Die Emotional Processing Scale (*EPS* and *EPS-D*) als Ergänzung zur klinischen Diagnostik in der psychotherapeutischen Behandlung

Eine Analyse von Ergebnissen einer Pilotstudie mit sechzehn deutsch- und englischsprachigen Personen aus internationalen buddhistischen Organisationen

1 Inhaltsverzeichnis

1 Inhaltsverzeichnis 1
2 Abstract 3
3 Einleitung 5
4 Hintergrund 6
4.1 Auffälligkeiten in Emotionswahrnehmung und -reflexion bei Personen aus internationalen buddhistischen Organisationen 6
4.2 Ergebnisse aus der Psychodiagnostik in der deutschsprachigen Pilotgruppe 7
4.3 Auswirkungen von konzeptionellen und terminologischen Vorgaben in der Subkultur 7
4.4 Dreiphasiges Emotionsverarbeitungsmodell und Hypothesen zur Emotionsverarbeitung in der Studiengruppe 7
5 Methoden 9
5.1 Internationale Probandengruppe 9
5.2 Fragebogen 9
6 Ergebnisse 9
6.1 Gruppenmittelwertsanalyse (n=16) 10
6.1.1 Sieben Personen in deutschsprachiger Gruppe 10
6.1.2 Neun Personen in englischsprachiger Gruppe 11
6.2 Itemauswertung im Multireport 12
6.2.1 Deutschsprachige Gruppe 12
6.2.2 Englischsprachige Gruppe 13
6.3 Einzelpersonen in den Dimensionen des Gruppenprofils 14
6.3.1 Einzelpersonendarstellung in deutschsprachiger Gruppe (n=7) 14
6.3.2 Einzelpersonendarstellung in englischsprachiger Gruppe (n=9) 15
6.3.3 Darstellung einzelner Personen in den Dimensionen und deren Interpretation 16
6.3.3.1 Phase I - *Vermeidung* 16
6.3.3.2 Phase II- *Verdrängung*, *Emotionsverarbeitung*, *Emotionserleben* 17
6.3.3.2.1 *Verdrängung* 17
6.3.3.2.2 *Emotionsverarbeitung* 18
6.3.3.2.3 *Emotionserleben* 19
6.3.3.3 Phase III – *Emotionskontrolle* 20
6.3.3.4 *EPS-D Gesamtwert* 21
6.4 Individuelle Analyse 22
6.4.1 Deutschsprachige Gruppe (n=7) 22
6.4.1.1 Erste Person (P1) 22
6.4.1.2 Zweite Person (P2) 23
6.4.1.3 Dritte Person (P3) (abgebrochen) 24
6.4.1.4 Vierte Person (P4) 24
6.4.1.5 Fünfte Person (P5) 25
6.4.1.6 Sechste Person (P6) 26
6.4.1.7 Siebente Person (P7) 27
6.4.1.8 Achte Person (P8) 28
6.4.2 Englischsprachige Gruppe (n=9) 29
6.4.2.1 Neunte Person (P9) 29
6.4.2.2 Zehnte Person (P10) 30
6.4.2.3 Elfte Person (P11) 31
6.4.2.4 Zwölfte Person (P12) (abgebrochen) 32
6.4.2.5 Dreizehnte Person (P13) 32
6.4.2.6 Vierzehnte Person (P14) 33

6.4.2.7 Fünfzehnte Person (P15) 34
6.4.2.8 Sechzehnte Person (P16) 35
6.4.2.9 Siebzehnte Person (P17) 36
6.4.2.10 Achtzehnte Person (P18) 37
7 Interpretation 38
7.1 Ergebnisanalyse nach dem Emotionsverarbeitungsmodell 39
7.2 Einzelpersonenanalyse 42
7.2.1 Mittlere Werte im *EPS* bzw. *EPS-D* 42
7.2.2 Zu hohe Werte im *EPS* bzw. *EPS-D* 42
7.2.3 Zu niedrige Werte im *EPS* bzw. *EPS-D* 42
7.3 Analyse der Emotionsverarbeitung mit dem *EPS* bzw. *EPS-D* zur Entwicklung von psychotherapeutischen Verfahren für Erkrankte aus diesem Kontext 43
8 Konklusion 44
9 Würdigung 45
10 Literatur 46
11 Abbildungsverzeichnis 48

