

Ergebnisse der Seelsorgestudie

Pressekonferenz in der Katholischen Akademie Berlin 17.4.2015

(Langform)

Die Seelsorgestudie gliedert sich in einen quantitativen und in einen qualitativen Teil. An der quantitativen Studie nahmen in den Jahren 2012 bis 2014 ca. 8600 Seelsorgende teil (davon ca. 4200 Priester) aus 22 von 27 römisch-katholischen Diözesen sowie aus Ordensgemeinschaften. Wir unterscheiden als Berufsgruppen Gemeindeferent/innen, Pastoralreferent/innen, Ständige Diakone und Priester. Die Teilnahmequote beträgt ca. 42%. Die Angabe von statistischen Werten sagt im Folgenden nichts über jeweilige Einzelfälle aus, sondern über Häufigkeiten, Wahrscheinlichkeiten und Häufigkeits-Konstellationen von Variablen.

Die qualitative Studie ist noch nicht abgeschlossen. Sie ist lebensgeschichtlich-psychodynamisch orientiert; sie wird die quantitative Untersuchung vertiefen und um Aspekte von Bindung und sozialen Beziehungen ergänzen.

I. Lebenszufriedenheit von Seelsorgenden

Die Lebenszufriedenheit der in der Seelsorge Tätigen ist höher als in der Durchschnittsbevölkerung. Sie ist vergleichbar mit der von Menschen in anderen akademischen Berufen.

Wesentlich zur Lebenszufriedenheit tragen bei: die Zufriedenheit und die Identifikation mit der Tätigkeit, die Zufriedenheit mit der Partnerschaft (Laien) bzw. mit der zölibatären Lebensform (Priester), ein unterstützendes soziales Umfeld, eine gute Gesundheit, positive spirituelle Erfahrungen. Die Lebenszufriedenheit hängt - wie auch in der Allgemeinbevölkerung - mit dem Alter zusammen. Die Ältesten sind am zufriedensten, die mittleren Altersgruppen am wenigsten zufrieden, die jungen Seelsorgenden liegen in der Mitte.

II. Salutogenese und Persönlichkeit – oder: Was hilft Seelsorgenden, gesund zu sein, zu bleiben, zu werden?

Die forschungsleitende Hauptfrage, wie es Priestern und anderen Seelsorgerinnen und Seelsorgern geht, ist eng verbunden mit der Frage danach, was ihnen hilft, gesund zu sein, zu bleiben oder wieder gesund zu werden. Aron Antonovsky prägte in diesem Sinn das Konzept der Salutogenese und stellte das sog. **Kohärenzgefühl** in ihr Zentrum. Es erfasst, inwieweit die Befragten ihr Leben und ihre Umwelt als verstehbar erleben, die Anforderungen als bewältigbar und ihr Engagement als lohnend, bedeutsam und sinnvoll. Es liegt nahe, hiermit Fragen von Lebenszufriedenheit (I.) und Spiritualität (VI.) in Verbindung zu sehen.

In welchem Zusammenhang stehen diese Aspekte mit wichtigen Persönlichkeitsfaktoren, v.a. den sog. Big Five der Persönlichkeitspsychologie? Persönlichkeitspsychologie untersucht die

überdauernden, *nichtpathologischen*, verhaltensrelevanten individuellen Besonderheiten von Menschen in einer bestimmten Bevölkerungsgruppe.

1. Kohärenzgefühl: Alle vier Berufsgruppen liegen im Normalbereich und sehr nahe am Mittelwert der Gesamtbevölkerung.

Unter den Berufsgruppen zeigen die Priester *durchschnittlich* ein niedrigeres Kohärenzgefühl als die anderen Berufsgruppen, mit deutlichstem Abstand zu den Diakonen und Pastoralreferent(inn)en. Spiritualität (ausgedrückt als Wahrnehmung der Transzendenz im täglichen Leben) und Kohärenzsinn stehen bei allen vier Seelsorger-Gruppen in einem schwachen Zusammenhang. Die Lebenszufriedenheit steht insgesamt in einem mittelstarken Zusammenhang mit dem Kohärenzsinn über alle Gruppen.

2. Alle vier Berufsgruppen weichen vom Mittelwert der Gesamtbevölkerung als deutlich offener und als weniger gewissenhaft ab.

