



Vortrag

## „Posttraumatische Verbitterungsstörung“

von Prof. Dr. Beate Muschalla am 21.11.2019  
– 37. Psychiatrie Tage Königslutter

**AWO Psychiatrie Akademie gGmbH**

Vor dem Kaiserdom 10  
38154 Königslutter

Telefon: 05353 90-1682  
E-Mail: [info@psychiatrie-akademie.de](mailto:info@psychiatrie-akademie.de)  
Internet: [www.psychiatrie-akademie.de](http://www.psychiatrie-akademie.de)



# Verbitterung und Weisheitstherapie

Beate Muschalla  
b.muschalla@tu-bs.de

## Fallbeispiel

---

Eine 47 jährige Patientin wird unter Einschaltung des Medizinischen Dienstes der Krankenkasse zur stationären psychosomatischen Rehabilitation (gem. § 51 SGB V) zugewiesen, weil sie seit langer Zeit arbeitsunfähig ist und sich die Frage einer Berentung stellt.

Sie berichtet über gedrückte Stimmung, Schlafstörungen, Kraftlosigkeit und vielfache körperliche Symptome. Es macht ihr nichts mehr Freude. Das Leben ist nicht mehr lebenswert. Sie hat nahezu alle Sozialkontakte eingestellt. Sie erklärt nicht mehr arbeitsfähig zu sein.

Diagnose: Depression mit somatischem Syndrom

## Fallbeispiel

---

Die Patientin verläßt nicht mehr das Haus, Sie vermeidet es in den Supermarkt einkaufen zu gehen. Sie geht nur irgendwohin, wenn es nicht zu umgehend ist, nur unter Anspannung und „flüchtend“.

Sie berichtet von wiederkehrenden Zuständen inner Anspannung und Erregung, die spontan auftreten oder wenn sie z.B. in einen Supermarkt gehen soll.

Diagnose: Agoraphobie mit Panik

## Fallbeispiel

---

Die Patientin war von Beruf Verkäuferin in einem Lebensmittelladen. Sie erklärt, sich auf gar keinen Fall vorstellen zu können nochmals dorthin zu gehen.

Bei Erwähnung ihres Arbeitsplatzes reagiert die bis dahin gefasst wirkende Patientin mit größter emotionaler Erregung. Sie weint und wird in ihrer Ausdrucksweise emotionsgeladen und heftig.

Diagnose: Arbeitsplatz-Phobie

## Fallbeispiel

---

Die Patientin beginnt ausführlich klagend und vorwürflich, man habe ihr die Kündigung angedroht, weil man ihr einen Kassendiebstahl unterstellt habe. Ein Supervisor habe eine Kontrolle im Laden gemacht und diesen Verdacht geäußert. Daraufhin habe sie sofort den Laden verlassen (müssen?).

Es sei ihr klar, dass die Läden von Spitzeln der Firma kontrolliert würde, von denen erwarte sie nichts anderes. Aber mit dem Filialleiter arbeite sie seit Jahren zusammen. Sie habe all die Jahre ohne Rücksicht auf sich selbst gearbeitet. Sie sei immer gekommen, wenn jemand gebraucht wurde, habe klaglos Überstunden gemacht und alle Arbeiten übernommen die angefallen seien. Sie habe geglaubt, der Leiter und die anderen Frauen in dem Laden wären eine verschworene Gemeinschaft, die zusammenhält und sich gegenseitig in jeder Beziehung unterstützt. Und nun habe man sie einfach im Regen stehen lassen. Alle hätten geschwiegen und so getan als sei sie eine Diebin. Sie sei zutiefst enttäuscht. Dieser Bericht ist von heftigen emotionalen Reaktionen begleitet.