2 Abstract

Einleitung: Aufgrund eines hohen Prozentsatzes psychischer Erkrankungen bei Personen aus internationalen buddhistischen Organisationen wie auch Auffälligkeiten in deren Selbstreflexion, Emotionswahrnehmung und -projektion wurde bei einer Gruppe von sechzehn Personen aus diesem Kontext die Emotionsprozessierung analysiert.

Methoden: Durchgeführt wurde diese Analyse mithilfe der deutsch- und englischsprachige Version der *Emotional Processing Scale* (englischsprachige Version *EPS*: Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015; deutschsprachige Version *EPS-D*: Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018).

Ergebnisse: In der Gruppenmittelwertsanalyse des *EPS* bzw. *EPS-D Gesamtwerts* lag die deutschsprachige Untergruppe der sechzehn Personen mit 41,86 im Bereich der ersten Standardabweichung unter der Normgruppe von ambulant psychotherapeutisch behandelten Patienten und die englischsprachige Untergruppe mit 37,78 im Bereich der zweiten Standardabweichung unter deren Normgruppe, was auf Schwierigkeiten dieser Personengruppe in der Emotionsprozessierung hinweist. Insbesondere lag die Dimension des *Emotionserlebens* in beiden Untergruppen in der unteren ersten Standardabweichung unter der Norm (Mittelwert der deutschsprachigen Gruppe bei 40,57, der englischsprachigen Gruppe bei 41,89). Dies weist auf alexithyme Aspekte bei einem großen Teil der Probandengruppe sowie eine Schwierigkeit insbesondere in der zweiten Phase der Emotionsverarbeitung, womit sowohl Versprachlichung wie auch das Encodieren des Ereignisses im Gedächtnis und Abschließen der Erfahrung erschwert werden. Die niedrigen Werte dieser Dimension erklären sich insbesondere auch durch die inhaltlichen wie auch gruppendynamische Besonderheiten im Kontext und die hieraus resultierende Lernprozesse für die Probanden und resultierenden Introjekte.

Konklusion: Diese Studienergebnisse konnten die Schwierigkeiten in der Emotionsprozessierung dieser Probandengruppe differenzieren und deren Auswirkungen auf ihre psychische Gesundheit erklären. Für die psychotherapeutische Behandlung ist die anamnestische Befragung der individuellen Lernerfahrung mithilfe von Fragen nach bereits allgemein bekannten gruppenübergreifend bedienten dekontextualisierten Konzepten und störungsaufrechterhaltendem Training wie auch individueller Lernerfahrung hierzu nötig, um die individuelle Behandlungsplanung differenzieren zu können.

Stichworte: Buddhismus, Vajrayāna, psychische Gesundheit, Emotionserleben, emotionale Prozessierung, Selbstlosigkeit, Nicht-Ich, anātman Emotional Processing Scale, Missbrauch, tibetische Medizin, Ausbeutung, zwingende Kontrolle, Psychiatrie, Psychotherapie

Introduction: Due to a high percentage of mental diseases in individuals coming from international Buddhist organizations along with detrimental conditions in self-reflection, emotional perception and -projection, in a group of sixteen subjects from such context the emotional processing was analyzed.

Methods: This analysis was based on the German and English versions of the *Emotional Processing Scale* (English version *EPS*: Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015; German version *EPS-D*: Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018).

