

## Kollektives Trauma & Heilung

### Description

Neue Website: [kollektive-heilung.de/](http://kollektive-heilung.de/)

\*\*\*

Hirschberger, G.. (2018). Collective trauma and the social construction of meaning. *Frontiers in Psychology*

Plain numerical DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01441

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“Collective trauma is a cataclysmic event that shatters the basic fabric of society. aside from the horrific loss of life, collective trauma is also a crisis of meaning. the current paper systematically delineates the process that begins with a collective trauma, transforms into a collective memory, and culminates in a system of meaning that allows groups to redefine who they are and where they are going. for victims, the memory of trauma may be adaptive for group survival, but also elevates existential threat, which prompts a search for meaning, and the construction of a trans-generational collective self. for perpetrators, the memory of trauma poses a threat to collective identity that may be addressed by denying history, minimizing culpability for wrongdoing, transforming the memory of the event, closing the door on history, or accepting responsibility. the acknowledgment of responsibility often comes with disidentification from the group. the dissonance between historical crimes and the need to uphold a positive image of the group may be resolved, however, in another manner; it may prompt the creation of a new group narrative that acknowledges the crime and uses it as a backdrop to accentuate the current positive actions of the group. for both victims and perpetrators, deriving meaning from trauma is an ongoing process that is continuously negotiated within groups and between groups; it is responsible for debates over memory, but also holds the promise of providing a basis for intergroup understanding.”

Duane, A. M., Stokes, K. L., DeAngelis, C. L., & Bocknek, E. L.. (2020). Collective Trauma and Community Support: Lessons From Detroit. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*

Plain numerical DOI: 10.1037/tra0000791

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“The covid-19 crisis can be defined as a collective trauma, which contributes to an upheaval of

community connection and functioning. the current pandemic has also illuminated disparities in mental health supports. in this commentary, we highlight one community organization, located in metro detroit, that has responded to the trauma by bolstering resources and supports for residents, many of whom are ethnoracial minorities.”

Watson, M. F., Bacigalupe, G., Daneshpour, M., Han, W. J., & Parra-Cardona, R.. (2020).

COVID-19 Interconnectedness: Health Inequity, the Climate Crisis, and Collective Trauma. Family Process

Plain numerical DOI: 10.1111/famp.12572

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

“The covid-19 pandemic brings to the forefront the complex interconnected dilemmas of globalization, health equity, economic security, environmental justice, and collective trauma, severely impacting the marginalized and people of color in the united states. this lack of access to and the quality of healthcare, affordable housing, and lack of financial resources also continue to have a more significant impact on documented and undocumented immigrants. this paper aims at examining these critical issues and developing a framework for family therapists to address these challenges by focusing on four interrelated dimensions: cultural values, social determinants of health, collective trauma, and the ethical and moral responsibility of family therapists. given the fact that family therapists may unwittingly function as the best ally of an economic and political system that perpetuates institutionalized racism and class discrimination, we need to utilize a set of principles, values, and practices that are not just palliative or after the fact but bring forth into the psychotherapeutic and policy work a politics of care. therefore, a strong call to promote and advocate for the broader continuum of health and critical thinking preparing professionals to meet the challenges of health equity, as well as economic and environmental justice, is needed. the issues discussed in this paper are specific to the united states despite their relevance to family therapy as a field. we are mindful not to generalize the united states’ reality to the rest of the world, recognizing that issues discussed in this paper could potentially contribute to international discourse.”

Kelly, M., Lubitow, A., Town, M., & Mercier, A.. (2020). Collective Trauma in Queer Communities. Sexuality and Culture

Plain numerical DOI: 10.1007/s12119-020-09710-y

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

“Building on previous scholarship theorizing collective trauma in communities of color, we assess experiences of collective trauma in queer communities, drawing on qualitative interviews with 80 queer people in portland, oregon. most common in participant narratives were discussions of external trauma inflicted upon the queer community, such as trauma from political battles over queer rights, hate crimes, and cissexism. yet, participants also mentioned trauma that originated from within the community, such as racism in the queer community, as having a significant impact on their lived

experiences. collective trauma in queer communities differs from trauma in communities of color in a variety of ways; most notable is the lack of intergenerational transmission of community history in queer communities.”

Tcholakian, L. A., Khapova, S. N., van de Loo, E., & Lehman, R.. (2019). Collective traumas and the development of leader values: A currently omitted, but increasingly urgent, research area. *Frontiers in Psychology*

Plain numerical DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01009

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

“The number of worldwide traumatic events is significant, yet the literature pays little attention to their implications for leader development. this article calls for a consideration of how collective trauma such as genocide and the holocaust can shape the values of leaders, who are second- and third-generation descendants. drawing on research on the transgenerational transmission of collective trauma and leader values, we show how collective trauma resides in (1) cultural rituals and artifacts, (2) community events and commemorations, and (3) family narratives is transmitted to leader descendants through at least three channels: social learning, social identity, and psychodynamics. we also offer propositions that recommend ways in which the transmission of these repositories can shape certain leader values that guide leader behaviors. our conceptual review suggests that the transmission of collective trauma on leader development and leader values remains under-researched, offering prospects for new research and learning on the origins and seeds of leader development.”

Stanley, B. L., Zanin, A. C., Avalos, B. L., Tracy, S. J., & Town, S.. (2021). Collective Emotion During Collective Trauma: A Metaphor Analysis of the COVID-19 Pandemic. *Qualitative Health Research*

Plain numerical DOI: 10.1177/10497323211011589

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

“This study provides insight into lived experiences of the covid-19 pandemic in the united states. participant metaphors of the pandemic were collected by conducting in-depth semi-structured interviews (n = 44). participants were asked to compare the pandemic with an animal and with a color, and to provide contextual sensemaking about their metaphors. a metaphor analysis revealed four convergent mental models of participants’ pandemic experiences (i.e., uncertainty, danger, grotesque, and misery) as well as four primary emotions associated with those mental models (i.e., grief, disgust, anger, and fear). through metaphor, participants were able to articulate deeply felt, implicit emotions about their pandemic experiences that were otherwise obscured and undiscussable. theoretical and practical implications of these collective mental models and associated collective emotions related to the unprecedented collective trauma of the covid-19 pandemic are discussed.”

