

Literaturnachweis

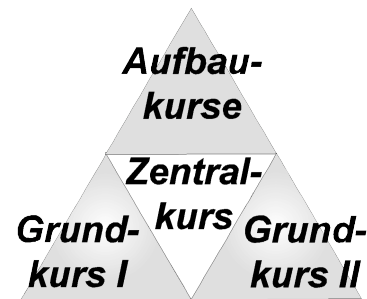
Ellis, Albert, *The Case Against Religiosity*, in: Ellis, Albert, *The Case Against Religion: A Psychotherapist's View and the Case Against Religiosity*, Introduction by John G. Murray (Austin: American Atheist Pr., 1984), 21-57.
Nielsen, Steven Lars, Johnson, W. Brad, Ellis, Albert, *Counseling and Psychotherapy With Religious Persons: A Rational Emotive Therapy Approach* (Lawrence Erlbaum Associates: Mahwah, 2001)

Unser Zentralkurs (ZK) Kognitive Seelsorge

Kognitive Seelsorge ist Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) im christlich-seelsorgerlichen Kontext. Die KVT darf nach dem Stand der Forschung als Speerspitze der modernen Psychotherapieentwicklung angesehen werden. Mittelpunkt des Zentralkurses ist der Unterricht in Rational-Emotiver Verhaltenstherapie (REVT). „Rational-emotiv“ bedeutet, dass unsere Ratio (das vernünftige Denken) maßgeblichen Einfluss auf unsere Emotionen hat. Die Emotionen steuern wiederum maßgeblich das Verhalten. „Kognitiv“ meint „gedanklich“. Es geht also um den Zusammenhang von Gedanken, Gefühlen und Verhalten. Der hauptsächliche Ansatzpunkt für die Problembewältigung liegt in der Macht der Gedanken. Darauf legt die rational-emotive Variante der Kognitiven Verhaltenstherapie, die auf den Amerikaner Albert Ellis (1913-2007) zurückgeht, besonderes Gewicht. Die REVT als eine der Hauptrichtungen der KVT hat in Psychotherapie, Beratung und Coaching sehr weite Verbreitung gefunden. Ihre psychologischen Grundlagen sind wissenschaftlich sehr gut bestätigt und gefestigt. Sie hat sich als eine der wirksamsten Therapieformen erwiesen und sie ist nicht nur in viele Therapeutenmanuale zur Behandlung psychischer Störungen eingegangen, sondern sie hat sich auch mit großem Erfolg in Coaching und Unternehmensberatung etabliert. Weil die Macht der Gedanken auch nach biblischer Lehre der entscheidende Bereich für die Veränderung des Verhaltens ist, werden kognitive Therapieansätze zu recht und mit großem Erfolg in der christlichen Seelsorge eingesetzt.

2013 haben wir wir einen zweiten Teil des ZK (ZKII) in unser Aufbaukursprogramm aufgenommen. Zusammen mit ZKI und dem neuen Workshopprogramm (WSHPG) zur Vorbereitung auf die Prüfung am Gesundheitsamt ist das unsere zentrale Ausbildungsachse mit dem Zielpunkt "Psychotherapie nach dem Heilpraktikergesetz" (HPG). Wer die beiden Kursteile ZK I und II absolviert, schließt mit dem Zertifikat „Kognitiver Seelsorger und Verhaltenstrainer“ ab.

Nächster ZK-Kursbeginn: Januar 2014



Institut für Seelsorgeausbildung (ISA)
Pforzheimer Straße 186
D-76275 Ettlingen
Fon 07243-350 72 97, Fax -350 73 19
E-Mail: info@isa-institut.de

www.isa-institut.de

Bei uns zählt der Einzelne!

*Mach's wie Gott:
Werde Mensch!
Franz Kamphaus*



2013-2

ISAINFOS

Informationen aus dem
Institut für Seelsorgeausbildung (ISA)

Hans-Arved Willberg

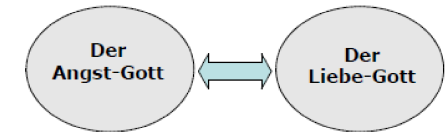
KOGNITIVE SEELSORGE UND GOTTESBILD

Worin sich gesunder Glaube
vom kranken unterscheidet

Ich glaube, dass jeder Mensch zwei gegensätzliche Gottesbilder in sich trägt. Ein Bild vom *Angst-Gott* und ein Bild vom *Liebe-Gott*.

