

Psychotherapie: Hilfsinstrument für die Seelsorge?

Roland Antholzer

Der folgende Text stellt kurz ein paar grundlegende Gedanken vor, die in dem Vortrag natürlich differenzierter ausgearbeitet werden müssten. Thesenartige Aussagen, die diskutiert werden könnten, sind in Kursivschrift gedruckt.

1. Drei verbreitete Mythen über die Psychotherapie

1.1. Die Psychotherapie ist eine wirkungsvolle Methode zur Heilung von psychischem Leiden.

Die Vorstellung, dass Psychotherapie eine wirkungsvolle Hilfe bei seelischen Problemen sei, ein Mythos. In einem von der Bundesregierung in Auftrag gegebenen Gutachten zur Wirksamkeit der Psychotherapien durch die Psychologen Hans GRAWE und Hans H. STRUPP kamen diese Forscher zu einem vernichtenden Ergebnis: Von den mittlerweile mehrere Hundert Psychotherapien sind es nur drei, deren Wirksamkeit überhaupt schon wissenschaftlich untersucht wurde: die Psychoanalyse, die Verhaltenstherapie (einschließlich der kognitiven Ansätze wie z.B. die Rational-emotive Therapie von ELLIS) und die Nichtdirektive Gesprächspsychotherapie. Bei der Psychoanalyse konnte bisher überhaupt keine spezifische Wirksamkeit nachgewiesen werden. Etwas besser sieht es bei der Gesprächspsychotherapie aus und am besten ist die Wirksamkeit der verhaltenstherapeutischen Methoden belegt. (PH 5/92)

Wenn man dann noch bedenkt, dass die Verhaltenstherapie nur bei sehr einfachen und eng umgrenzten Symptombildern (z.B. phobische Ängste) wirksam intervenieren kann, bleibt doch recht wenig übrig. Zu bedenken ist dabei auch, dass die Untersuchung der Wirksamkeit an der Zielsetzung festgemacht wird: Nur von der Frage ausgehend, was man erreichen will, kann entschieden werden, ob es auch erreicht wurde. Ein Wirksamkeitsnachweis in diesem Sinn hätte deshalb für die christliche Seelsorge nicht „per se“ Bedeutung. *Im Sinne biblischer Seelsorge (s. 1.3.) ist Psychotherapie nicht nur wirkungslos, sondern geradezu kontraindiziert.*

1.2. Psychotherapie kann von ihren ideologischen Anteilen gereinigt und so ein wertfreies Handwerkzeug geschaffen werden

Ich bin der Meinung, dass die Behauptung der Wertneutralität psychotherapeutischer Methoden auf tönernen Füßen steht. Die Aussage, bei den ideologisch bestimmten Anteilen der verschiedenen Psychotherapien handle es sich um eine Art „Überbau“, ist nachweisbar falsch. *Das falsche unbiblische (meist humanistische) Menschenbild und andere unbiblische Annahmen wie Evolutionismus, Determinismus und Materialismus sind nicht einfach nur darüber gestülpt, so dass man sie einfach entfernen könnte - sie sind vielmehr das Fundament dieser Methoden.* (Diese Aussage könnte beispielhaft anhand einer verbreiteten Therapiemethode, etwa der Gesprächspsychotherapie, verifiziert werden.)

Es ist wie bei einem angeschimmelten Brot. Der Schimmel kann nicht einfach abgeschabt werden, denn er sitzt nicht nur an der Oberfläche, sondern sein Mycel durchdringt das ganze Brot. In gleicher Weise durchdringt das Gift humanistischer Weltanschauung die ganze Therapiemethode, was sie für uns als Christen unbrauchbar macht.

1.3. Psychotherapie kann hilfreich sein, um die Ziele der Seelsorge zu erreichen

Die Methodenfrage ist im Grunde eine Frage nach dem Ziel und sie klärt sich auch von der Antwort her, die wir auf die Frage nach der Zielsetzung der Seelsorge geben. Methode = methodos = Weg. Ob eine Methode geeignet ist, kann nur vom Ziel her entschieden werden.

