

---

Annette Haußmann | Rainer Höfelschweiger (Hrsg.)

---

# SPIRITUALITÄT UND SINN

---

SEELSORGE UND KOGNITIVE  
VERHALTENSTHERAPIE IM DIALOG

---



## Spiritualität und Sinn



Annette Haußmann | Rainer Höfelschweiger (Hrsg.)

# **Spiritualität und Sinn**

**Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie  
im Dialog**



EVANGELISCHE VERLAGSANSTALT  
Leipzig

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2020 by Evangelische Verlagsanstalt GmbH · Leipzig  
Printed in Germany

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne  
Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für  
Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung  
und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das Buch wurde auf alterungsbeständigem Papier gedruckt.

Cover: Zacharias Bähring, Leipzig  
Satz: 3w+p, Rimpfar  
Druck und Binden: Hubert & Co, Göttingen

ISBN 978-3-374-06402-1 // eISBN (PDF) 978-3-374-06403-8  
[www.eva-leipzig.de](http://www.eva-leipzig.de)

# Vorwort

Dieser Band dokumentiert die Vorträge der interdisziplinären Tagung »Von Spiritualität und Sinn – Seelsorge und kognitive Verhaltenstherapie im Gespräch«, die am 14. und 15. Februar 2019 an der Ludwig-Maximilians-Universität München stattfand.

Erklärtes Ziel der Tagung war es, unter den Teilnehmenden einen vertieften Dialog anzuregen und auf eine Vernetzung von Perspektiven der Praxis und der Theorie hinzuwirken. Indem die vorliegende Veröffentlichung wesentliche Vorträge dieser Fachtagung – zum Teil überarbeitet und erweitert – wiedergibt, leistet sie einen eigenen Beitrag zur nachhaltigen Vertiefung des Verhältnisses von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie. Eine solche erschien und erscheint dringend geboten. Denn historisch gesehen war diese Beziehung lange von Spannungen geprägt. Während sich die Seelsorgelehre insbesondere in der Blütezeit der Seelsorgebewegung ab den 1970er Jahren durch Pastoralpsychologen wie Joachim Scharfenberg, Dietrich Stollberg, Klaus Winkler und anderen Protagonisten vor allem der Psychoanalyse Sigmund Freuds und der Tiefenpsychologie Carl Gustav Jungs zuwandte, rückten verhaltenstherapeutische Ansätze in den Hintergrund. Eine Rezeption erfuhren sie, vorwiegend in der Form behavioristischer Traditionen, in der evangelikal geprägten Seelsorgelehre, was der Kritik seitens der Pastoralpsychologie zudem zuträglich war. Und dies, obwohl die Verhaltenstherapie zu genau dieser Zeit eine Blüte durch die kognitive Wende in der Psychologie erfuhr, die sich vom rein behavioristischen Reiz-Reaktionsverständnis abwandte und Einsichts- und Denkprozessen größere Bedeutung zumaß. Mehrere Veränderungswellen innerhalb dieser Therapiefamilie sind bis heute nachzuzeichnen, die sich als eine innere Pluralisierung in der Reaktion auf aktuelle gesellschaftliche und individuelle Problemlagen verstehen lassen. Mittlerweile wird die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) als kassenärztlich anerkanntes psychotherapeutisches Verfahren, neben Psychoanalyse und Tiefenpsychologie und seit 2018 auch der Systemischen Therapie, in der Praxis am häufigsten angewendet. In der evangelischen Poimenik wurde diese

therapeutische Familie hingegen bis vor kurzem nur unzureichend wahrgenommen – ein Desiderat, dem der vorliegende Band entgegenkommen möchte.

In der Seelsorgelehre wird die Kognitive Verhaltenstherapie in jüngster Zeit wieder thematisiert, nachdem sie durch lange Dominanz des pastoralpsychologischen Paradigmas und der Rezeption tiefenpsychologischer, psychoanalytischer und systemischer Strömungen in den Hintergrund getreten war. Obwohl der Anspruch der aktuellen Seelsorgelehre darin besteht, verschiedene psychologische und psychotherapeutische Strömungen konstruktiv zu diskutieren und aufzunehmen, existiert hier erheblicher Nachholbedarf in der Auseinandersetzung mit der Kognitiven Verhaltenstherapie. Mittlerweile gibt es einige Annäherungen in jüngeren Publikationen (z. B. Rainer Höfelschweiger, Albert Ellis und die Religion Norderstedt 2015; Katja Dubiski, Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie, Leipzig 2017), die für eine Auseinandersetzung mit dem Thema neue Anregung geben und ermutigen, dem Dialog zwischen Psychotherapie und Theologie, ausgehend von der Poimenik, eine vertiefte Richtung zu geben. Dies passt wiederum zum gegenwärtigen Trend in der Seelsorgelehre, die sich erheblich ausdifferenziert hat und eine breite Palette an Bezugstheorien aus anderen Wissenschaften rezipiert.

