

Macht der Glaube gesund? Über den Zusammenhang von Glaube und Gesundheit

Dr. M. Schowalter
Institut für Psychotherapie und
Medizinische Psychologie
Universität Würzburg



Religion und psychische Gesundheit

...eine lange Geschichte

- erstes Krankenhaus für psychisch Kranke von religiösen Orden gegründet (490 n. Chr.)
- vor allem Kirche verfolgte psychisch Kranke
- Heil/Heilung hat wichtige Bedeutung bei Religionen

- Psychologie diskutierte Nutzen und Schaden der Religion: Freud, Ellis vs. Adler, Jung

Was glauben die Deutschen?

- 57% glauben an göttliche Kraft
- 32% glauben nicht
- 10% unentschieden

Psychotherapeuten (Demling et al., 2001)

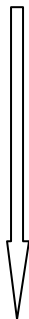
- 75% der Psychotherapeuten „religiös praktizierend“
- 70% gehören zu Glaubensgemeinschaft
- 20% haben schon einmal für Patienten gebetet

Deutsche Forschungslandschaft

- Anzahl empirischer Untersuchungen
70er → 16
80er → 7
ab 90er >

- Religionspsychologie spielt in universitärer Psychologie keine Rolle

Überblick: Empirische Forschung



- 1950 bis 1970
 - Methodische Mängel

- ab 1990
 - randomisierte Studien, Nebenfragestellung

- ab 2000

Religiosität macht gesund !

Es gibt mehr Studien, die positive Korrelation finden:

Koenig et al., 2001 (Überblick von 850 Studien)

- ➔ Religiosität geht einher mit:
 - höherer Lebenszufriedenheit,
 - größerem Wohlbefinden,
 - weniger Depression,
 - weniger Ängsten,
 - weniger Alkohol- und Drogenmissbrauch

- ➔ religiöse Patienten profitieren von religiösen Interventionen

Theoretische Erklärungsansätze

1. Theorie der sozialen Unterstützung
2. Kohärenzhypothese
3. Theorie der Verhaltensregulierung
4. Theorie der Idee vom göttlichen Handeln
5. Theorie der positiven Emotionen/Selbstwerthypothese
6. Theorie der alternativen Werte

Religiosität macht krank !

Studien der 50er und 60er Jahre fanden eher negativen Zusammenhang

- religiöse Studenten sind eher abhängig und angepasst
- ängstlicher, richten Ärger gegen sich selbst
- haben größeren Arbeitsdruck, sind niedergeschlagener

Neue Studien:

- Religiosität hilft bei Stressoren, wirkt sich bei familiären Krisen noch negativer aus
- wichtig ist die Qualität der Gottesbeziehung

Theoretische Erklärungsansätze

1. Sozialer Druck, soziale Ausgrenzung
2. Kognitive Rigidität
3. Strenge moralische Richtlinien
4. Glaube an die Allmacht Gottes
5. Theorie der Idee vom göttlichen Handeln
6. Negative Emotionen
7. Idealisierung der alternativen Werte

Zusammenfassung

1. Ist der Glaube gut oder schlecht für die Gesundheit?

- Letztlich keine eindeutige Antwort möglich
- Leicht positiver Zusammenhang
- Studien haben aber viele methodische Mängel
- der weltanschaulichen Voreingenommenheit der Forscher

2. Zusammenhang zwischen Glaube und Gesundheit ist kein unmittelbarer

- komplexe Modelle müssen entwickelt werden

Zusammenfassung

3. Wichtig ist die Qualität der Religiosität
4. Nachgewiesene positive Effekte bei der Verarbeitung belastender Ereignisse
 - Umgang mit behindertem Kind
 - Umgang mit Krankheit, Naturkatastrophen
 - Regeneration nach schwerer OP
 - für ältere Menschen: weniger Angst vor dem Sterben, besser Anpassung an Lebensumstände

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit