

Religion macht nicht krank, sondern schützt mehr als gedacht

STUDIEN Dies haben aktuelle medizinische Studien der New Yorker Columbia-Universität ergeben.

Der Glaube schützt die Psyche. Religiöse Menschen sind beispielsweise weniger anfällig für Depressionen, selbst wenn sie erblich belastet sind. Das geht aus aktuellen medizinischen Studien – etwa an der New Yorker Columbia-Universität – hervor. Wie die Frankfurter Allgemeine Zeitung berichtet, werden damit frühere Thesen von Psychiatern widerlegt, die Religion lange Zeit als eine Ursache von Neurosen in Verdacht hatten. Inzwischen gebe es aber eine große Zahl von Untersuchungen, die gläubigen Menschen eine besonders robuste Psyche attestierten. Sie besäßen ein eher ausgeprägtes Selbstwertgefühl, während die landläufige Vermutung bestimm-

ten Glaubensrichtungen eher das Schüren von massiven Schuldgefühlen unterstelle, die das Selbstbild demolieren. Rund 80 % dieser Studien bezögen sich auf die seelische Gesundheit. Aber auch körperlich schnitten religiöse Menschen gut ab. Das werde darauf zurückgeführt, dass Glaube Sinn stifte, religiöse Rituale stabilisierten und soziale Bindungen positiv seien.

Der Glaube kann sogar das Gehirn positiv verändern

Das Forscherteam aus Psychiatern und Neurowissenschaftlern an der Columbia-Universität hatte über mehrere Jahrzehnte über 100 Personen beobachtet, von denen

ein Teil aufgrund der Familiengeschichte extrem anfällig für Depressionen war. Dabei fiel auf, dass Personen, denen ihr Glaube wichtig ist, seltener von Depressionen heimgesucht werden. Bei den Nachkommen depressiver Eltern verringerte sich das Risiko, in den nächsten zehn Jahren selbst depressiv zu werden um 90 %. Wichtig war dabei weniger, wie viele Gottesdienste die Betroffenen besuchen, als die Bedeutung, die sie dem Glauben beimessen. Bei den Gläubigen fiel auf, dass bestimmte Regionen der Hirnrinde, des Kortex, sich bei Schnittbild-Untersuchungen dicker darstellten als bei Studienteilnehmern, denen Religion nichts bedeutete. ●