

Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie

Hrsg.: Dieter Schwartz & Nils Spitzer

Originalia

Religion und seelische Gesundheit bei Albert Ellis

Hans-Arved Willberg

Die rational-emotive Verhaltenstherapie
als unterstützende Metatheorie
im hilfreichen Umgang mit Feedback

Kristin Behnke

Demandingness (DEM) / Absolutistisches Fordern

Nils Spitzer

ZREKVT 2015

Die Zeitschrift für Rational-Emotive & Kognitive Verhaltenstherapie (ZREKVT) hat es sich zur Aufgabe gemacht, ein informelles Forum für Fortentwicklung, Weiterverbreitung und kritische Diskussion der Rational-Emotiven Verhaltenstherapie (REVT) und verwandter kognitiv-behavioraler Therapieverfahren darzustellen.

Wir begrüßen Artikel und Beiträge aus folgenden Bereichen: Theoretische Arbeiten, Übersichtsartikel, experimentelle Studien, Beispiele für die Umsetzung von REVT-Prinzipien in die klinische Praxis, Falldarstellungen, Hinweise auf die Therapieformen, Hinweise auf laufende Projekte, Buchbesprechungen, Mitteilungen sowie Vorschläge und Anregungen zu den angesprochenen Themenbereichen (auf Datenträger oder per E-Mail-Anhang in der von uns zuvor anzufordernden Layout-Maske).

Redaktionsanschrift

Nils Spitzer, Feuerbachstr. 9, 45147 Essen, nspitzer@aol.com

Dieter Schwartz, Müllersweg 14, 97249 Eisingen, T/F 093 06 / 3298

E-Mail: direkt@ret-revt.de

Internet: www.ret-revt.de

Begründer und Herausgeber seit 1990

Dieter Schwartz, *Deutsches Institut für Rational-Emotive &*

Kognitiv-behaviorale Therapie (DIREKT) e. V., Affiliated REBT Training

Center of the *Albert Ellis Institute* for Rational Emotive Behavior Therapy

Mitherausgeber seit 2010

Nils Spitzer, Private Praxis, Gartenstr. 2, 45968 Gladbeck

Editorial Board

Ray DiGiuseppe, Ph.D., Professor, St. John's University,

Albert Ellis Institute, N.Y., USA

Dr. Burkhard Hoellen, Universität Saarbrücken, Private Praxis, Merzig,
Saarland

Christof T. Eschenröder, Private Praxis, Bremen

Dr. Matthias Grünke, Professor, Universität zu Köln

Dr. Gisela Steins, Professorin, Universität Duisburg-Essen

Dr. Andreas Bergknapp, Professor, FH Nordhausen,
Privatdozent Universität Augsburg

Die ZREKVT erscheint einmal jährlich im Selbstverlag.

Copyright für den gesamten Inhalt bei D. Schwartz

Inhaltsverzeichnis

ZREKVT 2015 · Jahrgang 26

5 **Editorial**

Originalia

7 Religion und seelische Gesundheit bei Albert Ellis

Hans-Arved Willberg

31 Die rational-emotive Verhaltenstherapie als unterstützende Metatheorie
im hilfreichen Umgang mit Feedback *Kristin Behnke*

51 Grundlagen der REVT: Demandingness (DEM) /

Absolutistisches Fordern *Nils Spitzer*

Rezensionen

65 Rational-Emotive Verhaltenstherapie im Doppelpack

Dieter Schwartz

73 ZREKVT-Gesamtverzeichnis · Autorenbeiträge 1990 – 2015

78 **Therapeutenliste**

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

»Nun sag, wie hast du's mit der *Religion*? Du bist ein herzlich guter Mann, allein ich glaub, du hältst nicht viel davon.« Albert Ellis und die Gretchenfrage – das hat schon immer Stoff für kontroverse Diskussionen geboten. Hatte Ellis in den 1960er Jahren noch im Zuge des damaligen Booms von Aufklärung und Wissenschaftsoptimismus Religion in eine enge Beziehung zu Irrationalität und Neurose gebracht, so sind seine Einlassungen in späteren Jahrzehnten freundlicher und differenzierter ausgefallen. Hans-Arved Willberg, selbst Theologe, untersucht in seinem sehr instruktiven Artikel eingehend die Wandlungen, welche die Vorstellung von Religion und psychischer Gesundheit im Denken Ellis' über die Zeit durchlaufen hat.

Umfragen zeigen, dass religiöse Bindungen in postindustriellen Ländern zwar zurückgehen – in ärmeren Agrarländern finden 66 % der Bewohner Religion wichtig, in industriellen 33 % und in postindustriellen Ländern nur noch 20 % –, aber parallel scheint gerade in postindustriellen Ländern das stattzufinden, was manchmal als *spiritual turn* bezeichnet wird: So stieg z. B. in Kanada der Anteil der Bewohner, die angeben, sich mit Spiritualität zu beschäftigen, zwischen 1981 und 2001 von 37 % auf 52 %. *Spiritualität* also erscheint heute in der Psychologie oft als eine erwünschte Ressource des Gegenwartsmenschen, so dass manchmal schon die Rede von einer *spirituellen Intelligenz* ist, die man haben kann oder nicht. In einer solchen *positiven Spiritualität*, so nimmt etwa Martin Seligman an, finden sich die Kerntugenden aller Religionen wieder: Weisheit, Mut, Mitmenschlichkeit, Gerechtigkeit und Demut. Die sich wandelnden Einstellungen der REVT und Albert Ellis zur Religion nehmen also sehr viel vom aktuellen Zeitgeist auf.

Apropos Zeitgeist. *Kommunikationsfähigkeit* wird immer wieder zu den Leitwerten gerechnet, um die man aktuell ebenso wenig herumkommt, wie um Authentizität, Emotionalität, Engagement und Kreativität. Ausgeprägte Kommunikationskompetenz bei einer hohen Kommunikationsdichte gehört geradezu zum Ideal des postmodernen Menschen. Offen für Feedback zu sein und es differenziert auswerten können sind dabei wichtige Aspekte

dieser Kompetenz, denn eine Rückmeldung zu einer Leistung oder einem Verhalten, ist die Grundlage für Menschen, um sich in jeglichem Bereich, sei es privat oder im Beruf anzupassen und sich weiterzuentwickeln. Genau mit der Rolle, welche die REVT für solches Feedback spielen kann, beschäftigt sich eingehend der Artikel von Kristin Behnke.

Abgerundet wird die diesjährige Ausgabe der Zeitschrift zum einen durch das Lexikon der REVT-Grundbegriffe, diesmal mit einem Update zum Kernbegriff der *Demandingness* (DEM), und einer ausführlichen Rezension zweier neuer deutschsprachiger Veröffentlichungen zur REVT.

Viel Vergnügen
bei der Lektüre wünscht

Nils Spitzer