

Spiritualität und chronische Schmerzen

Zwischen Körper, Sinn und Beziehung

Dr. med. Karin Hasenfratz
Interlaken, 28. November 2025

Hausärztin, Winterthur
Wissenschaftliche Mitarbeiterin/Postdoc an der Professur für Spiritual Care, Uni Zürich
Koordinationsstelle Medizinische und Theologische Fakultäten Uni Zürich



Universität
Zürich ^{UZH}

Vorstellung(en) von Spiritual Care

... da tut sich bei mir ein grosses Loch auf... (Rheumatologe)

... Ich denke an Alternativmedizin... Handauflegen oder so etwas... (Internist im Spital)

... das Positive im Negativen finden, zusammen mit dem Patienten (Onkologe)

... (lange nichts)... ja, schon irgendwas mit Räucherstäbchen... (Sportmediziner)

... auf jeden Fall nichts Technisches. Eher verstehen und reden, übers Leben ...und
übers Ableben (Physiotherapeut)

... Sinn suchen und erschliessen mit den Patienten, das Leben ein bisschen besser
verstehen (Hausarztkollegin)

Inhalt

Was ist Spiritual Care?

Warum sollen wir spirituelle Aspekte bei der Behandlung von Schmerzen einbeziehen?

Wie kann die spirituelle Dimension in die Behandlung chronischer Schmerzen integriert werden?



Universität
Zürich ^{UZH}

„Ich weiss, dass es die Arthrose ist –
aber manchmal habe ich das Gefühl,
die ganze Last meines Lebens sitzt mir im Nacken.“

Patientin, 62 Jahre



Universität
Zürich ^{UZH}

Chronische Schmerzen sind mehr als ein körperliches Phänomen. Sie berühren:

