

Dr. med. Joachim Galuska  
Fachklinik Heiligenfeld

Prof. Dr. Wilfried Belschner  
Carl von Ossietzky Universität

Jürgen Bantelmann  
Bad Kissingen

## Die transpersonale Dimension von Gesundheit



Fachklinik Heiligenfeld  
Euerdorfer Straße.4-6

97688 Bad Kissingen

Tel. 0971/8206-1000, Fax: 0971/6 85 29  
Internet: [www.heiligenfeld.de](http://www.heiligenfeld.de)  
E-Mail: [info@heiligenfeld.de](mailto:info@heiligenfeld.de)

---

## Fragestellung

In Gesundheitsmodellen (z.B. Becker 1992, Schwarzer 1992) wird die spirituelle (transpersonale) Dimension bislang nicht explizit berücksichtigt. Es liegt jedoch eine Reihe von empirischen Studien vor, die die gesundheitsförderliche Wirkung spiritueller Praktiken (z. B. Meditation) belegen (zusammenf. Engel 1999, Linden 1993, Miller & Thoresen 1999). Benötigt wird also ein *integrales Modell von Gesundheit*, in dem psychische Prozesse der alltäglichen *und* der transpersonalen Bewußtseinerfahrung zusammengeführt werden. Die Nützlichkeit eines derart erweiterten, integralen Gesundheitsmodells ist zu belegen.

## Modell der Integralen Gesundheit

Abb. 1 veranschaulicht beispielhaft die Erweiterung des *Sozialkognitiven Prozeßmodells gesundheitlichen Handelns* von Schwarzer (1992) um die transpersnale Dimension: Die eigentlich sprachlich nicht faßbaren, unaussprechlichen Erfahrungen (James 1902, 1997) mit den Qualitäten des transpersonalen Bewußtseinsraums werden von einer Person in Sprache übersetzt ("Konzeptualisiert") in den personalen (Alltags-) Bewußtseinsraum eingeführt und darin verfügbar gemacht.

