

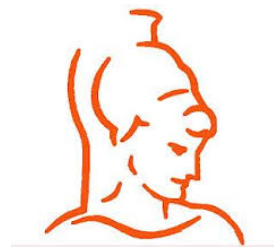
Vergleich zweier imaginativer Kurz-Interventionen bei der Verarbeitung schambesetzter Erlebnisse

Jessica Grabow

Patricia Kulla

Joachim Kruse

Professur für Klinische Psychologie und Traumatherapie
Institut für Psychologie
Universität der Bundeswehr München
Werner-Heisenberg-Weg 39, 85577 Neubiberg
Mail: jessica.grabow@unibw.de



Abstract.

Untersuchungen zur Wirksamkeit von *Imagery Rescripting and Reprocessing* Therapie (Schmucker & Köster, 2017) weisen auf ihre Überlegenheit im Vergleich zur Standardintervention des imaginativen Wiedererlebens (Foa & Kozak, 1986) bei der Behandlung von PTBS hin, wenn als posttraumatische Leitemotionen Scham, Schuld oder Ärger vorherrschen (Grunert, Weis, Smucker & Christianson, 2007; Arntz, Tiesema & Kindt, 2007). Ziel unserer Studie war, die Anwendbarkeit und Wirksamkeit zweier auf diesen Therapien aufbauenden Kurz-Interventionen bei der Verarbeitung eines belastenden Erlebnisses zu untersuchen. Hierzu wählten $n = 44$ gesunde Probanden ein schambesetztes biographisches Erlebnis aus und wurden via Kopfhörer angeleitet das Ereignis entweder einmal „nachzuerleben“ und dann zu „rescripten“ (IR) oder gedanklich zweimal „nachzuerleben“ (IE). Die Kontrollgruppe (KG) hörte einen Sachtext.

Die emotionale Veränderung wurde mit der *Positive and Negative Affect Schedule* (PANAS, Breyer & Bluemke, 2016) gemessen. Zudem beantworteten die Probanden zu $t_3 = +14$ d einen von uns entwickelten *Fragebogen zur Erfassung ereignisbezogener Schuld- und Schamgefühle* (FESS, Kulla, Grabow & Kruse, in prep.).

Über alle Gruppen hinweg kam es zunächst zu einem signifikanten Anstieg an negativem Affekt sowie zu einer Abnahme an positivem Affekt. Nach der Intervention sank der negative Affekt in der IR-Gruppe und der KG signifikant ab. Nur in der IR-Gruppe stieg der positive Affekt wieder an ($p = 0.07$). Im langfristigen Verlauf zeigte sich deskriptiv eine differenzielle Wirkung von IR auf ereignisbezogene Scham.

Die Ergebnisse belegen, dass sich Emotionen durch unsere Intervention verändern lassen. Sie erklären Berichte über die höhere Akzeptanz von IR im Vergleich zu IE durch Patienten und Therapeuten (Arntz et al., 2007) und illustrieren das Potential von IR als hilfreiche Ergänzung von IE. Zudem ist eine Anwendung im Rahmen eines online-Angebots für subklinisch belastete Personen denkbar.

Literaturverzeichnis

- Arntz, A., Tiesema, M. & Kindt, M. (2007). Treatment of PTSD: a comparison of imaginal exposure with and without imagery rescripting. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 38(4), 345–370. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.10.006>
- Breyer, B. & Bluemke, M. (2016). Deutsche Version der Positive and Negative Affect Schedule PANAS (GESIS Panel). *Zusammenstellung sozialwissenschaftlicher Items und Skalen*, 10.
- Foa, E. B. & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to correcting information. *Psychological Bulletin*, 99, 20–35.
- Grabow, J., Kulla, P. & Kruse, J. (2019). *Entwicklung und Validierung eines Fragebogens zur Erfassung ereignisbezogener Scham- und Schuldgefühle*. Manuskript in Vorbereitung.
- Grunert, B. K., Weis, J. M., Smucker, M. R. & Christianson, H. F. (2007). Imagery rescripting and reprocessing therapy after failed prolonged exposure for post-traumatic stress disorder following industrial injury. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 38(4), 317–328. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2007.10.005>
- Schmucker, M. & Köster, R. (2017). *Praxishandbuch IRRT: Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy bei Traumafolgestörungen, Angst, Depression und Trauer* (3. Aufl.). *Leben lernen: Vol. 269*. Stuttgart: Klett-Cotta.