

Manuskript zum Vortrag

Integration von Spiritualität in der Psychotherapie

Im Rahmen der Fortbildungen der tria plus Klinik Zugersee (Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie) in der Schweiz
Gehalten am 22.11.2018

Zusammenfassung:

In diesem Vortrag geht es um die Frage, ob und wie eine Integration von Spiritualität in Psychotherapien sinnvoll und möglich ist. Dafür wird der Begriff der Integration vor dem Hintergrund unterschiedlicher Weltanschauungen diskutiert. Die Frage wird so interpretiert, dass es vorrangig um die Spiritualität unserer Patienten/Klienten geht. Es wird also kein einzelner Ansatz oder eine Methode vertreten, sondern die Vorteile einer Offenheit und Akzeptanz bei Therapeuten beschrieben.

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kollegen und Kolleginnen,

ich begrüße Sie und freue mich über Ihr Interesse und die Gelegenheit vor Ihnen sprechen zu dürfen.

Um mich Ihnen kurz vorzustellen, möchte ich erwähnen, dass ich in Osnabrück seit 1992 in meiner Praxis als Psychotherapeut und Supervisor arbeite.

Ich habe 3 Ausbildungen in 3 Therapieverfahren abgeschlossen. Bin aber immer noch neugierig, wie Andere arbeiten.

Die Gesprächspsychotherapie stand am Anfang. Diese Humanistische Psychotherapie steht für mich für Werte, die in meinem Vortrag aber auch für die Idee der Integrierbarkeit von Spiritualität bedeutsam sind: Respekt und Achtung für den Menschen, Schutz der Würde, das dialogische Prinzip der Therapie, das Ideal des nicht-wertenden Interesses und der Akzeptanz als Hilfe bei der Selbstentfaltung der Potentiale des Patienten.

Aus der Systemischen Therapie kommt mein Interesse an subjektiven Bedeutungen, Ressourcen und ihrer Konstruktion, aber auch wieder dem Respekt vor der Autonomie und den Lösungswegen.

Mit der Verhaltenstherapie verbinde ich das Arbeiten in konkreten, handlungsbezogenen Schritten, und die Idee der Hilfe zur Selbsthilfe.

Der Titel meines Vortrages ist „Integration von Spiritualität in der Psychotherapie“. Als ich anfang darüber nachzudenken, worüber ich vor Ihnen genau reden möchte, fiel mir auf, dass dieser Titel bereits mehrere Fragen aufwirft.

Was ist unter Integration gemeint?

Von welcher Spiritualität ist die Rede?

Wofür könnte das nützlich sein?

Welche Gründe gibt es, dass es nicht längst in Psychotherapien inbegriffen ist, wenn es nützlich sein kann?

Und will das Die Psychotherapie überhaupt?

Integration?

Wenn von **Integration** die Rede ist, dann stelle ich meist fest, dass das Wort umso öfter gebraucht wird, je schwieriger es ist, Gemeinsamkeit herzustellen. Gesellschaftliche Debatten um Integration mischen einiges ziemlich durcheinander, wenn über Integration diskutiert wird: Einladungen, Erwartungen, Ängsten, Gemeinsamkeiten, Betonung von Fremdheiten, Anpassung, Unterordnung, Nebeneinander, Ab- und Ausgrenzung....

Diese Deutungsunterschiede erleben wir im weiteren gesellschaftlichen Kontext, wie im kleineren Bereich der Psychotherapie. Ich habe den Eindruck, dass es zwischen der Welt der Psychotherapeuten und der der spirituell orientierten Berater noch viel Befremden, Vorurteile und Nicht-Verstehen gibt. Die „weiche“ Realität von Gläubigkeit und Werten scheint nicht ganz kompatibel zu sein mit der „harten“ Realität der naturwissenschaftlichen Orientierung. Es ist geradezu zu einer Konkurrenz zwischen sog. alternativen Ansätzen und der wissenschaftlichen Psychotherapie und Medizin gekommen. Das führt u.a. manchmal dazu, dass unsere Patienten sich heimlich zwischen solchen Helfern bewegen. Oder sich manchmal krass für eins entscheiden müssen, um weiter behandelt zu werden. UTSCH (2014, S.7), ein Psychotherapeut und Co-Autor eines wichtigen Buches zu unserem Thema, schreibt sogar von einem „Machtkampf um die Deutungsmacht über das gelingende Leben.“

Ich wünsche mir, dass Sie nach dem Vortrag das Gefühl haben, mehr Möglichkeiten im Umgang mit Spiritualität zu haben und Verbindendes zwischen Spiritualität und Psychotherapie zu sehen. Ich hoffe, ein paar Möglichkeiten auf eine passende Art und Weise anbieten zu können, die Ihnen und ihren Patienten nutzen könnten.

