

Was ist Komplizierte Trauer?





- Ein Syndrom oder viele unterschiedliche?
- Ein Definitionsversuch
- Unterscheidungsmerkmale
- Ein diagnostischer Vorschlag
- Häufigkeit von Komplizierter Trauer
- Risikofaktoren
- Behandlungsansätze
- Spezialfall: Komplizierte Trauer bei Kindern
- Wie viel Leiden kann unsere Gesellschaft ertragen?
- Empfehlenswerte Informationsquellen

Ein Syndrom oder viele verschiedene?



Complicated Grief

Distorted Grief

Inhibited Grief

Delayed Grief

Komplizierte Trauer ist kompliziert.“

Colin Murray Parkes (2014)

Conflicted Grief

Prolonged Grief Disorder

Unanticipated Grief

Absent Grief

Chronic Grief

Ein Definitionsversuch...



„[Komplizierte Trauer ist] „...ein klinisch auffälliger, von der (kulturellen) Norm abweichender Zustand, den man (auch entsprechend der Verlustumstände) nicht erwarten würde. Er unterscheidet sich hinsichtlich a) der zeitlichen Dauer und der Intensität spezifischer oder allgemeiner Trauersymptome und b) zeichnet sich dadurch aus, dass er nachhaltig im hohen Maß die Funktionsfähigkeit in wesentlichen Lebensbereichen (z.B. soziales Umfeld, Arbeitsplatz) beeinträchtigt.“

Margaret S. Stroebe, Robert O. Hansson, Henk Schut & Wolfgang Stroebe (2008)

Unterscheidungsmerkmale



Drei Aspekte werden aktuell zur Unterscheidung von normalen und komplizierten Trauerverläufen herangezogen:

- Intensität
- Spezielle Symptomatik
- Dauer

Ein diagnostischer Vorschlag



Diagnostische Kriterien einer anhaltenden Trauerstörung nach Prigerson et al. (2009), zitiert nach Rosner et al. 2015

A. Ereigniskriterium: Verlust durch den Tod einer nahestehenden Person.

B. Trennungsstress: Starke Sehnsucht nach dem Verstorbenen, starker Wunsch nach Wiedervereinigung.

C. Kognitive, emotionale und behaviorale Symptome: Zum Beispiel Unsicherheit bezüglich der eigenen Rolle im Leben; das Gefühl, das eigene Leben habe keinen Sinn mehr; Schwierigkeiten, den Tod zu akzeptieren; Vermeiden von Erinnerungen, die mit dem Verlust im Zusammenhang stehen.

→ mindestens fünf der insgesamt neun Symptome müssen täglich oder in einer sehr ausgeprägten Form erlebt werden.

D. Zeitkriterium: Der Todesfall muss mindestens 6 Monate zurückliegen.

E. Psychosoziale Beeinträchtigungen: Die Störung verursacht klinisch relevante Einbußen psychischen Funktionierens in sozialen Bereichen, im Beruf oder in anderen wichtigen Lebensbereichen.

F. Differenzialdiagnostik: Die Beeinträchtigungen können nicht als Folgen oder Symptome einer Depression, Generalisierten Angststörung oder Posttraumatischen Belastungsstörung diagnostiziert werden.

Häufigkeit von Komplizierter Trauer



Land	Stichprobe	Kriterium	Prävalenz	Autoren
Repräsentative Studien				
Deutschland	14 - 95 Jahre, N = 2520	Komplizierte Trauer, erhoben mit dem Inventory of Complicated Grief von Prigerson	3,7 %	Kersting et al. (2011)
Niederlande	55+ Jahre, N = 5741	Komplizierte Trauer, erhoben mit dem Inventory of Complicated Grief I von Prigerson	4,8 %	Newson et al. (2011)
Schweiz	65 - 97 Jahre, N = 570	Komplizierte Trauer, erhoben mit dem Complicated Grief Module von Horowitz	4,2 %	Forstmeier, Maercker (2007)
Schweiz	65 - 97 Jahre, N = 570	Komplizierte Trauer, erhoben mit dem Inventory of Traumatic Grief - Revised von Prigerson	0,9 %	Forstmeier, Maercker (2007)



- Personenbezogene Hintergrundvariablen
- Verlust- und Todesumstände
- Beziehung zum Verstorbenen
- Intrapersonelle Faktoren
- Religion und Weltsicht
- Interpersonelle Faktoren

Behandlungsansätze



<p>Gruppenverfahren z.B. Familienzentrierte Trauertherapie nach Kissane (2013)</p>	<p>Einzeltherapie z.B. Kognitive Verhaltenstherapie bei anhaltender Trauerstörung nach Boelen (2008, 2013)</p>
<p>Theoretische Grundlagen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Bindungstheorie• Sozial-Kognitive Theorie• Sozial-psychologische Annahmen über Gruppendynamik• Duales Prozessmodell der Bewältigung von Verlusterfahrungen	<p>Theoretische Grundlagen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Neuere Ansätze der Kognitiven Verhaltenstherapie• Kognitives Modell der PTBS
<p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sprechen über Sterben, Tod & Trauer• Erkennen Familiärer Bindungsmuster• Neubestimmung von Sinn & Bedeutung• Umgang mit Konflikten	<p>Ziele:</p> <ul style="list-style-type: none">• Der Verlust muss in das autobiographische Gedächtnis integriert werden• Wenig hilfreiche Denkmuster müssen verändert werden• Wenig hilfreiches Vermeidungsverhalten muss verändert werden

Spezialfall: Komplizierte Trauer bei Kindern



Schutzfaktoren	Risikofaktor
Stabilität	Viele Veränderungen
Positiver Erziehungsstil (positive parenting)	Negativer Erziehungsstil, mangelnde Unterstützung
Gender (Verlust des Vaters)	Gender (Verlust der Mutter)
Keine Verlusterfahrungen	Verlusterfahrungen
Keine Stressoren	Weitere Stressoren
Natürliche Todesursachen	Nicht natürliche Todesursache
Sterbende Person ist stabil	Sterbende Person leidet stark
Gutes Familienklima	Schlechtes Familienklima

Risiko- und Schutzfaktoren bei Kindern und Jugendlichen (nach A. Dyregrov, K. Dyregrov, 2013)



Komplizierte Trauerverläufe

Psychische Krankheit ↔ unvermeidliches
menschliches Leid

Empfehlenswerte Informationsquellen



- Weiterführende Texte und Informationen rund um das Thema Trauer: www.gute-trauer.de



- Ausgewählte Forschungsergebnisse zum Thema Trauer in einem kostenlosen Newsletter: www.trauerforschung.de



- Weiterführende Informationen für Interessierte & Fachkräfte: Heidi Müller, Hildegard Willmann (2016): Trauer. Forschung und Praxis verbinden, Göttingen.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Zeit für Fragen