

Funkenflug

Psychologie im Alter - Gedanken, Geschichten und Gespräche

Dezember 2019, Nr. 14

Spiritualität in Psychologie und Psychotherapie



Die Gesundheitsschmiede Tirol arbeitet schon seit mehreren Jahren mit einem dreidimensionalen Menschenbild, das versucht, den Menschen in seiner körperlichen, psychischen und spirituellen Einheit zu sehen, psychisches Leid zu verringern und Berührungen zum Leben zu schaffen. Dabei können Momente in den Gesprächen erlebt werden, in denen sich eine besondere Resonanz zwischen Patient und Therapeut ergibt, als ob ein Funke überspringt und sich eine intime Berührung des Lebens zeigt.

Oft sind es diese Momente, die sich sehr heilsam in der Psyche des Menschen auswirken und eine tiefere Erfahrung oder Erkenntnis möglich machen.

Spiritualität in der Praxis



So kann ich exemplarisch von einem der vielen Gespräche berichten, die im Alter, im Angesicht des Todes, immer wieder stattfinden. Ich war bei Frau Grete (Name geändert), einer sehr gebildeten Frau, die mir erzählte welche Verluste sie in der letzten Zeit erleben musste, dass sie Mann und Wohnung verloren hatte, gesundheitliche Einbußen aufgrund eines Schlaganfalles hinnehmen müsse und im Rollstuhl sitze, wo sie doch vor einem Jahr noch zu Hause lebte, in ihrem Alter versuchte ein Studium zu beginnen und noch bei

bester Gesundheit war. Sie haderte mit ihrer Lebenssituation und sagte, dass ihr Leben fast unerträglich geworden sei, dass die Belastungen aufgrund von Krankheiten und Alter so hoch seien, dass sie es kaum tragen könne. Im Laufe des Gespräches sagte sie mir auch, dass sie es begrüßen würde, wenn sie sterben könnte. Auf diese Aussage hin musste ich als Psychologe fragen, ob sie Gedanken habe, sich das Leben zu nehmen. Frau Grete stoppte, schaute auf den Boden und sprach lange kein Wort. Ich fragte noch einmal nach, da ich schon in diesem Moment spürte, dass Frau Grete durch diese Frage besonders berührt wurde. So fragte ich sie noch einmal, ob sie schon einmal darüber nachgedacht habe, sich das Leben zu nehmen. Nach einer Weile antwortete sie mir, „Ja, gerade heute Morgen, gerade heute Morgen konnte ich den Gedanken noch beiseiteschieben.“ Das Gespräch nahm seinen Verlauf über die Belastungen des Alters, der Krankheit, das nicht Ertragen können und ich fragte auch weiter, was heute Morgen passiert war, dass sie sich doch nicht das Leben genommen hatte. Sie sagte „Wegen der Familie, wegen der Kinder und wegen der Freunde. Das ist das, was mich am Leben gehalten hat.“ Da spürte sie, was sie am Leben hielt, doch der Zugang zu diesem Kraftvollen war erschüttert.

Lesen Sie [hier](#) bitte weiter.