Aber vielleicht ist auch klarer geworden, wo und weshalb Sie sich abgrenzen. Was ich wichtig für die eigene therapeutische Rolle finde.

Im Titel des Vortrages ist von „der Psychotherapie“ die Rede: auch innerhalb unserer Berufsgruppe, unseren Therapieschulen, unseren professionellen Berufsverständnissen, den gesetzlichen Rahmenbedingungen ist es nicht immer leicht, das Verbindende zu finden.

Theorien, Regelungen, Märkte, und verwendete Sprache markiert und grenzt eher ab. Ich weiß manchmal nicht mehr, ob wir noch so etwas wie einen Konsens haben, einen kleinsten oder größten gemeinsamen Nenner. Ich glaube, es gibt die Gemeinsamkeit des Interesse an

hilfreichen Bedingungen für Menschen. Deshalb möchte ich auch auf allgemeine Wirkfaktoren und, ich möchte das hier so nennen, unsere Magie eingehen.

Spiritualität

Natürlich weiß ich nicht genau, was Sie unter Spiritualität verstehen. „Spiritualität“ ist ein schillernder, schwer greifbarer Begriff. Also werde ich versuchen, ihn zunächst für uns handhabbar zu machen.

Mein Einstieg war: Ich bin gerne nach Zug gekommen. Schon die Fotos im Internet haben mich angesprochen. Sie leben und arbeiten in einer Umgebung die für viele Menschen schon einen spirituellen Aspekt haben können. Berge, See, viel Natur....

Eine kleine Geschichte: ich kann mich noch gut erinnern, als ich in einer sehr belastenden Zeit auf Kreta einen kurzen Urlaub machte und dort im Meer schwamm. Ich legte mich auf den Rücken, breitete die Arme aus, genoss das ruhige Treiben und auf- und abgehoben werden. Mit dem Blick in den Himmel realisierte ich für einen Moment: das Wasser trägt mich! Und das kam mir so bedeutsam in diesem Moment vor, dass ich sogleich dachte und fühlte: ich werde getragen! Für mich nicht einmal in einem religiösen Bezug, erlebte ich damals dieses wundervolle Gefühl des Haltes und der Entlastung, was mir damals sehr gut tat.

Spirituelles ist für mich mehr als Glaube und Religion. Spiritualität drückt für mich v.a. eine Erfahrungsmöglichkeit aus: sich selbst intensiv, nicht alltäglich zu erfahren, und dabei das Gefühl zu bekommen, dass es noch um mehr geht, als nur um mich...

Viele Menschen assoziieren mit spirituellen Erfahrungen: bei sich sein, Ruhe, Stille, Glauben, Erlebnisse der Intimität, Erlebnisse in der Natur, auch in einer Menge von Menschen, von Größe, Schönheit, Kraft und Überwältigung, Teil von etwas sein, Verbundenheit, Geborgenheit, aber auch die eigene Begrenztheit, das Aufgehobensein und abgeben können, meist vom Anspruch an sich, alles kontrollieren zu können und zu müssen....

Spiritualität drückt für mich eine Offenheit von Menschen mit sich und ihrer Welt aus, die auf verschiedene Weise stattfinden kann:

Auf der Erfahrungsebene, wie ein spezifischer Wahrnehmungs- und Bewusstheitsvorgang (im Hier-und-Jetzt spüren, dass man Teil von etwas (vielleicht) Größerem ist)

Auf der Handlungsebene (in Ritualen, Zeremonien, Meditationen, usw.)

Auf der Denk- und Fühlebene (als sich verbunden Fühlen, zugehörig, als Suche und Finden von Orientierung und Sinn)

Auf einer Ebene von Weltanschauungen über das, was über den Einzelnen und die alltägliche Realität hinausgeht

Es gibt gute Gründe, das Thema Spiritualität nicht gleich als esoterisch und pseudowissenschaftlich abzuqualifizieren.