Results: The group mean score of the *EPS* or *EPS-D* total was at 41,86 for the German-speaking subgroup of the sixteen persons, which is within the range of the first standard deviation below the norm group of outpatient psychotherapy patients, and at 37,78 for the English-speaking subgroup, which is within the range of the second standard deviation below their norm group, indicating the difficulties of this group in emotional processing. Particularly, the dimension of *emotional experiencing* in both subgroups was in the lower part of the first standard deviation below the norm (mean value of the German-speaking group at 40,57, of the English-speaking group at 41,89). This indicates alexithyme aspects for a large part of the subjects and difficulties specifically during the second phase of emotion processing, which impedes verbalization, encoding of the event in memory as well as completion of experiences. Low scores in this dimension may be explained specifically by the special contextual and group-dynamic characteristics in such contexts and the subsequent learning processes for the subjects and resulting introjects.

Conclusion: These findings showed the emotional processing difficulties of the subjects that explains their mental health impact. Regarding treatment protocols, in psychotherapy the clinical assessment of learning patterns using information on commonly known cross-group decontextualized concepts and maintaining practices as well as the individual experiences are required for approaching individual treatment planning.

Keywords: Buddhism, Vajrayāna, mental health, emotional experience, emotional processing, selflessness, non-self, anātman Emotional Processing Scale, abuse, Tibetan medicine, exploitation, coercive control, psychiatry, psychotherapy.

3 Einleitung

Die Fähigkeit zur Wahrnehmung eigener Emotionen ist im Psychotherapieprozess ein zentraler Faktor. Während in der Psychotherapie diese Fähigkeit der emotionalen Wahrnehmung als ein Therapieziel definiert oder als eine therapeutische Methode in den Vordergrund gebracht werden kann, wird sie beim spirituellen Training des Buddhismus als eine vorhandene Fähigkeit des Menschen vorausgesetzt. Buddhistisches mentales Training zielt auf Modifikation und insbesondere auf die Entwicklung einer nicht-schadenden bzw. wohlwollenden motivationalen Ausrichtung. Dies stellt eine in allen buddhistischen Richtungen und Schulen normativ vorgegebene ethische Richtlinie dar, bei der davon ausgegangen wird, dass genau diese motivationale Ausrichtung als ein zentrales, bewusst und wiederholt induziertes Motiv die bei einer Person vorliegenden anderen emotionalen und kognitiven Muster bis zu einem gewissen Grad mitausrichten kann und sich die Regelmäßigkeit der bewussten Ausrichtung vor dem Hintergrund der Entwicklung einer introspektiven Haltung wie auch emotionalen und kognitiven Stabilisierung durch die Anwendung basaler Trainingstechniken auswirken wird. Dabei gründet das diese Norm bedingende spirituelle Ziel auf einer differenzierten Selbstwahrnehmung, welche durch verschiedene Übungen der Stabilisierung immer weiter differenziert wird, wobei davon ausgegangen wird das sich dadurch auch die Erkenntnisfähigkeit einer Person vertieft und verfeinert. Somit beruht solche Ethik auf einer introspektiven und selbstreflektiven Grundhaltung des Individuums, welche wiederum die authentische innere Arbeit mit der eigenen emotionalen Reaktion und damit auch der angemessenen Methodenauswahl für das eigene Training voraussetzt. Grundlegende meditative Techniken der Fokussierung dienen dabei zunächst der Verbesserung emotionaler Stabilität, welche wiederum überhaupt erst die Basis für die Einübung solcher motivationaler Elemente darstellt. Genau erst damit wird im Laufe des spirituellen Trainingsprozesses die Wahrnehmung innerer Prozesse verfeinert und die Bewusstwerdung zunehmend subtiler innerer Prozesse ermöglicht. Auf solcher Basis einer introspektiven, selbstreflektierenden Grundhaltung wiederum können verschiedenste traditionsspezifische meditative Trainingstechniken geübt und integriert werden, was sich auf die Stärkung emotionaler Kompetenzen auswirkt.

