

**Zeitschrift:** Neue Wege : Beiträge zu Religion und Sozialismus  
**Herausgeber:** Vereinigung Freundinnen und Freunde der Neuen Wege  
**Band:** 80 (1986)  
**Heft:** 10

**Artikel:** Religion - Tabu in der Psychiatrie? : Vom Umgang mit depressiven Patienten und ihren religiösen Problemen  
**Autor:** La Roche, Käthi  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-143287>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 02.04.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Religion – Tabu in der Psychiatrie? Vom Umgang mit depressiven Patienten und ihren religiösen Problemen

Einige Jahre Tätigkeit als Seelsorgerin in einer psychiatrischen Klinik veranlassen mich zu diesen grundsätzlichen Überlegungen über den Umgang mit depressiven Patienten und deren religiösen Problemen – aus meiner Sicht als Pfarrerin. Ich beschränke mich bewusst auf diese bestimmte Ausprägung psychischen Krankseins; die Probleme von Zwangs-kranken, Wahnkranken, Angstneurotikern, hysterischen Charakteren oder von Süchtigen sind wieder je andere, und ich würde es nicht wagen, generell darüber zu reden, wie psychisch kranke Menschen mit der Religion umgehen. Doch ich glaube, dass an den Beispielen, wie depressive Menschen religiöse Fragen stellen, sich Wichtiges sehen lässt:

Über Religion, über Glaubensfragen, Gottesvorstellungen, religiöse Ängste und Wünsche spricht sich's nicht leicht, vielleicht heutzutage weniger leicht als über sexuelle Probleme. Ein Psychiater fragt den Patienten über alles Mögliche aus: über seine Kindheit und seine Grossmutter, Krankheiten in der Familie, Probleme der Eltern, über alle möglichen Beziehungen, sexuelle Praktiken, Arbeits- und Wohnverhältnisse, Geld und Kinder . . . aber selten über seine religiösen Einstellungen. Ist es Scheu? Persönliche Gleichgültigkeit? Respekt? Oder? Vielleicht ist heute Religion wirklich ein gesellschaftliches Tabu. Patienten ihrerseits reden auch nicht sofort und unbefangen davon. Das heisst aber nicht, dass nichts davon virulent wäre in ihrem psychischen Haushalt, im Gegenteil.

Mit mir als Pfarrerin redeten sie wohl davon – in der berechtigten Annahme,

dass bei mir dies Thema nicht tabu sei. Ich ging also von der grundsätzlichen Annahme aus, dass Leute, die zu mir kamen und ein Gespräch mit mir suchten, aus welchen Gründen und welchen vordergründigen Anliegen auch immer, irgendwo einen Halt, eine Geborgenheit, eine Hoffnung im Glauben suchten – Depressive eben das, was ihnen in der Depression zum *schmerzlichsten Verlust* geworden war: ein *Vertrauen zum Leben, zu Gott*. Und ich ging ebenso davon aus, dass solche Leute, die dieses Anliegen, eine Glaubenshilfe zu bekommen, an mich herantrugen (manche direkter, manche auch nur ganz indirekt), immer schon irgendeine Beziehung zum christlichen Glauben hatten oder gehabt hatten.

Zuerst also versuchte ich zu verstehen, an welcher Stelle die Beziehung zu Gott, die sie offenbar wieder aufzunehmen wünschten (meistens litten sie ja daran, dass ihnen das aus irgendeinem Grunde nicht mehr gelang und kamen darum zu mir), abgebrochen war. Denn in der Regel muss man dort wieder anknüpfen. Man kann keine Stufen der Entwicklung, auch der Glaubensentwicklung, einfach überspringen.

### Isolation durch Unwertgefühle

Depressive Menschen leiden daran, dass *sie sich unwert und unfähig fühlen*. Dieses Gefühl kann durch einen realen Verlust oder Misserfolg ausgelöst werden, es kann aber auch durch eine Störung in der psychischen Entwicklung eines Menschen bedingt und so latent immer vorhanden und höchstens zeitweise kompensiert sein, um dann bei erster Gele-

genheit gleich wieder überhandzunehmen. Das zeigt sich meistens im Gespräch mit einem depressiven Menschen, denn es werden oft viele Gründe gesucht, die in diesen Zustand hineingeführt haben könnten. Jedoch hat dieses Gefühl des Unwert- und Unfähigseins nicht nur Ursachen, sondern auch *Auswirkungen und Folgen*. Von denen will ich reden.