Ich muss also erst fragen: Was will ich erreichen, was ist das Ziel? Dann kann ich mich für eine angemessene Methode entscheiden.

Hier müssten wir zunächst einmal klären, was denn die eigentliche Zielsetzung der Seelsorge ist. Folgende drei Schriftstellen bringen es auf den Punkt: Kol 1,28: „jeden Menschen vollkommen in Christus darzustellen“; Eph 1,12: „dass wir etwas seien zum Lob seiner Herrlichkeit“; 2Tim 3,17: „damit der Mensch Gottes richtig sei, für jedes gute Werk ausgerüstet“.

Zielsetzung der Seelsorge muss es also sein, den Ratsuchenden in eine rechte Gottesbeziehung (bzw. Christusbeziehung) zu bringen. Das ist wiederum nur da möglich, wo das eigene Ich abtritt und Christus Raum gibt. Die Zielsetzung der Psychotherapie ist dazu völlig konträr. Es geht um den autonomen, den psychisch gesunden Menschen. Das Maß aller Dinge ist der Mensch. Grundsätzlich kann man sagen: Das Ego des Menschen wird aufgebaut und gestärkt. Es geht vor allem um Ichstärke. Konkret: Der alte unerlöste Mensch wird so aufgepäppelt, dass er mit seinem unerlösten Wesen besser durchs Leben kommt. Das ist letztlich Selbsterlösung.

Worum es nicht geht in der Seelsorge: *Es geht nicht darum, den andern zu heilen.* Das Ziel ist weder Gesundheit (was immer das im psychischen Bereich ist), noch Abwesenheit von Symptomen, noch Funktionsfähigkeit im Sinne der jeweiligen Gesellschaft und Kultur. Daher ist auch der Begriff „Therapie“ im Zusammenhang mit Seelsorge falsch. Das griechische Wort „*therapeuo*“ wird in der Schrift ausschließlich im Zusammenhang mit körperlicher Krankheit gebraucht. Anders der Begriff „*iaomai*“, der auch die seelisch-geistliche Problematik mit einschließt (jemanden von „Sündenkrankheit“ heilen, z.B. Mt 13,15; Joh 12,40; Jak 5,16).

Aber: Könnte Psychotherapie nicht das Ziel der Seelsorge unterstützen? Auf keinen Fall! Biblische Seelsorge muss grundsätzlich ihren Ansatzpunkt in der Neuen Natur des Christen haben. Es geht letztlich darum, den andern dahin zu führen, dass er aus der Kraft und dem Reichtum Christi, der ja in ihm wohnt, sein Leben gestaltet.

Dass wir in Christus eine „neue Schöpfung“ sind, ist ja nicht nur ein schöner theologischer Gedanke, sondern Realität. Aber diese Realität muss, wie jede andere auch, erst zur Kenntnis genommen und dann glaubend umgesetzt werden. Es geht darum, dass wir die neue Identität, die wir in Christus schon haben, erkennen und für uns annehmen. Das heißt aber gleichzeitig, die alte Identität, unser autonomes Ich-Leben mit seinen Rechtsforderungen, Zielen, Wünschen, Gewohnheiten und Ansprüchen in den Tod zu geben (Gal 5,24).

So können wir schließlich zu der Aussage kommen: *„... und nicht mehr lebe ich, sondern Christus lebt in mir; was ich aber jetzt im Fleisch lebe, lebe ich im Glauben, und zwar im Glauben an den Sohn Gottes, der mich geliebt und sich selbst für mich hingegeben hat.“* (Gal 2,20)

2. Drei fatale Auswirkungen der Vermischung von Psychotherapie und Seelsorge

Warum ist die Vermischung von Seelsorge mit säkularen Psychotherapiemethoden so problematisch? Ich möchte hier drei Auswirkungen dieser Vermischung auf das Denken der Christen ansprechen.