Der Autor von Gontard (2013) spricht ihr eine Relevanz für Psychotherapeuten zu...

- Weil spirituelle Erfahrungen subjektiv real sind und verbal zugänglich sind, wenn sie beim gegenüber mit Offenheit und Akzeptanz behandelt werden
- Weil spirituelle Erfahrungen häufig sind (bis zu 90% der Erwachsenen geben an, bedeutsame spirituelle Erfahrungen gemacht zu haben)
- Weil spirituelle Erfahrungen lebensentscheidend sein können (als Orientierung in Krisen, aber auch in belastender Hinsicht)

Wussten Sie,

dass 52% der Deutschen daran glauben, dass es Wunder gibt

54% (alte Bundesländer), dass es etwas Göttliches gibt

Nur 23% in den neuen Bundesländern

33% hatten gefühlt schon einmal mit Verstorbenen Kontakt

26% glauben, dass eine schwarze Katze Unglück bringt

24% glauben an Wiedergeburt

23% glauben an die unglückbringend Zahl 13

13% meinen magische Kräfte zu haben (z.B. heilende Hände)

Diese Zahlen habe ich aus dem neuen Buch von Eckart von Hirschhausen (2017, S. 26), der launig dazu schreibt:sofern man an Umfragen glaubt!).....

Von von Hirschhausen habe ich auch folgendes Zitat (2017, S. 11):

„Die Wissenschaft hat die Magie aus der Medizin vertrieben. Aber nicht aus uns Menschen. Wenn ich als Kind hingefallen war, tröstete mich meine Mutter. Sie pustete und sprach die magischen Worte: „schau mal, Eckart, da fliegt das Aua durchs Fenster!“ und ich habe es wirklich fliegen sehen. Sogar durch geschlossene Fenster. Mein ganzes Medizinstudium habe ich darauf gewartet, dass mir ein gelehrter Professor erklärt, warum das Aua fliegen kann. Denn ich wusste ja seit meinem vierten Lebensjahr, dass es geht. Diese Phänomene werden aber in der langen und teuren Ausbildung nicht erwähnt...Und selbst wenn ich als erwachsener Mensch irgendwann so aufgeklärt, so abgeklärt, so zynisch geworden bin, dass ich an die Flugfähigkeit von Schmerz nicht mehr glauben kann oder mag...es wäre dem Kind gegenüber immer noch eine unterlassene Hilfeleistung, aus Klugscheißerei NICHT zu pusten. Wissen ohne Zuwendung bleibt kalt. Und Zuwendung ohne Wissen bleibt manchmal unter unseren Möglichkeiten.“

Humor ist eine gute Lockerungsübung. Besonders, wenn es droht zu ernst, verbissen oder festgefahren zu werden. Wenn es um eine Integration geht, braucht es Interesse und Offenheit auf beiden Seiten. Auch für Kritik, Vorurteile und Sorgen um Risiken.

Hierfür müssten Psychotherapeuten aber auch offen sein. Aber ist nicht mindestens ein Fremdeln selbstverständlich, wenn naturwissenschaftliches Paradigma auf andere Auffassungen und Wissenschaftsbegriffe trifft? Die Behauptung die Wahrheit zu vertreten, hat seit jeher viel Streit und Ab- und Ausgrenzung mit sich gebracht.

Es gab und gibt auch immer noch einen erbitterten Streit über die Wirksamkeit zwischen den verschiedenen Therapie-Schulen. In Deutschland hat das zum Ausschluss von vielen anerkannten Verfahren aus der krankenkassenfinanzierten Psychotherapie geführt.

Es stehen sich in Deutschland 2 prägende Positionen gegenüber: auf der einen Seite eine sog. evidenzbasierte Auslegung bei der Zulassung von Verfahren, die dazu geführt hat, dass nur PA, TP und VT anerkannt wurden. Auf der anderen Seite eine suchende Sichtweise: „wir wissen leider noch immer zu wenig, was wirkt und was nicht!“ sagt z.B. der Psychotherapieforscher Franz Casper von der Universität Bern (Süddeutsche Zeitung, 29./30.7.2017, S. 34f)

Ich glaube, dass der Forschungsansatz bei dem PT wie ein Medikament untersucht wird (ohne Prozessdaten, ohne naturalistische Settings, mit sehr eingegengten Fragestellungen) die wesentlichen Wirkfaktoren nicht erfasst bzw. unkenntlich rechnet.

