

REZENSION

PLÄDOYER FÜR EINE PSYCHOLOGISCH
INFORMIERTE SEELSORGE
KATJA DUBISKIS
„SEELSORGE UND KOGNITIVE VERHALTENSTHERAPIE“

RAINER HÖFELSCHWEIGER

Dubiski, Katja (2017). *Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie: Plädoyer für eine psychologisch informierte Seelsorge*. Arbeiten zur Praktischen Theologie, Bd. 69. Leipzig: Evangelische Verlagsanstalt, ISBN 978-3-374-05215-8, 321 S., 48,00 €.

Kognitive Verhaltenstherapien sind in Medizin und Klinischer Psychologie etabliert. Im Raum akademischer Praktischer Theologie und Poimenik stellt die reflektierte Auseinandersetzung mit diesem humanwissenschaftlichen Komplex bisher hingegen eine Seltenheit dar. Dies zu ändern beabsichtigt die Psychologin und evangelische Theologin Katja Dubiski mit ihrer an der Evangelisch-Theologischen Fakultät Bochum angenommenen Dissertationsschrift „Seelsorge und Kognitive Verhaltenstherapie“. Die Autorin erstrebt darin einen interdisziplinären Dialog und plädiert „für eine psychologisch informierte Seelsorge“.

Im ersten Kapitel ihres Werkes bietet Dubiski einen auf das Wesentliche konzentrierten Gang durch die „Stationen der Rezeption von Psychotherapie in der Seelsorge“ (21-56). Sie kommt dabei zum sachlich richtigen Schluss, dass „die (Kognitive) Verhaltenstherapie in Seelsorgekonzeptionen bislang nur am Rande erwähnt [wird].“ (56) Der auf die deutschsprachige Literatur fokussierte Forschungsüberblick informiert präzise über die (überschaubaren) Publikationen zum Thema. Bedauerlich ist einzig, dass Hans-Arved Willbergs Jenaer Dissertation „Theorie der Kognitiven Seelsorge“ (2017) aufgrund der Zeitnähe ihres Erscheinens keine Berücksichtigung finden konnte.

Kritisch urteilt Dubiski nicht nur in diesem Kapitel über fehlende Differenzierungen und unsachgemäß erscheinende Definitionen: „Problematisch werden die bisher vorgestellten Seelsorgekonzepte immer dann, wenn eine Vermischung oder Gleichsetzung von Seelsorge mit Psychotherapie stattfindet.“(82) Dem korrespondiert in ihrem eigenen Entwurf das – durchgängig gelungene – Bemühen um fachliche Trennschärfe. Man kann darin einen spezifischen Kom-

petenzvorsprung der Psychologin und Theologin gegenüber manchen Pastoralpsychologien ausmachen.

Im zweiten Kapitel (82-146) wird die kognitive Verhaltenstherapie in ihrer Geschichte und in ihren wesentlichen Merkmalen expliziert. Dubiski beschreibt die signifikante Weiterentwicklung der ursprünglich rein behavioristisch ausgerichteten Verhaltenstherapie im Rahmen der kognitiven Wende seit den 1960-er Jahren (89f.). Heute existiert im Bereich Kognitiver Verhaltenstherapien (KVT) eine hohe Binnenpluralität.