2.1. Humanistisches Denken

Wir haben heute, um mit Martin GROSS zu sprechen, nicht nur eine „Psychologische Gesellschaft“ (ich beziehe mich hier auf einen Buchtitel gleichen Namens), sondern auch eine „Psychologische Gemeinde“. Die Gemeinde Jesu spiegelt ja in dem Maß, wie sie verweltlicht ist, auch immer einen guten Teil dieser Welt und des Zeitgeistes wieder. Die Psychologisierung der Gemeinde zeigt sich z.B. darin, dass man grundlegende humanistische Aussagen von christlichen Positionen kaum noch unterscheiden kann (Lehre von der Selbstliebe, Auffassungen über Fragen der Autorität, der Stellung der Frau in Gesellschaft, Familie und Gemeinde, über Kindererziehung, Sexualität und Homosexualität, Rechtsprechung, usw.). Psychotherapeutische Methoden können nur deshalb solchen Anklang finden, weil die meisten Christen es nie gelernt haben, biblisch zu denken, Zeitgeist von biblischer Wahrheit zu unterscheiden. *Das unbiblische, von antichristlicher Philosophie geprägte Denken wird durch die Öffnung für die Psychotherapie natürlicherweise verstärkt.*

2.2. Victimisierungsdenken

Besonders auffällig ist die Victimisierung des christlichen Denkens. Was ist damit gemeint? „Victim“ heißt „Opfer“. Victimisierung heißt also, dass wir - wie die Welt ohnehin - uns immer und in allem, was in unserm Leben nicht funktioniert, als Opfer sehen. Schon Adam sah sich als Opfer dessen, dass Gott ihm diese Eva gegeben hat und natürlich war er schließlich das Opfer der Überredungskunst seiner Frau. Eva hingegen war Opfer der Verführungskraft der Schlange. Seither hat sich diese Sicht der Dinge fortgesetzt, nur die Begründungen sind viel klüger und raffinierter geworden.

Gerade die Psychologie tiefenpsychologischer Prägung hat hier Erstaunliches geleistet. Seit FREUD diese Lehre entwickelt hat, wissen wir

endlich, dass wir Opfer unserer frühkindlichen Erfahrungen sind, Opfer unserer unschuldig-erotischen Wünsche dem andersgeschlechtlichen Elternteil gegenüber (sprich Ödipus-Konflikt), Opfer frühkindlicher Fixierungen, Opfer unserer Psychodynamik, des fortwährenden Kampfes unseres Über-Ichs gegen die unverhüllten Triebwünsche unseres Es, usw. Der Behaviorismus hat uns zusätzlich klargemacht, dass wir Opfer unserer Konditionierungen und Lernerfahrungen sind. Die humanistische Psychologie sagt, wir seien Opfer einer lieblosen, von Unverständnis und mangelnder Akzeptanz geprägten Umwelt. Wäre die Umwelt anders gewesen, hätte sich unsere von Grund auf gute Natur entsprechend entfalten können. Von Sünde spricht die Psychologie ohnehin nicht. Als Zielverfehlung (und das bedeutet das Wort „hamarhia“ ja eigentlich) wird bestenfalls das Verfehlen der Selbstverwirklichung angesehen. Christen haben zusätzlich noch den Teufel, den man für alles verantwortlich machen kann bzw. die Sünden der Vorväter.

Somit ist auch unter Christen die Neigung, sich selbst als Opfer zu sehen, sehr ausgeprägt und verhindert oft die Überwindung falscher und ungöttlicher Lebenseinstellungen und Lebensstile. Psychotherapie fördert diese Sichtweise.

