwendig und konstitutiv (vgl. Bruner 1997). Welche Bedeutung fällt der Psychologie bei der Ausgestaltung einer religiös-spirituellen Rückbindung zu? Sind bereits tragfähige

und erprobte spirituelle Lebensformen in unserer angeblich so pluralistischen Gesellschaft vorhanden? Welche neuen Gestaltungsvarianten der Bezogenheit auf Transzendenz treten hervor? Sind Konturen einer Religion der Zukunft erkennbar? Wodurch unterscheidet sich krankmachende von gesundheitsförderlicher Religiosität?

Zur Beantwortung dieser Fragen ist die Psychologie in dreifacher Hinsicht herausgefordert:

Wenn »Religion« im oben angedeuteten Sinne als ein menschliches Grundbedürfnis angesehen wird, das als Phänomen unabhängig von Kultur, Geschlecht oder Bildung zu beobachten ist, kann die Psychologie zum Verständnis der damit verbundenen Gefühle, Einstellungen und Gedanken durch die Erkenntnisse ihrer Disziplin viel beitragen (ein Plädoyer für die Wiederentdeckung der Religionspsychologie, vgl. Utsch 1998).

Andererseits hat die psychologische Forschung Merkmale einer gelungenen Lebensgestaltung wie Lebenszufriedenheit, soziale Kompetenz, Streßbewältigungsvermögen oder seelische Gesundheit beschrieben, die als Bewertungsmaßstab für eine individuell stimmige Sinnkonstruktion dienen können.

Ob die anvisierten, visionären Entwicklungsziele, die von einer Weltanschauungslehre vorgegeben werden, mit den Resultaten der alltäglichen Wirklichkeitsgestaltung übereinstimmen, kann ebenfalls die Psychologie empirisch überprüfen.

### **DIE EIGENE MITTE FINDEN: CHANCEN UND GRENZEN DER PSYCHOLOGIE**

Bei dem seit vielen Jahren zu beobachtenden Prozeß der Individualisierung hat die Psychologie eine aufklärerische und bewußtseinsweiternde Funktion eingenommen. Viele Menschen haben durch psychologische Einsichten ein besseres Verständnis ihrer eigenen Lebenszusammenhänge, Beziehungsmuster und Verhal-

tenstrategien erlangt. Nicht umsonst erreichen psychologische Selbsthilfebücher und allgemeinverständliche Ratgeber hohe Auflagen. Über den Bereich der lebensgeschichtlichen Entwicklung, der individuellen Bedürfnisse, Motive, Gefühle und Einstellungen hinaus hat sich die Psychologie immer wieder auch um existentielle Fragen bemüht. Was aber kann die Psychologie zu einer gelingenden Lebensgestaltung beitragen?

Die Antworten dazu fallen eher verhalten aus (vgl. Jüttemann 1992, Kriz 1997). Grundsätzlich ist die Reichweite psychologischer Erkenntnisse geringer als weithin angenommen. In der Tat sind überprüf- und meßbare Konzepte wie Lebenszufriedenheit, Leistungsorientierung oder seelische Gesundheit dafür hilfreich, durch ihre wertneutralen Merkmalsbeschreibungen vergleichbare Kriterien zur Verfügung zu stellen, die inhaltlich sehr unterschiedlich gefüllt werden können. Aus welchen weltanschaulichen Quellen allerdings Lebenszufriedenheit oder seelische Gesundheit entstammen, ist vom Einzelfall abhängig und von der Psychologie nicht zu beantworten. Aus psychologischen Theorieentwürfen aber normative Schlüsse zu ziehen und der Psychologie einen ethisch-moralischen Bedeutungsgehalt zuzuerkennen, überschreitet die Grenzen sozialwissenschaftlich begründbarer Aussagen. Die Erkenntnismöglichkeiten der Psychologie werden überschätzt, wenn sie sich an »der Produktion von Sinn« beteiligen soll, wie Seel (1997, 88) es vorschlägt. »Genauso wenig wie andere Fachdisziplinen ist die Psychologie dazu berufen, inhaltliche Aussagen über so etwas wie 'Sinn' anzustellen, und sie verliert an Glaubwürdigkeit, wenn sie sich doch hierzu verleiten läßt, da sie dann die Grenzen ihrer (bescheidenen) professionellen Kompetenz aus den Augen verliert« (van Belzen 1997, 209). Visionäre Ansätze zur menschlichen Sinnkonstruktion entstammen der Philosophie