Bei der Suche nach Schnittstellen zwischen Seelsorge und Verhaltenstherapie ist kritisch zu reflektieren, dass die Seelsorgelehre der theologischen Disziplin zugeordnet ist, während der verhaltenstherapeutische Ansatz enzyklopädisch zur akademischen Psychologie gehört. Als übergeordnete Metaperspektive muss daher das Verhältnis von Psychologie und Theologie thematisiert werden, die jeweils einen unterschiedlichen Fachdiskurs verfolgen und dennoch miteinander im Gespräch stehen. Eine zentrale Schnittstelle, die beide Disziplinen verbindet, ist die Beschäftigung mit Spiritualität und Sinn. Nach dem Boom der psychotherapeutisch orientierten Seelsorgelehre ist nun wieder selbstverständlich von einer Verbindung religiöser Themen mit der Lebensgeschichte die Rede. Die Begriffe von Sinn und Spiritualität werden als Integral einer zentralen Aufgabe von Seelsorge benannt, sich um die religiös-spirituellen Themen und Anliegen des Menschen zu sorgen, wie der breite Diskurs um Spiritual Care aufzuzeigen vermag. Auch von psychotherapeutischer, insbesondere der kognitiv-verhaltenstherapeutischen Seite, wird in jüngster Zeit wieder Religion/Spiritualität zum Thema psychotherapeutischer Intervention gemacht. Ansätze wie sinnbasierte Interventionen oder existenzielle Psychotherapie versuchen, die Potenziale und Konflikte von Religion in der Therapie zu eruieren und durch Interventionen Impulse zur Veränderung zu geben. Neuere Entwicklungen der dritten Welle in der Kognitiven Verhaltenstherapie wie die Schematherapie, Mindfulness based stress reduction (MBSR), Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT), die dialektisch-behaviorale Therapie (DBT) oder die emotionsfokussierte Therapie verbinden Methoden schulenübergreifend und integrativ miteinander. Durch diese multimethodische und eklektische Herangehensweise

rücken die Funktion von Lebenszielen, Sinngebung und religiöser und spiritueller Praxis wieder vermehrt ins Bewusstsein eines ganzheitlich orientierten Gesundheitswesens. Und fraglos können diese Weiterentwicklungen Anregungen für die Seelsorgelehre bieten, sind aber dort bislang kaum in ihrer Vielfalt bekannt.

Vor diesem Hintergrund zielte die Fachtagung auf einen Dialog der Disziplinen. Im Band vereinen sich dabei sowohl Praxisperspektiven als auch Theoriereflexionen, wobei beide stets wechselseitig aufeinander bezogen sind und sich gegenseitig bereichern.

Der erste Beitrag ist grundlegender Natur und bildet einen Rahmen für die enzyklopädische Verortung eines Dialogs zwischen Poimenik und Kognitiver Verhaltenstherapie. *Katja Dubiski* geht der Frage nach, auf welcher Grundlage Kognitive Verhaltenstherapie und Seelsorgelehre miteinander ins Gespräch treten können, worin ihre konstitutiven Unterschiede liegen und wie die Seelsorge Ansichten der Kognitiven Verhaltenstherapie gewinnbringend rezipieren kann.

Es folgt eine Reihe an Beiträgen, die sich einzelnen Phänomenen aus dem spirituellen Feld zuordnen lassen. *Michael Utsch* fragt nach der Bedeutung von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie in existenziellen Krisen. Das Phänomen der Nichtreligiosität wird von *Lotte Pummerer* reflektiert, die vorschlägt, das Konzept der Spiritualität auf nichtreligiöse Menschen unter dem Begriff der Selbsttranszendenz auszuweiten. Der Beitrag von *Lea Chilian* betrachtet anschließend das Konzept des *spiritual pain* bei Cicely Saunders in der Palliative Care, das den Sinnbegriff vor dem Hintergrund von Schmerzerfahrung diskutiert. *Johannes Michalak* und *Thomas Heidenreich* fragen in ihrem Artikel nach dem aktuellen Interesse an Achtsamkeit in der KVT und darüber hinaus und inwiefern sich diese Entwicklung als spirituelles Phänomen verstehen lässt.

Zwei Perspektiven aus der therapeutischen bzw. seelsorglichen Praxis ergänzen die bislang vorwiegend theoretischen Betrachtungen. Die Krankenhauseelsorgerin *Karoline Labitzke* stellt die Bedeutung von Spiritualität und Sinn am Lebensende aus der Erfahrung der Arbeit auf der Palliativstation vor. Einen Einblick in die Arbeit mit psychisch kranken älteren Menschen gibt die Psychotherapeutin *Barbara Rabaioli-Fischer* und stellt einzelne Konzepte vor, die Spiritualität berücksichtigen und sich als anschlussfähig für die Poimenik erweisen.

In einem letzten Teil wird der Dialog zwischen KVT und Seelsorge an einzelnen Phänomenen der Pathologie erprobt. Angesichts psychischer Erkrankungen und existenzieller Lebenssituationen stellt sich die Frage nach Sinn und Spiritualität in verschärfter Weise. *Henrik Simojoki* und *Jennifer Marcen* thematisieren das Verhältnis von Sinn und Spiritualität in der Schmerzverarbeitung und nehmen dabei auf Resilienz und sinnbasiertes Coping Bezug. *Maike Schult* beschreibt die Potenziale und Schwierigkeiten von Sinndeutung und Sinnfragen

## 8 Vorwort

angesichts traumatischer Erfahrungen in Seelsorge und KVT. *Annette Haußmann* stellt verschiedene Ansätze aus Seelsorge und KVT zum Umgang mit depressiven Menschen vor und erarbeitet daraus Möglichkeiten eines gelingenden Dialogs, in dem beide Disziplinen voneinander lernen können.