2.3. Magisches Denken

Christliche Psychologen haben es mit ihrem Ansatz der Integration von Psychotherapie und Seelsorge geschafft, die Psychotherapie innerhalb der bibelgläubigen Gemeinde im deutschsprachigen Raum salonfähig zu machen. Mit ihrer auf die Psychologie gegründeten Ausbildung fördert sie diese verhängnisvolle Psychologisierung der Gemeinde Jesu. Die Auswirkung davon wird sein (auch wenn das sicher nicht gewollt ist), dass eine weitere Öffnung für bibelfremde Praktiken stattfindet und die Christen vom biblischen Evangelium immer weiter weggezogen werden. Dave HUNT, der amerikanische Sektenspezialist, hat nicht ohne Grund die Psychologie als das „Trojanische Pferd“ bezeichnet, mittels dessen viele Irrlehren und gefährliche Praktiken in die Gemeinde Jesu eingedrungen sind (Hunt: Die Verführung der Christenheit, S. 189). Er meint damit u. a. eindeutig magische Praktiken wie Positives Denken oder Visualisierung. Die Psychologisierung des Denkens führt das herbei, was schon Paulus als Gefahr erkannt hat, als er schrieb: „Ich fürchte aber, dass, wie die Schlange Eva durch ihre List verführte, so vielleicht euer

Sinn von der Einfalt und Lauterkeit Christus gegenüber abgewandt und verdorben wird.“ (2 Kor 11,3)

Zu erwähnen wäre auch ein magisches Glaubensverständnis, als wäre Glaube so etwas wie eine uns innewohnende Kraft, mittels derer wir unsern Willen realisieren können. In der Methode der sog. „Inneren Heilung“ finden wir alle diese magischen Praktiken und Denkweisen. Wenn es so ist, dass die Psychotherapie diese Dinge fördert und befördert, dann wird man vor einer weiteren Psychologisierung der Gemeinde Jesu ernstlich warnen müssen. Das fordert gerade die Liebe zu den Glaubensgeschwistern und zur Gemeinde Jesu. *Wir müssen wieder dahin kommen, die Allgenugsamkeit des Heils in Christus anzuerkennen und jedes Angebot, das zu Christus hinzugetan wird, abzuweisen.* Dann wird weder die Psychologie noch der Schwarmgeist für uns eine Gefahr sein können.

3. Drei Missverständnisse darüber, was wissenschaftliche Psychologie leisten kann

Man hört von Seiten christlicher Psychotherapeuten immer wieder das Argument, bei den Verfahren der Psychotherapie handle es sich um wissenschaftlich begründete Methoden und das allein rechtfertige es schon ausreichend, sich dieser Methoden zu bedienen. Der Verweis auf die Wissenschaftlichkeit psychotherapeutischer Methoden suggeriert, dass diese schon allein deshalb sowohl objektiv als auch ideologiefrei sein müssten. Denn empirische Wissenschaft könne ja immer nur zutage fördern, was bereits da sei.

Die Aussagen darüber enthalten im Grunde drei wesentliche Behauptungen, die wir von Christen, die die Integration von Psychotherapie und Seelsorge befürworten, immer wieder hören. 1. Wissenschaft beschreibt nur das, was vorhanden ist. 2. Sie deckt damit das auf, was Gott der Schöpfung schon beigelegt hat (Schöpfung als 2. Buch der Offenbarung). 3. Deshalb können Methoden, die aus wissenschaftlichen Erkenntnissen abgeleitet wurden, auch nicht falsch sein.

3.1. Wissenschaft ist objektiv und wertfrei

Keine Wissenschaft und noch am wenigsten Erfahrungswissenschaft kann objektiv oder wertfrei sein. Jede wissenschaftliche Aussage steht ja in einem

ethisch begründeten Kontext. Dieser Kontext ist gegeben von der Gesellschaft, in der geforscht wird, von den Zwängen des Wissenschaftsbetriebs, von dem individuellen Gewissen des Forschers und von dem Forschungsgegenstand selbst, der gerade bei der Psychologie ein äußerst sperriger ist. Der Mensch lässt sich halt nicht so beliebig manipulieren wie etwa eine chemische Substanz. Außerdem wird der jeweilige wissenschaftliche Standort einer Disziplin durch vielfältige Interessen und Machtkonstellationen innerhalb und außerhalb der Wissenschaft bestimmt. Der Wissenschaftler selbst ist als Mensch in seinem Forschen grundsätzlich von bestimmten Interessen sowie von seinen eigenen Wertvorstellungen geleitet, die sämtlich außerhalb des wissenschaftlichen Systems liegen. Wissenschaftsgläubigkeit steht uns Christen also wirklich nicht an. Mancher scheint ja der Wissenschaft mehr zu glauben als der Hl. Schrift.