Jeder Mensch trägt diese beiden Gottesbilder in sich, ob er Christ ist oder nicht. Das Evangelium (= frohe Botschaft, gute Nachricht!) sagt: Nur das Bild vom *Liebe-Gott* trifft zu. Das andere Bild ist Lüge!

- ♦ Gott ist gegen mich.
- ♦ Er ist ein schrecklicher, unberechenbarer Tyrann, gegen den man keine Chance hat.
- ♦ Man muss sich sehr vor ihm fürchten!
- ♦ Gott ist für mich.
- ♦ Er ist voller Liebe zu mir und der ganzen Welt. Er hegt keinen einzigen bösen Gedanken gegen mich.
- ♦ Ich kann ihm völlig vertrauen!



In einem Menschen, den das Evangelium noch nicht erreicht hat oder bei dem es noch nicht durchgedrungen ist, dominiert das Bild vom *Angst-Gott*. Um damit zurechtzukommen, geht der Mensch zwei Wege: Leugnung und Beschwörung.

Leugnung und Beschwörung

1. Leugnung

Weil nicht sein kann, was nicht sein darf...

Um das Bild vom *Angst-Gott* in uns zu bannen, reden wir uns Glaubenssätze wie die folgenden ein:

- ▶ „Gott gibt es nicht.“
- ▶ „Gott mag es geben, aber er ist nicht wichtig für mich.“
- ▶ „Alles ist gut. Das Böse ist gar nicht wirklich böse. Es ist ein Teil des Guten.“
- ▶ „Gott ist der liebe Gott. Aber wirklich vertrauen kann ich ihm nicht.“

2. Beschwörung

Wenn Gott der Obertyrann ist, muss ich mich mit ihm gut stellen...

Um das zu erreichen, geben wir uns Selbstinstruktionen wie diese:

- ▶ „Wenn ich exakt seine Gebote befolge, wird er mich hoffentlich belohnen.“
- ▶ „Nur niemals widersprechen! Es gefällt ihm, wenn ich seine Dogmen bestätige und verkünde, ohne einen Zweifel zuzulassen.“
- ▶ „Wenn ich richtig bete oder Formeln und Rituale verwende, kann ich Einfluss auf ihn nehmen.“
- ▶ „Die Kraft und das esoterische Wissen geistbegabter Menschen wird mich schützen.“
- ▶ „Ich muss mich aufopfern, dann wird er mich hoffentlich belohnen.“

Christliche Gottesbilder

Die humanistischen Psychologen der Vergangenheit standen dem christlichen Glauben meist skeptisch gegenüber. Sie identifizierten das christliche Gottesbild grundsätzlich mit dem Angst-Gott und hielten es darum für schädlich. Ein herausragender Repräsentant dieser Glaubenskritik ist Albert Ellis. Er benannte sehr exakt und treffend die Probleme eines Christentums, das vom Bild des Angst-Gottes dominiert wird (Ellis 1984). Aber sein Vorurteil hinderte ihn wahrzunehmen, dass sich der Glaube an den Liebe-Gott sehr wohl mit seelischer Gesundheit vereinbaren lässt. Ellis ließ sich jedoch im Lauf der Jahre überzeugen. Schließlich arbeitete er sogar an einem Buch mit, das die REVT speziell für glaubende Menschen aufbereitete. Ellis akzeptierte und unterstützte, dass Christen ihre Disputationsargumente mit Vorliebe der Bibel entnehmen (Nielsen, Johnson, Ellis 2001).

Mittlerweile unterscheidet man in der wissenschaftlichen Psychologie recht gut zwischen gesundem und krank machendem Glauben. Zu recht ordnet man den krank machenden Glauben einem negativen und den gesunden einem positiven Gottesbild zu. Hierzu gibt es mittlerweile viele Forschungsergebnisse. Meiner Wahrnehmung nach wird dabei aber noch zu wenig beachtet, dass es auch ein krank machendes positives Gottesbild gibt: Dort ist der scheinbare Liebe-Gott in Wirklichkeit ein *Kompensationsgott*.