Wir danken allen Autorinnen und Autoren, die sich an diesem Buch beteiligt haben, und der Evangelischen Verlagsanstalt Leipzig für die gute Betreuung der Publikation. Dem Mentoring-Programm der Evangelisch-Theologischen Fakultät der Ludwig-Maximilians-Universität München unter der Leitung von Daria Pezzoli-Olgiati sowie der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern danken wir für die finanzielle Unterstützung dieses Tagungsbandes. Bei der Korrektur und Durchsicht haben uns Marion Vogler, Norina Ullmann und Kristina Lallathin geholfen, wofür wir sehr dankbar sind.

Wir hoffen als Herausgebende, dass der vorliegende Band mit seinen Beiträgen wesentlich zu einer konstruktiven Vertiefung des Verhältnisses von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie beitragen kann und darüber hinaus zur Weiterführung eines konstruktiven Dialogs anregt.

Heidelberg und Regensburg, im Juni 2020  
*Annette Haußmann und Rainer Höfelschweiger*

# Inhalt

*Katja Dubiski*

**Grundlegendes zum Verhältnis von Seelsorge  
und Kognitiver Verhaltenstherapie** ..... 11

*Michael Utsch*

**Sinnfindung und Spiritualität** ..... 29  
Die religiös-spirituelle Dimension in der Psychotherapie

*Lotte Pummerer*

**»Selbsttranszendenz«** ..... 45  
Ein Überblick religionspsychologischer Forschung über  
Spiritualität und Sinnsuche bei Nichtreligiösen

*Lea Chilian*

**Sinnverlust als *spiritual pain*** ..... 71  
Eine theologisch-ethische und poimenische Auseinandersetzung  
mit Spiritual Care

*Johannes Michalak und Thomas Heidenreich*

**Das Prinzip Achtsamkeit und seine Anwendung  
in der Verhaltenstherapie** ..... 91

*Karoline Labitzke*

**Praxisimpuls: Spirituelle Aspekte in der Seelsorge  
am Lebensende** ..... 107

*Barbara Rabaioli-Fischer*

**Spiritualität und religiöse Bindungen in der Psychotherapie  
mit Älteren** ..... 113

*Henrik Simojoki und Jennifer Marcen*

**Schmerzerzählungen erheben, deuten und begleiten** ..... 125  
Eine poimenische Aufgabenperspektive

<i>Maïke Schult</i>	
<b>Für Sinn sorgen?</b> .....	139
Seelsorge und kognitive Verhaltenstherapie nach traumatischen Ereignissen	
 <i>Annette Haußmann</i>	
<b>Suche nach Spiritualität und Sinn bei Depression</b> .....	163
Was können Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie voneinander lernen?	
 <b>Die Autorinnen und Autoren</b> .....	195

# Grundlegendes zum Verhältnis von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie

*Katja Dubiski*

Zur Bearbeitung der Frage nach den *Grundlagen* des Verhältnisses von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie wähle ich eine theoretische Herangehensweise und trete dabei von Seiten der Seelsorge her in den Dialog mit Kognitiver Verhaltenstherapie.<sup>1</sup> Als Praktische Theologin ist mein Blickwinkel ein dezidiert theologischer und mein Interesse gilt vor allem der Seelsorge. Dies umfasst jedoch das Bestreben, immer wieder auch den psychologischen Blickwinkel nachzuvollziehen und theologische oder seelsorgliche Standpunkte aus der Sicht der Kognitiven Verhaltenstherapie konstruktiv-kritisch zu beleuchten.

Dementsprechend bearbeite ich die Frage nach dem Verhältnis von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie in drei Schritten: Ausgehend von der Beobachtung, dass es bislang in der Seelsorge sowie in der poimenischen Literatur kaum zur Rezeption Kognitiver Verhaltenstherapie gekommen ist, benenne ich in einem ersten Schritt mögliche Ursachen hierfür. In einem zweiten Schritt stelle ich dann heraus, was sich hier in jüngster Zeit geändert hat und geradezu zu einem Schwinden vieler Hindernisse für einen Dialog von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie führt. In einem dritten Schritt schließlich möchte ich zeigen, wie ein interdisziplinärer Dialog aussehen könnte bzw. worum es dabei geht. Dabei scheinen mir einige Themen besonders bedeutsam. Abschließend bündele ich meine Erkenntnisse im Fazit.

## I Was bisher geschah ...

In der Poimenik der letzten Jahrzehnte wurde Kognitive Verhaltenstherapie gar nicht oder nur am Rande bearbeitet. In Lehrbüchern und Handbüchern der Seelsorge wie in Sammelbänden zum Thema ist dies bis heute weithin so ge-

---

<sup>1</sup> Ausführlich bearbeitet habe ich das Thema in DUBISKI, Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie.

blieben.<sup>2</sup> Das Gleiche gilt umgekehrt für die Seelsorge in psychotherapeutischen Praxishüchern: Nur selten wird hier darauf hingewiesen, dass im Bereich der »großen Fragen« – der Fragen nach dem Sinn, nach Zielen und Werten – in Seelsorge und Psychotherapie ganz ähnliche Themen verhandelt werden.<sup>3</sup> Das Verhältnis von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie ist insgesamt lange wenig bearbeitet worden. Woran liegt das?