Da jedoch bei der Übertragung des Buddhismus in den Westen genau diese Grundhaltung und damit ein Verständnis ihrer zentralen Bedeutung im spirituellen Trainingsprozess verloren gegangen ist, kam es zu und der Entwicklung einer Subkultur unter dem Namen von Buddhismus (Anders 2022b, S. 95) mit gemeinsamen neuen Konzepten, Termini, Neologismen und fragwürdigen Trainingskonzepten, welche die Selbstwahrnehmung und das subtile Feld der Emotionen als Basis gänzlich ignorieren und anstatt dessen auf Identifikation mit der Gruppe oder deren Führung bei gleichzeitiger Aufgabe von eigenen Interessen und Fähigkeiten im Sinne einer Gleichschaltung der austauschbaren Menge verlangen, mit der dann auch die Eigenverantwortlichkeit für Handlungen und für Emotionsprojektion redundant werden. Vor einem Hintergrund der Vorgaben der Identifikation und Gleichschaltung wiederum verstehen sich Lernprozesse der Aufgabe von Selbstwahrnehmung und Emotionswahrnehmung bei sich selbst und anderen von selbst.

In solchen Kontexten scheint die eigene Emotionswahrnehmung als zentrale Kraft für die Mitgefühls- und Bodhicittaentwicklung und notwendige Grundlage sämtlicher komplexerer spirituellen Techniken des Buddhismus ebenso wie das Verständnis zunehmend subtiler Wahrnehmungs- und Reflexionsfähigkeit, welche durch die Anwendung der über Jahrhunderte überlieferten Techniken zunehmend verfeinert werden könnte, verloren zu gehen. Der Preis des Selbstbetrugs unter spirituellem Deckmantel ist somit ein Verlust der Selbstwahrnehmung und emotionalen

Wahrnehmung bei gleichzeitger die Projektion eigener Befindlichkeit nach außen. Somit führte eine Anpassung an solche Vorgaben über Jahre und Jahrzehnte zur Blockierung emotionaler Verarbeitung und zur psychischen Schädigung von Gruppenmitgliedern (Anders 2019a, 2019b, 2020, 2022b).

Diese blockierte emotionale Verarbeitung, mangelhafte Selbstwahrnehmung und Emotionswahrnehmung wiederum vermag die Herausforderungen bei der psychotherapeutischen Behandlung von geschädigten Personen aus internationalen buddhistischen Organisationen erklären. Daher wurde in vorliegender Studie mit diesen Personen die *Emotional Processing Scale* (*EPS*: Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015; deutschsprachige Version *EPS-D*: Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018) eingesetzt, um deren Emotionsverarbeitung und Emotionswahrnehmung zu analysieren und darüber hinaus Psychotherapieverfahren für psychisch Erkrankte aus dieser Personengruppe zu entwickeln.

4 Hintergrund

4.1 Auffälligkeiten in Emotionswahrnehmung und -reflexion bei Personen aus internationalen buddhistischen Organisationen

Aufgrund der Auffälligkeiten bei der Emotionswahrnehmung und -reflexion von Personen aus internationalen buddhistischen Organisationen und einem hohen Prozentsatz psychischer Erkrankungen in solchem Kontext (Anders 2019a, 2019b, 2020, 2022a; Anders & Utsch 2020; Anders 2022b, S. 21-112) wurden im Rahmen einer Studie die deutsch- und englischsprachigen Versionen der *Emotional Processing Scale* (*EPS*: Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015; deutschsprachige Version *EPS-D*: Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018) benutzt. Dieser Fragebogen orientiert sich an einem dreiphasigen Modell der Emotionsverarbeitung, bestehend aus Ereignis, Emotionserleben und Emotionsausdruck (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 15), in welchem Störungen der zweiten Phase im Sinn von „Kontrolle, Unterdrückung und Blockierung des Emotionserlebens als fundamentaler und problematischer betrachtet“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 11) werden wie der Emotionsausdruck in der dritten Phase. Ferner wurde die Emotionsverarbeitung als zentral für die Identitätsentwicklung und emotionale Erfahrung des Selbst beschrieben: „Das emotionale Erleben ist unmittelbar mit der Entwicklung einer Identität verbunden. Es vermittelt eine Einsicht in die Lebensläufe und -entscheidungen. Deren Verankerung im Gedächtnis führt zu einer emotionalen Erfahrung des Selbst“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 12).