Zunächst einmal schreit dieses Gefühl nach Abhilfe. Menschen, die depressiv sind, haben es aber gleichzeitig sehr schwer, die Hilfe, nach der sie sich sehnen, auch anzunehmen. Sie möchten sich wieder geliebt, brauchbar und von Bedeutung für andere erleben und klammern sich an Menschen und Gedanken, die ihnen dieses Gefühl zurückzugeben scheinen. Aber gleichzeitig glauben sie nie so recht daran, was ihnen ein anderer sagt oder zu spüren gibt: eben weil sie sich im Grund seiner Zuneigung zutiefst unwert fühlen und nicht fähig sind, sich daran zu halten, was ihnen ein anderer sagt. («Im Grunde falle ich ihm sowieso nur zur Last, so wie ich jetzt bin; das sagt er nur, um mich zu beschwichtigen.»)

Und kaum geht der andere wieder weg (man kann ja auch beim besten Willen nicht immer bei einem Patienten bleiben), findet der Zweifel neue Nahrung: « . . . auch der hält es mit mir nicht lange aus, mein Gejammer kann ihn ja gar nicht interessieren, usw.» So kommt es, dass depressive Menschen in ihrer Schwierigkeit, anderen zu vertrauen, diese anderen oft geradezu von sich wegstossen und sich ganz zurückziehen – auch wenn das nach ihrem subjektiven Erleben sogar anders aussieht, nämlich so, dass sie verlassen werden. Und manchmal stimmt es ja auch tatsächlich, dass andere Leute ihre Gesellschaft zu meiden beginnen, weil sie die Anklammerungen nicht mehr ertragen oder weil sie (da eben der Zweifel beim Depressiven so schnell immer alles wieder wegfrisst, was gerade erst aufzukeimen beginnt an Vertrauen, kaum dass der andere weggeht) das unangenehme Gefühl

bekommen, vor einem Fass ohne Boden zu stehen, und dabei die eigene Ohnmacht nicht mehr so gut ertragen.

Mir als Seelsorgerin geschah im Prinzip nichts anderes als jedem anderen Menschen in der Begegnung mit einem depressiven Menschen. Nur dass ich in den Augen dieser Hoffnungslosen im Besitze einer ganz besonderen, ewigen Hoffnung bin kraft des Glaubens, und darum zur Erwartung Anlass gebe, aufgrund dieser Hoffnung dann auch mehr zu vermögen als andere.

Und nun komme ich zu dem zurück, was ich am Anfang gesagt habe: Ich muss gut zusehen, welchen Weg des Glaubens der Mensch, der zu mir kommt, bisher gegangen ist und wo er ihn verlassen hat. Denn entsprechend sind seine an mich bzw. an den Glauben gerichteten Erwartungen. Das ist das eine. Und das andere ist: Auch mit dem, was ich sage, und geschähe es aus tiefster Glaubensüberzeugung, geschieht nichts anderes als mit dem, was ein anderer Mensch sagt an gutgemeinten Worten und Zusprüchen: Es trägt nicht, eben weil der Depressive sich unfähig fühlt, sich daran zu halten. Vielleicht muss ich darum weniger Gewicht darauf legen, woran sich ein Mensch halten sollte im Glauben, als Verständnis dafür zeigen, dass er das im jetzigen Zustand nicht kann.

### **Archaische Vorstellungen vom strafenden Gott**

Ein Mensch, der sich um Fragen des Glaubens seit seiner Kinderzeit nicht mehr gekümmert hat – er hatte damals sicher seine Gründe, die Auseinandersetzung aufzugeben – und der jetzt als Erwachsener, der depressiv geworden ist, vielleicht in Erinnerung an das Geborgenheitsgefühl von früher, als er noch ungebrochen kindlich glauben und beten konnte, sich zurücksehnt nach dieser Möglichkeit, der sieht sich in der Regel erheblichen Schwierigkeiten gegenüber. Sein Glaube ist archaisch geblieben. Seine Vorstellungen von Gott sind entspre-

chend undifferenziert und streng. Er denkt vielleicht: «Jetzt, wo es mir schlecht geht, jetzt möchte ich wieder beten. Aber weil ich vorher, wo's mir besser ging, nicht nach Gott gefragt habe, darf ich vom Gebet gewiss auch jetzt keinen Gebrauch machen.» Und aus dem schlechten Gewissen gegenüber diesem Gott, dem er so lange nichts nachfragte, kommt mancher gar auf den Gedanken, dass es ihm jetzt so schlecht gehe, sei am Ende die *Strafe Gottes*. Die entsprechenden Schuldgefühle machen die Depression dann noch auswegloser.