Die große Aufgabe, diese Fülle kognitiv-behavioraler Theoriebildungen in sachgemäßer und heuristisch wertvoller Weise zu reduzieren, meistert die Autorin überzeugend. Gut tut Dubiski dabei an der begründeten „Zuspitzung auf das kognitive Paradigma“ (98) und insbesondere am Verzicht darauf, Konzepte der – gegenwärtig sehr voguen – dritten Welle der Verhaltenstherapie zu thematisieren. Ein Ausufern der Studie wäre sonst kaum zu verhindern gewesen; so aber bleibt sie stringent im Fluss. Mit der bewussten Beschränkung auf drei Vertreter der KVT gelingt Dubiski – im Verbund mit der Konzentration auf die beiden Schnittstellenthemen der Freiheit und Wirksamkeit – eine dem Thema angemessene Kanalisierung. Mit ihrer Wahl der beiden amerikanischen Gründerväter der kognitiv-behavioralen Therapie, Albert Ellis und Aaron Beck, bewegt sich die Autorin in einem sicheren, wenn auch nicht überraschenden Fahrwasser. Deren Ansätze der rational-emotiven (94-114) bzw. kognitiven Therapie (114-128) werden von Dubiski anschaulich dargestellt. Als dritten, nunmehr deutschsprachigen Vertreter wählt sie Harlich Stavemann (128-144). Mit diesem akzentuiert sie nicht nur ein fortgeschritteneres Stadium kognitiv-behavioraler Theoriebildung, sondern wählt auch einen Vertreter, der ein vitales konzeptionelles Interesse an weltanschaulich-religiöser Ideengeschichte besitzt. Wie Dubiski richtig bemerkt, zeigt sich dabei eine große Nähe zu Ellis (130) – und eine erhebliche Nähe zu poimenischen Fragestellungen (131). Die Autorin kann in der Folge aber auch zeigen, wie Stavemanns Konzept hinter seiner scheinbaren Weite zurückbleibt. (133f.) Dies gilt insbesondere für die von ihm gebotene Dualität von Schöpferglauben und Evolutionstheorie. Auch verbindet Stavemann erstaunlich inflexibel Theismus mit starren mentalen und behavioralen Konsequenzen. Dubiski beleuchtet bei allen drei Vertretern die Dimensionen der Anthropologie sowie der therapeutischen Beziehung und der Gesprächsführung. Zu kritischer Reflexion mahnt die Autorin hinsichtlich der in den drei Konzepten zu optimistisch erachteten Selbststeuerungskompetenz; im christlichen Sinne sei an die Begrenztheit menschlicher Freiheit zu erinnern. Zugleich eröffne eben diese Fokussierung auf Selbststeuerungskompetenzen und Kognitionen im Allgemeinen für das Individuum einen „Gestaltungsraum, der ihm

aus theologischer Perspektive auch zukommt. Denn Menschen sind als Geschöpfe Gottes mit Fähigkeiten ausgestattet, mit denen sie ihr Leben und ihre Umwelt aktiv gestalten und in ihrem Rahmen Verantwortung übernehmen können.“ (146) Daher seien Kognitive Verhaltenstherapien „vor allem im Vergleich mit der negativen Beurteilung, die sie bisher in der Poimenik erfahren haben, positiv zu würdigen“. (145) So gelangt Dubiski hinsichtlich der Konzeptionen von Ellis, Beck und Stavemann zu einem anerkennendem Fazit: „In allen dargestellten Ansätzen betonen die Autoren, dass Klientinnen und Klienten mit ihren Aussagen wörtlich und mit ihrer subjektiven Wahrnehmung von Situationen ernst zu nehmen sind. Die Aussagen von Klientinnen und Klienten sind die Grundlage, auf der kognitiv-verhaltenstherapeutische Arbeit basiert. Das therapeutische Vorgehen wird aktiv-direktiv gestaltet und zielt darauf, Patientinnen und Patienten die therapeutischen Methoden verständlich zu machen, damit sie diese auch außerhalb der Therapie anwenden können. Damit weist die Kognitive Verhaltenstherapie eine spezifische Kombination von Selbststeuerungskompetenz der Klientinnen und Klienten und aktiv-direktivem Vorgehen der Therapeutinnen und Therapeuten auf. Diese Kombination ist in den bisher in der Poimenik rezipierten therapeutischen Konzepten so nicht gegeben.“ (146)

Wie oben skizziert, identifiziert Dubiski an der konzeptionellen Schnittstelle von Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie die Themen der Freiheit und Wirksamkeit als besonders relevant.