Die durchschnittlichen Ausprägungen der Big Five (Neurotizismus, Extraversion, Offenheit für Erfahrungen, Gewissenhaftigkeit und Verträglichkeit) sind in allen vier Berufsgruppen im Normalbereich der Gesamtbevölkerung. Im Vergleich der vier Berufsgruppen untereinander sind die Priester *durchschnittlich* weniger extravertiert, emotional labiler und weniger verträglich als die anderen Berufsgruppen.

3. Alle fünf Persönlichkeitsfaktoren korrelieren mit dem empfundenen Kohärenzsinn.

Besonders fällt das Zusammenspiel von Neurotizismus und Kohärenzsinn auf. Neurotizismus erfasst die Anpassungsfähigkeit versus emotionale Labilität. In unserer Studie zeigt sich: Je höher die emotionale Labilität, desto geringer ist der Kohärenzsinn und umgekehrt (deutliche negative Korrelation).

4. Es zeigten sich keine relevanten Zusammenhänge zwischen diesen fünf Persönlichkeitsfaktoren und Aspekten der Spiritualität

Es fallen also nicht bestimmte „Typen“ als mehr oder weniger „spirituell“ auf. Allerdings korreliert Neurotizismus – wie erwartbar – moderat mit Phasen der geistlichen Trockenheit sowie schwach mit geringer Wahrnehmung des Transzendenten im Leben (über alle Seelsorger-Gruppen).

5. Salutogenetisch sind die weiteren Variablen der Selbstwirksamkeit und Resilienz von Bedeutung. Auch hier bewegen sich die Mittelwerte der Berufsgruppen im Normalbereich der Gesamtbevölkerung.

Die Konstellationen von Kohärenzgefühl, Selbstwirksamkeit und Resilienz lassen sich in vier Gruppen (Cluster) zusammenschließen, die als Ressourcenprofile der Seelsorgenden auf das Engagement, auf die Bewältigung von Belastungen, auf die psychosomatische Gesundheit und auf die Eignung für verschiedene seelsorgliche Aufgaben schließen lassen (s.u.).

- a. Personen im Ressourcenprofil 1 haben sehr gute Ressourcen und bewältigen ihre Aufgaben meist problemlos. Diesem Profil gehören ca. 33% der Seelsorger/innen an.
- b. Personen im Ressourcenprofil 2 haben „normale“ Ressourcen (ca. 28% der Seelsorgenden)
- c. Personen im Ressourcenprofil 3 haben eine erhöhte Stressbelastung und eine leichte Burnout-Gefährdung (ca. 25% der Seelsorgenden.).

- d. Personen im Ressourcenprofil 4 haben unterdurchschnittliche Ressourcen. Sie erleben Überforderung bei der Arbeit; ihre Gesundheitsbelastung und Burnout-Gefährdung sind erhöht (ca. 14% der Seelsorgenden).

III. Lebens- und Arbeitswelt von Seelsorgerinnen und Seelsorgern

6. **Die Zufriedenheit mit der Tätigkeit in der Seelsorge ist leicht höher als die Arbeitszufriedenheit in der Allgemeinbevölkerung.**

Mehr als die Hälfte der Zufriedenheit mit der Tätigkeit hängt ab von der Anerkennung/Wertschätzung, von der Qualität des Vorgesetzten, der Autonomie bei der Arbeit, einem visionären Team und dem Organisationsklima. Arbeits- und Lebenszufriedenheit sind bei Seelsorgenden stärker miteinander verbunden als in der Normalbevölkerung. Wichtig ist: Die Seelsorge hat eine sehr hohe Bedeutung für das Leben der Seelsorgenden.

7. **Das Engagement von Priestern und Laien in der Seelsorge ist vergleichbar mit dem beruflichen Einsatz von Menschen in anderen Berufsfeldern.**

Der zentrale motivationale Faktor für das Engagement im Dienst ist die eigene Spiritualität. Es kommen hinzu ein gutes Gefühl der Selbstwirksamkeit, der Kohärenz und ein positives Teamklima. Die Wahrnehmung des Transzendenten im täglichen Leben schützt nicht vor Burnout. Dafür sind gute Arbeitsbedingungen entscheidender. Hingabe in der Seelsorge entsteht durch „Motivation von innen“ und nicht durch „Anreize von außen“.

8. **Burnout-Symptome unter Seelsorgenden sind eher niedriger als in vergleichbaren Berufsgruppen wie z.B. bei Ärzten, Lehrern oder Sozialarbeitern.**

Wenn Burnout entsteht, spielen sowohl äußere Faktoren des Arbeitsfeldes (hohe Arbeitsbelastung, fehlende Autonomie) als auch fehlende persönliche Ressourcen zur Belastungsbewältigung eine Rolle (niedriges Kohärenzgefühl, niedrige Resilienz, fehlende Distanzierungsfähigkeit). Sehr hohe Burnout-Scores finden sich bei ca. 1-3% der Seelsorgenden; ein im Vergleich erhöhtes Risiko bei weiteren 3-5%.

9. **Die Tätigkeitsfelder und -bedingungen haben Auswirkungen auf das Engagement, die Zufriedenheit und die Gesundheit der Seelsorgenden.**

In der Territorialeseelsorge Tätige empfinden eine deutlich höhere Arbeitsbelastung als Seelsorgende in kategorialen Tätigkeitsfeldern, z.B. in Krankenhaus-, Gefängnis-, Militärseelsorge. Eine große Gruppe Seelsorgender profitiert von einem ausgewogenen Verhältnis von Anstrengung und Anerkennung. Unter einem Anerkennungsdefizit leiden 13% der Personen. Während die Seelsorgenden mit ihrer Tätigkeit eher zufrieden sind, sind sie eher unzufrieden mit der Kirche als Organisation (Strukturen und Leitung). Das Organisationsklima wird eher kritisch beurteilt. Die Beurteilung der Zukunftsstrategien und die Prioritätensetzung durch die Diözesanleitungen liegen unter dem Skalenmittelwert. Aber: Die Größe der pastoralen Einheit (Pfarrei/Pfarreienvorstand) hat *keine* Konsequenzen auf die Belastung, die Gesundheit und die Zufriedenheit der Mitarbeiter.

10. **Das Wohn- und Lebensumfeld steht in Zusammenhang mit dem Wohlergehen.**

Unfreiwillig alleinlebende und/oder alleinerziehende (weibliche) Seelsorgende haben die niedrigste Lebenszufriedenheit.

Priester, die eine der verschiedenen Formen gemeinschaftlichen Wohnens/Lebens pflegen (Priester-Wohngemeinschaft, WG mit Haushälterin, Wohngemeinschaft mit anderen Personen usw.), haben bessere Werte als allein lebende Priester in folgenden Bereichen: höhere Lebens- und Arbeitszufriedenheit, höhere Identifikation mit dem Priestertum und dem Zölibat, niedrigere Stress- und Gesundheitsbelastung.

IV. Psychosomatische Gesundheit

11. **Die psychosomatische Belastung (Angst, Depression, Somatisierung) ist bei Priestern höher als bei den anderen Seelsorgenden.**

Priester haben mit 24% deutlich erhöhte Indikatorwerte, Diakone 17%, PR 16%, GR 20%; nur Pfarrvikare 39%; Priester in kategorialen und besonderen Diensten 16%. Priester und andere männliche Seelsorger klagen vergleichsweise mehr über depressive Symptome, während ängstliche Beschwerden bei Seelsorgerinnen häufiger sind. Außerdem ist die gesundheitliche Belastung in der territorialen Seelsorge höher als in der kategorialen.

12. **Insgesamt sind psychosomatische Belastungen eher höher, wenn die Selbstwirksamkeitserwartung niedriger ist.**

Wenn jemand das Gefühl hat: „Ich schaffe es nicht!“, ist die Wahrscheinlichkeit höher, dass er psychosomatische Belastungen zeigt (moderater Zusammenhang).

13. **Psychosomatische Belastungen werden am ehesten vorhergesagt durch Stresserleben, Selbstwirksamkeit und (geringe) Lebenszufriedenheit.**

14. **Andererseits wird das Stresserleben am besten vorhergesagt durch Ängstlichkeit und mangelnde Selbstwirksamkeitserwartung sowie Depressivität, geringere Lebenszufriedenheit und geistliche Trockenheit im Sinne einer spirituellen Krise.**

15. **Externale Stressoren (z.B. Zahl der innerhalb eines Pfarrverbandes betreuten Gemeinden) haben im untersuchten Regressionsmodell für die psychosomatische Gesundheit eine geringere Bedeutung als internale (z.B. Stress-Empfinden, Lebenszufriedenheit und geistliche Trockenheit).**

Dennoch kann die Art und Weise, wie äußere Strukturbedingungen besprochen und verändert werden, die Arbeits- und Lebensbedingungen von Teams und Einzelnen beeinflussen. Für die psychosomatische Gesundheit der Seelsorgenden kommt es auf die Optimierung internaler Ressourcen bzw. auf den Abbau internaler Stressoren in der jeweiligen äußeren Umgebung an.