Dennoch hat die Überzeugtheit von dieser Art Wissenschaft, großen Einfluss darauf, welche politischen und marktdynamischen Prozesse sich ergeben. Oder auch andersherum: eine scheinbare wissenschaftliche Überlegenheit wird instrumentalisiert, um Märkte und Kosten zu regulieren. Verfahren werden standardisiert, manualisiert, andere ausgeschlossen.

Ich habe den Eindruck, dass mit der Einengung auf feststehende Theorien und Ansätze auch die geringe Offenheit und Neugierde bezüglich Spiritualität zusammenhängt. Die Einengung begrenzt uns Therapeuten auf das, was wir für rational halten. Dabei wissen wir, dass die Welt zu komplex ist, um sie letztendlich erklären zu können. Ursachen werden zu Wirkungen und entwickeln zusammen wieder neue Effekte. Die Notwendigkeit subjektiver Betrachtung und Bedeutungsgebung macht es komplett. Das Bedürfnis nach Orientierung und Sicherheit scheint dafür zu sorgen, dass wir unsere Patienten manchmal nicht respektvoll da abholen können, womit sie beschäftigt sind.

Mein Schluss: es geht nicht um das Finden einer letzten Wahrheit. Sondern um ein neugieriges Suchen und vielseitiges Fragen stellen.

Um mir hierfür gewichtige Unterstützung zu holen, möchte ich Goethe zitieren:

Man muss von dem Grundsatz ausgehen, dass Wissen und Glauben nicht dazu da sind, einander aufzuheben, sondern einander zu ergänzen.

Eine solche Wissenschaft reflektiert den Kontext der eigenen Grundannahmen mit. Sie ist gegenüber Gewissheiten, besonders, wenn sie instrumentalisiert werden sollen, skeptisch. Sie bezieht Werte und Prozesse mit ein. Ist und bleibt neugierig. Und sie untersucht vorrangig den Nutzen nicht die Anpassung an die eigene Weltsicht.

In der Praxis scheinen sich die Psychotherapeuten und –innen dementsprechend aus verschiedenen Ansätzen zu bedienen. Getreu des Mottos des Psychotherapieforschers Orlinsky, es wird gesucht, was passt und von vielen Meistern gelernt.



Die alten Fronten zwischen den Verfahren scheinen sich zu lockern: wenn das Haus brennt, muss man erst mal das Feuer löschen, sagten die Verhaltenstherapeuten und setzten auf schnelle Symptomreduktion. Erst wer sich mit der Architektur der Seele beschäftigt, könne nachhaltigen Brandschutz für die Zukunft betreiben hielten die Analytiker und Tiefenpsychologen dagegen. Inzwischen gibt es eine Annäherung (bemerkbar in den Ansätzen der psychodynamischen Kurzzeittherapie und der Schematherapie). (Süddeutsche Zeitung, 29./30.7.2017, S. 34f)

Deshalb ist mir eine Vielfalt an Ansätzen lieber, die in einem konstruktiven Diskurs über ihre Sichtweisen und Erfahrungen stehen.

Für unser Thema ist das aus meiner Sicht wichtig. Weil eine rein auf (scheinbare) Rationalität aufbauende Weltsicht, nicht nur Schwierigkeiten mit Spiritualität haben wird. Wer an das Wissen können glaubt, schließt auch schnell etwas aus, was dem eigenen Wissen nicht entspricht. Statt zumindest interessiert zu bleiben.

Spiritualität muss nicht, wie früher ausgeklammert werden und als Privatsache der Patienten betrachtet werden. Und auch unser eigene Glaube oder Atheismus muss nicht dazu führen, nicht mehr über die spirituellen Themen der Patienten zu reden. Ich habe oft erlebt, wenn ich zu entsprechenden Zeitpunkten danach fragte, dass Patienten erleichtert begonnen, darüber zu reden.