Einen Höhepunkt erreicht Dubiskis Schrift in ihrem folgenden dritten Kapitel über „Theologisch-anthropologische Aspekte von Freiheit in der Seelsorge“ (147ff.). Hinsichtlich des freiheitlichen Teilaspektes von „Asymmetrie und Direktivität in der Seelsorge“ (148-161) werden die poimenischen Positionen der „Gegenseitigkeit“ Martin Luthers, der „Mündigkeit“ Schleiermachers und der „Hilfe“ Henning Luthers dargestellt und analysiert. Dubiski macht deutlich, dass das für kognitiv-behaviorale Ansätze kennzeichnende aktiv-direktive Vorgehen einer seelsorgerlichen Grundanforderung nicht entgegenstehen muss: „Mit der Unterscheidung von Ziel- und Methodendirektivität, mit methodischer Transparenz und mit der Orientierung am jeweiligen Auftrag der Ratsuchenden kann die Asymmetrie einer helfenden Beziehung so gestaltet werden, dass direktes Vorgehen nicht mit Entmündigung gleichzusetzen ist, sondern Ressourcen aktiviert und die Persönlichkeit und die Werte des Gegenübers ernst genommen werden. Unter bestimmten Voraussetzungen kann aktiv-direktives Vorgehen dann gerade die angemessene Weise sein, die Freiheit und Mündigkeit der Ratsuchenden zu respektieren.“ (161)

Mit dem folgenden Abschnitt über „Freiheit und Unabhängigkeit des Individuums“ rückt die Autorin dann in eine Herzkammer des Protestantismus vor

(161ff.). Dubiski wendet sich dabei zunächst begründet dem besonders akzentuierten Phänomen der theologischen Unfreiheit zu. Sie untersucht weiter die häufig aufzufindende „Priorisierung des Gefühls vor dem Verstand“ (162).

Die Autorin legt folgend eine „implizite Psychologie der Theologie“ (162ff.) dar. In Auseinandersetzung mit J. Scharfenberg und M. Klessmann als Vertretern einer poimenisch nach wie vor wirkmächtigen Konflikthanthropologie zeigt sie, dass deren grundlegende Überzeugungen „deutlich stärker auf Prämissen der Psychodynamik oder Psychoanalyse denn auf theologischen Argumenten beruht.“ (166) Darum ist für Dubiski theologische Anthropologie daraufhin zu befragen, „wie sie das der Kognitiven Verhaltenstherapie so wichtige Thema der Freiheit jenseits der Befreiung von innerpsychischen Konflikten konzipieren kann und ob sie damit Anknüpfungspunkte für den Dialog von Poimenik und Kognitiver Verhaltenstherapie bietet.“ (166)

Problematisch erscheint Dubiski die spezifische Akzentuierung von Unfreiheit im Rahmen evangelischer Glaubenslehre. Während Kognitive Verhaltenstherapie menschliche Freiheitspotenziale regelrecht voraussetze, übten sich klassische Strömungen evangelischer Theologie gerade in einer Negierung ebensolcher, indem sie den Blick fast ausschließlich auf die soteriologische Dimension lenken. Dubiski dringt dabei bis zur dogmatische Radix von Luthers *De servo arbitrio* vor. Mit W. Engemann und dessen praktisch-theologischem Konzept der Lebenskunst plädiert sie dafür, sich von einer protestantischen Überbetonung menschlichen Unvermögens in theologischer Perspektive zu lösen, und die durchaus gegebene Freiheit in anthropo-logischer Perspektive zu stärken. Angemerkt sei, dass sich diese Spannung von Freiheit und Unfreiheit leicht auflösen lässt, wenn man bedenkt, dass Luther die Unfreiheit *coram Deo* fokussiert, nicht aber Fragestellungen einer „psychologischen“ Willensfreiheit in der Welt.

Im Abschnitt „Zur Priorisierung des Affekts“ (170ff.) äußert sich Dubiski kritisch zu protestantischen Theologien, die in ihre (rechtfertigungs-)theologischen Überlegungen psychologische Vorannahmen integrieren und damit eine apriorische Passivität des Menschen konstruieren.