## 1. Größere Passung anderer psychologischer Paradigmen?

Der Hauptgrund liegt wohl darin, dass in der praktisch-theologischen Rezeption der Psychologie über lange Zeit andere psychotherapeutische Konzeptionen dominierten als die Kognitive Verhaltenstherapie. Aus ganz unterschiedlichen Gründen wurden diese als passender erachtet: Die Begründung für eine Bezugnahme auf die *Psychoanalyse* war in den 1960er Jahren für Joachim Scharfenberg die Annahme, dass in der Theologie – ebenso wie in der Psychoanalyse – der Konflikt im Zentrum aller Anthropologie steht.<sup>4</sup> Deshalb muss Pastoralpsychologie für Scharfenberg an das »Paradigma der Psychoanalyse«<sup>5</sup> anschließen und »muß eine Konfliktpsychologie sein«<sup>6</sup>. Aktuell vertritt diesen Ansatz z. B. Michael Klessmann.<sup>7</sup> Als Begründung für die Bezugnahme auf die humanistische *Personzentrierte Psychotherapie* nennen Helga Lemke und Wilhelm Thürnaeu, dass sich »in den Basisvariablen Echtheit, Akzeptanz und Empathie [...] die genuin christlichen Verhaltensweisen von Annahme, Wahrhaftigkeit und Liebe«<sup>8</sup> wiederfinden, wie sie im Römerbrief (Röm 12,9 ff.) beschrieben seien. Und als Begründung für die Einbeziehung *systemischer Komponenten* in die Seelsorge nennt schließlich Christoph Morgenthaler die biblische Beschreibung des Menschen als ein Wesen in Beziehung.<sup>9</sup>

<sup>2</sup> Vgl. z. B. MORGENTHALER, Seelsorge; ZIEMER, Seelsorgelehre; ENGEMANN, Handbuch der Seelsorge.

<sup>3</sup> Vgl. z. B. STAVEMANN, KVT-Praxis, IX.

<sup>4</sup> Vgl. SCHARFENBERG, Einführung in die Pastoralpsychologie, 52.

<sup>5</sup> A. a. O., 33.

<sup>6</sup> A. a. O., 49.

<sup>7</sup> Zwanzig Jahre später übernimmt Michael Klessmann diese Grundthese, rezipiert allerdings explizit unterschiedliche psychologische Paradigmen (vgl. KLESSMANN, Pastoralpsychologie, 52 f.). Dennoch steht für ihn Psychoanalyse weiter im Zentrum, da diese »vielen Weiterentwicklungen innerhalb der Psychologie zugrunde liegt und das ausdifferenzierte Theoriegebäude der Psychoanalyse nach wie vor einen großen heuristischen Wert besitzt« (a. a. O., 28).

<sup>8</sup> LEMKE u. THÜRNAEU, Personzentrierte Psychotherapie und Seelsorge, 340.

<sup>9</sup> Vgl. MORGENTHALER, Systemische Seelsorge, 16 f.

*Verhaltenstherapie* hingegen wurde wiederholt problematisiert und damit auch weitestgehend für eine Rezeption in der Seelsorge abgelehnt. Begründet wurde dies u. a. damit, Menschen würden hier vor allem als leicht manipulierbar dargestellt und es liege ein mechanistisches Menschenbild vor.<sup>10</sup> Auf die *frühe* Verhaltenstherapie trifft diese Kritik sicherlich zu einem großen Teil zu. Allerdings hat sich inzwischen stark verändert, was üblicherweise mit »Verhaltenstherapie« gemeint ist.

## 2. Verhaltenstherapie und/oder/gleich Kognitive Verhaltenstherapie?

Ein zweiter Grund für das lange Ausbleiben eines interdisziplinären Dialogs zwischen Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie ist die unklare begriffliche Abgrenzung von Verhaltenstherapie und *Kognitiver* Verhaltenstherapie. Dies sorgt wohl nicht nur in der psychologischen Literatur, sondern mehr noch in der fach-externen poimenischen Literatur für Unschärfen.

