

Forschungshintergrund: Folgen von Traumatisierung

Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

- Vermeidung der Situation
- Wiedererleben der Situation
- Übererregung (Schwitzen, Zittern, Schlafstörungen)

Typen der Posttraumatischen Belastungsstörung:

- Aktuell (ca. 4 Wochen andauernd)
- **chronisch**
- **rezidivierend** (wiederauftretend)
- **delayed onset** (auftretende Symptomatik > 6 Monate)

Epidemiologische Studie in Deutschland (Maercker et al., 2008):

3,4% PTSD bei über 60-Jährigen

14- bis 29-Jährige: 1,3%

30- bis 59-Jährige: 1,9%

Behandlung von PTBS

1. Behandlung von PTBS

Kognitive Verhaltenstherapie (Bisson & Andrew, 2007)

2. Behandlung von PTBS bei zivilen Kriegsüberlebenden

Narrative Ansätze

- Testimony Therapy (Cienfuegos & Monelli, 1983)
- Narrative Expositionstherapie (Neuner et al., 2004)

3. **Alterspsychotherapie**

- Life-Review-Therapie (Maercker, 2003)

Bisher keine empirisch überprüften Therapieansätze für ältere Patienten mit PTBS

Bedeutung der Biographiearbeit

... speziell für ältere Menschen mit Traumaerfahrung:

- Bilanzierung
- Sinnfindung

- Differenziertes Bild über das Leben
- Integration von belastenden Ereignissen/ Neubewertung früherer Erlebnisse
- Erarbeiten einer chronologischen Reihenfolge der Lebensereignisse

- Zeugnis ablegen
- Transgenerationale Dialoge

Internet-basierte Psychotherapie für Kriegstraumatisierte des 2. Weltkrieges

Anliegen der Therapiestudie

Überprüfung der Wirksamkeit der Integrativen Testimonial Therapie in Bezug auf **PTB**-Symptomatik und **allgemeine Psychopathologie**

Teilnahmevoraussetzungen

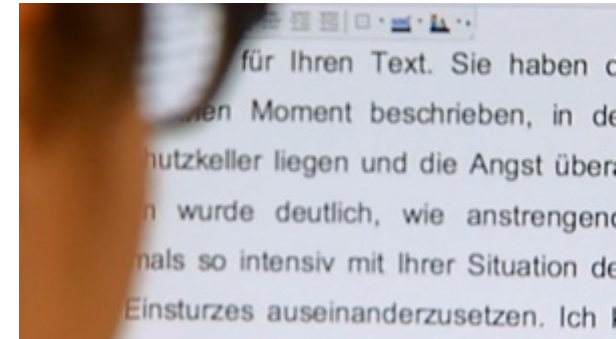
- traumatisches Ereignis (nach DSM-IV) als Kind/Jugendlicher im 2. Weltkrieg
- (subsyndromale) PTBS
- > 65 Jahre

Ausschlusskriterien

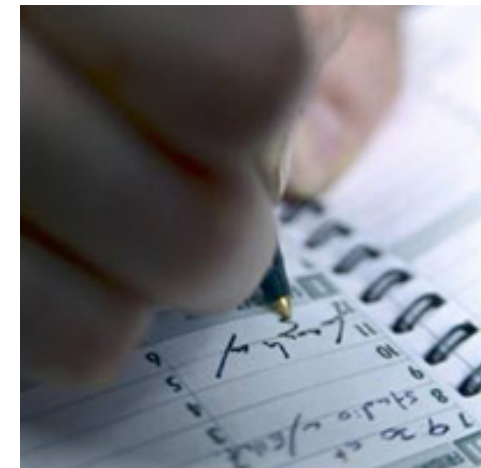
- psychotisches oder dissoziatives Erleben
- Suizidalität
- schwerer Alkohol- oder Medikamentenmissbrauch
- gleichzeitige psychotherapeutische Behandlung

Integrative Testimonial Therapie (ITT)