Und weil das Denken beim Depressiven (die Depression ist ja eine Krankheit des Gemütes und der Seele, nicht des Geistes) nicht beeinträchtigt, sondern vielleicht sogar überkritisch geschärft ist (sich selbst gegenüber), nimmt mancher Depressive auch die Diskrepanz zwischen seinen kindlich archaisch gebliebenen Gottesvorstellungen und seinem sonst differenzierten vernünftigen Denken wahr und erlaubt sich, auch aus einer *intellektuellen Redlichkeit* sich selbst gegenüber, keine solchen Rückgriffe auf längst abgelegte Frömmigkeit mehr. Und trotzdem sucht so ein Mensch das Gespräch mit mir. Irgendwo liegt da also noch eine Hoffnung, dass ich ihm zeigen könnte, wie man sich Zugang verschafft zu dieser Geborgenheit und Halt versprechenden Glauben, ohne dass einem dieser Trost gleich wieder vergällt wird durch ein immer nagendes schlechtes Gewissen und ohne dass man seinen kritischen Verstand zu betrügen gezwungen ist.

Ich stehe dann vor einer schwierigen Aufgabe. Ich werde nämlich nicht darum herumkommen, an diesem archaisch gebliebenen Gottesbild, bei dem er wieder Zuflucht sucht, ein bisschen zu rütteln (eigentlich sollte ich ihm nach dem Auftrag, den er mir gibt, ja bloss den Weg dahin zurück zeigen). Ich kann ihm nicht nur den Weg dahin nicht weisen, wie er's von mir erwartet, sondern enttäusche ihn auch noch darin, dass ich diese Zuflucht,

wie er sie sucht, in Frage stelle, indem ich eben seine Gottesvorstellungen nicht unangetastet lasse. Ich stelle mich ihm gleichsam in den Weg und sage: Es gibt *keinen Weg zurück*, aber es gibt einen *Weg nach vorn*, zu einem Gott, den du vielleicht noch gar nicht kennst (diese letzten Sätze beziehen sich nicht auf mein Reden, sondern auf mein Handeln mit meinem Gesprächspartner, mein Verhalten ihm gegenüber). Das alles muss ich nämlich sehr behutsam tun. Am besten, indem ich mich mit ihm auf einen Weg mache. Nicht, indem ich ein Ziel ihm vor Augen stelle – ein Glaubensbekenntnis, an dem er sich festhalten kann (könnte, sollte), weil ich es doch auch kann –, sondern indem ich ihm zu zeigen versuche, dass er bereits auf einem Weg ist. Dass er bereits einen langen Weg zurückgelegt hat von seinem aufgegebenen Kinderglauben bis an den Ort, wo er jetzt steht, und dass wohl auch noch einmal ein Stück Weges und Arbeit vor ihm liegt, die ich mit ihm zusammen tun will, bis er wieder einen Glauben formulieren kann . . ., dass aber der Punkt, an dem er jetzt angelangt ist, mit zu diesem Weg gehört, vielleicht sogar ein Wendepunkt, eine Chance sein könnte. Und indem ich mich als Begleiterin auf seinem Weg anbiete.

### **Sich als Begleiter anbieten auf einem Weg**

Daran aber wird sich viel entscheiden, ob er mich als eine Begleiterin *akzeptiert* – und an der Schwierigkeit, die das macht, kann bereits ein erstes Stück Arbeit geleistet werden. Ich will an dieser Stelle ein Beispiel erzählen:

Es kommt eine jüngere Frau zu mir und will mit mir über den Tod sprechen. Es war in ihrer Familie einmal ein Onkel durch Suizid aus dem Leben gegangen, und, nachdem vor kurzem auf der Abteilung, wo diese Patientin zur Zeit untergebracht ist, sich ein anderer Patient das Leben genommen hatte, kreisten ihre Gedanken unaufhörlich und quälend um

das Problem des Todes. Sie kommt und fragt mich: «Frau Pfarrer, bitte sagen sie mir, was geschieht eigentlich nach dem Tode?» Ich sage ihr, dass die Beantwortung dieser Frage allein bei Gott liege, dass ich aber gerne bereit wäre, mit ihr darüber zu reden, warum sie das im Augenblick so beschäftigt. Sie erzählt mir dann eben die Geschichte von ihrem Onkel und dass ein Selbstmord eine Sünde und dieser Onkel jetzt gewiss ein Verdammter sei. Er sei damals, als sie noch ein Kind gewesen sei, ganz verschwiegen, beinahe heimlich begraben worden, und hinterher sei in der Familie nie mehr über ihn geredet worden. In dieser Erfahrung flossen offenbar bei der Patientin die Vorstellung von «eine Sünde begangen haben» und «nicht in den Himmel kommen» zusammen mit dem sicheren Gespür: «der gehört nicht mehr zu uns, der ist jetzt völlig ausgeschlossen, den gibt es nicht mehr, alle Verbindungen sind abgeschnitten».

Wir kommen dann auf die Frage zu reden, warum sie das alles gerade jetzt so beschäftigt, und sie redet erst von dem Suizid des Mitpatienten jüngst auf der Abteilung und endlich von dem, was sie selbst so plagt und seit dem noch frischen Ereignis erneut immer mehr umtreibt, von ihren eigenen Selbstmordgedanken und Phantasien. Sie möchte eigentlich nur noch sterben, es könne ihr niemand mehr helfen, sie sei sich selbst und anderen nur noch eine Last und hätte auch gar keine Kraft zum Leben mehr. Wenn sie nur wüsste, was danach komme. Sie fühlte sich ohnehin schon so schlecht – und wenn sie ihrem Leben dann ein Ende setzte, dann gäbe es für sie gewiss keine Vergebung und keine Rettung mehr.

Ich sage ihr, dass mir aufgefallen sei, während sie gesprochen habe, wie gut sie den eben verstorbenen Patienten habe begreifen können, dass er selbst seinem Leiden ein Ende gemacht habe, und wie sie trotzdem von sich selbst annehme, für sie gäbe es dann gar kein Verständnis mehr, so etwas würde bei ihr von nie-

mandem mehr akzeptiert, im Gegenteil, von höchster Instanz verurteilt – sie würde von Gott gerichtet und mit ewiger Verdammnis belegt.

Darauf bittet sie mich, ihr doch einmal aus der Bibel die Stelle zu lesen, wo vom Gericht die Rede sei und von der ewigen Verdammnis. «Sie wissen schon, wo das steht, ich kenne die Bibel nicht so gut», sagt sie. Und ich lese ihr die entsprechende Stelle aus Mt. 22 vor. Darauf sagt sie, dass sie ganz gewiss auf der Seite der Ausgestossenen stehen würde (es ist an jener Stelle vom Jüngsten Gericht und von der Scheidung der Schafe von den Böcken die Rede) und dass sie mit einem Suizid eine Sünde beginge, die nicht mehr vergeben werden könnte. Oder ob denn das für mich nicht gelte und wahr sei, was da in der Bibel geschrieben stehe?

Ich versuche ihr zu erklären, dass für mich daraus einzig hervorgehe, dass alles Urteil über menschliches Handeln allein Gott zukomme, und ich würde mich im übrigen daran halten, dass in der heiligen Schrift geschrieben stehe, dass Gott alle Menschen liebe und dass gerade die, die Sünder seien, sollten gerettet werden. Das sei doch die Botschaft des Evangeliums. Sie bittet mich, ihr auch davon etwas aus der Bibel vorzulesen (d.h. meinen Glauben durch die Autorität der Bibel zu beglaubigen), und ich lese ihr eine entsprechende Stelle aus dem Römerbrief vor. (Eine Infragestellung dieser Art, wie *sie* die Bibel als Autorität benutzt, wäre an dieser Stelle gewiss nicht sinnvoll.) Wir reden über die eben gelesene Stelle aus dem Römerbrief, und ich versuche ihr zu zeigen, warum für mich darin das Zentrum des Glaubens liege – aber sie lässt sich dadurch mitnichten beruhigen, sondern kommt immer wieder auf die Stelle in Mt. 22 zurück und auf das, was dort über das Jüngste Gericht gesagt wird. Das dürfe doch nicht einfach unterschlagen werden, usw. usw. Sie zieht mich zur Rechenschaft, warum ich da einige Stellen in der Bibel offensicht-