Dubiski vergleicht dann Freiheitsverständnisse des Alten und Neuen Testaments mit denjenigen kognitiv-behavioraler Ansätze (174ff.). Im Hinblick auf alttestamentliche Anthropologien („Geschöpflichkeit als Konstante alttestamentlicher Anthropologie“ (174ff.)) beschränkt sie sich dabei auf Gen 1-3, das Exodusmotiv sowie Proverbien 10-31. Die dort beschriebenen Begrenztheiten menschlicher Existenz werden von Konzepten Kognitiver Verhaltenstherapie kaum gesehen. Allerdings erkennt Dubiski auch eine grundsätzliche Kompatibilität: „Der [alttestamentliche] Auftrag, Lebens- und Weltgestaltung in die Hand

zu nehmen und ihre Freiheit zu realisieren, baut wie das Vorgehen Kognitiver Verhaltenstherapie auf die Möglichkeit, dies tun zu können. Voraussetzung dafür ist Erkenntnisfähigkeit und auch ein entsprechender freier Wille, nach Abwägung der Möglichkeiten dies oder jenes zu tun.“ (179) Als alttestamentlich nicht „unmittelbar enthalten“, erweist sich demnach das oben von Dubiski kritisierte Konzept einer psychoanalytischen Konfliktanthropologie, ebenso aber auch eine „Akzentuierung des unfreien Willens“ – wie sie für reformatorisches Denken konstitutiv ist. (vgl. 180)

In ihrer Darlegung des neuzeitlichen Freiheitsverständnisses (180ff.) bezieht sich Dubiski nachvollziehbar auf Paulus, dessen Denken sie kohärent mit demjenigen der Stoa und insbesondere Epiktets vergleicht. Dessen Philosophie kann mit Recht als eine der theoretischen Grundlagen kognitiver Therapien angesehen werden (vgl. 180f.). Mit Paulus hält Dubiski – gegen die diesen kognitiven Traditionen inhärente Betonung von Autonomie – die Bedeutung der Sozialität fest, ohne diese zu verabsolutieren. Defizitär bleiben diese Stränge aber auch im Hinblick auf die realen Möglichkeiten von Scheitern, Schuld und Sünde. Dubiski plädiert demgegenüber für einen anthropologischen Realismus: „Dabei nimmt Seelsorge mit der Benennung sowohl menschlicher Grenzen und menschlichen Scheiterns einen konturierten eigenen Standpunkt ein – sowohl gegenüber grenzenlosem Optimismus, aber eben auch gegenüber unangemessenem Pessimismus und einseitig betonter Passivität“ (188). In diesem weiten, aber eben nicht grenzenlosen Möglichkeitsraum menschlicher Existenz darf sich christliche Seelsorge von den Ansätzen kognitiver Verhaltenstherapie inspirieren lassen: „Kognitive Verhaltenstherapie [kann] mit ihrem Rückbezug auf Epiktet der Seelsorge zur „Fremdprophetie“ werden [...], was Freiheit angeht: Kognitive Verhaltenstherapie erinnert die Theologie an die zentrale Rolle von Freiheit, die ihr selbst innewohnt.“ (187)

Anschließend diskutiert Dubiski ausführlich die praktisch-theologische Konzeption der Lebenskunst W. Engemanns. Sie findet große Übereinstimmungen zwischen dieser und Kognitiver Verhaltenstherapie und zeigt zugleich unter Bezugnahme auf Stavemann, wie ein solches Konzept der Lebensführung pragmatisch angereichert und noch hilfreicher gestaltet werden kann. Im Fazit des Freiheitskapitels schließt Dubiski, dass Theorie und Praxis der Freiheit kognitiv-behavioraler Ansätze „den Wahrnehmungshorizont der Poimenik erweitern, was die theoretische Konzeption sowie die Gestaltung von Freiheit in der Seelsorge angeht.“ (205) Sie benennt dabei drei Bereiche: die Auftragsklärung, ohne die sich Asymmetrie in der Seelsorge nicht legitimieren lässt, ferner das Verständnis von Freiheit, die nicht nur Ziel, sondern auch Ausgangspunkt der Poimenik ist, sowie Seelsorge als Ratsuche.

Im folgenden Kapitel wendet sich Dubiski mit der Frage nach der „Wirksamkeit“ dem zweiten Schnittstellenthema zu. Mit Recht formuliert die Autorin hierzu: „Theologisch-geisteswissenschaftliche und psychologisch-naturwissenschaftliche Argumentationsgänge und Vorgehensweisen prallen hier so deutlich aufeinander wie in keinem anderen Bereich.“ (208) Dubiski sieht jedoch gerade in dieser Differenz eine fruchtbare Perspektive für das interdisziplinäre Gespräch. Der Begriff der „Wirksamkeit“ wird dabei von ihr konsequent in Anführungszeichen gesetzt, um dessen Unabgeschlossenheit und Multivalenz zu markieren.