und Theologie und können sozialwissenschaftlich auf ihre Alltagstauglichkeit überprüft werden. Insofern trägt die Psychologie hinsichtlich der psychosozialen Ressourcen auch die Verantwortung, spirituelle Lebenskonzepte empirisch zu untersuchen, was sie bisher vernachlässigt hat.

Bauriedl (1998) versteht die Zunahme religiöser Bedürfnisse in unserer Zeit sowohl als Ausdruck großer Angst als auch als Zeichen eines zunehmenden Bedürfnisses nach sozialer Ordnung und Bindung in der Gemeinschaft. Der Psychoanalyse falle die spezifische gesellschaftskritische Aufgabe zu, die Tendenzen »der Suche nach mehr 'Aufregung' und mehr Sicherheit ... sowohl beim Einzelnen als auch in unserer Gesellschaft zu analysieren« (Bauriedl 1998, 139). Diese Form von Religionskritik bewahre vor fundamentalistischen Engführungen und ver helfe zu einer eindeutigeren und echteren Beziehung zum religiösen Glauben oder einer spirituellen Lebensorientierung, ohne die Inhalte zu bewerten.

In bezug auf die Religion hat Murken (1997) festgestellt, daß die empirisch-psychologische Forschung keine eindeutigen Ergebnisse vorlegen kann, »wann und welche Religion als gut/schlecht anzusehen ist« (ebd. 168). Die Psychologie liefert keine Beurteilungskriterien für Religion, wohl aber solche der Stimmigkeit individueller Religiosität oder Spiritualität. Konzepte wie die »seelische Gesundheit« (Becker 1982) oder die »Salutogenese« (Antonovsky 1997) liefern Merkmale gelingender Lebensgestaltungen. In diesen Rahmenmodellen existiert Raum für eine religiöse oder spirituelle Dimension. Wie und inwiefern diese vom einzelnen ausgefüllt wird oder welche Spiritualitätsform zu welcher Persönlichkeitsstruktur paßt, sind zukünftige Aufgaben einer qualitativen Religionspsychologie.

Als Korrektiv fällt der Psychologie die wichtige Aufgabe zu, den wunschbildanfälligen

Bereich der Spiritualität zu »erden« und kritisch zu prüfen, inwiefern eine weltanschaulich abgeleitete »Lebensbewältigungshypothese« alltagstauglich ist. Wo sich fachliches Wissen mit weltanschaulicher Ideologie bunt mischt, zerfließt die Grenze zwischen Psychotherapie und Spiritualität. Utopische Lebensentwürfe jeder weltanschaulichen Provenienz sind auf die kritische Realitätsprüfung einer sozialwissenschaftlich fundierten Psychologie angewiesen. Diese kann irrationale Sehnsüchte und Wunschvorstellungen auf ihre Alltagstauglichkeit hin überprüfen. Wird die Psychologie selber spirituell, büßt sie ihre ideologiekritische Funktion ein und verliert ihr eigentliches Profil. Mit Recht wird vielen »Esoterikern« und »Spiritualisten« Weltflucht, eine fehlende ökologisch-politische Perspektive oder einseitig intuitiv-magisches Denken vorgehalten. Eine Psychologie als kritische Sozial- und Kulturwissenschaft, die den Bereich der Religion und Spiritualität nicht ignoriert, könnte dazu beitragen, weltanschauliche Vorstellungen über ein gelingendes Leben an der Lebenswirklichkeit zu überprüfen. Damit wird ein komplementäres Verhältnis zwischen Psychologie und Spiritualität empfohlen, das im gegenseitigen Respekt der Einheit des Menschen als Körper-Seele-Geist-Wesen gerecht zu werden versucht.