lich wichtiger nähme als andere und fordert mich sehr heraus, ihr meinen Glauben auf eine persönliche Weise darzulegen, wobei sie immer wieder Wege findet, das, was ich sage, mit der Stelle von Mt. 22 zu entwerten und zu vernichten. Jetzt mache ich die Bibel einfach zu und sage ihr: «Legen wir dieses Buch doch erst einmal beiseite; bevor wir miteinander darin lesen, müssen wir noch über etwas anderes reden. Sie kommen zu mir, bitten mich um Rat und Auskunft, und dann zeigen sie mir auf Schritt und Tritt, dass alles, was ich sage, nichts wert ist. Sie schenken mir gar kein Vertrauen. Ich glaube, das ist jetzt das Problem. Vielleicht ist es auch sonst für Sie ein Problem, doch bevor wir miteinander über so wichtige Dinge reden, müssen wir einmal zusehen, warum es hier so schwierig ist, dass Sie Vertrauen zu mir finden können.»

Ich will jetzt von dieser Patientin nicht weitererzählen – ich schilderte ein Stück von meiner Arbeit, um zu zeigen, wie das gemeint ist: «mich als Begleiterin anzubieten auf einem Weg». Denn erst wenn ich als solche akzeptiert werde – und dass es dazu kommt, das muss eben erst erarbeitet werden –, erst dann darf ich ganz behutsam daran gehen, mit dem Patienten zusammen diese *alten, strengen Gottesvorstellungen* ein wenig zu *relativieren* und zu mildern und nach neuen, menschlicheren zu suchen.

Oder anders gesagt: Erst dann kann auch ein Mensch, der sich an solch strengen Vorstellungen festhält – weil mildere vielleicht noch bedrohlicher wären (z.B. nicht mehr eine so sichere Schranke gegen den Suizid abgeben würden) –, sich mit mir auf einen Prozess einlassen, der dann endlich zu einem anderen, «gesünderen» Glauben führt. Oder erst dann kann ein Mensch, der sich seiner religiösen Bedürfnisse schämt – weil er ja sonst und bisher immer sehr realistisch und vernünftig gedacht hat und sich als Schwächling vorkommt beim Wunsch, wieder auf längst über Bord geworfene

Glaubenssätze zurückzugreifen, allein aus dem Bedürfnis nach Halt und Geborgenheit –, *Glauben* begreifen lernen nicht bloss als Regression eines geschwächten Gemütes, das seinen Verstand betrügt, sondern als eine Möglichkeit, die Grenzen seines Verstandes zu akzeptieren und trotzdem, oder vielleicht sogar deswegen, nach Gott zu fragen: als eine *Möglichkeit, dem Leben mit Vertrauen zu begegnen*, trotz des vom Verstande her gegebenen Pessimismus und der von vielen denkenden Zeitgenossen geteilten Resignation. Erst dann, wenn das Vertrauen zwischen uns – zwischen ihm und mir als Seelsorgerin – hergestellt ist, dass ich ihn nicht mit beschwichtigenden Illusionen nur verträsten möchte, weil ich wohl selber der Wahrheit auch nicht ins Gesicht zu sehen vermöge oder eigene Ohnmacht abwehren wolle.

### **Die Ohnmacht der Gottverlassenheit aushalten**

Ein anderes Beispiel will ich noch erzählen, um darauf zurückzukommen, was ich zu Beginn gesagt habe: dass man sehr genau hinsehen muss, welchen *Glaubensweg* ein Mensch *bisher* gegangen ist und wo er aufgehört hat, ihn weiterzuverfolgen. Es gibt nämlich unter denen, die zu einem Seelsorger kommen oder sonst mit einem Menschen das Gespräch über den Glauben suchen, auch solche, die nicht mit der Konfirmation oder spätestens mit der kirchlichen Trauung die Religion für erledigt hielten, sondern immer ein aktives Glaubens- und Gebetsleben hatten, zeit ihres Lebens . . . und dann, wenn sie in einer Depression stecken, sich gerade dieser für sie wichtigsten Möglichkeit beraubt sehen, einen inneren Halt noch zu finden. Sie kommen dann zu mir und sagen etwa: «Ich kann überhaupt nicht mehr beten, ich fühle mich von Gott verlassen, ich kann nicht mehr glauben.» Sie leiden daran, dass gerade jetzt, wo sie dessen am meisten bedürften, ihnen der *Trost des Glau-*

