

Maria-Magdalena Schmitz

Yoga im Strafvollzug

Eine theoretische und empirische Untersuchung
aus einer Desistance-orientierten Perspektive



Nomos

**Kölner Schriften
zur Kriminologie und Kriminalpolitik**

**Begründet von
Prof. Dr. Michael Walter**

**Fortgeführt von
Prof. Dr. Frank Neubacher, M. A.**

Institut für Kriminologie der Universität zu Köln

Band 22

Maria-Magdalena Schmitz

Yoga im Strafvollzug

Eine theoretische und empirische Untersuchung
aus einer Desistance-orientierten Perspektive



Nomos



Onlineversion
Nomos eLibrary

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Zugl.: Köln, Univ., Diss., 2021

ISBN 978-3-8487-8909-2 (Print)

ISBN 978-3-7489-2964-2 (ePDF)

1. Auflage 2022

© Nomos Verlagsgesellschaft, Baden-Baden 2022. Gesamtverantwortung für Druck und Herstellung bei der Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG. Alle Rechte, auch die des Nachdrucks von Auszügen, der fotomechanischen Wiedergabe und der Übersetzung, vorbehalten. Gedruckt auf alterungsbeständigem Papier.

Vorwort

Das Thema *Yoga im Strafvollzug* überrascht kriminologische Laien wie Fachleute immer noch. In den Jahren meiner Arbeit an dieser Dissertation wurde ich häufig nach der Entstehungsgeschichte dieser Themenstellung gefragt. Eine wissenschaftliche Beschäftigung mit Yoga und seiner Wirksamkeit erfolgt nach meiner Kenntnis nur durch Personen, die selbst Erfahrungen mit Yoga haben. Hierin bin ich keine Ausnahme. Yoga lernte ich während meines Auslandssemesters kennen und übte es fortan regelmäßig. Diesem intrinsischen Interesse an Yoga und meiner im kriminalwissenschaftlichen Schwerpunktstudium entwickelten Begeisterung für die Kriminologie entsprang die Frage, ob nicht auch Gefangene – und langfristig auch die Gesellschaft als Ganzes – von Yoga in Haft profitieren würden. Die wenigen vorhandenen englischsprachigen Arbeiten und die Forschungslücke in Bezug auf den deutschsprachigen Raum motivierten mich dazu, mich im Rahmen einer Doktorarbeit dieser Fragestellung zu widmen. Grundlegende Prämisse meiner wissenschaftlichen Beschäftigung mit diesem Thema war stets eine ergebnisoffene Haltung. Gleichzeitig war und ist es mein Wunsch, Voreingenommenheit dem Thema gegenüber abzubauen und eine fundierte, wissenschaftliche Diskussion zu Yoga auch in der Kriminologie und der Justizpraxis zu ermöglichen.

Dankbar bin ich in diesem Zusammenhang meinem geschätzten Doktorvater Herrn Professor Dr. Frank Neubacher M.A. besonders dafür, dass er diesen Themenvorschlag offen und interessiert annahm und es mir in jeglicher Hinsicht ermöglichte, der Fragestellung auch mit einer eigenen empirischen Studie nachzugehen. Für die finanzielle Unterstützung, ohne die die Durchführung einer solchen zeit- und kostenaufwändigen, empirischen Studie nicht möglich gewesen wäre, für die stete Gesprächs- und Hilfsbereitschaft sowie für die uneingeschränkte Unterstützung und das Vertrauen auch in schwierigen Phasen möchte ich mich herzlich bedanken. Dankbar bin ich ihm aber auch für meine Zeit als wissenschaftliche Mitarbeiterin an seinem Institut für Kriminologie der Universität zu Köln, denn die vorliegende Arbeit profitierte auch von den wertvollen Erfahrungen, die ich in anderen empirischen Projekten im Justizvollzug machen durfte.

Zu Dank verpflichtet bin ich Herrn Professor Dr. Michael Kubink nicht nur für die Erstellung des Zweitgutachtens, sondern auch für seine Unter-

Vorwort

stützung als Justizvollzugsbeauftragter des Landes Nordrhein-Westfalen. Durch seine Vermittlung konnten weitere Justizvollzugsanstalten zur Teilnahme an der Studie bewegt und damit die Durchführbarkeit der Studie gesichert werden.