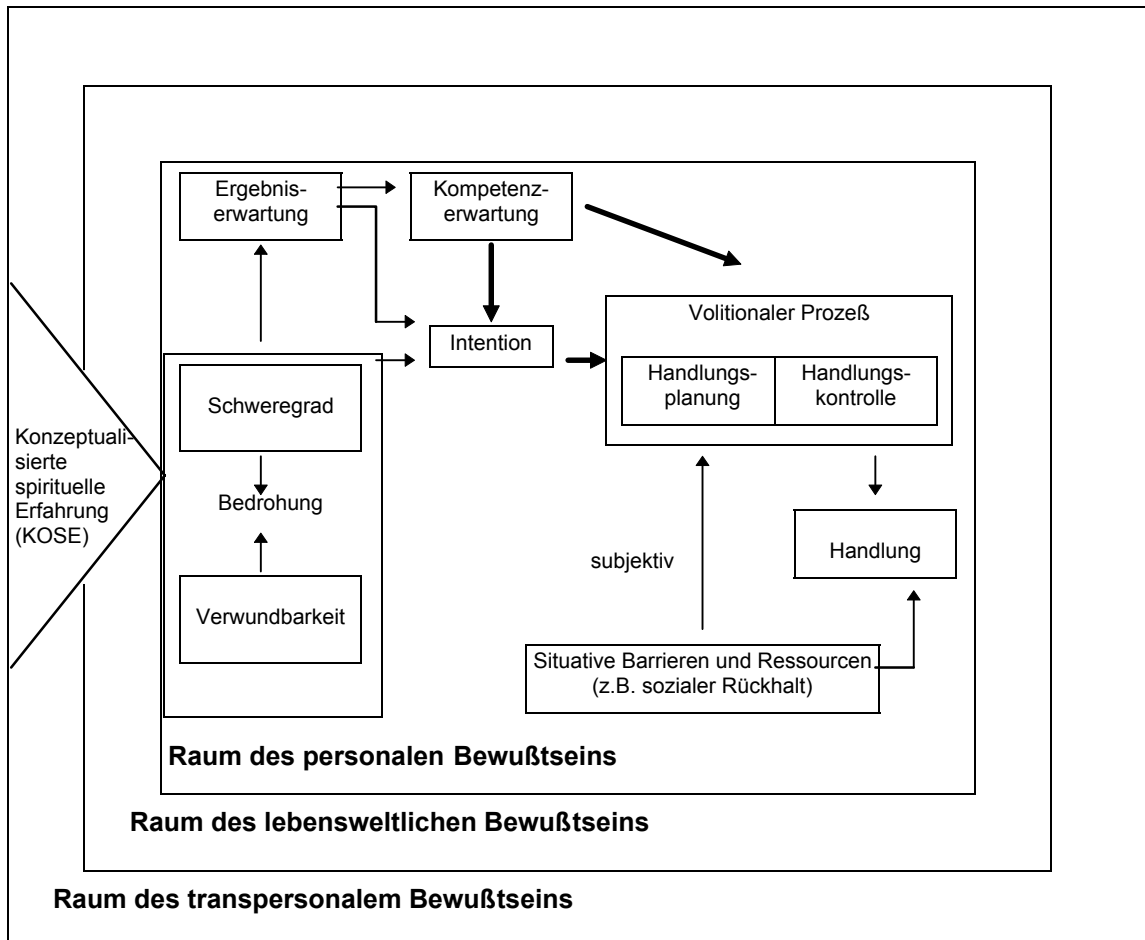


Abb.1 Die Integration von personaler und transpersonalen Bewußtseinsereignissen in einem Modell *integraler Gesundheit*

## Das Konstrukt

### Transpersonales Vertrauen

Ein wesentliches Kennzeichen transpersonaler Bewußtseinsereignisse besteht in dem unmittelbaren, intensiven Erleben von Verbundenheit mit einer höheren Macht (James 1902, Walach 2000). Das Lebenskonzept des eigenen Bewirkens ("Selbstwirksamkeit") wird komplementär ergänzt durch Konzepte wie Führung, Fügung, Lassen. Hierfür wird das **Konstrukt Transpersonales Vertrauen (TPV)** eingeführt.

### Die Skala Transpersonales Vertrauen

Das Konstrukt TPV wird mittel eines Fragebogens operationalisiert (11 Items mit 4-stufiger Antwortvorgabe, Tab. 1).

Itemnummer	Item-Text	Ladung
Var 045	Ich fühle mich mit einer höheren Wirklichkeit/ mit einem höheren Wesen/Gott verbunden. Darauf kann ich auch in schweren Zeiten vertrauen.	.862
Var 055	Ich versuche, mich der Hand Gottes/ eines höheren Wesens/ einer höheren Wirklichkeit anzuvertrauen.	.860
Var048	Wir Menschen können nicht alles bestimmen. Es gibt eine höhere Wirklichkeit/ ein höheres Wesen/Gott, dem ich mich anvertrauen kann.	.860
Var 050	Manchmal habe ich den Eindruck, dass ich in meinem Leben aus einer höheren Einsicht heraus geführt werde.	.818
Var 052	Religiöse Praktiken. (z.B. Beten, Mantren sprechen, geistige Lieder singen, meditieren) helfen mir in schwierigen Situationen.	.770
Var 056	Meine Seele lebt auch nach meinem Tod weiter.	.734
Var 047	Ich bin Teil eines großen Ganzen, in dem ich geborgen bin.	.729
Var 051	Ich bezeichne mich als religiös, auch wenn ich keiner Glaubensgemeinschaft angehöre.	.697
Var 071	Ich bin ein Mensch mit Körper und Intellekt. Und ich bin auch untrennbar mit dem Kosmos verbunden.	.632
Var 054	Es gibt in einem Menschenleben manches Glück oder Unglück, das meine Möglichkeiten des Erklärens und Verstehens übersteigt.	.585
Var 070	Ich habe schon die Erfahrung gemacht, dass ich mich mit der Welt und dem Kosmos eins fühle.	.536