*bens leer geworden* ist. Sie möchten von mir, dass ich für sie bete oder dass ich mit ihnen anbete gegen diesen unerträglichen Zustand. Ich finde es gewiss eine sehr wichtige Möglichkeit der Hilfe für einen depressiven Menschen, ihm das Gebet nicht zu verweigern oder sogar anzubieten. Aber auch hier muss man sehr vorsichtig vorgehen. Man darf nicht das tun wollen, was der andere eben gerade nicht mehr kann (z.B. Gott loben, ihm für seine Güte und Vorsehung danken und für seine Führung, die gewiss auch in dieser dunklen Zeit nicht eine Irreführung sein kann . . . usw.). Man darf nicht einem Menschen, dessen Leiden für ihn jeden Sinnes entbehrt, über die Unerforschlichkeit von Gottes Wegen reden und ihm so gleichsam vermitteln: Sieh, was du jetzt erlebst, ist im Grunde gut für dich, es ist vielleicht eine Prüfung Gottes, oder es hat ganz gewiss einen Sinn, auch wenn du jetzt überhaupt nichts verstehst – und ihn mit dem, was er im tiefsten fühlt (nämlich Sinnlosigkeit, Verzweiflung und Auflehnung), noch mehr ins Unrecht versetzen. Denn das hätte zur Folge, dass er sich mit allen ihm zur Verfügung stehenden Kräften an das zu klammern versucht, was ich ihm im Moment zu sagen versuche, solange er bei mir ist –, und ihn dann, kaum ist er wieder allein, seine Depression nur um so heftiger überfällt und er noch verzweifelter ist als zuvor, weil er das alles, was ich ihm angeboten habe (und er im Grunde ja selbst schon wusste) eben gerade nicht mehr zu glauben vermag. Er wird sich dann hinterher noch mehr Vorwürfe machen und sich zudem auch noch schuldig fühlen, dass er Gott nicht mehr Vertrauen entgegenbringen kann – ein neuer Beweis für seine Schlechtigkeit.

Meine Aufgabe ist es vielmehr, seine Ohnmacht mit ihm auszuhalten und dann vielleicht das, was er vermag – nämlich weinen, sich klein fühlen, hilflos und verzagt –, ihn als eine *mögliche Form des Glaubens* erleben lassen. Ihn das, was er fühlt – nämlich Verlassenheit, Sinnlosig-

keit, vielleicht auch Auflehnung gegen Gott, wenn's gut geht sogar Zorn oder Trauer –, als berechtigte und im Augenblick einzig mögliche und notwendige Rede an Gott führen zu lassen. Ich muss ihm zeigen, dass er mit seiner Depression nicht aus dem Glauben herausfällt und hinter seiner verlorenen Gewissheit nicht wie hinter einem abgefahrenen Zug herzurennen braucht, dass er nicht gegen seine Gefühle und Gedanken ankämpfen muss (und erst wenn es ihm gelungen ist, die zu besiegen, er in der Gemeinschaft der Glaubenden wieder einen Platz hat), sondern dass das, was er jetzt erlebt, mit hinein gehört in eine Beziehung zu Gott. Ich muss ihm helfen, eine Sprache zu finden für sein jetziges Erleben, die ihm noch eine Verbindung erlaubt mit den Inhalten seines Glaubens, die ihm im jetzigen Zustand verloren zu gehen drohen. Ich muss ihn in eine abgebrochen scheinende Kontinuität mit seinem Glauben wieder hineinstellen.

Das kann auf sehr verschiedene Weise geschehen:

Ich kann ihm z.B. die *Geschichte vom Propheten Elia* erzählen. Der erlebte ja auf dem Höhepunkt seines Erfolges in Israel Gott auf eine sehr machtvolle Weise, in Feuer und gewaltigen Wundern, beinahe sichtbar . . . und dann, als der Erfolg ihn verliess und er verfolgt wurde und sich verstecken musste und überhaupt nichts mehr zu sagen hatte, da wurde er auf einmal sehr klein und hilflos und begann an sich und auch an Gott zu zweifeln. Als er dann in innerer und äusserer Wüste mit seinen Ängsten rang und nur noch sterben wollte, da waren ihm Donner und Blitz und Feuer und Sturm, aus denen er früher Gottes Stimme vernommen hatte, nur noch Donner und Blitz und Feuer und Sturm und keine höheren Machtbeweise mehr. Er konnte Gott nicht mehr hören in seiner Einsamkeit. (Wie für einen Depressiven Worte aus der Bibel, an denen er sich vormals aufzurichten vermochte, eben nur noch leere Worte sind oder gar gegen ihn ge-