Danken möchte ich ferner Herrn Professor Dr. Harald Kania für die Unterstützung bei der methodischen Konzeption der empirischen Studie sowie für hilfreiche Hinweise zu statistischen Fragen.

Für Durchsicht und wertvolle Anregungen danke ich besonders Dr. Nicole Bögelein. Ihr wie anderen ehemaligen Institutskolleginnen und -kollegen, namentlich Dr. André Ernst, Dr. Esther Bäuml, Dr. Mario Bachmann, Prof. Dr. Verena Boxberg und Sarah E. Fehrmann, bin ich für zahlreiche fruchtbare Gespräche, weiterführende Anregungen und reges Interesse an meinem Dissertationsthema dankbar. Die Vielfalt an (fachlichen) Perspektiven an einem interdisziplinär besetzten Institut habe ich sehr geschätzt und hat meine Arbeit gefördert.

Zu Erhebungsterminen, zu denen viele Teilnehmer erwartet wurden, begleiteten mich Dr. Esther Bäuml, Stefanie Winkel, Sonja Bulla oder Caren Schulte im Walde. Ihnen gebührt mein Dank für diese unverzichtbare Unterstützung bei der Datenerhebung.

Großen Dank aussprechen möchte ich ferner den nordrhein-westfälischen Justizvollzugsanstalten Heinsberg, Iserlohn, Remscheid, Schwerte und Willich I, die sich trotz stets knapper personeller Ressourcen und großer Aufgabenbelastung freiwillig an der Studie beteiligten sowie den anstaltsinternen Ansprechpartnern vor Ort, ohne deren Engagement die Erhebungen nicht möglich gewesen wären.

Eine wissenschaftliche Befragung steht und fällt mit ihren Befragten. Ganz besonderer Dank gilt daher den insgesamt 111 Inhaftierten, die dieser Studie ihre Zeit schenkten und bereitwillig Auskunft über zum Teil sehr persönliche Inhalte gaben. Ihr Vertrauen in und Interesse an dieser Studie haben mich erfreut und angespornt. Viele von ihnen trugen – ebenso wie die Yogalehrenden der teilnehmenden Anstalten – zusätzliche, hilfreiche Informationen und somit zur bestmöglichen Datenlage bei.

Zum Schluss gilt mein Dank meinen Eltern Elisabeth und Josef Koscin-ski, meiner Familie und meinen Freunden, die mich auf diesem langen Weg auf vielfältige Weise unterstützt haben. Besonderen Dank möchte ich meinem Mann Daniel Schmitz ausdrücken, der mir, neben Rat und Tat, auch mit Verständnis und Geduld den notwendigen Raum für die Erstellung dieser Arbeit gab.

Inhaltsverzeichnis

Abkürzungsverzeichnis	11
A. Einleitung	15
I. Problemstellung	15
II. Zielsetzung und Forschungsfragen	20
III. Gang der Darstellung	21
B. Yoga – Gegenstand und Forschungsstand	25
I. Yoga – Was ist das?	25
1. Der klassische Yoga nach Patanjali	30
2. Hatha Yoga	34
II. Psychologie und Wirkungsweise des Yoga	37
1. Yogapsychologie	37
2. Zur Wirkungsweise aus westlich-psychologischer Sicht	41
3. Zur Wirkungsweise aus westlich-medizinischer Sicht	46
III. Yoga im Gefängnis	48
1. Ausländische Organisationen und Initiativen	50
a. Prison Yoga Project in den Vereinigten Staaten	51
b. Liberation Prison Yoga in den Vereinigten Staaten	52
c. Yoga behind bars in den Vereinigten Staaten	53
d. Prison Phoenix Trust im Vereinigten Königreich	54
e. Yoga Education in Prisons Trust in Neuseeland	55
f. Prison Freedom Project der Organisation sevaunite in Südafrika	56
2. Yoga in indischen Gefängnissen	56
3. Situation in Deutschland	57
a. Yoga und Meditation im Gefängnis e.V. (YuMiG)	57
b. Yoga für alle e.V.	58
IV. Stand der Wirksamkeitsforschung zu Yoga	59
1. Wirkungen von Yoga allgemein	63
a. Darstellung des Forschungsstandes	63
b. Limitationen des Forschungsstandes	69