V. Soziale Beziehungen – Intimität – Sexualität

16. **Soziale Beziehungen werden häufig als Ressourcen genutzt.**

Neben einer überdurchschnittlich hohen subjektiv empfundenen sozialen Unterstützung und häufigen Nennung von Freundschaften wird das häufige Erleben von (platonischer) „Liebe“ berichtet. Die Mittelwerte der unterschiedlichen Berufsgruppen sind ähnlich. Bei den Priestern fällt jedoch eine hohe Varianz (Streuung) auf; d.h., die Erfahrung mit zwischenmenschlicher Innigkeit ist innerhalb der Gruppe der Priester extrem heterogen. Ähnliches gilt für die Bewertung von Sexualität und die Häufigkeit sexueller Probleme: Die Mittelwerte fallen in allen Gruppen unauffällig aus. Bei den Priestern ist jedoch eine weniger positive Einschätzung von Sexualität und eine häufigere Nennung von Problemen zu verzeichnen und es fallen Extremwerte auf, beispielsweise bezüglich der Akzeptanz der eigenen sexuellen Orientierung.

17. Die Seelsorgenden berichten, nur selten *Einsamkeitsgefühle* zu haben.

Die Berufsgruppen unterscheiden sich nicht nennenswert hinsichtlich *sozialer Einsamkeit*, hingegen deutlich bei der *emotionalen Einsamkeit*: Priester erleben häufiger emotionale Einsamkeit (im Sinne der Abwesenheit einer innigen dauerhaften Beziehung zu einem anderen Menschen) als alle anderen Berufsgruppen. Die Priester geben allerdings auch seltener als die anderen Berufsgruppen an, Menschen zur Befriedigung ihrer Bedürfnisse zu brauchen.

18. Etwa zwei Drittel der Priester, die sich zum *Zölibat* geäußert haben, berichten positive Einstellungen und Erfahrungen damit.

Andererseits: Ein Drittel der Priester gibt explizit an, dass sich der Zölibat belastend auf ihren Dienst auswirkt und beurteilt den Zölibat nicht als „alles in allem positiv“. Ein Viertel würde sich nicht wieder für die zölibatäre Lebensform entscheiden und ein weiteres Viertel ist diesbezüglich unentschlossen. Nur etwa die Hälfte der Priester würde sich also wieder dafür entscheiden. 12,5% werden nach eigenen Angaben nicht oder nicht gut mit den sich aus dem Zölibat ergebenden Problemen fertig. Die Ausbildung wird diesbezüglich nur von 27,6% als hilfreich bewertet. Die zum Zölibat positiv Eingestellten unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Lebenszufriedenheit deutlich von dem anderen Drittel der Priester. Als besondere Herausforderung betrachtet jeweils über die Hälfte der Priester den Verzicht auf genitale Sexualität, körperliche Intimität, partnerschaftliche Bindung sowie eigene Kinder.

19. Priester verfügen über *geringere interpersonelle Ressourcen* als andere Seelsorgsberufe.

Innerhalb der Gruppe der Priester gibt es eine nicht zu vernachlässigende Risikogruppe, die in diesem Bereich belastet ist. Der Umgang mit dem Zölibat erweist sich als maßgeblich für die Lebenszufriedenheit und somit auch für die seelische Gesundheit der Priester.

VI. Persönliche Spiritualität: Ressourcen und Krisen

20. Neben Gebetsformen, die eng mit dem Priesterberuf verbunden sind (z.B. Stundengebet, Messfeier) ist das persönliche Gebet für alle Seelsorgenden bedeutsam.

58% der Priester, 66% der Diakone, 56% der Pastoralassistenten und 63% der Gemeindeferenten beten täglich oder auch mehrmals am Tag. Diese Frequenzen des Gebetes unterscheiden sich nicht zwischen den Berufsgruppen, d.h. Priester beten zusätzlich zu ihren erwartbaren Pflichten ähnlich häufig wie andere Mitarbeiter in pastoralen Berufen. Die Beichte scheint jedoch an Bedeutung zu verlieren, nicht nur bei

den Laien: 54% der Priester gehen nur jährlich (oder seltener statt häufiger) zur Beichte, dies gilt auch für 70% der Diakone, 88% der Gemeindeferenten und 91% der Pastoralassistenten.