richtete, beängstigende Worte, wenn er in der Wüste seiner Depression sitzt.) Erst später, als Elia sich wieder vor seine Höhle hinauswagte, da strich ein leises Lüftchen an ihm vorbei, und in diesem kaum spürbaren Wehen vernahm er Gott wieder, von ganz woanders, als er's erwartet hatte, in einem kaum hörbaren Säuseln.

Oder ich kann auf die *Geschichte von Noomi* verweisen, wie diese Frau verzweifelt war, nachdem sie Mann und Söhne in einem fremden Land verloren hatte, und ganz alleine dastand, wie sie auch glaubte, Gott hätte sie nun ganz und gar vergessen, wie sie bitter wurde und resigniert, sogar die Schwiegertöchter wegschickte, die ihr noch helfen wollten: «Ich bin's nicht wert, dass ihr euch um mich kümmert.»

Welcher Depressive könnte sich in diesem Text und der Stimmungslage dieser Frau nicht wiedererkennen . . . Und wie sie erst langsam, als Rut nicht von ihrer Seite wich, in der Begleitung und der Treue dieser Frau wieder Vertrauen fand zum Leben, das ihr zwar das Verlorene nicht zurückbrachte, aber doch neue Möglichkeiten offenhielt.

Oder ich kann einen *Psalm* oder ein Stück aus dem *Buch Hiob* lesen, wo Klage und Anklage eines leidenden Menschen zum Gebet werden – zu einem Gebet, das bei Gott angenommen wird.

In allem kann ich auf *Christi Passion* verweisen, auf seine Verzweiflung am Kreuz und seine Ohnmacht, aus der der Schrei der Verlassenheit einziges noch mögliches Gebet war.

Es gibt viele Möglichkeiten, einem depressiven Menschen eine Sprache zu geben, in der er das, was er erlebt, vor Gott aussprechen kann und sich damit legitimerweise noch immer auf dem Weg des Glaubens begreifen darf. Wenn das gelingt, dann ist es gut, miteinander zu beten – Gebete, wie sie der Betreffende hinterher auch alleine noch beten kann, zu denen er unter Umständen auch ohne Hilfe wieder Zugang findet.

## **Worauf es im Glaubensgespräch mit einem depressiven Menschen ankommt**

Für ein Gespräch über den Glauben mit einem depressiven Menschen sind daher folgende Dinge wichtig:

### *1. dass man ihm seine Gefühle lässt,*

sie ihm also nicht auszureden versucht, nicht dagegen ankämpft, ihn nicht darüber hinwegtröstet, ihm nicht zu schnell zur Geduld rät . . ., dass man ihm seine Gefühle lässt und sie mit ihm aushält. Das ist nicht so einfach: seine Entwertungen, Sinnentleerungen, Zweifel und Ängste sind ansteckend; zumindest machen sie oft hilflos. Aber auch wenn das dabei aufkommende eigene Ohnmachtsgefühl schwer auszuhalten ist, für ihn ist es noch schwerer erträglich. Es wird erst gänzlich unerträglich, wenn er spürt, dass sein Gesprächspartner es mit ihm und dem, was sich von ihm her auf andere überträgt, nicht mehr aushält.

### *2. dass man mit seinen Gefühlen mitgeht.*

Wenn z.B. ein depressiver Mensch von Suizid spricht und ich dabei in starke Beunruhigung gerate, so kann das zur Folge haben, dass seine eigene Angst noch zunimmt. Wenn ich aber bereit bin, mit ihm darüber zu reden, was ihn dazu drängt und was ihn davon abhält, mit ihm seine diesbezüglichen Phantasien betrachte . . . kurz, wenn ich mit ihm mitgehe in seinen Gedanken und Gefühlen, also bei ihm bin in seinen suizidalen Wünschen und Ängsten, dann erlebt er, dass er wenigstens noch *verstanden* werden kann und nicht von jeder Verbundenheit ganz und gar abgetrennt ist. Was ihn nämlich zu diesem Schritt treibt und was ihn dabei hemmt, ist oftmals dasselbe: z.B. ein extrem strenges – verurteilendes – Gottesbild, vor dem er sich schlecht, klein, ja vernichtet fühlen muss. Man vermittelt einem Menschen Glauben, Evangelium, nicht in erster Linie verbal, sondern indem man ihn etwas er-



leben lässt davon, dass er nicht alleine ist in seinen grössten Nöten.