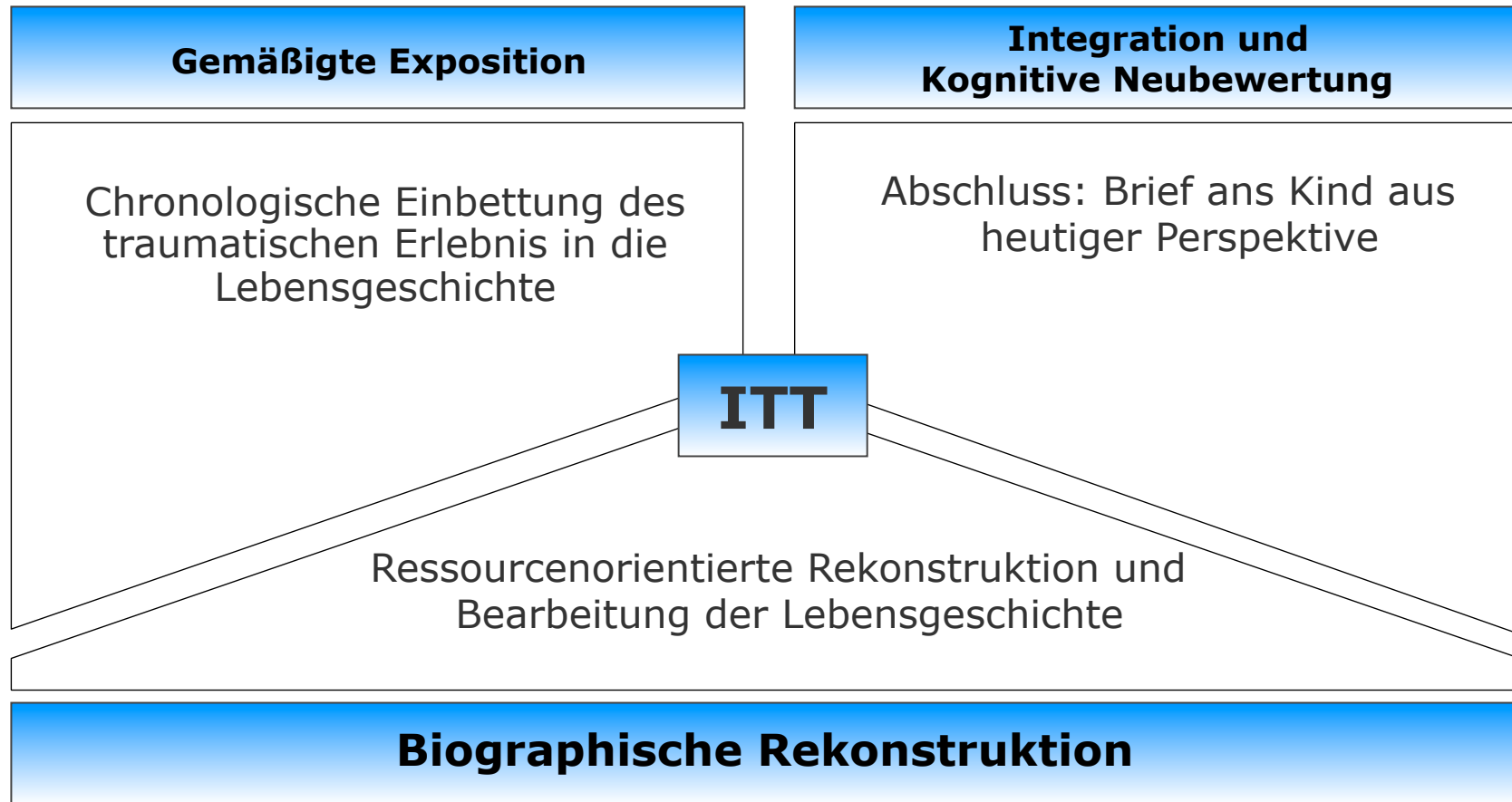
- Internetgestützte Therapie
- Basiert auf störungsspezifischem Behandlungsmanual
- Patient und Therapeut kommunizieren schriftlich & asynchron