Zwei aber-gläubige Gottesbilder

Angstgott

Aber-Glaube:

- ▶ Du darfst dich darüber freuen, dass Gott dich vorbehaltlos liebt, **ABER**
- ▶ pass bloß auf, dass du nichts falsch machst, sonst kommst du am Ende in die Hölle!

Kompensationsgott

Aber-Glaube:

- ▶ Das Leben ist eine harte Herausforderung, **ABER**
- ▶ du musst dich ihr nicht stellen, denn Gott macht das für dich.

Der Glaube an den Angst-Gott in der christlichen Variante ist gesetzlich, Druck erzeugend und pharisäisch. Der Glaube an den Kompensations-Gott ähnelt dem Glauben an den Liebe-Gott. Darum wird er auch häufig damit verwechselt. Dieser Glaube betont sehr das Vertrauen zu Gott. Er beharrt darauf, dass Gott auf übernatürliche Weise Not abwendet. Wenn das aber nicht geschieht, reagiert er auf folgende Weisen:

- ▶ Er verzweifelt. Der Glaubende hält an der Mussforderung Gott gegenüber fest und wird dabei depressiv und bitter.
- ▶ Er flüchtet in den Wahn. Der Glaubende steigert sich in Wahrnehmungen und Deutungen hinein, die sein Gottesbild aller Realität zum Trotz bestätigen.

- ▶ Er gibt den Glauben auf. Er ist enttäuscht und wendet sich von der Religion ab - gleichgültig oder militant.
- ▶ Er verändert sein Gottesbild. Er wendet sich anderen Glaubensvorstellungen zu, die besser zu seiner Erfahrung passen.

Dabei kann er zwei Richtungen beschreiten: Entweder findet er eine andere Form der religiösen Kompensation oder er dringt vom Kompensations-Gott zum Liebe-Gott durch.

Angst-Gott

Glaube wider Willen

Kompensationsgott

unreifer Glaube „Kinderglaube“

Liebe-Gott

reifer Glaube „erwachsener Glaube“

Paulus schreibt im Anschluss an das „Hohelied der Liebe“: „Als ich ein Kind war, da redete ich wie ein Kind und dachte wie ein Kind und war klug wie ein Kind; als ich aber ein Mann wurde, tat ich ab, was kindlich war“ (1.Kor. 13,11). Wobei „kindlich“ genauer mit „kindisch“ zu über-setzen ist!

Das gespaltene Gottesbild

„Gott hat eine liebende und eine strafende Hand.“ <i>Aus einer Predigt</i>	
Problem	Antwort
Das ist ein in sich gespaltener Gott. Nichts erschwert die Vertrauensbildung mehr als ein solches Erziehungsprinzip. Man weiß nie, woran man ist. Dem sanften Streicheln kann jederzeit die Ohrfeige folgen.	„Gott ist die Liebe. Furcht ist nicht in der Liebe, sondern die völlige Liebe treibt die Furcht aus; denn die Furcht rechnet mit Strafe. Wer sich aber fürchtet, der ist nicht vollkommen in der Liebe.“ 1.Joh. 4,16.18

Kinderglaube

Der kompensatorische Glaube ist nicht grundsätzlich ungesund, aber er kann ungesund werden. Als „Kinderglaube“ legt er den Schwerpunkt auf die Nicht-Selbstständigkeit und das Geborgensein.

Dieser Glaubende möchte wie ein kleines Kind bei Gott auf dem Schoß sitzen, getragen und an der Hand genommen und, ohne sich selbst darum kümmern zu müssen, stets versorgt und in Nöten getröstet sein. Im Neuen Testament wird ein solcher Glaube einerseits bestätigt, andererseits wird er nur als eine erste Wachstumsperiode angesehen (1Pt 2,2; 1Kor 3,2; Hb 5,13). Um vom Kinderglauben zum erwachsenen Glauben zu gelangen, müssen wir Glaubenskrisen erfahren, genau wie auch die Persönlichkeitsreife nur um den Preis von Krisen zu haben ist.

Reifer Glaube

Der reife Glaubende zeichnet sich dadurch aus, dass er völlig eigenständig ist und kein Gramm seiner eigenen Verantwortung und Kompetenz an Gott delegiert, dass er dabei aber völlig in Gott geborgen ist. Er ist einem Adler zu vergleichen, der seinen Schwingen genauso vertraut wie der Luft, die ihn trägt!

Hans-Arved Willberg