Pain, R.. (2022). Collective trauma? Isolating and commoning gender-based violence. *Gender, Place*

and Culture

Plain numerical DOI: 10.1080/0966369X.2021.1975103

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“This paper considers the tensions between individual and collective experiences, responses and framings in gender-based violence (gbv). i explore three concepts that aid understanding of gbv—isolating, collective trauma and commoning—and question their utility in understanding trauma and the process of survival. the arguments are evidenced with survivors’ testimony from a participatory action research project on experiences of trauma from gbv. first, the isolating of survivors, taking multiple forms, is not just ‘how it is’, but a condition created and exploited by perpetrators and buttressed by social perceptions and practices to reduce access to sources of support. second, i consider whether gbv might be thought of as collective trauma, a concept from black and postcolonial literatures to describe structural traumas that are communal in nature. i explore the collective aspects of experiencing, surviving and rebuilding from gbv, and resonances and discontinuities with this notion of collective trauma. third, commoning emphasises mutual aid in resistance to violence, and better reflects diverse experiences of gbv. it offers an alternative promise of collective care in an era of shrinking and neoliberalising service provision, illuminating existing practices by which gbv survivors and feminist organisations work to make and remake survival.”

Short, D., & Szolucha, A.. (2019). Fracking Lancashire: The planning process, social harm and collective trauma. Geoforum

Plain numerical DOI: 10.1016/j.geoforum.2017.03.001

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“To date there have been very few studies that have sought to investigate the crimes, harms and human rights violations associated with the process of ‘extreme energy’ whereby energy extraction methods grow more ‘unconventional’ and intense over time as easier to extract resources are depleted. the fields of rural sociology and political science have produced important perception studies but few social impact studies. the field of ‘green criminology’ while well suited to examining the impacts of extreme energy given its focus on social and environmental ‘harms’ has produced just one citizen ‘complaint’ study to date. it is vital that more social and environmental impact studies become part of the local, national and international public policy debate. to this end, in the following paper we seek to move beyond perception studies to highlight the harms that can occur at the planning and approval stage. indeed, while the uk is yet to see unconventional gas and oil extraction reach the production stage, as this article shows, local communities can suffer significant harms even at the exploration stage when national governments with neoliberal economic agendas are set on developing unconventional resources in the face of considerable opposition and a wealth of evidence of environmental and social harms. this paper takes a broad interdisciplinary approach, inspired by green criminological insights, that shows how a form of ‘collective trauma’ has been experienced at the

exploration stage by communities in the north of England.”

Aydin, C.. (2017). How to Forget the Unforgettable? On Collective Trauma, Cultural Identity, and Mnemotechnologies. *Identity*

Plain numerical DOI: 10.1080/15283488.2017.1340160

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“Nietzsche’s notion of ‘active forgetting’ is employed to better understand the disruptive and destructive influence of collective trauma on cultural identity. throughout the article genocide is taken as a cause of extreme trauma and used to illustrate this impact. active forgetting in this context should not be confused with memories fading away; it is rather a positive and active force, a capacity which an individual, a society, or a culture needs to prosper. this notion provides guidance on how to banish the trauma to the extent that it ceases to paralyze the traumatized group. technological skills that release negative emotions and ideas generated by the trauma from the collective memory—mnemotechnologies—are required to restore the capacity of forgetting.”

Kalsched, D.. (2021). Intersections of personal vs. collective trauma during the COVID-19 pandemic: the hijacking of the human imagination. *Journal of Analytical Psychology*

Plain numerical DOI: 10.1111/1468-5922.12697

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“This paper explores how the deadly shadow of covid-19 passing over the earth constitutes a collective trauma that frequently opens up or ‘triggers’ un-remembered personal trauma, and it provides clinical examples of these intersections. the paper further explores how the human imagination, which we normally utilize to make meaning out of traumatic experience, can be hijacked by fear – leading to avoidance of suffering and to illusory formulations and alternative realities such as conspiracy theories. alternatively, the imagination can be employed in more realistic and creative ways – leading through conscious suffering to healing and wholeness. which path the imagination takes is shown to depend on the capacity of individuals to feel the full reality of the human condition in general and the exquisite vulnerability of our existence as fragile human beings at this moment in history. ernest becker’s analysis of our ‘denial of death’ and his urgency to embrace our common human vulnerability is explored in relation to jung’s early tendency to deny the body. the author proposes that the more creative uses of the imagination, connected to a more humble and realistic apprehension of our common destiny, may be seen in the ‘black lives matter’ movement that swept the world in the aftermath of the covid-19 outbreak.”

Salinas, M., & Salinas, J. L.. (2021). We Are from Nowhere”: A Qualitative Assessment of the Impact of Collective Trauma from the Perspective of Resettled Bhutanese Refugees. *Health Equity*

Plain numerical DOI: 10.1089/heap.2020.0116

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“Background: limited research has explored mental health concerns and collective trauma experienced by bhutanese refugees due to their displacement from bhutan, refugee camp life in nepal, and resettlement to u.s. society. purpose: to understand how collective trauma experienced by bhutanese refugees influences the process of resettlement and integration into u.s. society to better address mental health concerns from the community. methods: qualitative data were collected through four focus groups (n=40) with bhutanese refugee women in central massachusetts from june to november of 2016 to discuss refugee resettlement experiences and mental health concerns. findings: bhutanese refugees shared insights on their resettlement experiences where several broader themes emerged, including historical collective trauma, closed-door culture, and processing mental health stigma. the displacement from bhutan, hardships in nepal refugee camps, and isolation in u.s. society led to a collective trauma among the community. participants described america as having a closed-door culture that limits their integration into society, causing unique challenges based on their context of integration. the collective trauma also poses challenges toward processing mental health stigma, yet community building offers insights on how bhutanese refugees can address these issues in collective spaces. conclusions: the historical collective trauma must be considered when working with bhutanese refugees to understand the context of their resettlement to address mental health concerns.”