3.2. Wissenschaft fördert schöpferbezogene Wahrheit zutage

Zunächst einmal gilt für jede wissenschaftliche Aussage, dass sie nur vorläufig gültig ist, nämlich so lange, wie sie noch nicht falsifiziert (widerlegt) werden konnte. Die Vorstellung, dass Wissenschaft Wahrheit beschreibt, ist im Grunde sehr naiv, auch dann, wenn sie mit dem schönen Begriff „weisheitlicher Ansatz“ versehen wird. Außerdem: *Man wird bei empirischer Wissenschaft eben keineswegs nur das zutage fördern, was Gott dem Menschen "beigelegt" hat, denn wir haben es ja mit dem gefallen Menschen zu tun. Der gefallene Mensch wird mit Sicherheit anders funktionieren und reagieren als Adam vor dem Fall.* Hinter der Aussage, bei der Beobachtung des menschlichen Verhaltens könne man nichts anderes entdecken als das, was Gott bei der Erschaffung des Menschen vorgesehen hatte, steckt letztlich die Vorstellung, dass es neben der Schrift so etwas wie eine allgemeine oder natürliche Offenbarung gibt. Sicher ist es so, wie es im Römerbrief heißt, dass der Mensch in der Natur erkennen kann, dass es einen allmächtigen und weisen Schöpfer gibt. Einen weitergehenden Offenbarungscharakter kann man der Schöpfung aber nicht zusprechen. Wenn man meint, dass Wissenschaft uns Kenntnisse vermitteln kann, die eine über die Aussagen der Bibel hinausgehende Offenbarung Gottes darstellt, dann unterliegt man offensichtlich einem Missverständnis darüber, was Offenbarung ist. In biblischer Sicht ist Offenbarung per definitionem der menschlichen Untersuchung oder Erkenntnis unzugänglich.

3.3. Wissenschaftliches begründete Methoden entsprechen daher dem Willen Gottes

Selbst da, wo die Psychologie Zusammenhänge über das menschliche Erleben und Verhalten offenlegt, deren Kenntnis eine Einflussnahme auf den Menschen ermöglichen, heißt das noch lange nicht, dass eine solche Einflussnahme auch ethisch vertretbar oder gar von Gott sanktioniert wäre. Die Möglichkeit der Genmanipulation liegt auch in der Schöpfung drin - aber ist sie deswegen schon gut? Dasselbe gilt für die Atomspaltung. Auch sie beruht auf physikalischen Zusammenhängen, die von der Schöpfung vorgegeben sind und doch wären wir ja heilfroh, wenn der Mensch dabei geblieben wäre, Holz zu splitten! *Egal wie korrekt und zuverlässig Wissenschaft arbeitet: Der Verantwortung, eine ethisch-moralische Entscheidung zu treffen, sind wir dadurch nicht enthoben.* Doch selbst wenn es so wäre, dass die wissenschaftliche Begründung einer Methode diese auch rechtfertigt, besteht immer noch das Problem, dass diese vielen Psychotherapiemethoden – mit Ausnahme der Verhaltenstherapie – gar nicht von empirisch-psychologischen Erkenntnissen abgeleitet sind. Sie gründen sich vielmehr auf philosophisch-ideologische Konzepte vom Menschen.

Deswegen muss der Psychologie als Wissenschaft vom Verhalten und Erleben des Menschen keineswegs ihre Daseinsberechtigung abgesprochen werden, noch soll behauptet werden, dass Ergebnisse empirischer Forschung grundsätzlich falsch oder unbrauchbar seien. Es sollte aber klar sein, dass solche Ergebnisse nicht unverzichtbar oder notwendig sind, um eine im Sinne Gottes richtige Beratung durchzuführen.