Beispiel: eine 35jährige Frau kam in Therapie nach dem Verlust ihrer jüngsten 3jährigen Tochter. Diese Tochter litt an mehreren Erkrankungen, so dass es jahrelang zu einer Odyssee von Krankenhaus- und anderen Behandlungen gekommen war. Vor dem Tod war es wieder so gewesen. In einer der durchwachten Nächte war diese Frau neben der Tochter eingeschlafen. Als sie aufwachte lag die Tochter tot neben ihr. Es kam zu einer sog. komplizierten Trauerreaktion, in der die Pat. den Lebensmut verlor, sich verständlicherweise starke Vorwürfe machte, sich isolierte und kaum noch die Versorgung ihrer 2 weiteren Kinder übernehmen konnte. Da ich von ihren religiösen Wurzeln als Deutsch-Amerikanerin wusste fragte ich sie, wie sich ihr alleinig auf sich bezogenes Verantwortungsgefühl für den Tod mit ihrem Glauben vertrüge. Dies trug zu einer Relativierung ihres allumfassenden Schuldgefühles bei. Ich fragte auch nach ihrer Vorstellung, was nach dem Tod sei. Sie berichtete, dass sie die Existenz ihrer Tochter manchmal regelrecht physisch spüren könne. Ich schlug vor, mit der Tochter über deren Wunsch, wie die Mutter weiterleben solle, zu reden.

Dieses Beispiel soll weniger einen Therapiefortschritt illustrieren als die Möglichkeiten andeuten, die wir haben, mit Menschen nach Wegen zu suchen, indem wir einbeziehen, woran unsere Patienten glauben.

Illusion: Psychotherapie funktioniert ohne Glauben

Psychotherapie selbst ist ein Kontext, der erst durch Erwartungen und Annahmen wirksam wird.

Der Psychotherapieforscher J.R Frank (1981) wies aus seinen Untersuchungen zu den Wirkungsweisen psychotherapeutischer Beeinflussung auf Ähnlichkeiten zwischen Schamanismus und modernen Therapien hin. Der Autor führt den Leser in die Welt der Annahmen ein. Er bezog die Wirkung von Placebos mit ein, die dann, laut Frank, am besten wirken, wenn sowohl ÄrztInnen/TherapeutInnen als auch PatientInnen von ihrer Wirksamkeit überzeugt sind. Erwartungen, Glaubensmuster und Überzeugungen und deren kongruente Repräsentationen als Leitprinzipien des Lebens und Handelns stehen somit in unmittelbarem Zusammenhang mit Prozessen der Heilung, da wir uns so verhalten, als ob sie wahr wären, unabhängig davon, ob sie es tatsächlich sind.

Eine der Hypothesen ist, dass Demoralisierung das gemeinsame Merkmal von Patienten ist, also ein Zustand der Entmutigung, Verwirrung und Hilflosigkeit. Was die verschiedensten Therapieansätze gemeinsam haben, ist eine erfolgreich geleistete Überzeugungsarbeit, die der Demoralisierung entgegenwirken kann. Der Erfolg dieser Arbeit zeigt sich in Einstellungs- und Verhaltensänderungen sowie einer Abnahme des Leidensdrucks der PatientInnen bei gleichzeitiger Beeinflussung biologischer, psychologischer und sozialer Komponenten, die mit ihren Leiden in Zusammenhang stehen.

Nach Frank sind die vier gemeinsamen Eigenschaften aller Psychotherapien:

1. Die Beziehung zwischen PatientInnen und TherapeutInnen sowie das Vertrauen auf deren Kompetenz und der Wunsch, ihnen zu helfen.
2. Die gesellschaftliche Auszeichnung der Behandlungsorte als Stätten der Heilung und die damit zusammenhängenden Heilungserwartungen.
3. Der Mythos, der eine Erklärung von Krankheit und Gesundheit, Abweichung und Realität umfasst, wie etwa das Zusammenwirken zwischen Lebensphilosophien, Behandlungskonzepten und Weltbildern.
4. Die Aktivität oder das Verfahren, das die Theorie verordnet und damit die gemeinsam geleistete Arbeit an Veränderungsprozessen.

Einfluss von Spiritualität in Psychotherapie-Verfahren

In vielen Therapieschulen spielt und spielte Spiritualität eine Rolle. Ohne Anspruch auf Vollständigkeit will ich zur Veranschaulichung der Verbreitung einige Namen und Ansätze nennen:

- C.G. Jung (betrachtete Sinnsuche und Transzendenz als wesentliche Bewegungen im Menschen. Mit seinem Seelen-Begriff bezog er sowohl religiöse westliche und östliche Auffassungen mit ein. In seiner Theorie des kollektiven Unbewussten ging er von der unbewussten Wirksamkeit überindividueller Themen aus.
- Karen Horney sah PT als Mittel zur Entwicklung und Persönlichkeitsentfaltung. Sie sah Menschen als von sich entfremdet an (was sich in dem Begriff „falsches Selbst“ widerspiegelte). Unmittelbarkeit, Authentizität und Natürlichkeit seien das Ziel.