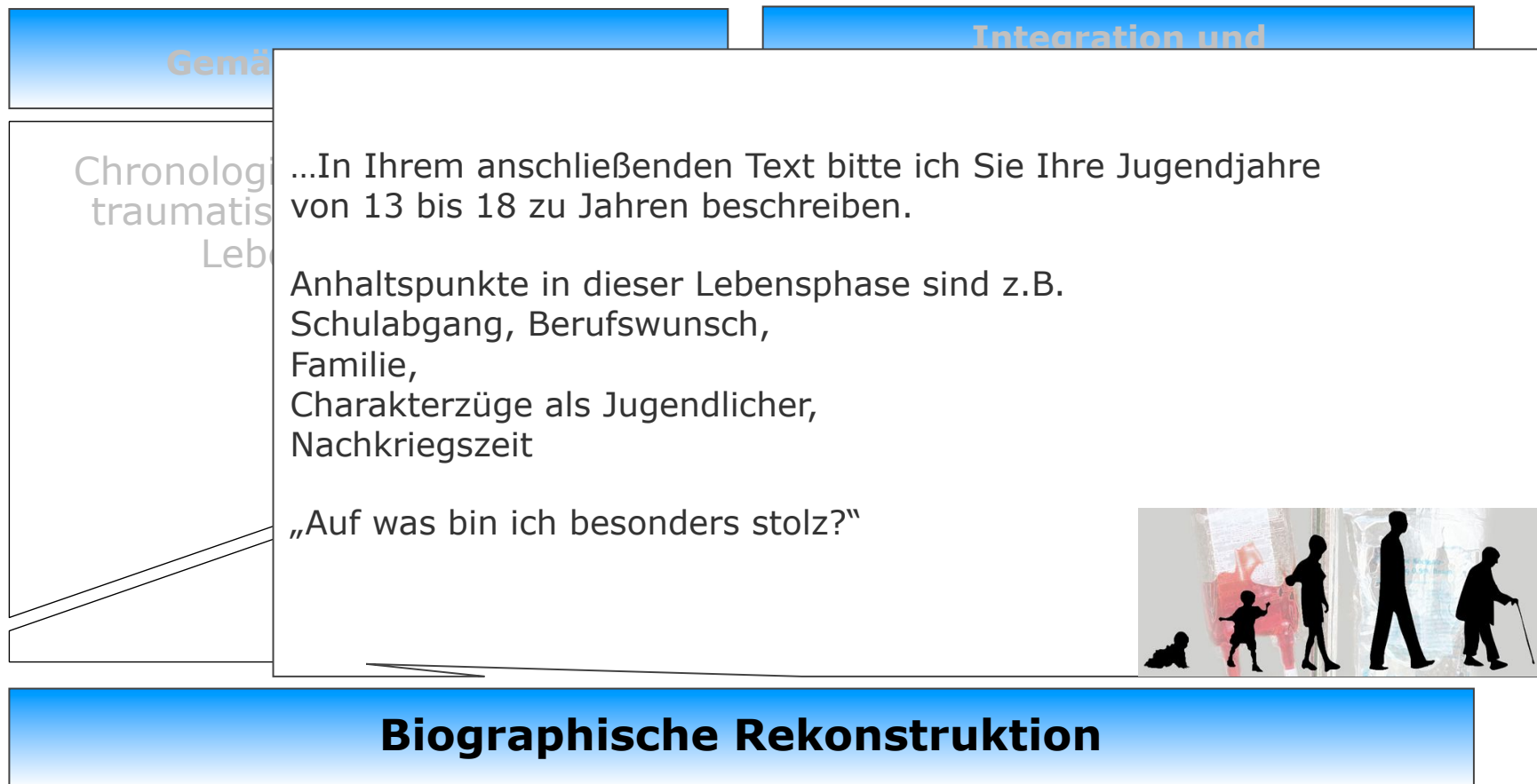
- Behandlungsdauer: ca. 6 Wochen (11 Schreibsitzungen)
- Pro Woche: Zwei strukturierte Schreibaufträge à 45 Minuten zu festen Terminen
- Rückmeldung innerhalb **24h**



ITT: schematische Übersicht



ITT: schematische Übersicht



ITT: schematische Übersicht

Gemäßigte Exposition

....Versuchen Sie sich intensiv auf die damalige Situation zu konzentrieren.
Was haben Sie damals erlebt?
Was haben Sie seinerzeit gesehen?
Wie hat Ihr Körper reagiert (z.B. kalte Hände, Herzrasen, Zittern etc.).