## Z-Klassifikation nach ICD-10

---

### Probleme mit Bezug auf

- Z 55 die Ausbildung (z.B. unzulängliche schulische Leistung)
- Z 56 die Berufstätigkeit (z.B. Arbeitsplatzverlust)
- Z 57 Berufliche Exposition gegenüber Risikofaktoren (z.B. Lärm)
- Z 58 die kommunale Umwelt (z.B. Lärm)
- Z 59 die Wohnverhältnisse (z.B. Unstimmigkeit mit Nachbarn)
- Z 60 die soziale Umgebung (z.B. soziale Ausgrenzung)
- Z 61 negative Kindheitserlebnisse (z.B. Veränderung der Familienstruktur)
- Z 62 die Erziehung (z.B. Überprotektion)
- Z 63 den engeren Familienkreis (z.B. Tod eines Familienangehörigen)
- Z 64 bestimmte psychosoziale Umstände (z.B. Schwangerschaft)
- Z 65 andere psychosoziale Umstände (z.B. Verurteilung)
- Z 72 die Lebensführung (z.B. Mangel an körperlicher Bewegung)
- Z 73 Schwierigkeiten bei der Lebensbewältigung (z.B. Burn-Out, Akzentuierung von Persönlichkeitszügen)
- Z 74 Pflegebedürftigkeit (z.B. eingeschränkte Mobilität)

## Z-Klassifikation nach ICD-10

---

### Z 56 Probleme mit Bezug auf die Berufstätigkeit

- Z 56.0 Arbeitslosigkeit
- Z 56.1 Arbeitsplatzwechsel
- Z 56.2 drohender Arbeitsplatzverlust
- Z 56.2 belastende Einteilung der Arbeitszeit
- Z 56.4 Unstimmigkeit mit Vorgesetzten oder Kollegen
- Z 56.5 nicht zusagende Arbeit
- Z 56.7 andere physische oder psychische Belastung

Kohlhase  
Erinnerungseiche  
mit Gedenktafel,  
Kohlhasenbrück,  
Königsweg 313

**Hans Hans Kohlhase war ein „nicht unbegüterter Kaufmann zu Cölln an der Spree“. Ihm wurden 1532 auf der Straße von Wittenberg nach Leipzig auf Befehl des Junkers Günther von Zaschwitz zwei Pferde gestohlen. Daraus entwickelte sich ein langwieriger Rechtsstreit, der für Kohlhase zu keinem Erfolg führte. Die Fehde eskalierte. Aus Rache steckte Kohlhase die Stadt Wittenberg an drei Stellen an und beraubte einen Münztransport des brandenburgischen Kurfürsten Joachim II. Die erbeuteten Silbermünzen versenkte er als Vergeltung für erlittenes Unrecht im heutigen Kohlhasenbrück unter einer Brücke im Wasser. Deshalb wurde er am 22.3.1544 vor dem Berliner Georgentor gerädert. Er ist die Vorlage zu „Michael Kohlhaas“ von Heinrich von Kleist.**

## Verbitterung

---



Ausgeprägte Verbitterung ist stets verbunden mit einem brennenden Gefühl von Unfairness und Ungerechtigkeit, einem zur Gegenwehr herausfordernden Gefühl, dass einem grundlos oder zumindest ohne hinreichenden Grund Schlimmes widerfahren ist.

Verbitterung ist eine sich selbst verstärkende „masochistische Anpassungsreaktion“, die ein Gefühl von Kontrolle durch Selbstzerstörung gibt

*Alexander J (1960) The psychology of bitterness. Intern. J. Psychoanal. 41, 514- 520*

9

## Verbitterung als komplexe Emotion

---

etwas geht schief (man verpasst den Bus)

### **Frustration**

es hätte nicht sein müssen (man hat getrödelt)

### **Ärger**

jemand anders hätte anders handeln können (Der Fahrer hätte warten können)

### **Zorn**

es gibt keine Alternative mehr (es gibt keine andere Verbindung)

### **Hilflosigkeit**

was sich nicht mehr ändern wird (es war der letzte Bus)

### **Hoffnungslosigkeit**

jemand hat mit Absicht gehandelt (der Fahrer hat einen gesehen)

### **Aggression**

es ist sehr wichtig (man kommt zu spät zum Vorstellungsgespräch)

### **Verzweiflung**

man wird verhöhnt (der Fahrer lacht höhnisch)