- Fritz Perls (betrachtete ein Streben nach Selbsttranszendenz und Meditation als wichtige Bestandteile seiner Gestalttherapie)
- Carl Rogers bedauerte, sich wie andere zu wenig mit Spiritualität beschäftigt zu haben.
- Erich Fromm sprach von Erleuchtung
- Frankl (Logotherapie) untersuchte die existentiellen Grundmotive und hielt viel von einem Dialog zwischen Spiritualität und Psychotherapie; wenn der Mensch alles sei, werde der Humanismus zum Nihilismus und lasse keinen Platz für den Sinn des Leidens; er fand es sinnvoll, in Lebenssituationen einen Aufforderungscharakter zu sehen.
- Nach der 3. Welle in der Psychotherapie-Entwicklung (der humanistischen Psychotherapie) kam in den 80er Jahren als sog. 4. Kraft die Transpersonale Psychotherapie (z.B. Ken Wilber), in der sich die Therapeuten viel mit Phänomenen der Bewusstseinsweiterung und -veränderung, existentiellen Fragen und Meditation beschäftigten.
- Aktuell sorgen viele Untersuchungen zum Einfluss von Meditation auf soziale Einstellungen und Mitgefühl für Aufsehen (Tanja Singer), die auch hirnorganische Veränderungen einbeziehen (Singer, Bolz).

Yalom (zit. nach Eberwein 2009, S.50) geht soweit, dass er psychisches Leid als Folge betrachtet, wenn ein Mensch versuche, existentielle Tatsachen des Lebens zu ignorieren: Schwer zu ertragende Grundwahrheiten menschlicher Existenz

- Die Möglichkeiten und Fähigkeiten jedes Menschen sind begrenzt
- Alles als sicher Geglaubte kann jederzeit und unwiederbringlich verloren gehen
- Sich selber und einen anderen Menschen kann man niemals ganz verstehen
- Keine höhere Gerechtigkeit auf der Welt sorgt dafür, dass die Guten belohnt und die Bösen bestraft werden
- Es gibt keine Garantien dafür, dass wir Hilfe erhalten, wenn wir sie brauchen
- Nicht alle Probleme sind lösbar
- Es gibt Fragen, auf die man auch durch noch so großes Bemühen keine Antwort findet

Durch den Einbezug spiritueller Themen gehen wir über das Faktische hinaus, interessieren uns und fördern die Verarbeitung vieler Erfahrungen, die existentiell bewegen, die Sinn, Mensch Sein, Ohnmacht und Grenzerfahrungen, Endlichkeit, Verlust, Unzulänglichkeiten von sich und anderen betreffen. Und beziehen die Suche nach und die gefundenen Erklärungen von Menschen mit ein.

PT ist im wesentlichen, da sind sich die Forscher ziemlich einig, keine Sammlung von Interventionen. Sie ist v.a. wirksam, wenn die Patienten eine Art Selbstbindung an die Therapie und den Therapeuten aufbauen. Wenn sie sich wertschätzend verstanden fühlen und

Ausgewählte Literatur:

Brentrup, M., Kupitz, G. *Rituale und Spiritualität in der Psychotherapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2015.

Frank, J.D. *Die Heiler*. Stuttgart: Klett, 1985.

Hirschhausen, E.v. *Wunder wirken Wunder*. Hamburg: Rowohlt, 2017.

Hofmann, L., Heise, P. (Hg) *Spiritualität und spirituelle Krisen*. Stuttgart: Schattauer, 2017.

Sonnenmoser, M. *Religiosität und Spiritualität in der Psychotherapie: Fragen nach dem Sinn des Lebens*. *Ärzteblatt PP* 16, 2/2017,

Utsch, M. *Spiritualität: Bewältigungshilfe oder ideologischer Fanatismus? Teil I*, *Psychotherapeutenjournal* 4/2015, S. 347-351.

- Teil II, *Psychotherapeutenjournal* 1/2016, S. 6-11.