

Faktenblatt zu Moral Injury

Der Begriff "moral injury" (auf Deutsch oft als *moralische Verletzung* übersetzt) bezeichnet einen tiefgreifenden seelischen Konflikt, der entsteht, wenn Menschen in Situationen geraten, in denen sie gegen ihr eigenes moralisches oder ethisches Wertesystem handeln (müssen), oder wenn sie Zeuge solcher Handlungen werden - insbesondere unter Zwang oder in Extremsituationen wie in Kriegsgebieten.

Psychologische Kernelemente von „moral injury“

- 1. Verletzung moralischer Überzeugungen:**
Betroffene erleben, dass sie selbst oder andere gegen grundlegende Werte wie Mitmenschlichkeit, Gerechtigkeit, Würde oder Fairness verstoßen haben - z. B. durch das Töten Unschuldiger, das Unterlassen von Hilfe oder das Befolgen unmoralischer Befehle.
- 2. Intensive emotionale Reaktionen:**
Dies führt nicht primär zu Angst (wie bei der Posttraumatischen Belastungsstörung), sondern zu **Scham, Schuld, Zorn, Ekel** oder **Selbstverachtung**. Auch ein Verlust von Vertrauen - in sich selbst, in Autoritäten oder in die Welt - ist häufig.
- 3. Zentrales Erleben einer moralischen Krise:**
Menschen mit moral injury fühlen sich nicht nur „verletzt“, sondern oft auch **entfremdet**, spirituell leer oder gebrochen. Sie fragen sich, ob sie noch ein guter Mensch sind, ob ihre Handlungen je wieder vergeben werden können oder ob das Leben überhaupt noch Sinn ergibt.

Abgrenzung zur Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)

Obwohl „moral injury“ häufig mit PTBS zusammen auftritt, unterscheiden sich die beiden Konzepte:

Moral Injury	PTBS
Fokus auf moralischer Schuld und Scham	Fokus auf Angst und Furcht
Zentrale Rolle von moralischen Bewertungen	Zentrale Rolle von traumatischem Stressor (z. B. Lebensgefahr)
Häufig durch Handlungen gegen die eigene Moral	Häufig durch Erleben von Gewalt oder Bedrohung
Tiefe existenzielle und spirituelle Erschütterung	Wiedererleben, Vermeidung, Hyperarousal

Typische Situationen in Kriegsgebieten

- Teilnahme an oder Zeuge von Gräueltaten gegen Zivilist:innen
- Entscheidungen unter Zwang (z. B. Leben gegen Leben abwägen)
- Verrat an Kamerad:innen oder sich selbst
- Machtlosigkeit gegenüber systematischem Unrecht (z. B. Folter, ethnische Säuberungen)
- Umgang mit den Folgen des eigenen Tuns nach Heimkehr

Bedeutung für psychosoziale Hilfe

Die Bearbeitung einer moral injury erfordert **mehr als klassische Traumatherapie**. Sie muss:

- Raum für Schuld und Scham bieten, ohne vorschnelle Entlastung
- moralische Bewertungen nicht ignorieren, sondern bearbeiten
- die Möglichkeit zur **Rekonstruktion einer moralischen Identität** schaffen (z. B. durch Dialog, Verantwortung, Wiedergutmachung, spirituelle Auseinandersetzung)

- interkulturelle und spirituelle Aspekte mit einbeziehen, da Moralvorstellungen kulturell geprägt sind