Dem spirituellen Training des Buddhismus liegt eine solch selbstreflektive und eigenverantwortliche Identitätserfahrung zugrunde. Die Fähigkeit des Emotionserlebens bildet somit eine zentrale Grundlage für das spirituelle Training im Buddhismus. Hingegen birgt das frühzeitige Verwerfen von Ich-Grenzen zugunsten einer Ausrichtung auf Verschmelzung oder Nicht-Dualität sowie der nötigen Selbstreferenzierung beim Training Gefahren. Da buddhistisches spirituelles Training am Erleben und bei der Selbstreflexion ansetzt, entbehrt ein Training ohne Emotionswahrnehmung der Ausrichtung des Bodhicitta und Mitgefühls oder Motivs des Nichtschadens als notwendige Grundlage, was keineswegs durch das Konzept der Egolosigkeit (Skt. *anātman*) aufgehoben wird.

Mithilfe dieses Fragebogens sollten eine Analyse der vorliegenden Emotionsverarbeitung der Studiengruppe wie auch eine Diagnostik der Emotionsverarbeitung von Einzelpersonen durchgeführt werden.

4.2 Ergebnisse aus der Psychodiagnostik in der deutschsprachigen Pilotgruppe

In der deutschsprachigen Pilotgruppe, die den deutschsprachigen Teil dieser Studiengruppe darstellte, hatten sich traumatische Ereignisse (Anders 2023, S. 18-33; Hogrefe Verlag 2022g, 2022h) bei allen Beteiligten, hohe Anteile von Behandlungsbedürftigkeit in der Gruppe (Anders 2023, S. 2, 4, 29-33; Hogrefe Verlag 2022e, 2022f) sowie deutlich niedrige positive und hohe negative Stressverarbeitungsstrategien (Anders 2022c, S. 6-27; Hogrefe 2022i, 2022j) wie auch eine niedrige Fähigkeit zur Selbstinstruktion (Anders 2022c. S.2, 8, 11-27; Hogrefe 2022i, 2022j) bei der Messung mit dem Stressverarbeitungsfragebogen (*SVF*) (Erdmann & Janke 2008) gezeigt.

4.3 Auswirkungen von konzeptionellen und terminologischen Vorgaben in der Subkultur

Vor dem Hintergrund der Entwicklung einer organisationsübergreifenden Subkultur (Anders 2022b, S. 95) mit gemeinsamem dekontextualisiertem Sprachgebrauch, Konzepten und Trainingstechniken (Anders 2019b) fielen Dynamiken der Ausbeutung, der Manipulation und des emotionalen und ökonomischen Missbrauchs (Anders 2019b, 2022a, b) bei gleichzeitig vorliegenden Schweigegeboten (Anders 2029b; Anders 2022b, S. 55-58) und Vorgaben der Unterdrückung der eigenen Wahrnehmung (Anders 2019a) sowie Anpassungsforderungen diese zu verleugnen und damit eine Art Selbstlosigkeit im Sinne von Selbstverlust zu demonstrieren auf, welche der Manipulation und dem Missbrauch keinen Widerstand entgegensetzt. Insbesondere wird diese Anpassungsleistung von der Masse der sogenannten Schüler im Sinne einer demonstrierbaren Unterwerfung unter die Interpretationsvorgaben der Führungsebene, für welche die expressive Emotionalität und Projektivität auf Kosten des austauschbaren Unterbaus durchaus erlaubt zu sein scheint, und der Unterdrückung wie auch Verleugnung der eigenen Emotionen vorgegeben.