- Biografie
- Identität
- Sinn und Hoffnung

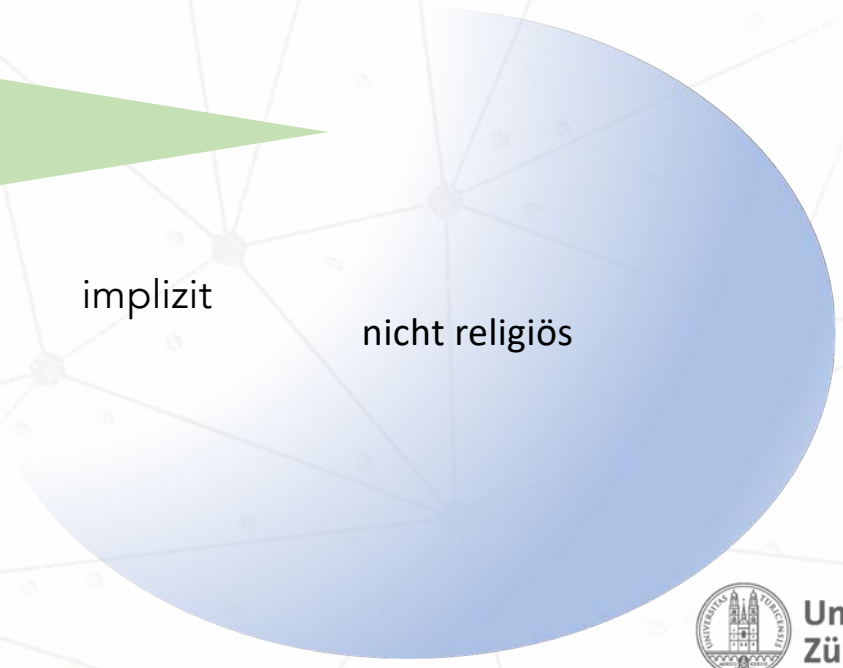
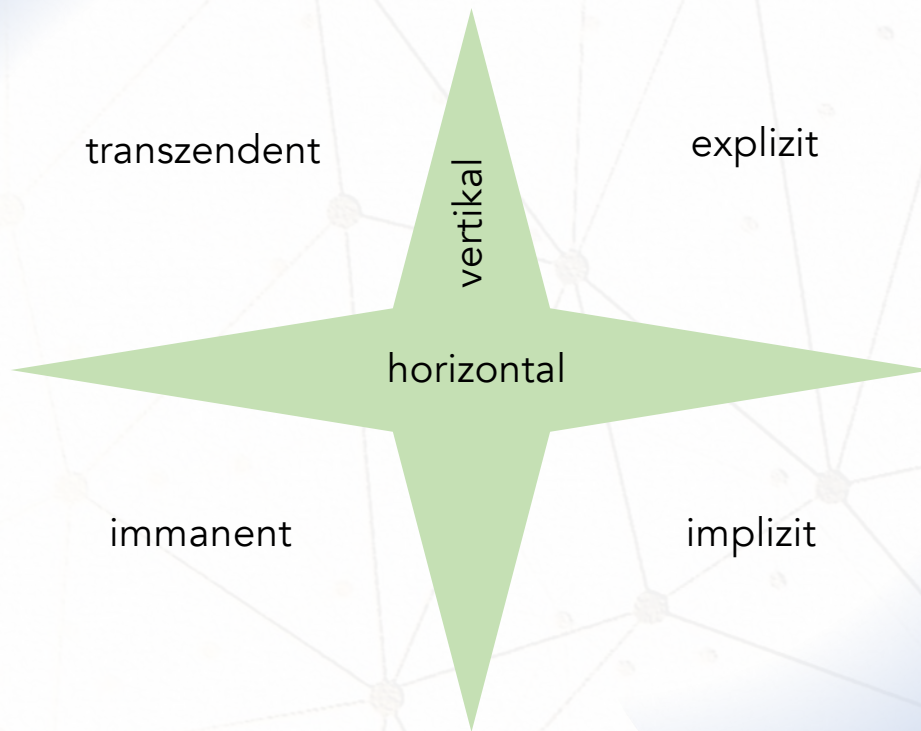
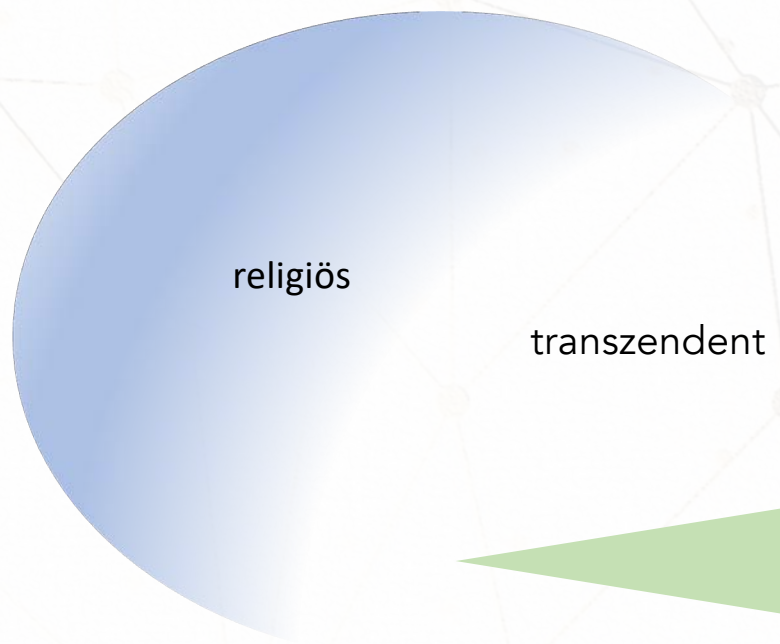


Was ist Spiritual Care?

„Als ‹spirituell› gelten sinnstiftende **Erfahrungen, Einstellungen und Praktiken**, die eine Person mit dem verbinden, was ihr Leben trägt und inspiriert. Sie können **religiöser** wie **nicht-religiöser** Art sein.“

Quelle: NFP 74 – Spiritual Care and Chronic Pain
orientiert sich an der Definition der Leitlinie „Spiritual Care in Palliative Care“

Spiritual Care ist der bewusste, evidenzbasierte und transprofessionelle Einbezug spirituelle Aspekte, wo sie im medizinischen Bereich relevant sind und wo es vom Patienten oder der Patientin gewünscht wird.