Dubiski analysiert zunächst das Verständnis von „Wirksamkeit“ und Diagnostik in der Psychotherapieforschung (208ff.) und erörtert anschließend pastoralpsychologische Positionen zur Frage nach „Wirksamkeit“ in der Seelsorge (228ff.). Während Seelsorge und Psychotherapie das Bestreben, Menschen wirksam zu helfen, gemein ist, markiert Dubiski auch einen entscheidenden Unterschied: für Psychotherapie ist das Setzen von Zielen elementar, Seelsorge hingegen ist durch grundsätzliche Zielfreiheit charakterisiert. Demnach trägt Seelsorge „in ihrer Realisierung als Beistand – ihr „Ziel“ in sich selbst und muss keine weiteren Ziele formulieren oder erfüllen, um Seelsorge zu sein und als Seelsorge ihre Berechtigung zu haben.“ (240)

In ihrem Fazit plädiert Dubiski für eine klare Unterscheidung von theologischem und psychologischem Wirksamkeitsverständnis. Seelsorge soll aber ein psychotherapeutisches Wirksamkeitsverständnis kritisch-konstruktiv rezipieren. „Im Anschluss an die Überlegungen im vorigen Kapitel bedeutet dies, das Gegenüber als solches ernst zu nehmen im Bewusstsein dessen, dass dieses sich in Situationen der Ratsuche von Seelsorge wirksame Hilfe erhofft, was die Realisierung seiner Freiheit in der persönlichen Lebensgestaltung betrifft. Eine in diesem Sinne wirksame Hilfe durch Seelsorge zielt nicht wie Kognitive Verhaltenstherapie auf eine klinisch messbare Besserung psychischer Probleme. Jenseits dichotomisierender Diagnosen zwischen „gesund“ und „krank“ kann sich Seelsorge aber wirksamer Theorien und Methoden wie denen der Kognitiven Verhaltenstherapie bedienen, um Ratsuchenden bei der Klärung von Fragen der konkreten Lebensgestaltung aktiv beizustehen und unnötiges Leiden zu verhindern oder zu mindern.“ (244)

Eigentlich hätte Dubiski mit diesem Kapitel (und einer abschließenden Zusammenfassung) ihre Dissertationsschrift erfolgreich beenden könnten. Bereits jetzt wäre ihr Plädoyer für eine psychologisch informierte Seelsorge sehr überzeugend erfolgt. Dubiski bietet dem Leser aber noch mehr. Denn sie setzt sich im Folgenden auch noch eingehend mit systemischer Therapie und Poimenik auseinander. Dies ist überaus sinnvoll, da sich das methodisch und konzeption-

nell in großer Nachbarschaft zu kognitiv-behavioralen Konzepten verorten lässt (245ff.). Dubiskis Studie schreitet damit zur Prüfung fort, „inwiefern jenseits der erarbeiteten (theoretischen) Möglichkeit eines interdisziplinären Dialogs zwischen Seelsorge und Kognitiver Verhaltenstherapie auch ein (praktischer) Zueginn desselben anzunehmen ist.“ (245) Grundlegend ist für sie dabei die Beobachtung, dass die methodische Empfehlungen der kognitiven Verhaltenstherapie in systemischen Seelsorgeentwürfen praktiziert werden.

Nach kompakter Darstellung der Entwicklung der Systemischen Therapie werden Entwürfe Systemischer Seelsorge rezipiert (Morgenthaler; Emlein). So dann werden die kognitiv-behavioralen Ansätze Ellis', Becks und Stavemanns mit systemisch orientierter Seelsorge verglichen Als Übereinstimmung in Theorie und Praxis erkennt Dubiski die „Annahme, dass eine Veränderung bisheriger Deutungen für die Ratsuchenden hilfreich ist. Veränderungsprozesse können damit im weitesten Sinne in allen genannten Ansätzen als „konstruktivistisch“ erkannt und benannt werden.“ (262) Vor allem: „Es ist der Aspekt der Freiheit, der in den konstruktivistischen Anteilen der verglichenen Konzepte theoretisch verankert ist und der sowohl Kognitive Verhaltenstherapie als auch Systemische Therapie für die Seelsorge so reizvoll macht.“ (262f.)