### **Kränkung**

> Verbitterung

10

Unzufriedenheit im Osten nimmt zu. Durchwachsene Bilanz der Einheit  
Märkische Allgemeine 14/15. Sept. 2002  
G. Winkler: Sozialreport des Sozialwissenschaftlichen Forschungszentrums  
Berlin-Brandenburg

---

- nur 1% meint Ost und West seien zusammengewachsen, 59% sehen noch relativ große Unterschiede
- nur 20% der Ostdeutschen fühlen sich als „richtige Bundesbürger“
- 30% mußten sich mit einem Abstieg abfinden, 20% haben einen sozialen Aufstieg erlebt
- 2,5 Mio. Menschen haben seit 1990 Ostdeutschland verlassen
- 10% wollen die DDR wiederhaben

## Fallbeispiel: Spezielle Anamnese

---

- Patientin, weiblich, 55 Jahre, Medizinisch Technische Assistentin, seit 25 Jahren an diesem Arbeitsplatz
- in Kindheit, Jugend und Erwachsenenalter keine Probleme
- Vor 3 Jahren Veränderungen am Arbeitsplatz, neue Chefin, zunehmende Hektik, keine Wertschätzung
- Traumatisches Ereignis: Chefin meldete angeblichen Fehler an Personalabteilung, ohne sie vorher dazu zu hören: Bruch von Grundwerten der Patientin i.S. von „Anstand und Gerechtigkeit“ sowie Erleben von Herabwürdigung und Undankbarkeit nach 25 Jahren treuer und fehlerfreier Dienste.

## Fallbeispiel: Vorbehandlung

---

- **Einweisungsdiagnosen:** Akute Belastungsreaktion, Anpassungsstörung, Mobbing am Arbeitsplatz, Angststörung, progredienter Gewichtsverlust mit Untergewicht, Panikstörung
- **Vorbehandlung:** AU seit 1 Jahr, TfP seit 9 Monaten, Cipralex seit 3 Monaten
- **Sozialmedizinisches Gutachten** „...Aus nervenärztlicher Sicht ist die berufliche Leistungsfähigkeit hochgradig gefährdet...Im jetzigen Zustand wären eine Rückkehr an den Arbeitsplatz oder die Aufnahme einer anderen Tätigkeit nicht möglich“

13

## Posttraumatische Verbitterungsstörung

---

A: Es ist ein **schwerwiegendes negatives Lebensereignis zu** identifizieren, in dessen Folge sich die psychische Störung entwickelt hat. Der Patient ist sich über das Ereignis und den Zusammenhang mit seiner psychischen Verfassung bewusst.

B: Der Patient erlebt das kritische Lebensereignis als “ungerecht” und fühlt sich dem Ereignis und/oder dem Verursacher hilflos ausgeliefert.

C: Wenn das kritische Ereignis angesprochen wird, reagiert der Patient mit Verbitterung und aggressiven Phantasien gegen andere wie sich selbst. Die emotionale Grundstimmung ist dysphorisch-aggressiv-depressiv getönt. Einige Patienten berichten über phobische Symptomatik, die eng mit dem Ort oder Urheber des kritischen Ereignisses verbunden ist. Bei Ablenkung kann ein normaler Affekt gezeigt werden. Die affektive Modulation ist weitgehend ungestört. Der Antrieb ist reduziert und wirkt blockiert.

D: Dauer mindestens sechs Monate.

E: Wesentliche Beeinträchtigung und Blockierung beruflicher Aktivitäten

Linden M: The Posttraumatic Embitterment Disorder (PTED), Psychotherapy and Psychosomatics 2003, 72, 195 – 202

Linden et al, Fortschritt und Fortbildung in der Medizin. 2003, 27, 77 – 81

Linden et al, Der Nervenarzt, 2004, 75, 51 – 57

Schippan et al, Verhaltenstherapie, 2004, 14, 284-293,

Linden, Psychoneuro 2005, 31, 21-24

14



## Anpassungs- und Posttraumatische Störungen nach ICD-10

---

- F 43 Reaktion auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen
  - F 43.0 akute Belastungsreaktion
  - F 43.1 posttraumatische Belastungsstörung
  - F 43.2 Anpassungsstörung
    - F 43.20 kurze depressive Reaktion
    - F 43.21 längere depressive Reaktion
    - F 43.22 gemischt ängstlich-depressive Reaktion
    - F 43.23 mit anderen Gefühlen
    - F 43.24 vorwiegend Störung des Sozialverhaltens
    - F 43.28 sonstige Symptome
  