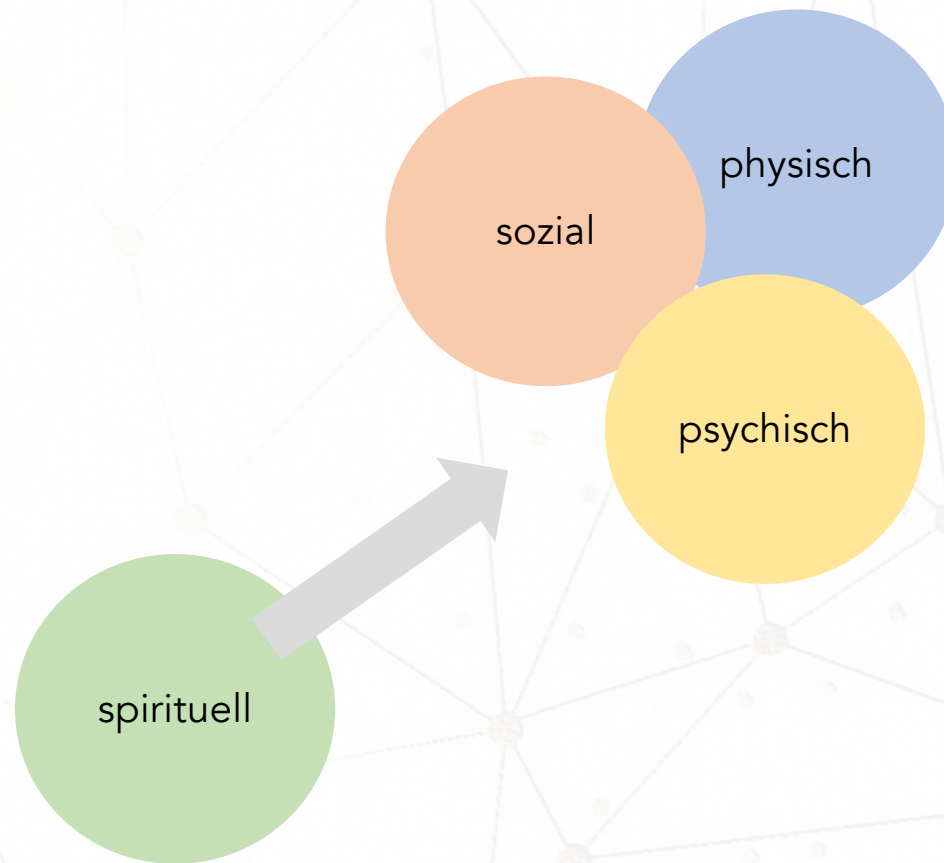


Quelle: eigenes Bild



Universität
Zürich^{UZH}

Modell

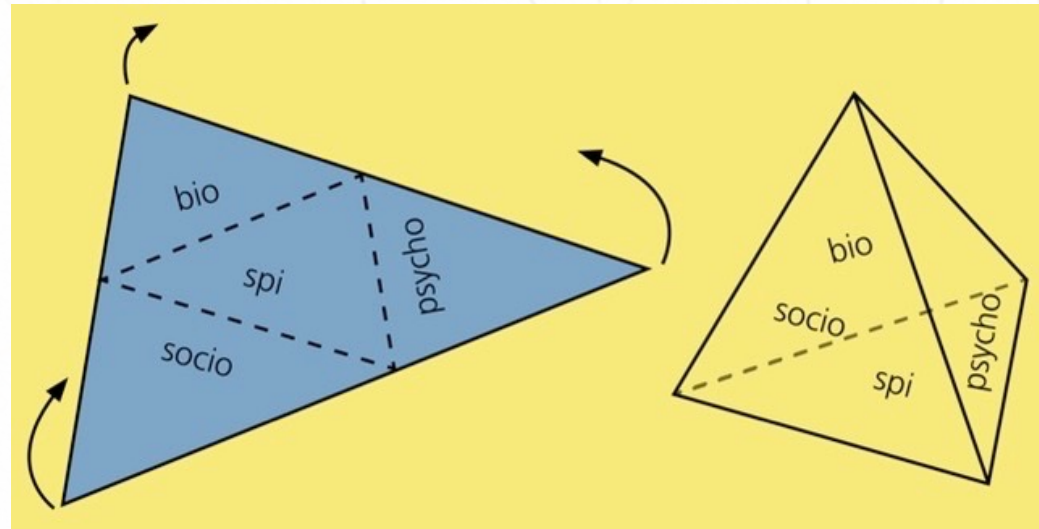


Quelle: eigenes Bild



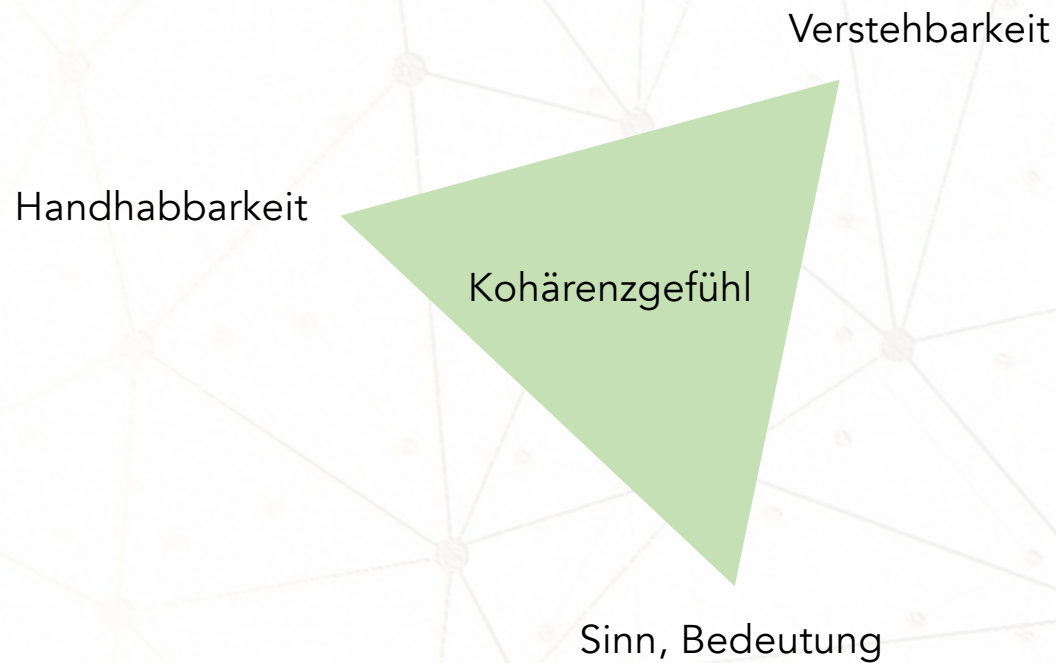
Universität
Zürich ^{UZH}

3 D Modell



Quell: Bigorio Leitlinien Palliative Care

Warum Spiritual Care bei Schmerzen?



Quelle: eigenes Bild, Salutogenes nach Antonovsky

Evidenzlage

Spiritualität korreliert mit

- höherer Lebensqualität
- höherer Schmerztoleranz
- mehr Selbstwirksamkeit

Dezutter, J., Wachholtz, A., & Corveleyn, J. (2011). Prayer and pain: The mediating role of positive re-appraisal. *Journal of Behavioral Medicine*, 34(6), 542–549.

<https://doi.org/10.1007/s10865-011-9348-2>

Sollgruber, A., Bornemann-Cimenti, H., Szilagyi, I.-S., & Sandner-Kiesling, A. (2018). Spirituality in pain medicine: A randomized experiment of pain perception, heart rate and religious spiritual well-being by using a single session meditation methodology. *PloS One*, 13(9), e0203336.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0203336>

Wachholtz, A. B., & Pargament, K. I. (2005). Is Spirituality a Critical Ingredient of Meditation? Comparing the Effects of Spiritual Meditation, Secular Meditation, and Relaxation on Spiritual, Psychological, Cardiac, and Pain Outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, 28(4), 369–384.