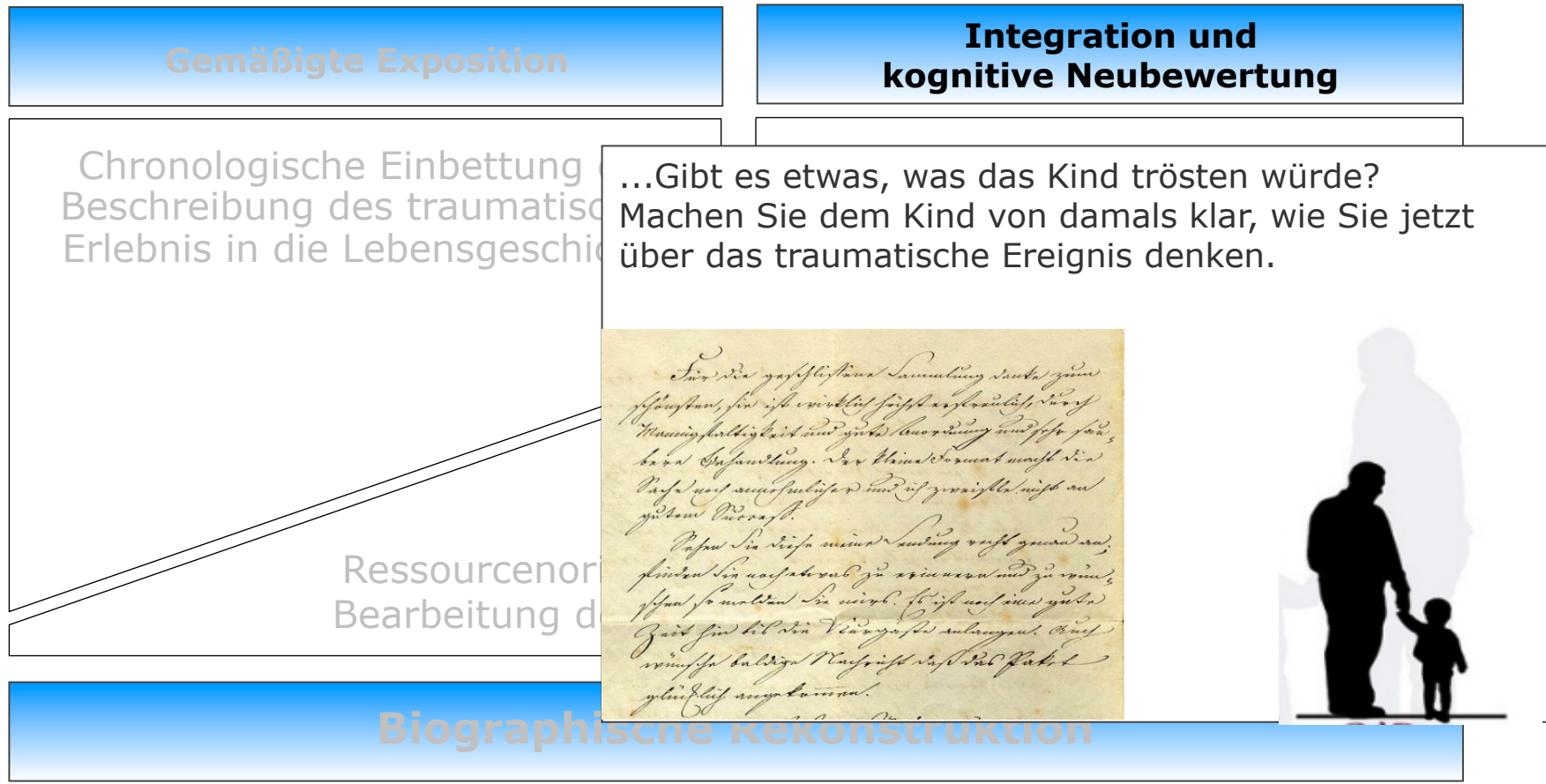
Integration und kognitive Neubewertung

Schluss: Brief an Kind/
Betroffene aus heutiger
Perspektive

Strukturierung und
Geschichte

Strukturierung

ITT: schematische Übersicht



Zusammenfassung

- Wirksamkeit der ITT: signifikante Reduktion der PTB-Symptomatik
- Aufrechterhaltung der Therapieeffekte über 6 Monate
- Hohe Akzeptanz der Onlineintervention



Limitationen

- Diagnostik basiert ausschließlich auf Selbstbericht
- Bisher keine ausreichend große Stichprobe

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

www.lebenstagebuch.de