### **PSYCHOLOGIE UND MENSCHENBILD**

Ob die Frage einer spirituellen Zugehörigkeit in den Rahmen einer psychotherapeutischen Behandlung gehört, ist umstritten. Zum einen existiert die Auffassung, daß Fragen nach der Weltanschauung und existentielle Sinn- und Wertorientierungen nicht in den Zuständigkeitsbereich einer psychologisch begründeten Behandlung fallen. Psychotherapie habe sich aus fachlicher Sicht weltanschaulich neutral zu verhalten und könne keine existentiellen Fragen beantworten. Auf der anderen Seite stehen Vertreter modernerer Therapieschulen, die darauf hinweisen, daß in er-

ster Linie nicht mehr neurotische, sondern existentielle Konflikte wie Gefühle der Leere und Sinnlosigkeit dominieren würden. Humanistische und Transpersonale Psychologen sprechen von einem spirituellen Vakuum, das als Ursache von seelischen Erkrankungen anzusehen sei und deshalb behandelt werden müsse.

Psychotherapie und spirituelle Erkenntniswege stellen zwei sehr verschiedene Bezugssysteme dar, die sich in der Regel skeptisch bis ablehnend gegenüberstehen. Psychotherapeuten befürchten, daß »mit der Konzentration auf das Jenseitige der Realitätsbezug im Diesseits verloren geht« (Zundel 1994, 19). Vertreter spiritueller orientierter Behandlungsmethoden finden umgekehrt in der Psychotherapie das eigentlich Wesentliche nicht berücksichtigt: »Das Streben nach Einswerden mit dem Numinosen, nach Religion« (ebd.). Psychoanalytisch gesehen sind allerdings »der Glaube an ein Jenseits oder die Leugnung eines Jenseits nur zwei verschiedene Lösungsversuche angesichts der unausweichlich radikalen Ungewißheit den vielen existentiellen Fragen gegenüber« (Páramo-Ortega 1998, 39).

Beide Denkwege - sowohl der immanente als auch der transzendente - resultieren aus dem Menschenbild, das jeglicher Behandlung zugrunde liegt. Benesch (1990) hat systematisch fünf Dimensionen jeder Weltanschauung herausgearbeitet, nämlich das Weltbild, das Menschenbild, ihre Werte, Ethik und Moral. Zur Positionierung der Psychotherapie zwischen Wissenschaft und Weltanschauung ist diese Differenzierung hilfreich, weil sie übergeordnete Kriterien zur Gegenüberstellung einer wissenschaftlich bzw. im weitesten Sinne weltanschaulich begründeten psychotherapeutischen Behandlung liefert. Insgesamt fällt die Ausbeute zu diesen Oberbegriffen in bezug auf die Psychotherapie aber mager aus. Páramo-Ortega (1998, 36) plädiert dafür, die »wissenschaftliche Relevanz von Weltanschauungen« zu unter-



suchen. Bislang habe »Werteinstellungs-forschung unter Psychoanalytikern noch nicht stattgefunden (und diese Forschungslücke hat sicherlich ihre Gründe)«. Welche Antworten kann die Psychologie auf existentielle Fragen geben? Wird die Existenz einer übermenschlichen Wirklichkeit (»Jenseits«) abgelehnt, gibt es keinen Sinn, und die Frage danach erübrigt sich. Gibt es diese Wirklichkeit doch, besteht Bedarf nach einem Erklärungsmodell in Form einer Weltanschauung, die das Verhältnis zu dieser anderen Realität bestimmt. Religionen und philosophische Entwürfe liefern Weltanschauungen, die dem einzelnen Sicherheit in einem imaginären Ganzen bieten. Psychotherapeutische Behandlungsansätze mit weltanschaulichem Anspruch vermitteln implizit ethische Normen, die aber nicht empirisch-wissenschaftlich, sondern nur weltanschaulich-religiös zu begründen sind. Deshalb ist eine deutliche Grenzziehung zwischen psychologischer Heilbehandlung mit dem Ziel der seelischen Gesundung und einer weltanschaulich-religiös begründeten Orientierung mit dem Ziel existentieller Sinndeutung vorzunehmen.

