

# Spiritualität und Sinnkrisen im Fokus der psychosomatischen Behandlung

Thilo Hinterberger<sup>1</sup>, Hans-Peter Selmaier<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Angewandte Bewusstseinswissenschaften,  
Psychosomatische Medizin, Universitätsklinikum Regensburg  
<sup>2</sup> Heiligenfeld Kliniken, Bad Kissingen

**Hintergrund:** Ein Teil der psychosomatischen Erkrankungen steht in Zusammenhang mit Lebenskrisen, Sinnkrisen, sowie spirituellen und religiösen Themen. Andererseits kann eine gut gelebte Spiritualität auch als Ressource zur Heilung psychosomatischer Erkrankungen dienen. Daher widmen sich die Heiligenfeld Kliniken mit speziellen Therapieangeboten wieder intensiver diesem Themenbereich.

**Kreativtherapeutische Gruppenangebote:** Heilsame Spiritualität  
Glaube als Heilungsweg  
Sinn im Leben

**Methode:** Um die Patienten den geeigneten Interventionsprogrammen zuzuführen, wurde ein kurzes Screeninginstrument aus 7 Items entwickelt, welches den Themenbereich Spiritualität/Religiosität und Sinnkrise bei Aufnahme in die Klinik erfasst. Anhand der ersten 348 Rückmeldungen wurde das Antwortspektrum, einige Testparameter, sowie eine Faktoranalyse gerechnet. Anhand dieses Fragebogens soll die Zuordnung zu den Gruppenangeboten erleichtert werden. Zusätzlich geben Korrelationsanalysen mit weiteren diagnostischen Parametern Aufschluss über wesentliche Zusammenhänge.

**Ergebnisse:** Etwa 26% der Patienten geben an, sich in einer Sinnkrise zu befinden. Knapp die Hälfte der Patienten (46%) profitiert von einer heilsamen spirituellen oder Glaubenspraxis. 45% befinden sich auf einer Sinnsuche und 47% erleben sich innerlich zuversichtlich und verbunden. Die Items können in 3 Faktoren geteilt werden, welche als F1: spirituelle Krise, F2: spirituelle Ressource und F3: Verbundenheit beschreiben lassen. Während spirituelle Krisen mit den Pathologien in Zusammenhang stehen, können eine spirituelle Praxis und das Erleben einer inneren Verbundenheit und Zuversicht mit negativer Korrelation zur psychosomatischen Symptombelastung, insbesondere Depression ( $r=-.17$  bis  $-.23$ ,  $p<.001$ ) als salutogene Faktoren gesehen werden.

## Mögliche Muster zur Gruppenzuordnung

	Heilsame Spiritualität	Glaube als Heilungsweg	Sinn im Leben
1. Mein Leben erscheint mir derzeit wenig sinnvoll, auch kann ich keine höhere Fügung darin erkennen.			
2. Trotz oder wegen meiner religiösen oder spirituellen Orientierung bin ich in eine innere Krise geraten.			
3. Spiritualität oder Religiosität helfen mir in der Lebensbewältigung (z.B. auch beim Umgang mit Krankheit, Tod und Sterben).			
4. Ich finde durch Spiritualität oder Religiosität einen besseren Umgang mit mir oder meinen Mitmenschen.			
5. Ich bin auf der Suche nach einer größeren Weisheit und Verbundenheit.			
6. Es gibt in mir einen Ort tiefer Stille und Zuversicht, zu dem ich Zugang habe.			
7. Ich fühle mich mit einer höheren Wirklichkeit verbunden, die mir Vertrauen ins Leben schenkt.			

## Heiligenfelder Spiritualitätsscreening

Hier finden Sie eine Reihe von Aussagen zum Thema Spiritualität und Religiosität. Beantworten Sie die Fragen so, wie sie derzeit auf Sie zutreffen. Sie haben die folgenden vier Antwortmöglichkeiten:

trifft gar nicht zu      trifft vorwiegend/eher nicht zu  
trifft vorwiegend/eher zu      trifft vollständig zu

☒ Kreuzen Sie bitte bei jeder Aussage die für Sie zutreffende Antwortalternative an.

	Aussage	0 trifft gar nicht zu	1 trifft vorwiegend/eher nicht zu	2 trifft vorwiegend/eher zu	3 trifft vollständig zu
1	Mein Leben erscheint mir derzeit wenig sinnvoll, auch kann ich keine höhere Fügung darin erkennen.				
2	Trotz oder wegen meiner religiösen oder spirituellen Orientierung bin ich in eine innere Krise geraten				
3	Spiritualität oder Religiosität helfen mir in der Lebensbewältigung (z.B. auch beim Umgang mit Krankheit, Tod und Sterben)				
4	Ich finde durch Spiritualität oder Religiosität einen besseren Umgang mit mir oder meinen Mitmenschen!				
5	Ich bin auf der Suche nach einer größeren Weisheit und Verbundenheit				
6	Es gibt in mir einen Ort tiefer Stille und Zuversicht, zu dem ich Zugang habe				
7	Ich fühle mich mit einer höheren Wirklichkeit verbunden, die mir Vertrauen ins Leben schenkt.				

## Faktoranalyse

Aussage	Nr	Ladung	F1	F2	F3	
1. Mein Leben erscheint mir derzeit wenig sinnvoll, auch kann ich keine höhere Fügung darin erkennen.	1	0,652	3	-0,068	-0,119	<b>0,652</b>
2. Trotz oder wegen meiner religiösen oder spirituellen Orientierung bin ich in eine innere Krise geraten.	2	0,401	1(3)	0,401	0,161	<b>0,391</b>
3. Spiritualität oder Religiosität helfen mir in der Lebensbewältigung (z.B. auch beim Umgang mit Krankheit, Tod und Sterben).	3	0,401	1	0,401	0,161	<b>0,391</b>
4. Ich finde durch Spiritualität oder Religiosität einen besseren Umgang mit mir oder meinen Mitmenschen.	4	0,759	1	<b>0,759</b>	0,386	0,016
5. Ich bin auf der Suche nach einer größeren Weisheit und Verbundenheit.	5	0,423	2	0,389	<b>0,423</b>	0,241
6. Es gibt in mir einen Ort tiefer Stille und Zuversicht, zu dem ich Zugang habe.	6	0,371	2	0,371	0,172	-0,172
7. Ich fühle mich mit einer höheren Wirklichkeit verbunden, die mir Vertrauen ins Leben schenkt.	7	0,597	2	0,588	<b>0,597</b>	-0,089

**Fazit:** Das Antwortspektrum deutet darauf hin, dass der Einbezug der Themen Sinnfindung und spirituell-religiöse Krisen, sowie die Arbeit mit spirituellen Ressourcen in der Therapie sinnvoll und wichtig sein kann. Mit dem Fragebogen können Patienten leichter gezielt den Angeboten zugeführt werden.

Prof. Dr. Thilo Hinterberger  
Angewandte Bewusstseinswissenschaften  
Abteilung für Psychosomatische Medizin  
Universitätsklinikum Regensburg  
Rilkestr. 39  
D-93049 Regensburg

T: +49 941 944 2748  
E: Thilo.Hinterberger@ukr.de  
W: bewusstseinswissenschaften.net  
Copyright © 2024 Thilo Hinterberger

in Kooperation mit den Heiligenfeld Kliniken, Bad Kissingen