Liu, S. R., Kia-Keating, M., & Modir, S.. (2017). Hope and adjustment to college in the context of collective trauma. *Journal of American College Health*

Plain numerical DOI: 10.1080/07448481.2017.1312412

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### Show/hide publication abstract

“Objectives: to understand predictors of first-year college adjustment in the context of collective trauma, including a school shooting. participants: two consecutive years of entering freshman (year 1 (y1) n = 169, year 2 (y2) n = 94) were surveyed over time: y1 in october 2012 and march 2013, and y2 in october 2013 and august 2014. during y2, several collective traumas occurred, impacting the campus community and providing a stark comparison. methods: online surveys measuring predictors at the start of each year and adjustment at the end of each year. results: hope was the only significant predictor of adjustment when included in a regression model with depression symptoms in y1, and with depression symptoms, baseline posttraumatic stress symptoms, and traumatic exposure in y2. conclusions: fostering hope may promote college adjustment, regardless of collective traumas that might occur on campus.”

Koh, E.. (2021). The Healing of Historical Collective Trauma. *Genocide Studies and Prevention*

Plain numerical DOI: 10.5038/1911-9933.15.1.1776

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)



## Show/hide publication abstract

“ Historical collective trauma is embedded in the shared consciousness of a collective, which can be considered as being the collective’s culture . the healing of historical collective trauma is a most complex and challenging task. at the core of it is a collective process of working through painful and overwhelming experiences, which is only possible in a safe and supportive environment. this process involves remembering and making sense of defined events and depends on the possession of a capable and authentic ‘collective thinking apparatus,’ which is proposed here, to be a function of a collective’s culture. the healing of single, defined traumatic events is, in many instances, limited by a pervasive, insidious, and continuing process of damage to and distortion of the underlying culture. this is a complex form of cultural trauma that needs to be addressed in order for the healing of historical collective trauma to be fully accomplished. ”

Bednarek, S.. (2021). Climate change, fragmentation and collective trauma. Bridging the divided stories we live by\*. Journal of Social Work Practice

Plain numerical DOI: 10.1080/02650533.2020.1821179

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

## Show/hide publication abstract

“This article explores psychological responses to climate change with the lenses of brain hemisphere imbalance, the fragmentation process of collective trauma and the jungian maturation theory of two halves of life, which views suffering as a necessary component in the move towards a ripened culture. the perspective of climate trauma is widened to an inter-generational aspect. the article argues that the disowned and marginalised aspects of society need to be re-integrated, bridging cultural compartmentalisation and balancing the unequal representation of left and right hemisphere attributes. the writing itself aims to demonstrate this by weaving in and out of different paradigms.”

Zara, A.. (2018). Collective trauma cycle: The healing role of reconciliation, forgiveness and restorative justice in collective traumas. Klinik Psikiyatri Dergisi

Plain numerical DOI: 10.5505/kpd.2018.36449

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

## Show/hide publication abstract

“Although collective traumas have a serious impact on the mental health of the community, the real challenge is solving the problem of how to live together after all committed persecutions. in countries like rwanada, south africa, yugoslavia, chile and uruguay, trauma victims often had to live side by side with torturers, which has led to almost insurmountable problems in the community’s reconstruction process and the healing of collective wounds had to deal with issues such as truth, justice, compensation, restoration, forgiveness and reconciliation. collective trauma can be solved with both individual and societal studies to prevent generational transmission. for peace building through breaking the cycle of victimization and aggression, it is necessary to approach ethnic and transnational

conflicts with a peaceful problem-solving approach involving truth, understanding, reconciliation, forgiveness and restorative justice. above all, to break the chain that transfers the feelings of hatred, shame and guilt to one another, it is necessary the victims, the offenders and their partners to meet each other and their consciences."

Somasundaram, D.. (2014). Addressing collective trauma: Conceptualisations and interventions.. Intervention: Journal of Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Affected Areas

### **Show/hide publication abstract**

"Complex situations following war and natural disasters have a psychosocial impact not only on the individual, but also then family, community and the larger society. fundamental changes in the functioning of the family and community can be observed as a result of these impacts. at the family level, the dynamics of single parent families, lack of trust among members, changes in significant relationships and child rearing practices are seen. communities tend to be more dependent, passive, silent, without leadership, mistrustful and suspicious. additional adverse effects include the breakdown of traditional structures, institutions and familiar ways of life, and deterioration in social norms, ethics and loss of social capital. collective trauma can be studied using sophisticated multilevel statistical analysis, with social capital as a marker. a variety of community level interventions have been tried, though a scientifically robust evidence base for their effectiveness has yet to be established. this article advocates that post disaster relief, rehabilitation and development programmes need to address the problem of collective trauma, particularly using integrated holistic approaches. (psycinfo database record (c) 2015 apa, all rights reserved). (journal abstract)"

Erfan, A.. (2017). Confronting collective traumas: an exploration of therapeutic planning. Planning Theory and Practice

Plain numerical DOI: 10.1080/14649357.2016.1249909

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

"This paper details an exploration in therapeutic planning that took place in a small indigenous community in canada. the researcher engaged in exploratory action research that intentionally prioritized healing of collective traumas. with this intention, a series of community planning meetings were conducted, using a facilitation method known as deep democracy. modest but promising therapeutic effects are documented in this paper, using various measures of success. findings suggest that planning forums are suitable for healing because they offer an indirect but tangible path into collective traumas. the author offers an expanded definition for therapeutic planning and argues that an emotionally engaged therapeutic orientation to planning is increasingly important to face and transform the challenges of today's communities. implications for planning theory, practice and education are explored."