- F 62 Andauernde Persönlichkeitsänderung
  - F 62.0 nach Extrembelastung
  - F 62.1 nach psychischer Erkrankung

## Differentialdiagnostik

---

- Affektqualität anhedon
  - Affektmodulation
  - Keine Rachegeanken
  
- Lebensbedrohliches kritisches Lebensereignis
  - Panikarousal
  
- Lebensspannproblematik
  
- Affektinkontinenz
    - Kognitive Beeinträchtigungen
  
- chronische psychische Änderung nach schweren (physischen oder psychischen) Dauerbelastungen

## Verbitterung in psychiatrischer Phänomenologie nichts Neues

---

Emil Kraepelin „Lehrbuch der Psychiatrie“ (1896)

- Verbitterungsaffekt beschrieben unter den „psychogenen Erkrankungen“
- Querulantenwahn als eine Form der „traumatischen Neurosen“
- Von Persönlichkeitsstörungen abgrenzbar

## Fallbeispiel: Psychopathologischer Befund

---

- Grundstimmung wirkt gedrückt-monoton, die affektive Modulation ist eingeschränkt.
- Appetit deutlich reduziert, Gewichtsabnahme von 5kg
- Ängste vor dem Arbeitsplatz einhergehend mit Panikattacken (Arousal, Unruhe,..), vermeidet in die Gegend ihrer Arbeitsstätte zu fahren und kann sich nicht vorstellen, das Gebäude zu betreten
- ist fixiert wie es beruflich weiter gehen sollte

## Fallbeispiel: Rache- und Aggressionsphantasien

---

- Die Pat. beschreibt „Wut und Hass gegenüber Chefin“.
- Phantasie „das Labor mit Chefin in Luft sprengen“
- könne Amokläufer verstehen
- Deutliche Genugtuung beim Gedanken an Racheakte
- „an Vergebung ist nicht zu denken“
- Pat. emotional deutlich involviert (weint, zittert, Atmung ist schwer...)
- Planung unkonkret
- berichtet erst nach längerer Exploration, starke Schamgefühle
- Keine Suizidalität oder erweiterte Suizidphantasien.
- PTED-Skala: Mittelwert: 3.89