Im Folgenden setzt sich Dubiski auch mit dem Konzept Timm Lohses auseinander, das in der Seelsorge weite Verbreitung gefunden hat. Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Vorgehensweise zwischen Lohses Ansatz und kognitiv-behavioralen Ansätzen werden erörtert, Möglichkeiten seelsorgerlichen Vorgehens in Anlehnung an Kognitive Verhaltenstherapie und Beratung dargelegt (294ff.).

Als große Übereinstimmung von kognitiv-behavioralen und systemischen Ansätzen hält Dubiski fest, dass sie „Wahrnehmung als aktive Wirklichkeitskonstruktion verstehen und davon ausgehen, dass diese verändert werden kann, wenn es im Gespräch zu Veränderungen auf sprachlicher und kognitiver Ebene kommt.“ (296)

Dubiski schließt: „Insgesamt zeigt sich, dass Kognitive Verhaltenstherapie und Beratung den Wahrnehmungs- und Methodenbestand seelsorgerlich-beratender Gesprächsführung um eine hilfreiche Perspektive ergänzen. Dies gilt vor allem dann, wenn Menschen auf Ratsuche sich an Seelsorgende wenden und letztere im Hinblick auf das betreffende Thema das ABC-Modell als hilfreiches Raster für die Gesprächsführung erkennen. Dies kann der Fall sein, wenn bestimmte sprachliche Indikatoren in der „Problem“-Beschreibung durch die Ratsuchenden auf (negative) kognitive Einseitigkeit hinweisen oder überhaupt *eine kognitive Ausweitung von Deutungs- und Handlungsmöglichkeiten ihrer Lebenssituation* dazu beitragen könnte, dass sie ihre Zukunft (wieder) aktiv und realistisch

kleinschrittig in ihrem Sinne mitgestalten. Dazu hält Kognitive Verhaltenstherapie und Beratung für Seelsorgende ein Repertoire von Methoden, insbesondere aus der Linguistik, bereit.“ (297, Hervorhebung Dubiski)

In Summe handelt es sich hierbei um eine Dissertation, die ganz im Sinne ihrer Verfasserin Seelsorge luzide psychologisch informiert. Ihre Lektüre könnte bei Poimenikern und Seelsorgerinnen zudem dazu beitragen, dass unbegründete Berührungängste vor der Kognitiven Verhaltenstherapie abgebaut werden. Den Worten der Autorin ist daher in vollem Umfang zuzustimmen: „Psychologisch informierte Seelsorge nimmt die Herausforderung an, psychologische, insbesondere kognitiv-verhaltenstherapeutische Konzepte, nicht nur offen und konstruktiv-kritisch zu würdigen, sondern auch die Konsequenzen ihrer Rezeption für ihr Selbstverständnis zu reflektieren. So kann sie zum einen von sich sagen, für den interdisziplinären Dialog mit gegenwärtiger Psychologie respektive Psychotherapie offen zu sein. Zum anderen nützt sie auf diese Weise alle adäquaten Theorien und Methoden, um ihrem Gegenüber die bestmögliche Hilfe zu bieten – und entspricht damit ihrem originären Auftrag und Selbstverständnis als cura animarum.“ (306)

DER AUTOR

PD Dr. theol. Rainer Höfelschweiger hat sich 2015 mit der Arbeit „Albert Ellis und die Religion“ habilitiert. Er arbeitet als Theologischer Referent des Regionalbischofs Dr. Hans-Martin Weiss im Kirchenbezirk Regensburg der Ev. Landeskirche in Bayern und als Privatdozent an der Augustana-Hochschule Neuendettelsau

E-Mail: rainer.hoefelschweiger@elkb.de
www.augustana.de
www.kirchenkreis-regensburg.de