Tab.1: Der Faktor Transpersonales Vertrauen

### **Testkennwerte der Skala TPV**

Stichprobe: Unausgelesene Stichprobe der Fachklinik Heiligenfeld, Bad Kissingen, Klinik für Psychotherapeutische Medizin und Psychiatrische Rehabilitation; N=491. Die Schwierigkeitsindizes  $p$  streuen im Bereich von .50 - .77, die Trennschärfeindizes zwischen .52- .86 (Lienert & Raatz 1994). Internale Konsistenz Cronbach`s Alpha=.93.

Die Güte der Skala TPV ist damit belegt.

### **Untersuchung der Konstruktvalidität**

In Faktorenanalysen (Stichprobe wie oben; N=851) hebt sich die Skala TPV als sehr konsistenter eigenständiger Faktor von gesundheitspsychologisch bewährten Skalen (z.B. Selbstwirksamkeitserwartung, Schwarzer & Jerusalem 1997; Proaktive Einstellung, Schwarzer 1997; Skalen zur Psychischen Gesundheit SPG, Tönnies et al. 1992; Trierer Persönlichkeitsfragebogen TPF, Becker 1989) ab. Die Faktorladungen der Items sind in Tab. 1 enthalten. Die Skala TPV ist bezogen auf die Geschlechtsdifferenz stabil. Mit zunehmendem Alter steigen die Mittelwerte der Skala TPV an. Die Interkorrelationen mit den o.g. gesundheitspsychologischen Skalen liegen im unteren Bereich (<.30).

### **Fazit**

Die Skala TPV kann als konsistentes, reliables und konstruktvalides Werkzeug beurteilt werden, das das Repertoire gesundheitspsychologisch relevanter Instrumente innovativ erweitert.

### **Nützlichkeit der Skala TPV**

Die Nützlichkeit des Konstruktes Transpersonales Vertrauen für ein hinreichendes Gesundheitsmodell wurde in folgenden Studien geprüft.

#### **1.Veränderungssensitivität**

10 der 11 Items erweisen sich als veränderungssensitiv (Ausnahme: Item 54, Stichprobe wie oben, N=472). Mit der Skala TPV können somit Behandlungseffekte erfasst werden.

## **2. Therapieerfolg und Meisterung von Lebenskrisen**

### **2.1 Nachweis von Behandlungseffekten**

Die Effektstärke ist ein Maß zur quantitativen Abbildung von therapeutischen Behandlungseffekten (Wittmann 1995). In einer Studie zur Qualitätssicherung (Stichprobe wie oben, N=329) steigt der Skalenwert TPV im Verlauf der psychotherapeutischen Behandlung signifikant an. Die mittlere Effektstärke<sup>46</sup> weist auf den bedeutsamen ökonomischen Nutzen der stationären Intervention hin.

### **2.2 Erklärung von Therapieeffekten**

In dieser Studie (N=111) wurde geprüft, ob sich durch den komplementären Einsatz der beiden Skalen *Generalisierte Selbstwirksamkeit (sv)* und *Transpersonales Vertrauen (tv)* therapeutische Behandlungseffekte besser erklären lassen. Zur Erfassung von Behandlungseffekten wurde das multiple Erfolgskriterium MEK-3 (Wittmann 1995) bestehend aus 3 Einschätzungen durch den behandelnden Arzt, 11 Einschätzungen der Effekte durch den Patienten, 23 Skalen aus psychometrischen Tests gebildet. Mit Hilfe der beiden Skalen wurde eine 4 -Felder-Tafel erstellt.