Inhaltsverzeichnis

2. Wirkungen von Yoga auf Inhaftierte	71
a. Qualitative Studien	72
aa. Walley (1998)	72
bb. Derezotes (2000) und Messina (2012)	73
cc. Nellis (2002)	74
dd. Rucker (2005)	75
b. Quantitative Studien	76
aa. Bunk (1978)	76
bb. Duncombe/Komorosky/Wong-Kim/Turner (2005)	78
cc. Landau/Gross (2008)	79
dd. Bilderbeck/Farias/Brazil/Jakobowitz/Wikholm (2013)	80
ee. Auty/Cope/Liebling (2015)	81
ff. Kerekes/Fielding/Apelqvist (2017)	83
gg. Hauzinger (2018)	85
hh. Kovalsky/Hasisi/Haviv/Elisha (2020)	88
V. Yoga als Intervention	90
VI. Zwischenfazit	92
C. Kriminologisch-theoretische Konzepte und Befunde	97
I. Desistance-Agency	97
1. Ursprünge der Desistance-Forschung	100
2. Elemente von Desistance	105
a. Desistance als Prozess	105
aa. Der Karrierebegriff	105
bb. Termination versus Desistance als Prozess	106
cc. Primäre und sekundäre Desistance	109
b. Dynamische und statische Faktoren	110
c. Soziale und intraindividuelle Faktoren	112
3. Agency und Desistance-bezogene Kognitionen	115
a. Elemente von Agency	120
b. Empirische Befunde zu Agency	122
c. Desistance-bezogene Ergebniserwartungen	128
II. Scham und Schuldgefühl	130
1. Selbstbezogene Emotionen	130
2. Differenzierung von Scham und Schuld	132
3. Korrelate von Scham und Schuld	133
4. Scham und Schuld aus kriminologisch-theoretischer Sicht	134
5. Scham und Schuld aus kriminologisch-empirischer Perspektive	136

III. Empathie	139
IV. Zwischenfazit	144
V. Hypothesen	148
1. Haupthypothese 1	149
2. Haupthypothese 2	150
3. Haupthypothese 3	151
4. Haupthypothese 4	152
D. Methodik der Untersuchung	153
I. Forschungsdesign	153
1. Erhebungsmethoden	153
2. Fragebogen und Messinstrumente	158
a. TOSCA-SD	161
b. Agency for Desistance Questionnaire (ADQ)	164
c. Personal Outcome Expectancies for Crime (POE-C) Questionnaire	166
d. Personal Outcome Expectancies for Desistance (POE-D) Questionnaire	168
e. Change Beliefs Questionnaire (CBQ)	169
f. Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen (SPF)	170
II. Untersuchungsplan und -durchführung	172
E. Empirische Ergebnisse	183
I. Verbreitung von Yogaangeboten im Gefängnis	183
II. Yogakurse im Strafvollzug	185
III. Fragebogenauswertung	189
1. Die Stichprobe	189
2. Teilnahme am Yoga bzw. am präferierten Freizeitangebot	196
a. Untersuchungsgruppe	196
b. Interessierten- und Vergleichsgruppe	199
3. Kovariate	202
4. Scham und Schuldgefühl	205
5. Agency und Desistance-bezogene Überzeugungen	206
6. Desistance-bezogene Ergebniserwartungen	207
7. Empathie	209
8. Sonstiges	213
IV. Zwischenfazit	213

Inhaltsverzeichnis

F. Diskussion und Ausblick	216
I. Diskussion der yogaspezifischen Ergebnisse	216
1. Die Verbreitung von Yogaangeboten in Haft	216
2. Die untersuchten Yogakurse	218
3. Zusammensetzung der Stichprobe	219
4. Teilnahme am Yoga- und am alternativen Freizeitangebot	222
5. Diskussion der untersuchten Kovariate	224
II. Diskussion der Ergebnisse der psychometrischen Skalen	225
1. Hypothesentest	225
a. Haupthypothese 1 mit Unterhypothesen	225
b. Haupthypothese 2 mit Unterhypothesen	226
c. Haupthypothese 3 mit Unterhypothesen	227
d. Haupthypothese 4 mit Unterhypothesen	227
2. Kritische Würdigung	228
III. Limitationen der Studie	231
IV. Anregungen für zukünftige Forschungsvorhaben	237
V. Kriminalpolitische Schlussfolgerungen für die Praxis	242
VI. Zwischenfazit	246
G. Zusammenfassung und Fazit	248
Literaturverzeichnis	257
Anhang: Muster eines Fragebogens für die Untersuchungsgruppe	277