### 3. dass man sich zu seinem Anwalt macht.

Depressive Menschen machen sich oft ihren Zustand selber zum Vorwurf, oder sie sind in Zweifel, ob sie überhaupt einen Grund und eine Berechtigung haben, sich so zu fühlen. Gefühle sind aber nicht richtig oder falsch, sondern der wahre Ausdruck einer subjektiven Befindlichkeit. Wenn ich also bereit bin, mit dem Betroffenen danach zu fragen, woraus sie sich nähren und wogegen sie sich richten, ungeachtet dessen, ob sie objektiv gesehen einem äusseren Anlass adäquat sind oder nicht (sehr oft sind sie es ja wirklich nicht, und das quält den Betroffenen ohnehin schon sehr), dann mache ich mich zu seinem Anwalt und nicht zum Anwalt der äusseren Realität, die er ohnehin schon als Anklägerin gegen sich hat. Das aus der Überzeugung, dass ein Mensch erst unter Anerkennung seiner subjektiven Wahrheit zu begreifen anfängt, dass er so, wie er ist, angenommen werden kann . . . und dann vielleicht auch instand gesetzt wird, der äusseren Wirklichkeit adäquater zu begegnen. Kein Mensch kann Glauben finden, ja sagen zum Leben, der zu sich selber nein sagt.

### 4. dass ich ihm eine Sprache für seine Gefühle leihe.

Wenn ein Mensch mich auf den Glauben hin anspricht, weil er annimmt, hofft, weiss, dass ich selber meinen Halt im Glauben finde, dann sucht er eine Hilfe im Glauben. Ich kann ihm dann, sofern diese Bereiche für mich selber nicht tot sind, die Sprache der christlichen Tradition behutsam wieder zu erschliessen versuchen, ihm eine Sprache leihen, in der ich selber Zuflucht finde, die Sprache der Bibel. Ich kann ihm *Identifikationsmöglichkeiten anbieten* mit Figuren des Glaubens (biblische Gestalten, grosse Beter, Dulder, Zweifler . . .), wo er sich mit seinem momentanen Erleben unter-

bringen kann. So ist es möglich, dass er erlebt, dass er auch in seiner Dunkelheit nicht aus der Gemeinschaft der Gläubigen herausgefallen ist. So findet er vielleicht die Möglichkeit, auch seine jetzige Situation vom Glauben her zu begreifen. Das kann eine sehr grosse Hilfe sein.

Über den Glauben, über Religion, religiöse Hoffnungen und Bedrohtheit kann man aber mit einem Menschen nur reden auf dem Hintergrund eigenen Fragens nach Gott, eigener Auseinandersetzung mit Glaube und Religion. Ganz persönlich würde ich sagen: Dass ich im Umgang mit depressiven Menschen meine *eigene Ohnmacht* zu spüren bekomme und aushalten muss, ist unvermeidlich. Dass ich sie aber aushalten kann, geschieht im Vertrauen auf Gott, von dem die Bibel uns lehrt, dass er seine Allmacht preisgegeben und unsere Ohnmacht geteilt hat, dass er in aller Verlassenheit Mensch bleibt und den Menschen treu bleibt – im Vertrauen auf Christus, den Gekreuzigten und Auferstandenen.

So, wie in diesem Artikel ein Bekenntnis nötig, aber ganz zum Schluss erst sinnvoll wurde, so denke ich, ist es auch im Gespräch über Glaube und Religion oft der Fall. Dass aber so ein Gespräch statthaben kann – gerade mit psychisch kranken Menschen, die es sehr oft suchen und brauchen –, setzt voraus, dass wir uns selber mit unserer Beziehung zur Religion mit dem uns gelehrteten Glauben, mit den uns überlieferten Gottesbildern auseinandersetzen, dass wir ganz persönlich mit all diesen Fragen umgehen. Sonst wird das Tabu Religion zu einem Tabu in der Psychiatrie ohne Fragezeichen dahinter.