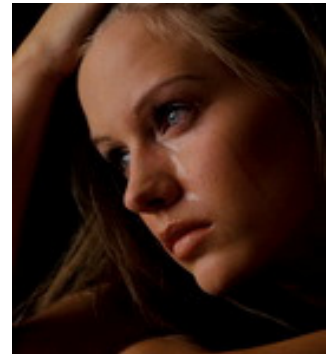


Labsal der Tränen

Chronische Trauer kann ähnlich wie eine Sucht wirken und das neuronale Belohnungssystem aktivieren. Das fanden Forscher der University of California in Los Angeles heraus. Demnach aktivieren oft wiederholte, von Verlustgefühlen geprägte Erinnerungen die Belohnungszentren im Gehirn. Dies könnte es den Betroffenen erschweren, loszulassen und sich in ihrem Leben neu zu orientieren.



Ein Team um Mary-Frances O'Connor untersuchte im Kernspintomografen die Hirnaktivität von 23 Frauen mit einem Brustkrebs-Todesfall in der Familie. Zwölf Teilnehmerinnen zeigten laut einem psychologischen Screening Anzeichen »komplizierter Trauer«: Bei ihnen war der seelische Schmerz auch mehrere Monate danach noch sehr stark, sie fühlten sich einsam und blickten eher pessimistisch in die Zukunft. Die anderen elf trauerten in normalem Umfang.

Beim Betrachten von Fotos der Verstorbenen regte sich nur bei den kompliziert Trauernden der Nucleus accumbens - eine zentrale Schaltstelle der Belohnungssystems. Diese Reaktion fiel umso stärker aus, je intensiver die von den Freiwilligen bekundeten Verlassenheitsgefühle waren. Mit dem Schmerzempfinden assoziierte Hirnareale waren dagegen bei allen gleich aktiv.

Die Wissenschaftler vermuten, dass kompliziert Trauernde im Lauf der Zeit psychisch abhängig werden von den Gefühlen, die die Beschäftigung mit dem erlittenen Verlust auslöst. »Sie werden süchtig nach der neuronalen Belohnung«, so O'Connor. Dabei sei es zweitrangig, ob diese emotional positiv oder negativ besetzt ist. Um von der Droge »Trauer« loszukommen, müssen die Betroffenen lernen, den Schicksalsschlag zu akzeptieren.