<https://doi.org/10.1007/s10865-005-9008-5>

Wachholtz, A. B., Pearce, M. J., & Koenig, H. (2007). Exploring the Relationship between Spirituality, Coping, and Pain. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(4), 311–318.

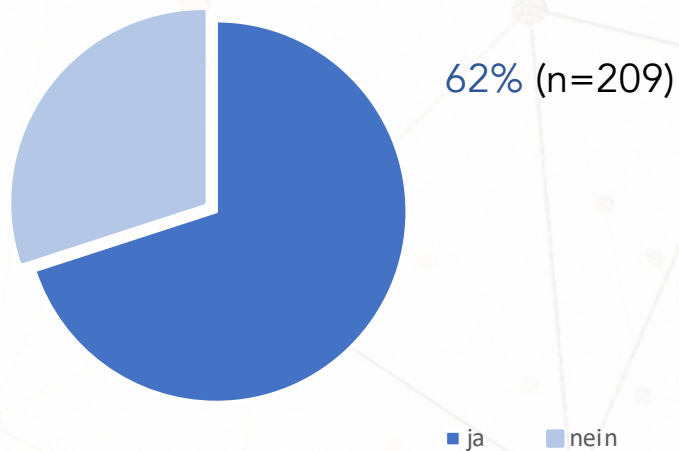
<https://doi.org/10.1007/s10865-007-9114-7>



Universität
Zürich ^{UZH}

NFP-74: Spirituelle Dimension chronischer Schmerzen

Wunsch nach Einbezug der spirituellen Dimension



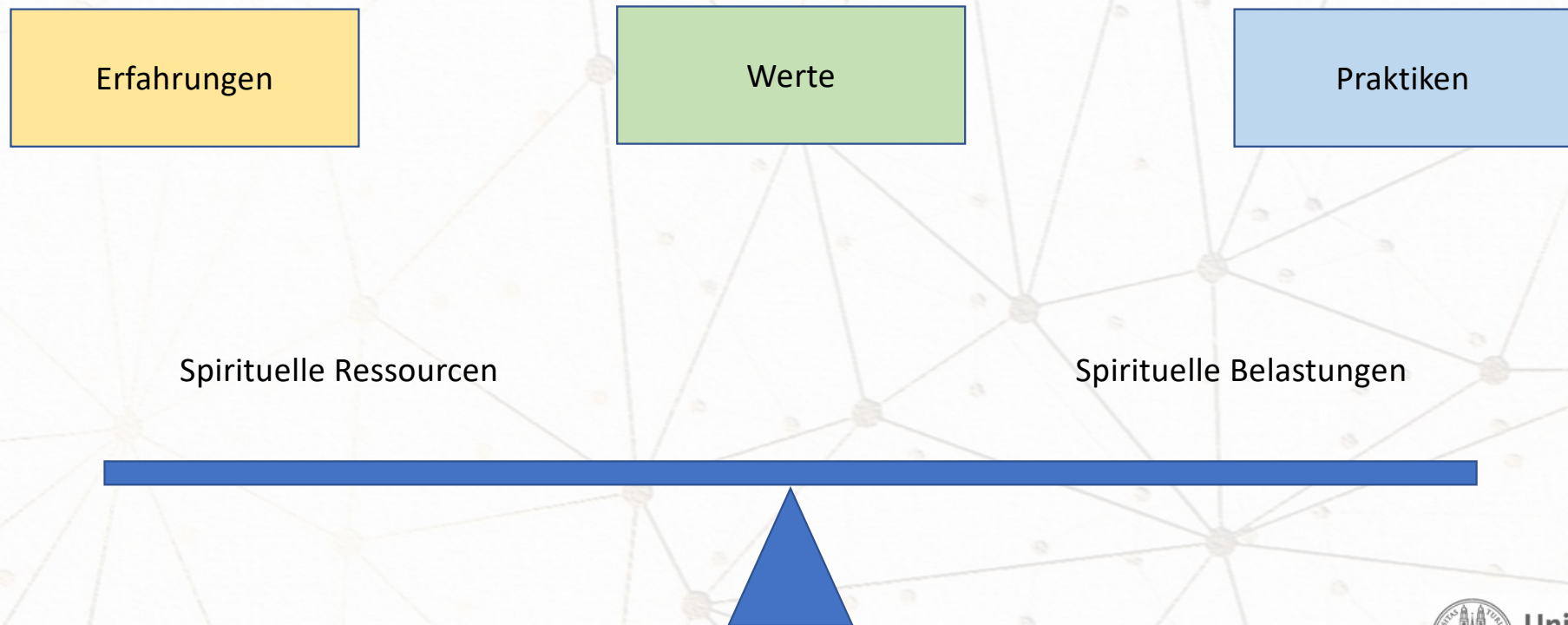
- Jünger
- Höheres Bildungsniveau
- Stärkere Schmerzen
- Vorhandene spirituelle Ressourcen
- Keine Unterschiede für Konfessionen/Religionszugeh.