Garfin, D. R., Holman, E. A., & Silver, R. C.. (2015). Cumulative Exposure to Prior Collective Trauma and Acute Stress Responses to the Boston Marathon Bombings. Psychological Science



Plain numerical DOI: 10.1177/0956797614561043

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

“The role of repeated exposure to collective trauma in explaining response to subsequent community-wide trauma is poorly understood. we examined the relationship between acute stress response to the 2013 boston marathon bombings and prior direct and indirect media-based exposure to three collective traumatic events: the september 11, 2001 (9/11) terrorist attacks, superstorm sandy, and the sandy hook elementary school shooting. representative samples of residents of metropolitan boston (n = 846) and new york city (n = 941) completed internet-based surveys shortly after the boston marathon bombings. cumulative direct exposure and indirect exposure to prior community trauma and acute stress symptoms were assessed. acute stress levels did not differ between boston and new york metropolitan residents. cumulative direct and indirect, live-media-based exposure to 9/11, superstorm sandy, and the sandy hook shooting were positively associated with acute stress responses in the covariate-adjusted model. people who experience multiple community-based traumas may be sensitized to the negative impact of subsequent events, especially in communities previously exposed to similar disasters.”

Claassens, L. J.. (2022). Finding Words in the Belly of Sheol: Reading Jonah’s Lament in Contexts of Individual and Collective Trauma. Religions

Plain numerical DOI: 10.3390/rel13020091

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

### **Show/hide publication abstract**

“By reading jonah’s lament in jonah 2 through the lens of trauma hermeneutics, this article will try to better understand the words that have been assigned to the main character jonah, which represent a community’s deep sorrow in the aftermath of the unspeakable horrors of warfare. read as an attempt to ascribe meaning to individual and collective trauma, i propose that jonah’s lament in jonah 2 taps into the metaphors and images available in the lament tradition of the book of psalms. the application of symbolic language in ascribing meaning to traumatic events is particularly significant, and may help us derive new layers of meaning from the words placed into the mouth of the prophet who finds himself in the belly of sheol.”

Mahamid, F. A.. (2020). Collective Trauma, Quality of Life and Resilience in Narratives of Third Generation Palestinian Refugee Children. Child Indicators Research

Plain numerical DOI: 10.1007/s12187-020-09739-3

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

## Show/hide publication abstract

“The purpose of this study was to test collective trauma, quality of life and resilience in narratives of palestinian refugee children. the sample consisted of (30) children aged (14–16) years selected exclusively from five (5) palestinian refugee camps (balata, askar, ein beit al-ma’, nur shams, and jenin) established after the 1948 nakba in the west bank region of palestine. results demonstrated that children in today’s palestinian camps suffer from collective trauma, they considered the 1948 nakba as a ‘losing’ experience as it has affected all generations of palestinian refugees. results also showed that children in palestinian camps suffer from poor quality of life; they live in very narrow homes and places, with lack of stadiums and recreational facilities. participants of this research, however, appeared to demonstrate a high level of resiliency, positive self-efficacy, and responsibility to deal with difficult and stressful events; despite poor quality of life and collective traumatic experiences they have had.”  
Rinker, J., & Lawler, J.. (2018). Trauma as a collective disease and root cause of protracted social conflict. Peace and Conflict

Plain numerical DOI: 10.1037/pac0000311

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

## Show/hide publication abstract

“Collective historical trauma underlies much of the social conflict in the world today. this article places the processes of collective trauma at the center of both conflict analysis and transformation. as a collaborative analysis between a clinical psychologist and a peace and conflict studies scholarpractitioner, the authors open a trans-disciplinary research agenda on trauma as a collective disease and underaddressed root cause of protracted social conflict. applying the strategies for trauma awareness and resilience (star) model, an innovative model developed by eastern mennonite university and church world service following the september 11, 2001 attacks, the authors explore collective trauma as a cyclical process and use two case studies involving interactions between officers of the state and citizens from marginalized communities in palestine-israel and the united states. the authors aim to bring to the fore of their respective disciplines a critical discussion of the social dynamics, societal costs, and potential solidarities of privileging collective trauma.”  
Cypress, B. S.. (2021). Collective trauma: An evolutionary concept analysis. Nursing Forum

Plain numerical DOI: 10.1111/nuf.12550

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

## Show/hide publication abstract

“The purpose of this article is to explore the meaning, and derive an operational definition, of the concept of collective trauma. a search of the databases cinahl, ovid medline, and psycinfo revealed no concept analysis about collective trauma. using rodger’s approach, this evolutionary concept analysis clarifies the concept’s surrogate and related terms, attributes, antecedents, and consequences, and proposes a derived definition. a clearer conceptualization of collective trauma is

---

crucial for nurses and other health care professionals in their practice, theory and research.”  
Taylor, M.. (2020). Collective trauma and the relational field.. Humanistic Psychologist

Plain numerical DOI: 10.1037/hum0000215

[DOI URL](#)

[directSciHub download](#)

## Show/hide publication abstract

“Taken from a whole field perspective, this article considers some of the factors and processes that form the ground from which collective experiences may be constructed as being traumatic. the history of pandemics sheds light on the current coronavirus pandemic, in which we see these processes repeated, as is the nature of trauma. changes in our ways of being in the world, and with one another, especially when working in an unfamiliar space, are viewed through the lens of meeting, contact, and disconnection. (psycinfo database record (c) 2021 apa, all rights reserved)”

\*\*\*

### Kollektives Trauma (generische Definition)

Der Begriff des kollektiven Traumas bezeichnet die „psychologischen Reaktionen auf ein traumatisches Ereignis, das eine ganze Gesellschaft betrifft“. Das kollektive Trauma stellt nicht nur eine historische Tatsache oder ein Ereignis dar, sondern ist eine kollektive Erinnerung an ein schreckliches Ereignis, das dieser Gruppe von Menschen widerfahren ist.

