

# Heilsame Beziehungen

## Wenn christlicher Glaube und Schematherapie sich ergänzen

Luca Hersberger

- Das erste deutschsprachige Buch über die Verbindung von Schematherapie und christlichem Glauben
- Jetzt als eBook erhältlich ([www.amazon.de](http://www.amazon.de))
- Ab Mai 2016 in Buchform beim ArteMedia-Verlag ([www.arte-media.ch](http://www.arte-media.ch))
- Mehr unter [www.heilsamebeziehungen.com](http://www.heilsamebeziehungen.com)

### Klappentext

Ein Schema ist ein unbewusster Filter, durch den wir unsere Erlebnisse wahrnehmen. Unsere Sicht auf uns selbst, auf unsere Umwelt und auf Gott wird gefärbt durch unsere Prägung, die meist noch aus der Kindheit stammt.

Dieses Buch zeigt, wie eine heilsame Verbindung von Schematherapie und christlichem Glauben aussehen kann. Die bedingungslose göttliche Vaterliebe heilt – und die schematherapeutischen Ansätze helfen, diese Liebe zu verstehen und zu erleben.

Die christlich orientierte Schematherapie von Luca Hersberger versteht es, theologische, biblische und psychologische Erkenntnisse auf eine elegante Weise zu verknüpfen, die nicht nur den Intellekt herausfordert, sondern auch ganz praktische Impulse gibt. Dieses Buch gehört meiner Meinung nach in die Hand jedes Christen, der im therapeutischen Bereich tätig ist, aber auch aller anderen, die sich dafür interessieren, wie biblische Wahrheiten und psychologische Prinzipien so zusammenwirken können, dass verletzte Herzen heil, Beziehungen wiederhergestellt, die Liebe zu Gott entfacht und Menschen frei werden können!

Dr. Gregory A. Boyd, Pastor und Buchautor

Ich bin immer auf der Suche nach innovativen Ideen an der Schnittstelle von Psychotherapie und Seelsorge. Die Schematherapie ist eine wichtige neue Entwicklung in der Verhaltenstherapie, weil sie die Brücke zu den tiefenpsychologischen Zugängen schlägt. Luca Hersberger bleibt nicht bei den psychologischen Inhalten stehen, sondern schlägt eine neue Brücke, nämlich zu spirituellen Fragen der Gottesbeziehung, als Teil einer therapeutischen Reflexion des Lebensentwurfs. Das macht dieses Buch besonders interessant und stimulierend zum Weiterdenken.

Prof. Dr. med. Samuel Pfeifer, Psychiater und langjähriger Chefarzt der Klinik Sonnenhalde, Buchautor

### Erkenntnisse aus der Geschichte und Vision

Vor rund 300 Jahren trennten sich die beiden Disziplinen Medizin und Religion. Auch die Psychotherapie setzte sich seit ihren Anfängen von der primär im Glaubenskontext stattfindenden Seelsorge, Beratung und Begleitung klar ab. Eine wachsende Anzahl von wissenschaftlichen Studien der letzten Jahre zeigt aber, dass der Glaube als unabhängiger Gesundheitsfaktor für Körper und Seele eine hohe Relevanz hat<sup>1</sup>. Neuere Psychotherapiemethoden berücksichtigen zunehmend Werte und bieten Raum für spirituelle Inhalte.

Jeffrey Young selbst, Begründer der Schematherapie, schreibt in seinem Grundlagenwerk: "Eine weitere wichtige Entwicklung war die Verbindung der Schematherapie mit Spiritualität." Von diesem nachweislich wirksamen Therapiemodell, das gut mit biblischen Grundlagen und Konzepten verbunden werden kann, profitieren immer mehr TherapeutInnen und SeelsorgerInnen.