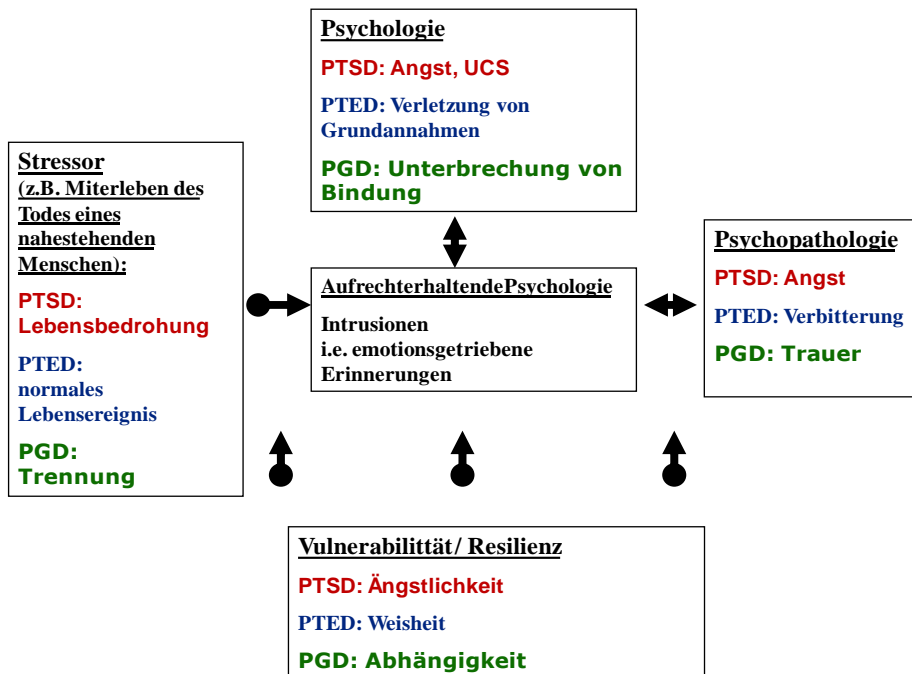
19

## Erklärungsansätze

---

- Einseitige Ressourcenverteilung
- Verletzung von Grundannahmen
- Blockade der „Weisheitskompetenzen“

20



## Belastungsbewältigung

- Faktoren zwischen Belastung/Stressor z.B. Trennung, Arbeitsplatzverlust) und Belastungsreaktion (z.B. Depression, Verbitterung)
  - Coping (Lazarus)
  - Kohärenzgefühl (Widerstandsfähigkeit) (Antonovsky)
  - Erlernte Hilflosigkeit, Attributionsstil und Sinnfindung (Attributionsstil: Lokalisation, Stabilität, und Globalität)
  - Kognitive Intelligenz
  - Komplexes Problemlösen und Expertentum
  - Emotionale Intelligenz
  - Vergebung
  - Moral
  - Weisheit

# Weisheit

---

- Definition: Expertise (im Sinne von Expertentum) im Umgang mit schwierigen Fragen des Lebens, wie zum Beispiel Fragen der Lebensplanung, Lebensgestaltung und Lebensdeutung (Baltes & Smith, 1990)
- Erikson (zentrale Entwicklungsaufgabe – Lebensschicksal zu meistern)
- Freud („Reife“ Schicksal zu akzeptieren)
- Höchste Form der Weisheit (Baltes & Smith 1990, Staudinger & Baltes, 1996) **„relativierendes, dialektisches und komplementäres Denken“**
  - Distanz zum eigenen Standpunkt
  - Offenheit für neue Erfahrungen
  - Empathie
  - Perspektivwechsel

# Weisheit

---

- Implizite Weisheitstheorien
  - Alltagspsychologisches Verständnis, als „Laientheorie“ – Befragung von Probanden was ist weise
  - Sternberg (1985) Beschreibungen hypothetischer Personen hinsichtlich ihrer Intelligenz, Kreativität und Weisheit beurteilen
    - Korrelation zwischen Weisheit und Intelligenz  $r=.94$
    - Korrelation zwischen Weisheit und Kreativität  $r=.62$
    - Korrelation zwischen Intelligenz und Kreativität  $r=.69$
- Explizite Weisheitstheorien
  - Weisheit nicht nur beschreiben, sondern weises Verhalten erklären und messen
  - Forschung seit über 20 Jahren (westliche Weisheitstheorien eher kognitiv, östliche Weisheitstheorien eher affektiv, reflektiv)

# Weisheitsforschung

---

Lyster (1996)

- „Offenheit für Erfahrung“ ist der beste Prädiktor für Weisheit

Ardelt (2005)

Sehr weise Personen

- können sich von belastenden Ereignissen besser distanzieren
- können reflektieren, dass nur die eigene Reaktion das Wohlbefinden beeinflusst
- haben aktive Copingstrategien (passiv: auf Gott verlassen)
- können erworbene Lebenserfahrung auf neue Situationen übertragen
- befassen sich mehr mit dem Wohlbefinden von anderen
- können sich kaum an unangenehme Ereignisse erinnern

# Weisheitsforschung

---

Baltes & Smith (1990)

- nur 5 % der Probanden sind weise

Baltes & Staudinger (1993):

- Bestimmte Berufsgruppen haben höhere Weisheitswerte als andere (Rechtsanwälte, Pfarrer, Klinische Psychologen)
- Schwacher Zusammenhang zwischen Weisheit und Alter

## Ist Weisheit lernbar?

---

Steigerung der Weisheitsleistung durch:

- 5 Minuten Bedenkzeit vor der Antwort
- Beratung mit einer nahe stehenden Person vor der Antwort
- Beratung mit einer nahe stehenden Person in der Vorstellung vor der Antwort
- Keine Steigerung der Weisheitsleistung durch eine entsprechende Weisheitsinstruktion

Baltes, Glück & Kunzmann (2002)

## Operationalisierung von Weisheit

n. Baumann & Linden 2008

---

1. Fakten- und Problemlösewissen (Baltes)
2. Kontextualismus (Baltes)
3. Wertrelativismus (Baltes)
4. Ungewissheitstoleranz (Baltes)
5. Perspektivwechsel (Ardelt)
6. Empathie (Salovey & Mayer)
7. Emotionswahrnehmung und Emotionsakzeptanz (Salovey & Mayer)
8. Emotionale Ausgeglichenheit (Serenität) und Humor (Salovey & Mayer)
9. Nachhaltigkeit (Salovey & Mayer)

## Therapieziel: Vermittlung von Weisheits-Kompetenzen

---

### Blick auf die Welt

#### 1. Fakten- und Problemlösewissen

generelles und spezifisches Wissen um Probleme und Problemkonstellationen, was Probleme konstituiert und welche Möglichkeiten der Problemlösung es gibt

#### 2. Kontextualismus

Wissen um die zeitliche und situative Einbettung von Problemen und die zahlreichen Umstände, in die ein Leben eingebunden ist

#### 3. Wertrelativismus

Wissen um die Vielfalt von Werten und Lebenszielen und die Notwendigkeit, jede Person innerhalb ihres Wertesystems zu betrachten, ohne dabei eine kleine Anzahl universeller Werte aus dem Auge zu verlieren

29

## Therapieziel: Vermittlung von Weisheits-Kompetenzen

---

### Blick auf andere Menschen

#### 4. Perspektivwechsel

Fähigkeit zur Beschreibung eines Problems aus der Sichtweise verschiedener daran beteiligter Personen

#### 5. Empathie

Fähigkeit, sich in das emotionale Erleben einer anderen Person hineinversetzen zu können

### Blick auf die eigene Person

#### 6. Problem- und Anspruchsrelativierung

Fähigkeit zur Bescheidenheit und zur Akzeptanz, dass die eigenen Probleme im Vergleich mit vielen Problemen der Welt nicht so wichtig genommen werden dürfen

#### 7. Selbstrelativierung

Fähigkeit zu akzeptieren, dass man selbst nicht immer am wichtigsten ist und vieles nicht nach dem eigenen Willen läuft oder sich an den eigenen Interessen orientiert

#### 8. Selbstdistanz

Fähigkeit, die Wahrnehmungen und Bewertungen der eigenen Person aus der Sicht anderer Menschen erkennen und nachvollziehen zu können

30



## Therapieziel: Vermittlung von Weisheits- Kompetenzen

---

### **Blick auf das eigene Erleben**

9. Emotionswahrnehmung und Emotionsakzeptanz  
Fähigkeit zur Wahrnehmung und Akzeptanz eigener Gefühle

10. Emotionale Serenität und Humor

Fähigkeit zur emotionalen Ausgeglichenheit, zur Steuerung der eigenen Emotionen nach Situationserfordernissen sowie die Fähigkeit, sich selbst und die eigenen Schwierigkeiten mit Humor zu betrachten

### **Blick auf die Zukunft**

11. Ungewissheitstoleranz  
Wissen um die dem Leben inhärente Ungewissheit bezüglich Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft

12. Nachhaltigkeit (z.B. Marshmallow – Test; Soda 1990)

Wissen um negative und positive Aspekte jedes Geschehens und Verhaltens, sowie kurz- und langfristige Konsequenzen, die sich auch widersprechen können