Neuere Untersuchungen über die Zusammenhänge zwischen Weltanschauung, Menschenbild und psychologischer Theoriebildung weisen auf die Bedeutung der Unterscheidung zwischen weltanschaulichen Prämissen und wissenschaftlichen Folgerungen hin. Für Zimbardo stellt das »verborgene Menschenbild der Psychologie« eine wichtige Einflussgröße dar, weil es »in der Regel in den spezifischen Theorien selbst nicht mehr thematisiert« (Zimbardo 1995, 8) werde. Im Hinblick auf die psychologische Wissenschaftstheorie hat Herzog (1984) »implizite Menschenmodelle« in verschiedenen psychologischen Theorien herausgearbeitet. Nach Herzog sind psychologische Theorien ohne Annahmen über ein Modell des Menschen nicht formulierbar. Ob von der »impliziten

Metaphysik« (Benesch 1990, 256) oder dem »anthropologischen Vorverständnis« (Jüttemann 1992, 16) gesprochen wird: Einheitlich wird zunehmend die »Voraussetzungsbeußtheit« (Graumann 1988, 541) psychologischer Forschung gefordert.

Vor diesem knapp skizzierten wissenschaftstheoretischen Hintergrund ergibt sich für eine Psychologie, die der biopsychosozialen Ganzheit des Menschen unter Einbeziehung seiner kosmischen Bezogenheit Rechnung tragen will, die Konsequenz, ihre Voraussetzungsabhängigkeit zu berücksichtigen. Der Bereich der Weltanschauung und der persönlichen Religiosität gehört zur intimen Subjektivität des einzelnen und besitzt eine hohe Bedeutung. Weil viele dieser identitätsbildenden Prozesse unbewußt verlaufen, erscheint gerade bei der psychologischen Untersuchung spiritueller Lebensorientierungen die Offenlegung der eigenen weltanschaulichen Grundlagen unverzichtbar. Religionspsychologische Forschung angeblich »weltanschaulich neutral« durchführen zu wollen, ist nur mit großer Distanz zum »Gegenstand« möglich. Näherer Kontakt ist nur durch einen eigenen Standpunkt und die Mitteilung der eigenen Perspektive möglich. Erst durch eine Reflexion und Transparenz der impliziten Voraussetzungen des Wissenschaftlers schützt sich dieser davor, auf die ideologie- und wunschbildanfällige Dimension seines Forschungsgegenstandes hereinzufallen und somit unbemerkt Werturteile anstelle empirisch gewonnener Sachverhalte auszusagen.

#### **Anmerkungen**

**1** Für hilfreiche Anmerkungen zu einer früheren Fassung des Manuskripts danke ich der Gutachterin, Frau Dr. Ulrike Popp-Baier, Amsterdam.

#### **Literatur**

ANDRITZKY, WALTER (1997): Alternative Gesundheitskultur. Eine Bestandsaufnahme mit Teilneh-

merbefragung. Berlin: Verlag für Wissenschaft und Bildung

**ANDRITZKY, WALTER** (1998): Spiritualität, Psychotherapie, Gesundheitsverhalten. In: *Grenzgebiete der Wissenschaft*, 47/1, 25-65

**ANTONOVSKY, AARON** (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: DGVT-Verlag

**BAURIEDL, THEA** (1998): Von der Relativität der eigenen Überzeugungen. In: Kutter, P. u. a. (Hg.). *Weltanschauung und Menschenbild. Einflüsse auf die psychoanalytische Praxis*, 103-142. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

**BECKER, PETER** (1982): *Psychologie der seelischen Gesundheit*. Göttingen: Hogrefe

**BELZEN, JACOB VAN** (1997): Spiritualität als Bemühen sinnvoll zu leben. Profil eines kulturpsychologischen Ansatzes. *Theologische Literaturzeitung*, 122, 209-225

**BENESCH, HELLMUTH** (1990): Warum Weltanschauung. Eine psychologische Bestandsaufnahme. Frankfurt/M.: Fischer

**BRUNER, JEROME** (1997): Sinn, Kultur und Identität. Zur Kulturpsychologie des Sinns. Heidelberg: Auer

**EBERTZ, MICHAEL N.** (1997): Kirche im Gegenwind. Zum Umbruch der religiösen Landschaft. Freiburg i. Br.: Herder

**GASCARD, JEROME** (1992): Zur Auflösung von Psychotherapie in Religion. In: *Archiv für Religionspsychologie*, 20, 100-113