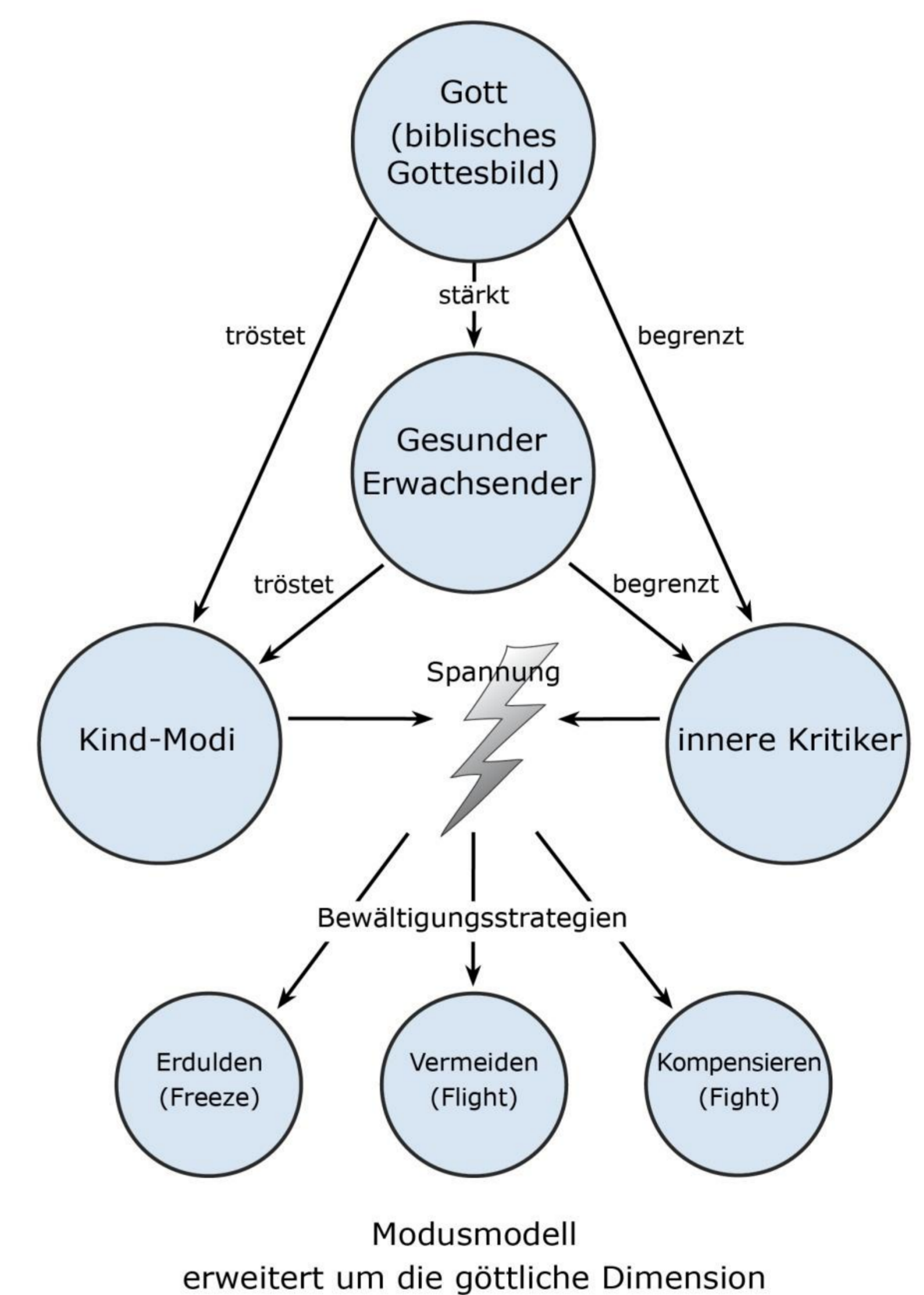
Negative (Kindheits-)Erfahrungen führen zu Lebenslügen (Schemata), die uns gefangen nehmen und unsere Sicht auf uns selbst, auf unsere Umwelt und auf Gott oft negativ einfärben. Die Schematherapie geht diese hinderlichen Lebensmuster auf ganzheitliche, emotionsfokussierte und bedürfnisorientierte Weise an.

Wie wäre es, wenn wir uns in der Beziehung zu Gott so sicher und geliebt fühlten, dass wir ganz uns selbst sein könnten und befreit wären von unseren Lebenslügen? Wenn wir das verwundete Herz unserer Nächsten hinter ihren Bewältigungsstrategien sehen könnten? Was, wenn die bedingungslose Vaterliebe Gottes auf diese Weise noch mehr Herzen befreien und heilen könnte?

Wie heilsame Beziehungen unter Menschen gelebt werden können und wie die Beziehung zu Gott als himmlische Nachbeelterung konkret erfahrbar werden kann, beschreibt uns die Bibel in vielen Facetten. Einige davon werden in "Heilsame Beziehungen - Wenn christlicher Glaube und Schematherapie sich ergänzen" ausgeführt.

Ziel dieses Buches ist es, einen Therapieansatz mit seinen wirkungsvollen Methoden und den Glauben mit seinen hilfreichen Wahrheiten wieder zu verbinden.

(1) Koenig, Harold G., Michael E. McCullough, and David B. Larson. *Handbook of Religion and Health*. Oxford: Oxford UP, 2001.



### Theologie und Psychotherapie - seelenverwandte Disziplinen?

Sowohl in der Psychotherapie wie auch im christlichen Glauben geht es primär um Beziehung. Young pflegt zu sagen, dass sich Schemata im Laufe des Lebens eher stärker ausprägen, ausser man profitiert von einer heilsamen Beziehung; mit einem liebevollen Ehepartner, einem treuen Freund, einem guten Therapeuten - oder Gott.

Jesus fasst im wichtigsten Gebot den Kern des christlichen Glaubens zusammen: Liebe Gott und deinen Nächsten wie Dich selbst - heilsame Beziehungen in jeder Dimension. Dabei ist der Ursprung der Liebe bei Gott zu finden. Gott selbst ist Liebe und wir lieben ihn, weil er uns zuerst geliebt hat.

### Über den Autor

Dr. med. Luca Hersberger ist verheiratet, Vater von vier Kindern und lebt mit seiner Familie im Gemeinschaftshaus Moosrain ([www.moosrain.net](http://www.moosrain.net)). Er arbeitet als Arzt und Psychotherapeut in der Sonnenhalde in Riehen, einer psychiatrischen Klinik mit christlicher Grundhaltung. Er hat die grosse Leidenschaft, sein Leben und seine Tätigkeit mit dem christlichen Glauben zu verbinden und sich den damit einhergehenden Fragen aufrichtig und offen zu stellen.