

Die Rolle der Spiritualität für die Gesundheit in der psychosomatischen Behandlung

Thilo Hinterberger¹, Stefanie Mutz-Humrich² und Hans-Peter Selmaier²

1 Forschungsbereich Angewandte Bewusstseinswissenschaften, Abteilung für Psychosomatische Medizin, Universitätsklinikum Regensburg, Regensburg

2 Heiligenfeld Kliniken, Bad Kissingen

Einleitung: Häufig wird die Spiritualität als salutogener Faktor im Rahmen der psychosomatischen Behandlung gesehen. Doch der Begriff der Spiritualität umfasst ein breites Spektrum an möglichen Haltungen, Überzeugungen und Verhaltensweisen. Es gilt daher, herauszufinden, welchen Einfluss diese tatsächlich auf die psychische Gesundheit haben.

Methode: In den Heiligenfeld Kliniken wurden im Rahmen der Qualitätssicherung zwei Fragebögen zur Spiritualität eingesetzt. Hier wurden Korrelationen der Spiritualität bei über 4600 Patient*innen zur psychosomatischen Symptombelastung gemäß ISR sowie den Lebenskompetenzen berechnet. Um den Zusammenhang zu verschiedenen Aspekten der Spiritualität zu erhalten, geschah die Analyse auf Ebene der Einzelitems.

Ergebnisse: Aussagen mit Bezug auf die innere Zentriertheit und das Gefühl von Verbundenheit zeigten die höchsten Korrelationen sowohl zur Depression ($r > .20$, $p < .001$) als auch zu den Lebenskompetenzen ($r > .41$, $p < .001$). Dagegen zeigen Items bezüglich einer transzendenten Ausrichtung, Überzeugungen oder Glaubenssätzen kaum einen Zusammenhang zur Gesamtsymptombelastung und Depression ($r < .10$, $p < .01$) und auch in geringerem Maße zu den Lebenskompetenzen ($r < .25$, $p < .001$).

Ein ähnliches Muster bedeutsamer Aspekte zeigte sich auch für die therapeutische Veränderung im Patient*innenrating, mit Korrelationen von maximal $.15$ ($p < .01$). Die Symptombelastungen scheinen kaum einen Zusammenhang zu spirituellen Aspekten zu haben ($r < .06$).

Schlussfolgerung: Nicht jede Art einer religiösen oder spirituellen Haltung scheint salutogen in Bezug auf Depression und Lebenskompetenzen zu sein. In einer spirituell ausgerichteten psychosomatischen Behandlung wird daher die Unterstützung einer Haltung der inneren Zentriertheit und Verbundenheit empfohlen.