In der poimenischen Literatur, z.B. bei Michael Klessmann und Jürgen Ziemer, wird Kognitive Verhaltenstherapie vor allem mit dem Namen Albert Ellis verbunden und unter der Überschrift »Verhaltenstherapie« verhandelt. Klessmann umreißt die theoretischen und methodischen Überlegungen von Ellis, seine Darstellung ist allerdings stark von den lerntheoretischen Basisannahmen der Verhaltenstherapie geprägt. Dadurch wird das Spezifikum der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie von Ellis – sein theoretischer und praktischer Ausgangspunkt bei den Kognitionen – nur wenig ersichtlich.<sup>11</sup> Ziemer geht in dieser Hinsicht einen Schritt weiter und beschreibt den »Kognitivismus« explizit als eine eigene Richtung der Psychologie.<sup>12</sup>

Diese relativ vage und zudem immer wieder unterschiedlich durchgeführte Abgrenzung Kognitiver Verhaltenstherapie von Verhaltenstherapie im Bereich der Poimenik entspricht jener innerhalb der psychologischen Forschung und Praxis, wo Kognitive Verhaltenstherapie üblicherweise ebenfalls unter dem Label »Verhaltenstherapie« verhandelt wird. Auch diese Zuordnung hat verschiedene

<sup>10</sup> Vgl. KLESSMANN, Pastoralpsychologie, 191. Zu einer frühen Kritik an der Verhaltenstherapie vgl. SCHARFENBERG, Seelsorge als Gespräch, 114.

<sup>11</sup> Vgl. KLESSMANN, Seelsorge, 283–285. Vgl. dazu auch KLESSMANN, Pastoralpsychologie, 451. Dabei würdigt Klessmann an Kognitiver Verhaltenstherapie, dass der Mensch »neu als verantwortliches Subjekt seines Lebens« (a. a. O., 192) gesehen wird. Allerdings sei sie wie Verhaltenstherapie »symptomorientiert« (ebd.) und damit letztlich zu oberflächlich. Ähnlich ZIEMER, Seelsorgelehre, 166.

<sup>12</sup> Ziemer verweist auch auf Harlich H. Stavemann (vgl. ZIEMER, Psychologische Grundlagen der Seelsorge, 78f.).

Gründe: *Methodisch* entstand Kognitive Verhaltenstherapie in ihrer heutigen Form auf Basis empirischer Wirksamkeitsnachweise. Dies entspricht der Vorgehensweise experimenteller Psychologie und damit der im Behaviorismus wurzelnden Verhaltenstherapie. Auch *inhaltlich* besteht eine große Nähe zur Verhaltenstherapie. Denn heute spielen in Kognitiver Verhaltenstherapie neben kognitiven Grundannahmen ganz selbstverständlich auch Übungen eine Rolle – und damit zentrale Inhalte von Verhaltenstherapie. Allerdings – und das ist der Nachteil der kombinierten Bezeichnung – nimmt man in der Kombination »Kognitive Verhaltenstherapie« den teilweise ja bewusst angestrebten theoretischen Neuanatz bei den Kognitionen eher als ergänzendes Attribut der Verhaltenstherapie wahr und wird damit der theoretischen Konzeption kognitiver Ansätze nicht unbedingt gerecht.<sup>13</sup> *Pragmatisch* betrachtet ist jedoch mit der Wortverbindung »Kognitive Verhaltenstherapie« eine Zurechnung kognitiver Ansätze zum Richtlinienverfahren der Verhaltenstherapie möglich, was in ökonomischer Hinsicht für Forschung und Praxis im Bereich kognitiver Ansätze von zentraler Bedeutung ist.<sup>14</sup> Die Ursachen für begriffliche Unklarheiten auch innerhalb der Psychologie sind also vielfältig.

Und diese Unklarheit, was jeweils mit »Kognitive Verhaltenstherapie« gemeint ist, bleibt aus Perspektive der Poimenik auch mit den neueren Konzepten Kognitiver Verhaltenstherapie, die man unter den Begriff »dritte Welle« setzen kann, bestehen: Welcher Fachfremde würde unter den Bezeichnungen »Akzeptanz- und Commitment-Therapie« (ACT) und »Schematherapie« den gemeinsamen Nenner »Kognitive Verhaltenstherapie« erkennen? Und selbst wenn jemand darum weiß – auf welche Ansätze könnte und sollte Poimenik für welche ihrer Fragen zugreifen? Eine Auswahl ist schwierig und eine Entscheidung setzt bereits Vorkenntnis voraus.

Es liegt auf der Hand, dass die Unklarheit, was »Kognitive Verhaltenstherapie« im Einzelfall konkret bedeutet, aus Sicht der Poimenik ein Rezeptionshindernis darstellt.

---

<sup>13</sup> Dirk Revenstorf schließt seine Beschreibung der Entwicklung der Verhaltenstherapie dementsprechend so ab: »Schließlich entdeckte die Verhaltenstherapie in Form der Achtsamkeit die Spiritualität (Linehan 1993). Nun hätte man sie kognitiv-emotional-spirituelle Verhaltenstherapie nennen können, genau genommen kognitiv-emotional-spirituell-systemische Verhaltenstherapie« (REVENSTORF, Verhaltenstherapie und andere Therapieformen, 244 [im Original teilweise hervorgehoben]).

<sup>14</sup> Die ökonomische Begründung findet sich z. B. bei REINECKER, Grundlagen der Verhaltenstherapie, IX.