Hasenfratz et al. (2021): Do Chronic Pain Patients Wish Spiritual Aspects to Be Integrated in Their Medical Treatment? A Cross-Sectional Study of Multiple Facilities. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.685158>

The background of the slide is a light gray with a subtle, abstract pattern. It consists of a network of thin, light gray lines connecting various nodes. Some nodes are represented by small, solid circles in shades of gray, yellow, and orange. Other nodes are represented by small, faint, semi-transparent circles. The overall effect is a complex, interconnected web of points and lines, suggesting a network or a system of relationships.

Wie kann die spirituelle Dimension in die Behandlung chronischer Schmerzen integriert werden?

Wie kann die spirituelle Dimension in die Behandlung chronischer Schmerzen integriert werden?



Quelle: eigenes Bild

Leit- faden

zur **Integration
spiritueller Aspekte
in die multimodale
Schmerztherapie**

Pocketcard

Ziele und Leitkonzept

Im Zentrum steht die Wahrnehmung des Menschen in seiner Ganzheit. Für viele Menschen, die unter chronischen Schmerzen leiden, sind spirituelle Themen von Bedeutung. Dieser Leitfaden soll helfen, diese Themen im Hinblick auf ihre therapeutische Bedeutsamkeit anzusprechen. Im Sinne des ressourcenorientierten multimodalen Ansatzes liegt der Hauptfokus dieses Leitfadens auf den Ressourcen und deren Stärkung.

Als «spirituell» gelten sinnstiftende Erfahrungen, Einstellungen und Praktiken, die eine Person mit dem verbinden, was ihr Leben trägt und inspiriert. Sie können religiöser wie nicht-religiöser Art sein.

Januar 2023

Gesprächseinstieg und Exploration

Indirekter Einstieg

Häufig ergibt sich die Gelegenheit, über andere Themen die spirituelle Dimension im Umgang mit der Erkrankung anzusprechen.

... über allgemeine Ressourcen (Seite 10):

... über Symbolsprache

... über Krankheitskonzepte (Seite 14):

Direkter Einstieg

Spirituelle Ressourcen (Seite 13):



www.spiritualcare-leitfaden.ch

Perrin, J., Hasenfratz, K., Peng-Keller, S., Rufer, M., & Naef, R. (2025). Developing a best practice guide for integrating spiritual care interventions in chronic pain therapy: A qualitative Delphi study. *Frontiers in Pain Research, Volume 6-2025*. <https://doi.org/10.3389/fpain.2025.1682702>

„Ich weiss, dass es die Arthrose ist –
aber manchmal habe ich das Gefühl,
die ganze Last meines Lebens sitzt mir im Nacken.“

Patientin, 62 Jahre



Universität
Zürich ^{UZH}

Fazit

Viele Menschen mit chronischen Schmerzen wünschen sich, mit uns auch über spirituelle Aspekte zu sprechen.

Das Konzept spiritueller Ressourcen und spiritueller Belastungen kann eine hilfreiche Orientierung sein.

Spiritual Care – wir tun es schon, oft unbewusst!



Universität
Zürich ^{UZH}



Bild: Marie Cardouat
Spiel „dixit“



Universität
Zürich ^{UZH}