Abkürzungsverzeichnis

aaO	am angegebenen Ort
ABS	American Behavioral Scientist
ADHS	Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung
ADQ	Agency for Desistance Questionnaire
AJP	Asian Journal of Psychiatry
AJS	American Journal of Sociology
Art.	Artikel
Aufl.	Auflage
ausf.	ausführlich
Bd.	Band
BewHi	Bewährungshilfe
BJC	The British Journal of Criminology
BPSM	BioPsychoSocial Medicine
bspw.	beispielsweise
bzgl.	bezüglich
bzw.	beziehungsweise
CASW	Child and Adolescent Social Work Journal
CBQ	Change Beliefs Questionnaire
CCJ	Journal of Contemporary Criminal Justice
CJCP	Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy/Revue canadienne de counseling et de psychothérapie
CJHP	Californian Journal of Health Promotion
CJB	Criminal Justice and Behavior
d. h.	das heißt
eCAM	Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine
engl.	englisch
e.V.	eingetragener Verein
Fn.	Fußnote
FS	Forum Strafvollzug
ggf.	gegebenenfalls
H. i. O.	Hervorhebung im Original

Abkürzungsverzeichnis

IG	Gruppe an Yoga interessierter, aber bisher unerfahrener Inhaftierter
IJOY	International Journal of Yoga
IJPP	Indian Journal of Physiology and Pharmacology
IJYT	International Journal of Yoga Therapy
IMR	IIMB Management Review
IJO	International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology
IPS	Israel Prison Service
IRI	Interpersonal Reactivity Index
i. S. v.	im Sinne von
IQR	Interquartilsabstand (engl.: interquartile range)
JACM	The Journal of Alternative and Complementary Medicine
JCM	Journal of Clinical Medicine
Jh.	Jahrhundert
JMF	Journal of Marriage and Family
JPSP	Journal of Personality and Social Psychology
JRCD	Journal of Research in Crime and Delinquency
JSIE	Journal of Studies in International Education
JSSW	Journal of Sociology & Social Welfare
Kap.	Kapitel
KFN	Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V.
KZfSS	Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie
M	arithmetisches Mittel (engl.: mean)
Max	Maximum (höchster Wert einer Variable im Datensatz)
Min	Minimum (niedrigster Wert einer Variable im Datensatz)
MschKrim	Monatsschrift für Kriminologie und Strafrechtsreform
m. w. N.	mit weiteren Nachweisen
MZP	Messzeitpunkt
n. Chr.	nach Christus
NK	Neue Kriminalpolitik
Nr.	Nummer
NRW	Nordrhein-Westfalen
NY	Inhaftierte, die kein Yoga üben und auch kein Interesse an Yoga haben
o. Ä.	oder Ähnliche(s)
o. V.	ohne Verfasserangaben

Abkürzungsverzeichnis

PC&L	Psychology, Crime & Law
POE-C	Personal Outcome Expectancies for Crime Questionnaire
POE-D	Personal Outcome Expectancies for Desistance Questionnaire
PTSB	Posttraumatische Stressbelastung
RCT	(engl.: randomized controlled trial) randomisierte kontrollierte Studie
R & P	Recht und Psychiatrie
S.	Seite
s.	siehe
s. o.	siehe oben
SD	Standardabweichung (engl.: standard deviation)
Skrt.	Sanskrit
soFid	Sozialwissenschaftlicher Fachinformationsdienst
sog.	sogenannte/n
SozProb	Soziale Probleme
SPF	Saarbrücker Persönlichkeitsfragebogen
StVollzG	Strafvollzugsgesetz
TCP	The Counseling Psychologist
TOA	Täter-Opfer-Ausgleich
TOSCA	Test of Self-Conscious Affect
TOSCA-SD	Test of Self-Conscious Affect – Socially Deviant Populations
u. a.	unter anderem
UG	Untersuchungsgruppe
v.	von
v. Chr.	vor Christus
VG	Vergleichsgruppe
Y	Yogaübende Inhaftierte
YVJJ	Youth Violence and Juvenile Justice
z. B.	zum Beispiel
ZDDP	Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie
zit.	zitiert
ZJJ	Zeitschrift für Jugendkriminalrecht und Jugendhilfe