Der amerikanische Soziologe Kai Erikson war einer der ersten, der das kollektive Trauma in seinem Buch *Everything in Its Path* dokumentierte, in dem er die Folgen einer katastrophalen Überschwemmung im Jahr 1972 festhielt.

Gilad Hirschberger vom Interdisciplinary Center, Herzliya, Israel, definiert den Begriff:

Der Begriff kollektives Trauma bezieht sich auf die psychologischen Reaktionen auf ein traumatisches Ereignis, das eine ganze Gesellschaft betrifft; er spiegelt nicht nur eine historische Tatsache, die Erinnerung an ein schreckliches Ereignis, das einer Gruppe von Menschen wider. Es deutet darauf hin, dass die Tragödie im kollektiven Gedächtnis der Gruppe repräsentiert ist, und wie alle Formen des Gedächtnisses umfasst es nicht nur eine Reproduktion der Ereignisse, sondern auch eine fortlaufende Rekonstruktion des Traumas in dem Versuch, ihm einen Sinn zu geben.

Laut Thomas Hübl, einem Autor und Lehrer, der Schulungen leitet, die internationale Gruppen zusammengebracht haben, um die Dynamik gemeinsamer kollektiver Traumata zu entschlüsseln:

Ob individuell oder kollektiv, Trauma fragmentiert und zerbricht. Es verleugnet und verstummt. Es führt zu Verleugnung und Vergessen. Um zu seiner Heilung beizutragen, müssen wir uns entscheiden, anzuerkennen, zu bezeugen und dadurch gemeinsam zu fühlen, was tatsächlich geschehen ist, selbst die schrecklichsten Details, vor denen wir lieber die Augen verschließen würden. Denn wegschauen – abtun, leugnen, verharmlosen oder absichtlich vergessen – bedeutet, die Institutionen der Ungleichheit, der Unmenschlichkeit aufrechtzuerhalten, die sie geschaffen haben.

In den letzten 18 Jahren hat Hübl Hunderttausenden von Menschen geholfen, einen Dialog zu entfachen und auf die Beseitigung einiger der schlimmsten Übertretungen der Menschheit hinzuarbeiten.

Seit 2019 hält er Vorträge und leitet Workshops an der Harvard Medical School, darunter diesen Vortrag im Dezember 2019 über die Heilung kollektiver Traumata.

Zur Klärung des Begriffs „kollektiv“ konzentrierte sich Ursula König (2018) auf zwei verschiedene Ebenen des kollektiven Traumas:

Die Ebene der Identitätsgruppe: Traumatisierungen können bei verschiedenen Identitätsgruppen auftreten, z.B. bei Alters-, Klassen-, Kasten-, religiösen und/oder ethnischen Gruppen. Sowohl die Größe als auch die Gruppenkohärenz können unterschiedlich sein und verschiedene Identitätsmarker können sich überschneiden (Intersektionalität), was die Dynamik zwischen und innerhalb der Gruppe beeinflusst.

Gesellschaftliche Ebene: Auf gesellschaftlicher Ebene können Gesellschaften innerhalb eines Nationalstaates oder auf sub/transnationaler Ebene von Traumatisierungen betroffen sein, die sich auf das gesellschaftliche Gefüge sowie auf die Interaktionen innerhalb und zwischen Gesellschaften auswirken.

Nach diesen beiden Unterscheidungen kann ein kollektives Trauma nur dann als solches definiert werden, wenn die Auswirkungen auf einer der beiden Ebenen klar definiert werden können. Zum Beispiel kann die Traumatisierung vieler Individuen nicht als kollektiv betrachtet werden, es sei denn, ihre traumatischen Erfahrungen werden als wichtige Identitätsmarker in öffentlichen Diskursen und/oder als eine Möglichkeit der Selbstdarstellung/-definition verwendet. Sobald das Trauma vieler Individuen als kollektiver Identitätsmarker genutzt wird, kann man davon sprechen.[6]

Darüber hinaus kann zwischen kollektiven Identitätsmarkern unterschieden werden, die in der Praxis alle stark miteinander verwoben sind:

Kollektive Narrative  
kollektive Emotionen  
kollektive mentale Modelle/Normen und Werte[6]

Globale Auswirkungen

Traumatische Ereignisse, die von einer ganzen Gesellschaft miterlebt werden, können kollektive Gefühle hervorrufen, die oft zu einem Wandel in der Kultur dieser Gesellschaft und zu Massenaktionen führen.[7][8]

Zu den bekannten kollektiven Traumata gehören: der Holocaust,[9] der Völkermord an den Armeniern, die Sklaverei in den Vereinigten Staaten,[10] das Massaker von Nanjing, die Atombombenabwürfe auf Hiroshima und Nagasaki,[11] der Pfad der Tränen,[12] die große irische Hungersnot, der Angriff auf Pearl Harbor, die MS Estonia in Schweden, die Anschläge vom 11. September 2001 in den Vereinigten Staaten, der chemische Angriff von Halabja, die COVID-19-Pandemie und verschiedene andere.

Es ist erwiesen, dass kollektive Traumata eine Schlüsselrolle bei der Bildung einer Gruppenidentität spielen (siehe: Gesetz des gemeinsamen Schicksals). Während des Zweiten Weltkriegs wurde ein US-amerikanisches U-Boot, die USS Puffer (SS-268), mehrere Stunden lang von einem japanischen Überwasserschiff mit Wasserbomben angegriffen, bis das Schiff überzeugt war, dass das U-Boot irgendwie entkommen war. Psychologische Untersuchungen zeigten später, dass Besatzungsmitglieder, die nach dem Vorfall auf das U-Boot versetzt wurden, nie als Teil der Mannschaft akzeptiert wurden. Später wurde die Politik der US-Marine dahingehend geändert, dass die Besatzung nach Ereignissen mit einem solchen psychologischen Trauma auf neue Aufgaben verteilt wurde.