### 3. Bedeutungsverlust des therapeutischen Paradigmas in der Seelsorge?

Ein dritter Grund für das Ausbleiben eines Dialogs der Seelsorge mit Kognitiver Verhaltenstherapie ist *innerhalb der Poimenik* zu finden. Denn beinahe zeitgleich mit der zunehmenden Verbreitung Kognitiver Verhaltenstherapie in Deutschland kam innerhalb der Poimenik seit den 1990er Jahren eine grundsätzliche Kritik am therapeutischen Paradigma auf – prominent vertreten durch Henning Luther, Isolde Karle, Uta Pohl-Patalong und Eberhardt Hauschildt.<sup>15</sup> Im Zuge dessen ging das Interesse der wissenschaftlichen Seelsorgeforschung an der Psychologie insgesamt zurück. Das Verständnis von Seelsorge verschob sich von einer quasi therapie-analogen Hilfe in Krisensituationen hin zu einer religiös begründeten Begleitung in allen Lebenslagen. Parallel dazu verankerte sich *in der Praxis* die Seelsorge-Ausbildung der Deutschen Gesellschaft für Pastoralpsychologie (DGfP) zunehmend in den kirchlichen Strukturen.<sup>16</sup> Für Seelsorgerinnen und Seelsorger geschah das mit großem Gewinn.

*Insgesamt* stellte sich damit zwischen pastoralpsychologischer Selbstverständlichkeit auf der einen Seite und grundlegender Kritik am therapeutischen Paradigma auf der anderen Seite wohl schlicht auch ein Desinteresse an aktueller psychologischer Forschung und damit auch an (Kognitiver) Verhaltenstherapie ein.

### 4. Zwischenfazit

In Anbetracht der vielschichtigen Problemlage leuchtet es also unmittelbar ein, dass und warum eine Rezeption kognitiv-verhaltenstherapeutischer Konzeptionen in der Poimenik über lange Zeit erschwert war und es bis heute in vielerlei Hinsicht geblieben ist. Dabei gehen *intra-poimenische* Aspekte – also die Domi-

---

<sup>15</sup> Vgl. dazu LUTHER, *Alltagssorge und Seelsorge*, 224; KARLE, *Seelsorge in der Moderne*; POHL-PATALONG, *Seelsorge zwischen Individuum und Gesellschaft*; HAUSCHILDT, *Alltagsseelsorge*. Sie machten deutlich, dass es weder um billigen Trost gehen, noch dass es die Konzentration auf rein innerpsychische Aspekte sein konnte, durch die Seelsorge Menschen beistehen sollte. Auch die Beobachtung, dass es im Seelsorge-Alltag in der Gemeinde kaum zu langen Gesprächen bzw. sogar Gesprächsreihen käme, in denen Seelsorge quasi-therapeutisch praktiziert würde, stützte die Anfragen an das therapeutische Paradigma der Seelsorge.

<sup>16</sup> Mit dem Erscheinen der »Pastoralpsychologie« von Michael Klessmann im Jahr 2004 schien dann auch die theoretische Rezeption psychotherapeutischer Konzeptionen für die religiöse bzw. kirchliche Praxis zu einer gewissen Selbstverständlichkeit und zu einem vorläufigen Endpunkt gekommen zu sein. Vgl. KLESSMANN, *Pastoralpsychologie*.

nanz anderer psychologischer Paradigmen sowie der grundsätzliche Bedeutungsverlust des therapeutischen Paradigmas – mit *intra-psychologischen* Aspekten – der unklaren Benennung und der rasanten Weiterentwicklung und Ausdifferenzierung Kognitiver Verhaltenstherapie einher.

## II Was sich aktuell verändert ...

In letzter Zeit kommt allerdings auf beiden Seiten einiges in Bewegung, was für einen möglichen Dialog von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie von Bedeutung sein kann. Einige zentrale Aspekte seien hier genannt.

### 1. Konsolidierung

Erstens hat sich – während sich die Forschung Kognitiver Verhaltenstherapie weiterentwickelt und weiter ausdifferenziert – eine Art »Kanon«, also eine Reihe von Klassikern herausgebildet, auf die man zur Beschreibung Kognitiver Verhaltenstherapie üblicherweise zurückgreift. Hier sind an erster Stelle die Namen Albert Ellis und Aaron T. Beck zu nennen, auf deren Konzeptionen in der psychologischen Literatur durchgehend verwiesen wird.<sup>17</sup> Darüber hinaus ist es inzwischen selbstverständlich, Verhaltenstherapie um kognitive Komponenten angereichert zu verstehen. So schreiben zum Beispiel Thomas Heidenreich und Johannes Michalak 2013: »Die aktuelle Verhaltenstherapie ist – zumindest in Deutschland – durchgängig Kognitive Verhaltenstherapie.«<sup>18</sup>

Nachdem sich dies also innerhalb der Psychologie durchgesetzt hat, ist es nun auch von außen her – also fach-extern, z. B. aus poimenischer Perspektive – einfacher, sich zu orientieren und an die genannten zentralen Konzeptionen Kognitiver Verhaltenstherapie anzuknüpfen und von dort aus die einen oder anderen Linien der neueren Konzeptionen weiterzuziehen und für die Poimenik fruchtbar zu machen.

---

<sup>17</sup> Die Nennung weiterer Namen und Konzeptionen ist bereits umstritten – man könnte hier auch Donald Meichenbaum, Arnold Lazarus, Michael J. Mahoney und Maxie C. Maultsby nennen (vgl. STAVEMANN, *Integrative KVT*, 13).

<sup>18</sup> HEIDENREICH u. MICHALAK, *Einführung*, 15. [Vgl. Den Artikel von Michalak und Heidenreich in diesem Band].

