Psychische Gesundheit in Kirchen

«The Sanctuary Course» jetzt auf Deutsch erhältlich

«The Sanctuary Course» hilft unter anderem Menschen mit psychischen Problemen.
Quelle: Envato / Yuliya_Kokosha

Die Kirche ist eher ein Hospital als ein Vergnügungspark. Nicht die Gesunden, sondern die Kranken brauchen den Arzt. Deshalb sollen nicht zuletzt Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen in der Kirche einen Ort finden, wo sie angenommen sind.

Doch gerade wenn es um psychische und mentale Probleme geht, kommt die normale christliche Gemeinde schnell an ihre Grenzen. Hier setzt «The Sanctuary Course» ein, der seit kurzem komplett auf Deutsch zur Verfügung steht. «Gott ist hier, und eine gute Kirche oder Gemeinde sollte sagen: Wir sind auch hier» ist der Leitgedanke hinter dem Kurs, mit dem Kirchen, Hauskreise und Gruppen ihre

Kompetenz vertiefen können, mit psychischen Herausforderungen in ihrer Mitte besser umzugehen.

Nicht verdrängen, sondern anerkennen

Spätestens seit Corona ist mentale Gesundheit ein Thema, das jeden etwas angeht. Psychische Erkrankungen sind für einen grossen Teil der Gesundheitskosten verantwortlich. Jugendliche kämpfen mehr denn je mit psychischen Problemen. Seelische Gesundheit ist wichtig, weil sie auf den Kern unserer Persönlichkeit zielt. Und christliche Gemeinden können ein wunderbarer Ort sein, wo Menschen mit psychischen Herausforderungen – seien es Depressionene oder gewisse Störungen – aufgefangen werden und ihnen kompetent begegnet wird: ein «Zufluchtsort» eben (englisch Sanctuary).

Kompletter Online-Kurs

«The Sanctuary Course» wurde ursprünglich in Vancouver (Kanada) entwickelt; er gilt als sehr professionell und seriös (unter anderem ist Archbishop Justin Welby im Patronatskomittee). Nun ist der Kurs auch in Deutsch verfügbar; die deutsche Übersetzung wurde mitfinanziert und fachlich begleitet durch die Klinik SGM und die GEWA.

Der Kurs ist als Lern- und Arbeitsmaterial für Kleingruppen konzipiert. Er bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, ihr Verständnis von psychischer Gesundheit neu zu definieren, verschiedene psychische Krankheitserfahrungen kennenzulernen, über die Auswirkungen von Stigmatisierung nachzudenken, den Prozess der Genesung zu verstehen und auch die Bedeutung von Gemeinschaft zu entdecken. Jede Einheit wird ergänzt durch einen eindrücklichen Film, in dem die Geschichte einer Christin oder eines Christen erzählt wird, der oder die mit einem psychischen Gesundheitsproblem lebt, das dann aus der Sicht von Geistlichen, Theologen und Fachleuten für psychische Gesundheit beleuchtet wird.

Keine Vorkenntnisse nötig

The Sanctuary Course (Deutsch) versteht sich als Angebot für alle, die mehr über Glauben und psychische Gesundheit erfahren möchten. Er ersetzt keine professionelle Behandlung, kann aber wesentlich dazu beitragen, dass psychisch Erkrankte ein Gemeinde-Umfeld erleben, in dem sie gut aufgehoben sind und das ihre Genesung fördert.

Jeder, der Erfahrung in der Leitung von Kleingruppen hat, kann den Kurs durchführen – psychologische oder therapeutische Vorkenntnisse oder Qualifikationen sind keine erforderlich. Es genügt die Bereitschaft, einen geschützten Gesprächs- und Lernraum zu schaffen. Der Kurs, bestehend aus Kursbuch, Filmen und Gesprächsleitfaden, steht gratis online zur Verfügung und kann nach Registrierung heruntergeladen und genutzt werden. Ein vorgängiger Besuch des Kurses mit der Kirchen- oder Gemeindeleitung ist nicht verpflichtend, wird aber empfohlen.

Zur Website:
The Sanctuary Course

Zum Thema:
Tobias Haberl: «Von Gottes Liebe überzeugt»
Die Heilkraft der Dankbarkeit: «Man kann nicht zu viel in Dankbarkeit investieren»
Gott ist Good News: Neue Studie zeigt: Glaube macht glücklicher

Datum: 22.12.2023
Autor: Reinhold Scharnowski
Quelle: Livenet

Tags
Gesundheit
Kirchen und Werke