Die Rehabilitation von Überlebenden wird extrem schwierig, wenn eine ganze Nation so schwere Traumata wie Krieg, Völkermord, Folter, Massaker usw. erlebt hat. Eine Behandlung ist kaum wirksam, wenn alle traumatisiert sind. Das Trauma bleibt chronisch und würde sich selbst reproduzieren, solange die sozialen Ursachen nicht angegangen werden und die Täter weiterhin Straffreiheit genießen. Die gesamte Gesellschaft kann unter einer immerwährenden Kultur des Schmerzes leiden.[13] In jüngster Zeit wurden jedoch Möglichkeiten zur Heilung kollektiver Traumata geschaffen (siehe Abschnitt über die Heilung kollektiver Traumata weiter unten).

Während des Algerienkriegs stellte Frantz Omar Fanon fest, dass seine Behandlungspraxis für die einheimischen Algerier aufgrund des anhaltenden Schreckens eines Kolonialkriegs unwirksam war. Er wies auf den sozialen Ursprung von Traumata hin, schloss sich der Befreiungsbewegung an und forderte die unterdrückten Menschen auf, sich durch ihren kollektiven Befreiungskampf von ihren entwürdigenden Traumata zu befreien. In seinem Rücktrittsschreiben als Leiter der psychiatrischen Abteilung des Krankenhauses Blida-Joinville in Algerien äußerte er sich wie folgt:

„Wenn die Psychiatrie die medizinische Technik ist, die darauf abzielt, den Menschen zu befähigen, seiner Umwelt nicht mehr fremd zu sein, dann bin ich es mir schuldig zu behaupten, dass der Araber, der ständig ein Fremder in seinem eigenen Land ist, in einem Zustand absoluter Entpersönlichung lebt“[14].

Das Erzeugen von Schrecken und Angst durch weit verbreitete Folter, Massaker, Völkermord und ähnliche Zwangsmaßnahmen ist in der Geschichte der Menschheit häufig vorgekommen. Es gibt zahlreiche Beispiele in unserer modernen Geschichte. Tyrannen haben schon immer mit „psychologischer Artillerie“ versucht, Chaos und Verwirrung in den Köpfen der Menschen zu stiften und sie mit Einschüchterung und Zynismus zu hypnotisieren. Das Ergebnis ist ein kollektives Trauma, das über Generationen hinweg weitergegeben wird. Es gibt kein Patentrezept für die Rehabilitation. Ein kollektives Trauma kann durch kohäsive und kollektive Bemühungen wie Anerkennung, Erinnerung, Solidarität, Gemeinschaftstherapie und massive Zusammenarbeit gemildert werden.

Mehrere internationale wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass der emotionale Zustand einer Mutter einen direkten Einfluss auf das sich entwickelnde Nervensystem ihres Kindes und die sich daraus ergebende Entwicklung des Gehirns im Laufe der Zeit hat.

Eine Studie, die nach dem Sechs-Tage-Krieg in Israel 1967 durchgeführt wurde, ergab beispielsweise, dass Frauen, die während des Krieges schwanger waren, statistisch gesehen mit höherer Wahrscheinlichkeit Kinder mit Schizophrenie bekamen. Was auf der kollektiven Ebene des Landes geschah, spiegelte sich direkt in den individuellen neurobiologischen Systemen der Kinder im

Mutterleib wider. Aufgrund der direkten Korrelation/Verbindung zwischen dem Nervensystem und jedem anderen Organ in unserem Körper zeigt sich das kollektive Trauma auch auf zellulärer Ebene. Trauma kann also nicht rein individuell verstanden werden.

Das kollektive Trauma spiegelt nicht nur eine historische Tatsache oder die Erinnerung an ein traumatisches Ereignis wider, das einer Gruppe von Menschen widerfahren ist. Das kollektive Trauma legt nahe, dass die Tragödie im kollektiven Gedächtnis der Gruppe repräsentiert ist, und wie alle Formen des Gedächtnisses umfasst es nicht nur eine Reproduktion der Ereignisse, sondern auch eine fortlaufende Rekonstruktion des Traumas in dem Versuch, ihm einen Sinn zu geben. Das kollektive Gedächtnis an ein Trauma unterscheidet sich vom individuellen Gedächtnis, weil das kollektive Gedächtnis über das Leben der direkten Überlebenden der Ereignisse hinaus andauert und von Gruppenmitgliedern erinnert wird, die zeitlich und räumlich weit von den traumatischen Ereignissen entfernt sein können.

### Verbindungen zur psychischen Gesundheit

Das kollektive Erleben traumatischer Erlebnisse kann zu einer Vielzahl psychischer Probleme führen, darunter Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS), Depression und Dissoziation[15][16]. Bei kollektiven Traumata, zu denen auch Ereignisse wie Naturkatastrophen und sogar historische Traumata wie der Holocaust gehören, variieren die psychologischen Auswirkungen je nach direkter und indirekter Erfahrung. Diese Traumata können dazu führen, dass psychologische Zustände vorherrschen, wie z. B. die Entwicklung von PTBS und Alexithymie bei Überlebenden der Erdbeben in L'Aquila, Italien. Zu den PTBS-Symptomen gehören das Wiedererleben des traumatischen Ereignisses, Vermeidungsverhalten, emotionale Abstumpfung wie Alexithymie und viele weitere emotionale und körperliche Symptome. Diese Symptome und der Zustand der PTBS beschränken sich nicht auf die Opfer selbst, sondern auch auf die Generationen nach dem traumatischen Ereignis, in der Regel bis zu zwei Generationen,[17] was auf eine Kombination aus Epigenetik und kollektivem kulturellem Trauma zurückzuführen ist (siehe diese Abschnitte unten). Die auf kollektive Traumata zurückzuführenden psychischen Erkrankungen beschränken sich nicht nur auf PTBS. Studien haben gezeigt, dass die Kinder von Holocaust-Überlebenden [18] ein geringeres Selbstwertgefühl haben und dass diejenigen, die ein kollektives historisches Trauma erlebt haben, wie die amerikanischen Ureinwohner, häufiger unter Angst und Depressionen leiden[19]. Das direkte oder indirekte Erleben eines kollektiven Traumas kann daher zu vielen psychischen Erkrankungen des Kollektivs führen.

