

Sinn und Gesundheit

Posttraumatic Growth

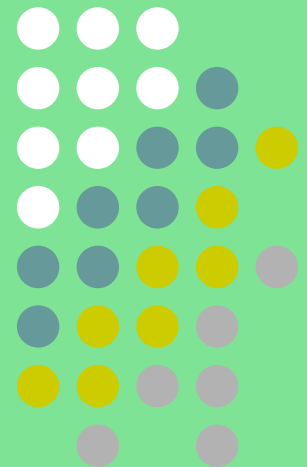
Literatur:

Zöllner, T.; Calhoun, L. & Tedeschi, R. (2006). Trauma und persönliches Wachstum. In A. Maercker, R. Rosner (Hrsg.), Psychotherapie der posttraumatischen Belastungsstörungen (S. 36-45). Stuttgart: Georg Thieme Verlag.

Studie: Posttraumatic Growth After War

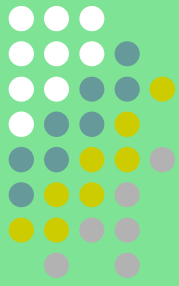
Artikelbearbeitung und Präsentationserstellung:

Alexandra Waldhart



Posttraumatic Growth (PTG)

= posttraumatisches Wachstum bzw. posttraumatische Reifung

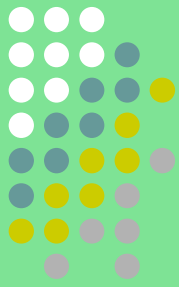


Es handelt sich dabei um ein Phänomen, welches seit Mitte der 90er an Bedeutung gewonnen hat.

Ursprünglich beschäftigte sich die klinische Psychologie vor allem mit psychischen Störungen, die nach bzw. auf Grund eines schweren Traumas auftreten (Posttraumatischen Belastungsstörungen).

Die Wissenschaftler Richard Tedeschi und Lawrence Calhoun waren die Personen, die durch ihre Veröffentlichungen und Konzeptualisierungen die Erforschung von **positiven Veränderungen** als Folge eines traumatischen Ereignisses vorantrieben.





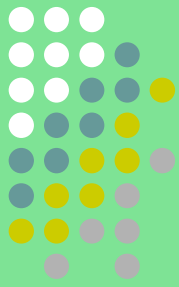
Was passiert bei Posttraumatic Growth?

Bei PTG sind qualitative Veränderungen des Entwicklungslevels der Person für ein unbeschadetes Überleben entscheidend.

Es handelt sich dabei um eine bedeutsame positive Veränderung in der kognitiven und emotionalen Fähigkeit bzw. im Erleben, damit einhergehend ist auch eine Verhaltensveränderung. Es ist nicht nur ein Bewältigungsmechanismus, sondern eine grundlegende Veränderung im weiteren Leben bzw. im Erleben.

Voraussetzung, dass ein persönlicher Wachstumsprozess erfolgen kann, ist das Erleben eines so schwer wiegenden Ereignisses, dass alle bisherigen Grundannahmen erschüttert werden und die vorhandenen Bewältigungsstrategien nicht ausreichen. Das dadurch entstehende Leid löst einen kognitiven-emotionalen Verarbeitungsprozess aus, der ursprünglich auf automatischem kognitiven Verarbeiten beruht und sich im Laufe der Zeit in absichtliches Reflektieren verwandelt.

Entscheidend für den Wachstums-Prozess ist das
Ausmaß der kognitiven Auseinandersetzung mit der Krise.



Was verändert sich durch Posttraumatic Growth?

Veränderungen durch PTG können sich in den unterschiedlichsten Ebenen manifestieren und die unterschiedlichsten Lebensbereiche beeinflussen. Dies bedeutet, dass bei einer betroffenen Person nicht alle Bereiche berührt bzw. gleichzeitig berührt sein müssen.

Grundsätzlich unterscheiden obgenannte Forscher drei Dimensionen die von PTG betroffen sein können:

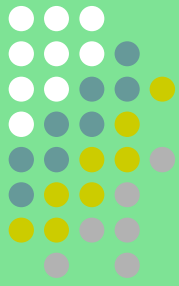
- Veränderung der Lebensphilosophie
- Veränderungen in zwischenmenschlichen Beziehungen
- Veränderung in der Selbstwahrnehmung



Das Phänomen des PTG klingt paradox, denn
aus Verlust entsteht persönlicher Gewinn!

Posttraumatic Growth After War:

eine Studie mit früheren Flüchtlingen und vertriebenen Personen in Sarajevo
von Powell, Rosner, Butollo, Tedeschi und Calhoun



Forschungsgrundlage war die Frage, ob nach den Kriegsgeschehnissen in Sarajevo für die Überlebenden ein „Leben“ in Form von Weiterentwicklung und Wachstum möglich ist, oder ob es sich lediglich um ein „Überleben“ handelt.

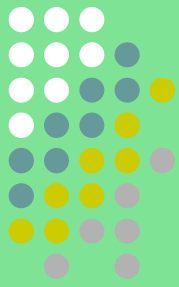
Dazu wurden insgesamt 150 Personen untersucht, die eine Reihe von Tests wie die Posttraumatic Diagnostic Scale, die Checklist for War Related Experiences bzw. den Posttraumatic Growth Inventory durchführten.

Unter anderem mussten die Teilnehmer folgende Kriterien erfüllen:

- Alter (zwischen 16 und 65 Jahren)
- Aufenthalt in Ex-Jugoslawien zwischen 1980 und 1991
- mindestens 12 Monate außerhalb von Sarajewo während der Kriegsjahre
- kein Vorhandensein von psychotischen Fehlsteuerungen bzw. anderen ernsthaften Krisen ...

Bei der Datenerfassung bzw. -auswertung wurde zwischen Flüchtlingen, Personen die ins Ausland flohen und intern Vertriebenen, Personen die innerhalb Ex-Jugoslawiens blieben, unterschieden.





Man kam zu folgenden Ergebnissen:

Im Durchschnitt erlebten die Personen 19 traumatische Erlebnisse, insgesamt berichteten einerseits Flüchtlinge weniger Kriegserlebnisse als im eigenen Land Vertriebene. Auch Frauen berichteten von weniger traumatischen Erlebnissen als Männer. Flüchtlinge und intern Vertriebene unterschieden sich nicht im Grad der Krankheitssymptome.

Neben weiteren statistisch interessanten Ergebnissen stellte man fest, dass im Gegensatz zu bisherigen Forschungsergebnissen kein Geschlechterunterschied bzgl. posttraumatischem Wachstum nachgewiesen werden konnte – Frauen durchlebten nicht mehr Wachstum als Männer.

Erstaunlich war auch, dass ein signifikanter Alterseffekt festgestellt werden konnte; ältere Personen erreichten wesentlich niedrigere Wachstumswerte als jüngere. Dies könnte auf eine unterschiedliche Zukunftsbewertung zurückzuführen sein oder auf die spekulative Interpretation der Autoren, dass ältere Personen bereits verschiedene Stresssituationen erlebt haben und damit umgegangen bzw. daran gewachsen sind.

Erwähnenswert ist auch, dass keine starke Beziehung zwischen Traumatasumme und Wachstum nachgewiesen werden konnte. Es gab auch Fälle, wo Menschen nach äußerst vielen und extremen Erlebnissen einen hohen Grad an Entwicklung durchmachten.