21. Innerhalb der Spiritualität gibt es eine gestufte Bedeutsamkeit.

Als besonders bedeutsam gelten prosoziale Aktivitäten (z.B. Rücksicht auf die Bedürfnisse anderer nehmen; in Gedanken bei Menschen in Not sein; sich für Gerechtigkeit einsetzen und Gutes tun sowie anderen Menschen aktiv helfen). Diese werden insbesondere von Diakonen als sehr wichtig angesehen, ebenso Ehrfurcht und Dankbarkeit, in etwas geringerem Ausmaß auch existentielles Suchen nach Sinn und Bedeutung und schließlich die zu erwartenden Formen der konventionellen religiösen Praxis. An östlichen Religionstraditionen orientierte Praktiken haben für die Seelsorgenden hingegen keine große Bedeutung - obschon es auch hier eine kleine Gruppe von Seelsorgenden gibt, die diese als bedeutsam für sich einschätzen (2-8%).

22. Zusammenhänge zwischen spirituellem Tun und zugeschriebener Wichtigkeit:

Es zeigen sich moderate Zusammenhänge zwischen der empfundenen Bedeutsamkeit religiösen Tuns und der Ausübungsfrequenz der religiösen Praxis (vornehmlich in Bezug zum privaten Gebet, dem Stundengebet und der Beichte). Hingegen findet sich kein Zusammenhang zwischen der individuellen spirituellen Ausübungspraxis und der Wichtigkeit der auf andere ausgerichteten (prosozialen) Aktivitäten oder gar mit Ehrfurcht und Dankbarkeit, die zumeist mit religiösem Er-/Leben assoziiert ist.

23. Ehrfurcht und Dankbarkeit sowie die Wahrnehmung des Transzendenten im Leben gehen mit Lebenszufriedenheit einher.

Dieser Zusammenhang ist deutlicher als jener der funktionell-religiösen Praxis mit der Lebenszufriedenheit.

24. Spiritualität hängt nicht mit der Ausprägung psychosomatischer Symptome oder Lebenszufriedenheit zusammen

Weder das religiöse Tun (Eucharistie-Feier, Stundengebet, privates Gebet, Beichte, Exerzitien) noch die empfundene Wichtigkeit verschiedener Formen der Spiritualität zeigen einen relevanten Zusammenhang mit depressiven Symptomen, Ängstlichkeit, Somatisierung und Stressempfindung auf der einen oder Selbstwirksamkeitserwartung und Lebenszufriedenheit auf der anderen Seite zusammen.

Aber: Die Wahrnehmung des alltäglicher Transzendenten im Leben sowie Ehrfurcht und Dankbarkeit zeigen einen schwachen negativen Zusammenhang mit depressiver Symptomatik und einen schwachen bzw. moderaten positiven Zusammenhang mit Selbstwirksamkeitserwartung und Lebenszufriedenheit.

Das heißt: Weniger das religiöse Tun als das (innerliche) Empfinden des Transzendenten ist hier bedeutsam!

25. Spirituelle Krisen äußern sich als Phasen „geistlicher Trockenheit“.

Bei einer Teilstichprobe von 3.824 Priestern trat geistliche Trockenheit bei 46% gelegentlich auf, oft oder regelmäßig bei 12%. Das explizite Gefühl, dass Gott einem fern sei oder einen sogar verlassen hätte, wurde nur bei 2-4% als oft bzw. regelmäßig beschrieben (als gar nicht auftretend von 57% bzw. 43%).

Als wichtigste die geistliche Trockenheit verstärkende Faktoren konnte die mangelnde Wahrnehmung des Transzendenten im täglichen Leben und ein geringes Kohärenzgefühl identifiziert werden sowie depressive Symptome und emotionale Erschöpfung (die zusammen 46% der Varianz für „geistlichen Trockenheit“ erklären). Zusätzlich bedeutsam sind die Unfähigkeit alleine zu sein, Ängstlichkeit sowie geringe persönliche Leistungsfähigkeit im Sinne des Burnouts. Das Vorhandensein sozialer Netzwerke, Persönlichkeitsfaktoren oder die Selbstwirksamkeitserwartung hatten keinen signifikanten (schützenden) Einfluss auf das Erleben dieser spirituellen Krisen.

Es sind also vornehmlich „innere Faktoren“, die solche spirituellen Krisen entweder mit bedingen oder sie verstärken.