### Neurologische Auswirkungen

Wenn ein kollektives Trauma erlebt wird, hat dies neurologische und neurophysiologische Auswirkungen auf die Opfer und die Betroffenen. Bei den meisten kollektiven Traumata, die mit einer PTBS einhergehen, gibt es zwei Reaktionen, die die Opfer am ehesten annehmen: Wiedererleben und/oder Hyperarousal und Dissoziation.[15] Diese spielen eine Rolle dabei, welche neuronalen Bahnen das Gehirn bilden wird. PTBS und kollektive Traumata wirken sich auf die limbische Funktion aus und beeinflussen Teile des Gehirns wie die rechte Amygdala, den Hippocampus, die parahippocampalen und temporopolaren Areale, in denen Überlebende von kollektiven Traumata eine geringere Intensität erleben,[15] was sich negativ auf die Stimmung auswirkt. Wie Studien mit den Überlebenden des Erdbebens von L'Aquila zeigen, stellt die geringere Intensität der limbischen Regionen bei den Überlebenden einen defensiven Ansatz dar, wenn sie mit emotionaler Beteiligung konfrontiert werden, was auf Bewältigungsstrategien in Form von Distanzierung und Dissoziation sowie auf ein dysfunktionales emotionales Regulierungssystem hindeutet.



## Epigenetik

Epigenetik ist der Einfluss, den Umwelt und Verhalten auf die Funktionsweise der Gene haben. Immer mehr Studien untersuchen, wie das Epigenom verändert wird: Auch kollektive Traumata können berücksichtigt werden. Das Epigenom wird sowohl durch genetische Variation als auch durch Umwelterfahrungen geformt, und wir sehen, wie Überlebende eines kollektiven Traumas ihr Epigenom verändern können. Die Exposition gegenüber Trauma und Stressoren kann die Genregulation und -expression verändern, was zu veränderten biologischen und gesundheitlichen Mustern führt. Studien zeigen, dass sowohl die psychische als auch die physische Gesundheit aufgrund kollektiver Traumata aus epigenetischen Gründen leidet. Studien zeigen, dass die Erfahrung von negativer mütterlicher Stimmung oder Stress während der Schwangerschaft durch intrauterine Signale zu Veränderungen in den epigenetischen Mustern der Nachkommen führen kann, mit potenziellen langfristigen Auswirkungen auf die Gesundheit, die über Generationen hinweg anhalten können [19]. Weitere Zusammenhänge zwischen elterlicher Fürsorge und der Zusammensetzung des Stillens deuten ebenfalls auf Veränderungen in der genetischen Ausstattung der Nachkommen hin, z. B. wenn die Mutter höhere Werte des Stresshormons Cortisol erfährt, wird dies auch von den Nachkommen erfahren, entweder im Mutterleib oder durch das Stillen.[19] Kollektives kulturelles Trauma

Kulturelles Trauma ist eine Form des kollektiven Traumas, das auf gesellschaftlicher und Makroebene zu beobachten ist. Da kollektive Traumata gemeinschaftlich erlebt werden, können die psychologischen und gesundheitlichen Folgen kultureller Traumata aus individueller und gemeinschaftlicher Sicht untersucht werden, wobei familiendynamische und geopolitische Faktoren, die das erlebte Trauma verstärken können, berücksichtigt werden. Der Holocaust ist ein Beispiel dafür, wie die Überlebenden und ihre Kinder in ihrer Funktionsfähigkeit beeinträchtigt wurden und sich schlecht an ihre Umgebung anpassen konnten.[20] Studien zu Flüchtlingen und Einwanderern zeigen auch, wie kulturelle Traumata als Kollektiv enorme negative Auswirkungen auf die psychische Gesundheit haben und wie diese durch epigenetische Weitergabe in Gemeinschaften und dann über Generationen hinweg weitergegeben werden, aber auch durch die elterliche Fürsorge, die durch die von Gemeinschaften vorgegebene Familiendynamik bestimmt wird. Ein Beispiel dafür ist Sri Lanka, wo ein Krieg und ein Tsunami ein kollektives Trauma verursachten. Die von Krieg und Tsunami betroffenen Menschen in Sri Lanka erlebten auf mehreren Ebenen eine veränderte Dynamik in den Familienbeziehungen, einen Mangel an Vertrauen zwischen den Mitgliedern der Gemeinschaft und eine veränderte Kindererziehung. Dies veränderte die kulturellen Normen in der srilankischen Gesellschaft und schuf ein negatives Umfeld, in dem die Gemeinschaften zu mehr Abhängigkeit, Passivität, Schweigen, Führungslosigkeit, Misstrauen und Argwohn neigten. In einer kollektivistischen Kultur veränderte dieses gemeinsame Trauma die Dynamik der Gemeinschaften in signifikanter Weise und veränderte die kulturelle Identität vieler Sri Lanker. Dies verdeutlicht, wie sich ein kollektives Trauma auf die kulturelle Identität in großem Maßstab auswirkt.

## Einfluss der Technologie auf kollektive Traumata

Technologie bietet viele Möglichkeiten und Potenziale für kreative Verbindungen und Zusammenarbeit, zum Beispiel durch gemeinschaftsbasierte Peer-Produktion,[22] siehe zum Beispiel gemeinschaftsbasierte Peer-Produktion – Wikipedia selbst ist ein Beispiel dafür.