31

## **Weisheit**

---

- Die Wahrheit der Weisheit liegt in ihrer Bewährung. Sie ist weder schön, wie die Kunst, noch gut, wie die Moral, noch heilig, wie die Religion oder interessant wie die Wissenschaft (Assmann, 1991)
- Expertise (im Sinne von Expertentum) im Umgang mit schwierigen Fragen des Lebens, wie z. B. Fragen der Lebensplanung, Lebensgestaltung und Lebensdeutung (Baltes & Smith 1990)
- Weisheit ist die Fähigkeit, unlösbare Probleme zu lösen (Baumann & Linden 2009)

## Weisheitstherapie

---

### Schritt 1

- Aufbau einer tragfähigen therapeutischen Beziehung
- Analyse und Exploration des kritischen Lebensereignisses
- Förderung von Änderungsmotivation

### Schritt 2

- Kognitive Umstrukturierung
- „Weisheitstraining“ z.B. mit „Methode der unlösbaren Probleme“

### Schritt 3

- evtl. Kompetenzaufbau (keine Problemlösung)
- Abbau von Rückzugs- und Meidungsverhalten, Exposition
- Aufbau neuer Perspektiven

## Wertrelativierung durch Rollentausch mit Prototypen

---

Großmutter	die gütige Großmutter, die ihre Kinder durch den Krieg gebracht hat und in ihrem Leben viel erlebt hat
Manager	beschäftigt sich mit praktischen Problemlösungen
Pfarrer	beschäftigt sich mit moralischen und philosophischen Fragen
Psychologe	beschäftigt sich mit menschlichem Verhalten und Problemen
Kulturforscher	beschäftigt sich mit den Unterschieden in der Lebensweise von Menschen in verschiedenen Ländern

## Methode der unlösbaren Lebensprobleme

---

### Arbeit

Herr Schmitt hat den Betrieb mit aufgebaut und sich durch harte Arbeit vom einfachen Angestellten hochgearbeitet und seit 25 Jahren erfolgreich eine Abteilung geleitet. Nach einem Arbeitsunfall mit längerem Krankenhausaufenthalt verliert er die Abteilungsleitung und ihm wird ein junger Universitätsabsolvent vorgesetzt.

### Familie

Frau Müller hat sich in ihrer 20jährigen Ehe um Haushalt, Kindererziehung und gesellschaftliche Verpflichtungen gekümmert, um ihren Ehemann bei seiner Karriere zu unterstützen. Ihr Ehemann verlässt sie nun wegen seiner deutlich jüngeren Assistentin, in der er die große Liebe seines Lebens gefunden zu haben glaubt.

## Methode der unlösbaren Lebensprobleme

---

### Beispielproblem

Herr Schmitt hat den Betrieb mit aufgebaut und sich durch harte Arbeit vom einfachen Angestellten hochgearbeitet und seit 25 Jahren erfolgreich eine Abteilung geleitet. Nach einem Arbeitsunfall mit längerem Krankenhausaufenthalt verliert er die Abteilungsleitung und ihm wird ein junger Universitätsabsolvent vorgesetzt.

### der Patient kommentiert das Problem aus der Sicht von

Herrn Schmitt, des Universitätsabsolventen, des Personalchefs  
Großmutter, Manager, Psychologe u.a.

### gelernt werden

Perspektivwechsel, Empathie, Kontextualismus, Wertrelativismus,  
Nachhaltigkeit, Selbstdistanz,

## Vergebung

---

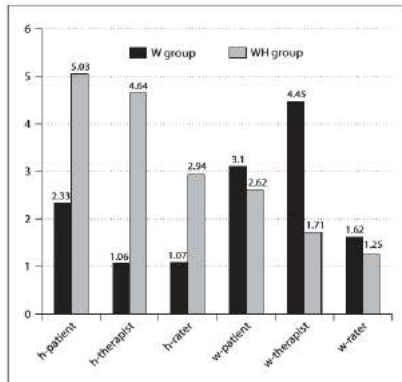
- Rechtfertigung – Justification  
(keine Schuld)
- Verständnis – Understanding  
(ohne Ärger)
- **Vergebung – Forgiveness  
(kein Groll/Resentment, keine Rache)**
- Verzeihung – Condoning  
(Mitteilung der Vergebung an den Täter)
- Begnadigung – Pardoning  
(Beendigung von Sanktionen)
- Versöhnung – Reconciliation  
(zurück zum Status ante)
- Vergessen – Forgetting  
(ungeschehen machen)