**GOLDNER, COLIN** (1997): *Psycho. Therapien zwischen Seriosität und Scharlatanerie*. Augsburg: Pattloch

**GRAUMANN, CARL-FRIEDRICH** (1988): Phänomenologische Psychologie. In: Asanger, R. u. Wenninger, G. (Hg.), *Handwörterbuch Psychologie*, 538-543. München: Psychologie Verlags Union

**HERZOG, WERNER** (1984): *Modell und Theorie in der Psychologie*. Göttingen: Hogrefe

**HOHAGE, RODERICH** (1996): *Analytisch orientierte Psychotherapie in der Praxis. Diagnostik, Behandlungsplanung, Kassenanträge*. Stuttgart: Schattauer

**HORGAN, JOHN** (1997): *An den Grenzen des Wissens. Siegeszug und Dilemma der Naturwissenschaften*. München: Luchterhand

**JAEGGI, EVA** (1995): *Zu heilen die zerstoßnen Herzen. Die Hauptrichtungen der Psychotherapie und ihre Menschenbilder*. Reinbek: Rowohlt

**JÜTEMANN, GERD** (1992): *Psyche und Subjekt. Für eine Psychologie jenseits von Dogma und Mythos*. Reinbek: Rowohlt

**KRIZ, JÜRGEN** (1997): *Begegnung und Erkenntnis. Kann Psychotherapie als Wegweiser für eine lebensgerechte Wissenschaft dienen? Scheidewege*, 27, 145-181

**MURKEN, SEBASTIAN** (1997): Ungesunde Religiosität - Entscheidungen der Psychologie? In: Klinkhammer, G. M. u. a., *Kritik an Religionen*, 157-172. Marburg: diagonal-Verlag

**PÁRAMO-ORTEGA, RAÚL** (1998): *Psychoanalyse und Weltanschauung*. In: Kutter, P. u. a. (Hg.). *Weltanschauung und Menschenbild. Einflüsse auf die psychoanalytische Praxis*, 19-60. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

**RUPPERT, HANS-JÜRGEN** (1985): *New Age - Endzeit oder Wendezeit*. Wiesbaden: Coprint

**SEEL, H.-JÜRGEN** (1997): Die Verantwortung der Psychologie für die psychosozialen Ressourcen. *Journal für Psychologie*, 5/4, 87-91

**SILBEREISEN, RAINER K., VASKOVICS, LASZLO A. U.**

**ZINNECKER, JÜRGEN** (1997): *Jungsein in Deutschland. Jugendliche und junge Erwachsene 1991 und 1996*. Opladen: Leske & Budrich

**SINETAR, MARSHA** (1991): *Die Sehnsucht, ganz zu sein. Menschen, die das neue Leben mit Gott suchen*. Freiburg: Herder

**UTSCH, MICHAEL** (1998): *Religionspsychologie. Voraussetzungen, Grundlagen, Forschungsüberblick*. Stuttgart: Kohlhammer

**UTSCH, MICHAEL** (1998a): *Psychotherapie - eine Ersatzreligion? Zeitschrift für Individualpsychologie*, 23/4, 323-339

**VAUGHAN, FRANCES** (1995): Eine Frage des Gleichgewichts - Gesundes und Pathologisches in den neuen religiösen Bewegungen. In: Wilber, K. u. a. (Hg.). *Meister, Gurus, Menschenfänger*, 63-81. Frankfurt/Main: Krüger

**VITZ, PAUL** (1995): *Der Kult ums eigene Ich. Psychologie als Religion*. Gießen: Brunnen

**ZIMBARDO, PHILIP G.** (1995): *Psychologie. Eine Einführung*. Berlin: Springer

**ZINSER, HARTMUT** (1997): *Der Markt der Religionen*. München: Wilhelm Fink-Verlag

**ZUNDEL, EDITH** (1994): *Einleitung*. In: Zundel, Edith, Loomans, Pieter (Hg.). *Psychotherapie und religiöse Erfahrung*, 9-38. Freiburg: Herder