## 2. Wirksamkeit

Zweitens ist »Wirksamkeit« – die zentrale Leitlinie der Psychotherapieforschung – in zweierlei Hinsicht als Türöffner für eine poimenische Rezeption zu nennen.

Zum einen hatten – im Vorfeld der Etablierung der psychotherapeutischen Richtlinienverfahren 1999 – bereits 1994 Klaus Grawe, Ruth Donati und Friederike Bernauer in ihrer breit rezipierten Überblicksstudie gezeigt, dass Verhaltenstherapie und Kognitive Verhaltenstherapie äußerst wirksam sind.<sup>19</sup> Seelsorge kann sich also der Auseinandersetzung mit Kognitiver Verhaltenstherapie kaum entziehen, wenn sie sich am jesuanischen Ethos des Helfens und der Hilfe orientieren will. Sie wird sich vielmehr mit *allen* Konzeptionen von Psychotherapie befassen, die sich in der Psychotherapieforschung als wirksam erwiesen haben, weil sie Menschen hilfreich zu Seite stehen will und im Dialog möglicherweise Anregungen für ihre eigene Theorie und Praxis erhält.

Zum anderen hat »Wirksamkeit« auch in anderer Hinsicht an Bedeutung gewonnen. Denn mit jeder Weiterentwicklung von Verhaltenstherapie ist ihre theoretische Konzeption vielfältiger und damit letztlich auch undeutlicher geworden. Inzwischen gilt »Wirksamkeit« gar als *das* zentrale Charakteristikum von Verhaltenstherapie. So schreibt Dirk Revenstorf: »Verhaltenstherapie kann als Grundlage weder auf eine einheitliche lerntheoretische Fundierung noch auf eine durchgehende Operationalisierbarkeit ihrer Konzepte zurückgreifen. Stattdessen wird ihre Wissenschaftlichkeit mit der empirischen Absicherung ihrer Effekte begründet.«<sup>20</sup> Verhaltenstherapeutische Theoriebildung umfasst heute – so Revenstorf – »lerntheoretische, emotionspsychologische, logisch-philosophische und kybernetische Prinzipien«<sup>21</sup>. Und auch in der Praxis bevorzugen die meisten Verhaltenstherapeutinnen und -therapeuten eine Vorgehensweise, die u. a. auf »Gestalttherapie, Körpertherapie, Hypnose, Psychodrama und Psychodynamik«<sup>22</sup> zurückgreift.

---

<sup>19</sup> Vgl. GRAWE, DONATI u. BERNAUER, Psychotherapie im Wandel. Freilich ist in diesem Zusammenhang festzuhalten, dass die Fokussierung auf Wirksamkeitsnachweise dem quantitativ-experimentellen Vorgehen mit Kontrollgruppendesigns in der verhaltenstherapeutischen Forschung entspricht und es deshalb nicht verwunderlich ist, dass ihre Wirksamkeit besonders gut nachzuweisen ist. Zu den Richtlinienverfahren vgl. [https://www.g-ba.de/downloads/62-492-1733/PT-RL\\_2018-10-18\\_iK-2018-12-21.pdf](https://www.g-ba.de/downloads/62-492-1733/PT-RL_2018-10-18_iK-2018-12-21.pdf) (letzter Zugriff am 06.02.2019).

<sup>20</sup> REVENSTORF, Verhaltenstherapie und andere Therapieformen, 245 [im Original teilweise hervorgehoben].

<sup>21</sup> Ebd.

<sup>22</sup> A. a. O., 244.

Für die Poimenik ist diese Offenheit für Anleihen aus verschiedenen psychologischen Richtungen ertragreich. Denn, so Klessmann: »Ein psychologischer und pastoralpsychologischer Methodenpluralismus entspricht der Strittigkeit und Vielfalt der Wirklichkeit, die nie als solche zuhanden ist, sondern sich nur aus der Mehrzahl der Wahrnehmungsperspektiven erschließt.«<sup>23</sup> Konzeptionen Kognitiver Verhaltenstherapie können also ihren Teil zur Vielfalt poimenischer Wahrnehmungsperspektiven beitragen – wenn sich denn die poimenische Diskussion hierfür öffnet.

### 3. Öffnung Kognitiver Verhaltenstherapie für »Spiritualität« und »Sinn«

Drittens zeigt die deutschsprachige akademische Psychologie zwar weiterhin nur ein sehr geringes Interesse an religiösen Fragestellungen, allerdings deutet im Bereich der Psychotherapie manches auf eine gewisse Öffnung für diese Fragen hin.

Zwei unterschiedliche Akzentuierungen sind hier wahrzunehmen: Zum einen werden auf methodischer Ebene – verbunden mit dem Konzept der Achtsamkeit – Anleihen »aus dem spirituellen Kontext des Buddhismus«<sup>24</sup> gemacht. Zum anderen werden therapeutische Interventionen bezüglich der Frage nach »Sinn« mit theoretischen Konzepten aus »Physik, Philosophie und Spiritualität«<sup>25</sup> verbunden und werden Kontingenzerfahrungen auf das »Territorium von Philosophie und Theologie«<sup>26</sup> bezogen. Die Wortwahl und der konkrete Umgang mit der Frage nach Sinn unterscheiden sich dabei stark.<sup>27</sup> So geht zum Beispiel Harlich H. Stavemann diesen Fragen unter der Überschrift »Lebenszielanalyse«

<sup>23</sup> KLESSMANN, Pastoralpsychologie, 28 f.