Lin et al, J consult Clin Psychol 2004)

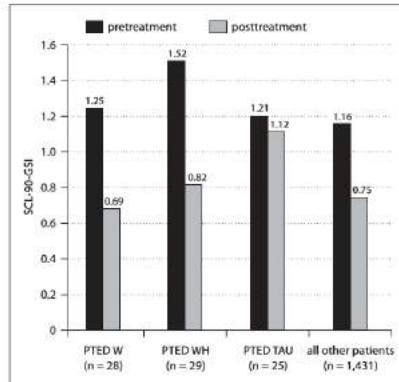
## Fallbeispiel: Therapieverlauf der Patientin

---

- **Einzeltherapie**
  - Weisheitstherapie
  - Konfrontation (Exposition in sensu) mit Arbeitsplatz
- **Gruppentherapie**
  - Weisheitstherapie: Strategien im Umgang mit Lebenskrisen und Belastungssituationen
  - Techniken zur Problemlösung und Verbesserung der sozialen Kompetenz
- **Zusatzbehandlungen**
  - Bewegungstherapie; PMR; Ergotherapie; Sozialberatung
- **Verlauf**
  - kleinschrittige Entwicklung, bei Entlassung emotional aufgelockerter und erleichterter, Verbitterung deutlich gebessert.
  - Keine akuten Aggressionsphantasien mehr eruierbar
  - Arbeitsplatzphobie besteht weiterhin, berufliche Perspektive weiterhin ungewiss, Pat. konnte sich eine Tätigkeit in ihrem Beruf ohne Schichtdienst an anderer Arbeitsstelle vorstellen, hat Bewerbungen begonnen.
- **Entlassungsdiagnose:** F 43.8 Verbitterungsstörung



**Fig. 1.** Rating of wisdom and hedonia strategies. W = Wisdom group; WH = wisdom and hedonia group; h-patient = rating of hedonia strategies by the patient; h-therapist = rating of hedonia strategies by the therapist; h-rater = rating of hedonia strategies by a blind rater; w-patient = rating of wisdom strategies by the patient; w-therapist = rating of wisdom strategies by the therapist; w-rater = rating of wisdom strategies by a blind rater.



**Fig. 2.** SCL-90-GSI self-rating before and after treatment.

7-step Likert scale (0 = does not apply at all, 1 = applies very little, 2 = applies a little, 3 = applies somewhat, 4 = applies in parts, 5 = applies mostly, 6 = applies fully). The average scores across all wisdom or hedonia ratings serve as a measure for treat-

Windows aktivie  
Wechseln Sie zu den E

## Literatur

- Baumann & Linden (2008). Weisheitskompetenzen und Weisheitstherapie. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Linden (2003). The Posttraumatic Embitterment Disorder. *Psychopathology and Psychosomatics*, 72, 195-202.
- Linden, Rotter, Baumann & Lieberei (2007). Posttraumatic Embitterment Disorder. Toronto: Hogrefe & Huber.
- Linden, Baumann, Rotter & Schippan (2007). The Psychopathology of Posttraumatic Embitterment Disorders. *Psychopathology*, 40, 159-165.
- Linden, Rotter, Baumann & Lieberei (2009). The Posttraumatic Embitterment Disorder Self-Rating Scale (PTED Scale). *Clinical Psychology Psychotherapy*, 16, 139-147.
- Linden (2017). Verbitterung und Posttraumatische Verbitterungsstörung. Fortschritte der Psychotherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Muschalla & Linden (2010). Embitterment and the workplace. In: Linden, M., & Maercker, A. (Eds.). *Embitterment. Societal, psychological and clinical perspectives*. Wien: Springer, pp. 152-165.
- Schippan, Baumann & Linden (2004). Weisheitstherapie – kognitive Therapie der posttraumatischen Verbitterungsstörung. *Verhaltenstherapie*, 14, 284-293.