**Ergebnisse**

Deskriptive Statistik					
		N	Mittelwert	Standardabweichung	Standardfehler
MEK-3	tv hoch sv	40	8,4816	13,6433	2,1572
	hoch				
	tv hoch sv	19	-,8236	17,2909	3,9668
	niedr				
	tv niedr sv	19	4,2757	17,2478	3,9569
	hoch				
	tv niedr sv	33	-5,6460	17,4688	3,0409
	niedr				
Gesamt		111	1,9688	16,9545	1,6093

ANOVA						
		Quadratsumme	df	Mittel der Quadrate	F	Signifikanz
MEK-3	Zwischen den Gruppen	3859,404	3	1286,468	4,959	,003
	Innerhalb der Gruppen	27760,793	107	259,447		
	Gesamt	31620,196	110			

Tab.2: Ergebnisse der einfaktoriellen Varianzanalyse

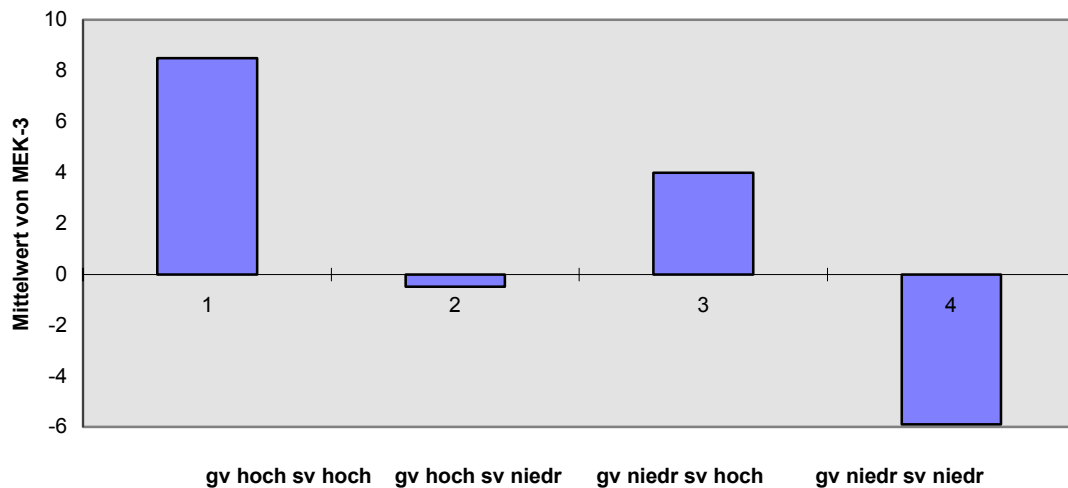


Abb. 2 Zusammenhang von Behandlungserfolg und Merkmalsausprägung

Die komplementäre Nutzung der beiden Skalen erklärt den Behandlungserfolg besser als jede der Einzelskalen alleine.

Dieses Ergebnis konnte in einer weiteren Studie (N=148) an der Akutklinik für Psychotherapeutische Medizin repliziert werden.

(Caduceus Klinik, Bad Bevensen, Chefarzt: P Findeisen).

### 2.3 Meisterung von spirituellen Krisen

Im Forschungsprojekt RESCUE (Belschner & Galuska 1999) wird der Umgang mit einer spirituellen Krise, ihre Bewältigung und die Güte der psychosozialen und medizinischen Versorgung untersucht. In das Erhebungsinstrument wurde eine Kurzform der Skalen *Selbstwirksamkeit* und *Transpersonales Vertrauen* aufgenommen. In die Auswertung gingen die Daten von N= 155 Personen ein, die von sich selbst aussagen, dass sie eine spirituelle Krise durchlebt haben, wobei der Höhepunkt der Krise bereits hinter ihnen liegt. Die Einschätzung der Heilbarkeit der Krise, der zur Zeit bestehenden Krisenbelastung oder des Ausmaßes, durch die Krise eine neue Lebensperspektive entdeckt zu haben, werden durch die Skalen *Selbstwirksamkeit* (SV) und *TPV* gemeinsam besser erklärt als durch jede Einzelskala.

**Beispiel:** Die Einschätzung, in welchem Ausmaß sich auf Grund der Krise bereits im Leben etwas verändert habe, ist hochsignifikant von den beiden Variablen SV und TPV abhängig ( $p < .002$ ). (Abb. 3: VAR123 In welchem Ausmaß hat sich auf Grund der Krise in Ihrem Leben bereits etwas verändert?)

