

REFERIERT

TRAUMATISIERTE FLÜCHTLINGE

Unspezifische Psychotherapie wirksam

Viele Flüchtlinge sind traumatisiert. Ob ihnen psychotherapeutisch geholfen werden kann, haben die amerikanischen Psychologen Jessica Lambert (California State University Stanislaus) und Omar Alhassoon (Alliant International University) untersucht. Sie verglichen 13 traumafokussierte Therapien und fanden heraus, dass Traumatherapien hochwirksam bei Flüchtlingen mit Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS) und Depressionen sind. „Je mehr Psychotherapiesitzungen erfolgten, desto besser wirkte die Traumatherapie bei den Flüchtlingen“, sagen die Autoren. Sie empfehlen, mindestens zehn Sitzungen durchzuführen, um PTBS und Depressionen nachhaltig zu behandeln. Ob ein Übersetzer bei den Sitzungen anwesend war oder nicht, beeinflusste den Therapieerfolg jedoch kaum. Lambert und Alhassoon bewerten dies po-

sitiv, weil es zeigt, dass Psychotherapien mit Menschen aus anderen Nationen und Kulturkreisen erfolgreich durchgeführt werden können, auch wenn sprachliche Barrieren vorhanden sind. Vieles wies darauf hin, dass Flüchtlinge sowohl von unspezifischen Therapiefaktoren als auch von traumafokussierten Ansätzen profitieren und keiner speziellen Behandlung bedürfen. Die Autoren schließen aus ihren Befunden, dass es weniger aufwendig ist als befürchtet und dass es sich in jedem Fall lohnt, traumatisierten Flüchtlingen adäquate Hilfen anzubieten. Sie verweisen jedoch darauf, dass zum Beispiel kulturelle und ethnische Faktoren stärker als bisher in Traumatherapien berücksichtigt werden sollten. *ms*

Lambert J, Alhassoon O: Trauma-focused therapy for refugees. *Journal of Counseling Research* 2015; 62(1): 28–37.

VERWAISTE KINDER

Psychologische Folgen des Elternverlusts

Der Tod der Eltern ist für Kinder ein traumatisierendes Erlebnis, das ihre psychische Entwicklung beeinträchtigen kann. Italienische Psychologen um Luca Cerniglia von der International Telematic University Uninettuno in Rom haben sich gefragt, in welchem Ausmaß verwaiste Kinder unter dem Elternverlust leiden und ob das Alter, in dem der Verlust stattfand, eine Rolle spielt. Sie untersuchten 100 Kinder, von denen 48 zwischen null und drei Jahre alt und von denen 52 zwischen drei und zehn Jahre alt waren, als sie einen Elternteil verloren. 51 Kinder ohne Verlust bildeten die Kontrollgruppe.

Die Autoren stellten fest, dass verwaiste Kinder im Vergleich zu nichtbetroffenen Kindern generell ein höheres Risiko für psychische Störungen haben. Sie fanden heraus, dass das Alter des Kindes beim Elternverlust eine große Rolle spielt. „Je jünger das

Kind ist, desto höher ist sein Risiko, später eine psychische Erkrankung zu entwickeln“, berichten sie. Diese Vulnerabilität bleibt unabhängig von anderen Einflüssen lebenslang bestehen. Es zeigte sich außerdem, dass Kinder, die ihre Mutter verloren haben, eher dissoziative Symptome und andere Auffälligkeiten aufweisen als Kinder, deren Vater verstorben war. Außerdem war zu beobachten, dass verwaiste Kinder an der Schwelle zur Pubertät unter mehr Störungen wie zum Beispiel Essstörungen und Dissoziationen litten als Jugendliche. Für die Autoren wird daran deutlich, wie wichtig eine stabile Mutter-Kind-Beziehung in den ersten zehn Lebensjahren für die psychische Entwicklung ist. *ms*

Cerniglia L, Cimino S, Ballarotto G, Monniello G: Parental loss during childhood and outcomes on adolescents' psychological profiles. *Current Psychology* 2014; 33(4): 545–56.

POSTPARTALE DEPRESSION

Psychotherapien mit dyadischen Ansätzen

Jede fünfte Mutter verfällt nach der Geburt in eine Depression. Somit ist die Kindbettdepression die häufigste nachgeburtliche Komplikation überhaupt. Um ihr vorzubeugen gibt es eine Vielzahl an Methoden. Amerikanische Verhaltensmediziner um Elizabeth Werner vom Columbia University Medical Center in New York (USA) haben 45 einschlägige Untersuchungen ausgewertet und festgestellt, dass pharmakologische und psychotherapeutische Interventionen nur bedingt zur Prävention postpartaler Depressionen beitragen: Etwa die Hälfte zeigte eine Wirkung, die andere Hälfte blieb hingegen wirkungslos. Hinsichtlich pharmakologischer Methoden erwiesen sich Antidepressiva als wirksam. Im Hinblick auf psychotherapeutische Präventionsansätze fanden die Autoren heraus, dass Einzelsitzungen besser wirkten als Gruppensitzungen. Sie stellten außerdem fest: „Es gibt nicht einen Ansatz, der anderen Ansätzen klar überlegen wäre.“ Einzig die interpersonelle Psychotherapie, deren Wirksamkeit bei Depressionen und Kindbettdepressionen belegt ist, erschien Werner und Kollegen als vielversprechender Ansatz, der in Zukunft häufiger Anwendung finden sollte. Darüber hinaus empfehlen die Autoren Psychotherapien mit einem dyadischen Ansatz, der nicht nur die Mutter, sondern auch das Kind und deren Interaktion einbezieht. Denn das Verhalten und das Temperament des Kindes tragen viel zur Auslösung und Aufrechterhaltung postpartaler Depressionen bei. So können Interventionen, die beispielsweise auf einen ruhigeren Schlaf und weniger Schreien des Kindes abzielen, sehr hilfreich sein. Dyadische Ansätze ermöglichen es nach Meinung der Autoren mehr als andere Ansätze, Kindbettdepressionen vorzubeugen und eine stabile Mutter-Kind-Beziehungen aufzubauen. *ms*

Werner E, Miller M, Osborne L, Kuzava S, Monk C: Preventing postpartum depression. *Archives of Women's Mental Health* 2015; 18(1): 41–60.