Es gibt jedoch auch Wege, wie die Technologie und ihre Nutzung heutzutage eine große Menge an kollektiven, traumatisierenden Inhalten erzeugt. Das schnelle Tempo des Informationsflusses kann das

---

menschliche Wahrnehmungs- und Nervensystem überfordern. Der Autor Thomas Hübl erklärt, dass der Mensch nur dann erschaffen, sich entwickeln und entfalten kann, wenn sein Nervensystem die zu verarbeitenden Daten und Informationen gut integriert und verdaut. Die heutige Geschwindigkeit und Komplexität der Daten, die durch die technologische Infrastruktur verbreitet und konsumiert werden, können jedoch einen enormen Druck auf das menschliche Nervensystem ausüben. Wenn das Nervensystem überfordert ist, kann es die Informationen nicht integrieren, was zu einem erhöhten Maß an Angst, Hyperaktivität, Stress, Entkörperlichung und damit zur Abkopplung vom Selbst führt. Dies sind Symptome eines Traumas.

So kann beispielsweise die hohe Geschwindigkeit der gewaltgeladenen globalen Nachrichten, die über sozio-technische Infrastrukturen verbreitet werden, ein Nervensystem überfordern. Die Unfähigkeit, (historische oder aktuelle) kollektive Traumainhalte in schnellem Tempo zu rezipieren, erzeugt also ein kollektives Trauma.

### Heilung kollektiver Traumata

Der oben erwähnte Autor und internationale Gruppenmoderator Thomas Hübl hat einen moderierten Gruppenprozess zur Bearbeitung, Integration und Heilung kollektiver Traumata ausgearbeitet und abgeschlossen.[4] 2016 gründete er die internationale gemeinnützige Organisation Pocket Project mit, um Moderatoren auszubilden – und direkte Unterstützung anzubieten – um kollektive Traumata in Regionen auf der ganzen Welt zu integrieren und zu heilen. Hübl stützt sich bei seiner Arbeit auf aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und arbeitet mit dem sogenannten Collective Trauma Integration Process (CTIP). Das Ziel dieses Prozesses geht über das Wohlergehen von Individuen mit kollektiven Traumata hinaus: Der Prozess basiert auf der Prämisse, dass die Heilung kollektiver Traumata, Kollektive (Gemeinschaften, Gesellschaften, Nationen) effektiver transformieren und weitere systemische Störungen verhindern kann, die in den ursprünglichen Traumata (Kriege, verschiedene Formen der Unterdrückung usw.) wurzeln. Dieser Prozess erfordert einen verfeinerten Reflexionsprozess, der in der Regel in Gruppen durchgeführt wird, um historische, überlieferte und generationenübergreifende Traumata sicher zu erforschen.

### Impact of technology on collective trauma.

Technology offers many opportunities and potentials for creative connections and collaboration, for example through community-based peer production,[22] see for example community-based peer production – Wikipedia itself is an example of this.

However, there are also ways in which technology and its use today generates a great deal of collective, traumatizing content. The rapid pace of information flow can overwhelm the human perceptual and nervous system. Author Thomas Hübl explains that human beings can only create, develop and evolve if their nervous systems are able to integrate and digest well the data and information they need to process. However, today's speed and complexity of data disseminated and consumed by the technological infrastructure can put tremendous pressure on the human nervous system. When the nervous system is overwhelmed, it cannot integrate the information, leading to increased levels of anxiety, hyperactivity, stress, disembodiment, and thus disconnection from the self. These are symptoms of trauma.[23]

For example, the high velocity of violent global news disseminated through socio-technical infrastructures can overwhelm a nervous system. Thus, the inability to receive collective trauma

---

content (historical or current) at a rapid pace creates collective trauma.

Healing collective trauma.

The author and international group facilitator Thomas Hübl, mentioned above, has devised and completed a facilitated group process to process, integrate, and heal collective trauma.[4] In 2016, he co-founded the international nonprofit Pocket Project to train facilitators-and offer direct support-to integrate and heal collective trauma in regions around the world. Hübl bases his work on current scientific findings and works with what he calls the Collective Trauma Integration Process (CTIP). The goal of this process goes beyond the well-being of individuals with collective trauma: the process is based on the premise that healing collective trauma, can more effectively transform collectives (communities, societies, nations) and prevent further systemic disruption rooted in the original traumas (wars, various forms of oppression, etc.). This process requires a refined process of reflection, usually conducted in groups, to safely explore historical, ancestral, and generational trauma.

Thomas Hübl erklärt den verwandten Begriff der bewussten Erfahrung als die Fähigkeit einer Person oder eines Systems, sich des eigenen aktuellen Lebensprozesses bewusst zu sein. Global Social Witnessing befasst sich in diesem Sinne mit dem Bewusstsein des kollektiven Subjekts für seinen eigenen Prozess.

Auf der individuellen Ebene ist es die Fähigkeit des Mitgefühls, die einen Menschen befähigt, das innere Leben eines anderen Wesens in sich abzubilden. Dieses Gefühl des Mitgefühls ist die Voraussetzung für wirkliche Heilung und das Potenzial zur Förderung des Handelns. Es gilt auch auf kollektiver Ebene, wenn man in sich selbst ein Verständnis für die Vorgänge in der Gesellschaft erwirbt. Das ist die Verwandlung in einen erwachsenen und integrierten Bürger einer Gemeinschaft (Nation, Kultur usw.). Eine angemessene Beziehung zu den Ereignissen und Prozessen der Kultur ermöglicht eine angemessene, kreative Handlung oder Reaktion. In diesem Sinne geht es bei der Beobachtung eines traumatischen Ereignisses auch darum, aus einer unverbundenen Position herauszukommen, die lediglich die offensichtlichsten Schuldigen aufzeigt, und stattdessen ein umfassenderes Verständnis des Ereignisses als gesellschaftliches Phänomen zu erlangen. Global Social Witnessing kann daher ein Punkt sein, an dem der Teufelskreis aus Gleichgültigkeit und unangemessenen Reaktionen durchbrochen wird, der auf kollektive traumatische Ereignisse folgt und der, wenn er nicht geheilt wird, immer wieder neue Traumata verursacht[26].

Siehe auch

Historisches Trauma

Posttraumatisches Sklavensyndrom

Generationsübergreifendes Trauma

Nationales Trauma