1= bereits sehr Bedeutsames verändert, 4= bislang nichts verändert)

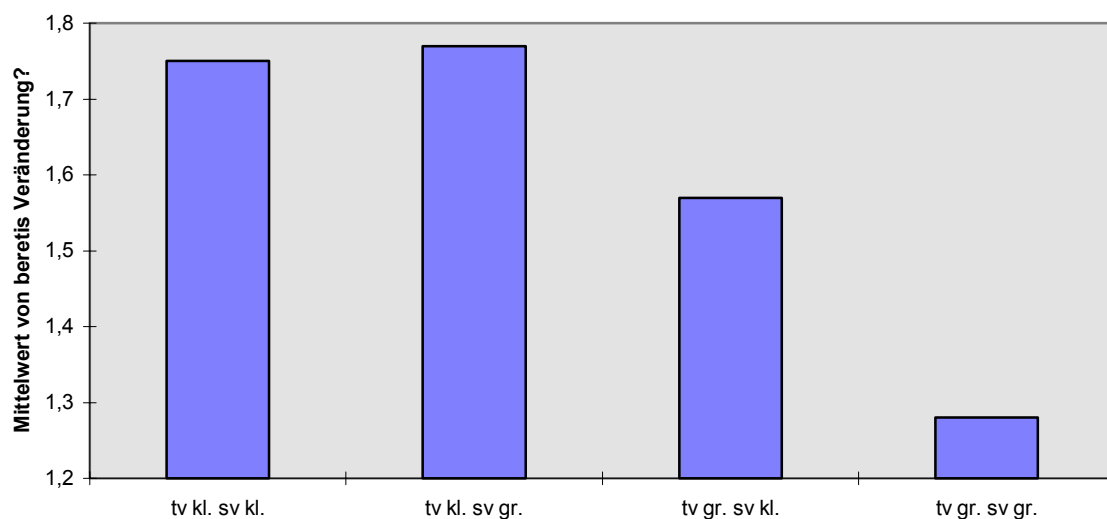


Abb. 3: Bereits eingetretene Lebens-Veränderungen

## Diskussion

Die Skala *Transpersonales Vertrauen* TPV ist als reliables und valides Instrument geeignet, die Durchlässigkeit für spirituelle Erfahrungen zu erfassen. In den Items wird eine Lebensorientierung abgebildet, die über eine ich-bezogene Haltung des Alltagsbewußtseins hinausgeht: Die Person akzeptiert eine höhere Wirklichkeit, der sie sich anvertrauen kann und mit der sie sich zutiefst verbunden erlebt. Die Skala ist ausgerichtet auf die eigene spirituelle *Erfahrung* als Erkenntnismodalität (-im Gegensatz zum *kognitiven Wissen* um religiöse Glaubensinhalte). Aus dieser spirituellen Erfahrung heraus gestaltet sich der Lebensalltag als Führung aus einer höheren Einsicht. Das Konstrukt *TPV* ist komplementär zu dem gesundheitspsychologisch bedeutsamen Konstrukt *Generalisierte Selbstwirksamkeit* (Schwarzer & Jerusalem 1997) zu sehen. Das *Integrale Gesundheitsmodell* (Belschner 2000), das die transpersonale Dimension explizit einschließt, bewährt sich für den Entwurf von Strategien zur Meisterung von Lebenskrisen (1), von therapeutischen Handlungsstra-

tegien (2) und von Klinikkonzepten (3), die als heilende Kontexte wirksam werden und ökonomisch relevant sind.

## Literatur

Belschner, W. (2000). Integrale Gesundheit. In Belschner, W. & Gottwald, P. (Hrsg.),  
Gesundheit und Spiritualität. Oldenburg: BIS.

Belschner, W. & Galuska, J. (1999). Emirie spiritueller Krisen. Transpersonale Psychologie  
und Psychotherapie, 5, 78-94.