<sup>24</sup> REVENSTORF, Verhaltenstherapie und andere Therapieformen, 230.

<sup>25</sup> A. a. O., 239. Zum Vergleich: Auf der Ebene der Kognition wären dies z. B. Dissonanztheorie und Schematheorie, auf der Ebene des Verhaltens z. B. Lerntheorien und Schematheorie, auf der Ebene von Paar/Familie Systemtheorie und Kybernetik (vgl. ebd.).

<sup>26</sup> PARFY U. LENZ, Menschenbild, 66.

<sup>27</sup> Während Revenstorff ganz selbstverständlich von »Spiritualität« spricht (vgl. Anm. 24 f.), kommt Stavemann ohne diesen Begriff aus uns spricht eher von »Glaubensgrundsätzen« (vgl. STAVEMANN, Lebenszielanalyse und Lebenszielplanung, 12) bzw. von Axiomen und Prämissen im Hinblick auf Moralvorstellungen und Lebensziele als Grundlage des jeweils individuellen Patientensystems (vgl. STAVEMANN, Integrative KVT, 71). Parfy und Lenz vermeiden beide Begriffe, sprechen aber davon, dass die »frühen kollektiven Riten« und die »tradierten Wortgebäude« (beides PARFY U. LENZ, Menschenbild, 66) zugunsten individueller Sinnfindung an Plausibilität verlieren.

nach.<sup>28</sup> Methodisch bleibt er dabei konsequent im Bereich kognitiver Intervention. Die von ihm erhobenen »Grundlegende[n] Glaubensgrundsätze« sind für ihn Teil des »Patientensystems«, das im therapeutischen Gespräch erhoben und auf seine Stimmigkeit und Folgen für Lebensziele hin analysiert wird. So werden metaphysische und philosophische Fragen Teil bewusster Reflexion.

Eine solche Reflexion und Diskussion grundlegender Überzeugungen entsprechen dem Glaubensverständnis evangelischer Theologie, die Glauben ebenfalls durch-denken will.<sup>29</sup> Was dies für die Abgrenzung bzw. die Zusammenarbeit von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie bedeutet, ist ebenso grundsätzlich wie für den jeweiligen Einzelfall gut abzuwägen.

#### 4. Neues Interesse der Seelsorge an Psychotherapie

Viertens schließlich zeigt sich umgekehrt in der Seelsorge ein neues Interesse an Psychotherapie, wobei man sich im Unterschied zu den Zeiten der Seelsorgebewegung und der therapeutischen Seelsorge im 20. Jahrhundert bewusst ist, dass Psychologie für die Poimenik einer von mehreren interdisziplinären Bezügen ist.<sup>30</sup> Vor allem aber besteht heute ein Bewusstsein dafür, dass Seelsorge in Abgrenzung zu Psychotherapie ein Proprium hat. Sie hat einen eigenen religiös bestimmten Fokus und damit eine eigene Aufgabe.<sup>31</sup> Bei der Abgrenzung von Seelsorge und Psychotherapie hilft sicher, dass die Ausdifferenzierung der Gesellschaft weiter fortgeschritten ist, sodass heute eine klare Abgrenzung von Psychotherapie und Seelsorge gegeben ist und wir davon ausgehen können, dass Menschen bewusst und mit einer jeweils anders akzentuierten Erwartung Seelsorge oder Psychotherapie aufsuchen.<sup>32</sup>

Dies führte allerdings nicht, wie vielleicht ehemals befürchtet, zu einem Untergang der Seelsorge. Im Gegenteil ist ein Selbstbewusstsein von Seelsorgenden wahrzunehmen, was ihre seelsorgliche Aufgabe und das Proprium ihrer Arbeit angeht: Seelsorge geschieht – wenn auch in einer Kirche, die weniger

<sup>28</sup> Vgl. STAVEMANN, Integrative KVT, 44 f.

<sup>29</sup> Vgl. dazu DUBISKI, Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie, 133 f. Es ist allerdings fraglich, ob die konkreten Formulierungen Stavemanns zu diesem Themenbereich mit heute gelebtem christlichen Glauben tatsächlich in Verbindung zu bringen sind (vgl. STAVEMANN, Lebenszielanalyse und Lebenszielplanung, 18 f.). Wünschenswert wäre aus poimenischer Perspektive, dass Kommunikation über Religiosität und Spiritualität sachlich fundiert erfolgt.

<sup>30</sup> Vgl. z. B. die Aufzählung bei ZIEMER, Seelsorgelehre, 113.

<sup>31</sup> Vgl. KARLE, Seelsorge in der modernen Gesellschaft, 204.

<sup>32</sup> Vgl. zur Abgrenzung von Seelsorge und kirchlicher Beratungsstelle bzw. Psychotherapie WAGNER-RAU, Religiosität in der psychologischen Beratung, 213.