Aufgrund konzeptioneller und terminologischer Vorgaben in dieser Subkultur wird der Zugang zu wie auch der Ausdruck von Emotionen eingeschränkt, was wiederum -insbesondere bei jahrelanger Teilnahme - Auswirkungen sowohl auf die Sicht auf wie auch den Umgang mit den eigenen Emotionen und den Emotionen anderer nach sich zieht. Bei erfolgreichen Anpassungsprozessen an den Gruppendruck bedeutet diese Blockierung der Emotionswahrnehmung jedoch nicht nur ein Risiko für die Entwicklung der Persönlichkeit, sondern potentiell auch ihrer psychischen Gesundheit, und wirkt sich unmittelbar auch auf die Gruppendynamiken aus. Darüber hinaus werden ohne die hierfür nötige Wahrnehmung eigener (emotionaler) Befindlichkeit und Motivausrichtungstraining auch die buddhistischen Trainingstechniken selbst eher kaum zu einem individuellem Persönlichkeitsreifungsprozess oder Erkenntnisgewinn auf emotionaler, kognitiver oder spiritueller Ebene führen können. Somit wäre je nach Dauer der Gruppenzugehörigkeit aufgrund der Gruppennormen und des unbedingten Anpassungsdrucks an erlaubte, sozial erwünschte Handlungsmuster - beispielsweise demonstrativ dependente Aspekte in einer Dynamik der Unterwerfung versus Überhöhung von Einzelpersonen -von einer tendenziellen Verschlechterung bei der Emotionsverarbeitung des Individuums bei gleichzeitige mangelhafter Selbstwahrnehmung und Emotionsprojektion auf andere auszugehen.

4.4 Dreiphasiges Emotionsverarbeitungsmodell und Hypothesen zur Emotionsverarbeitung in der Studiengruppe

Die fünf Dimensionen des Fragebogens wurden im Handbuch dem dreiphasigen Emotionsverarbeitungsmodell von Baker (Baker, Thomas, Thomas & Owen 2007) zugeordnet. Dabei wurde die Dimension der *Vermeidung* dem Ereignis selbst samt allen darauf gerichteten Gedanken und Erinnerungen als erste Phase, die Dimensionen der *Verdrängung*, der *Emotionsverarbeitung* und des *Emotionserlebens* dem Emotionserleben als zweite Phase und die Dimension der *Emotionskontrolle*

als Emotionsausdruck in der dritten Phase dargestellt (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14-15). Während *Vermeidung* (mit der gleichnamigen Dimension) als die Encodierung hemmend dargestellt wurde - „Vermeidung hemmt die Encodierung des Input Ereignisses und schränkt somit die Emotionsverarbeitung bereits auf einer frühen Stufe ein“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14) - wurde das *Emotionserleben* über drei verschiedene Faktoren aus der zweiten Phase definiert: die Dimension *Verdrängung*, die den Versuch bedeutet „die Gefühle zu steuern oder zu unterdrücken“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14), die Dimension *Emotionserleben*, die „ein „losgelöstes“ emotionales Erleben und einen reduzierten Zugang zu eigenen Emotionen“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14) beschreibt und die Dimension *Emotionsverarbeitung* welche „Items, die sich auf intrusive und persistierende emotionale Erfahrungen beziehen“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14) beinhaltet. „Diese indizieren wiederum, ob wichtige emotionale Inhalte nicht ausreichend verarbeitet wurden“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14). Die Dimension *Emotionskontrolle* bezieht sich laut Handbuch auf den Emotionsausdruck in der dritten Phase (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 14).

In den Hypothesen wurde davon ausgegangen, dass sich in allen drei Phasen dieses Emotionsverarbeitungsmodells Einschränkungen zeigen, welche wiederum durch dekontextualisierte konzeptionelle und trainingstechnische Lernprozesse, durch Tabuisierungen und Schweigegebote mit spirituell überfrachteten Drohungen (Wiedergeburt in den Höllen bei Beschädigung von Gelübden, insbesondere der Bindung an Vajrayāna-Meister) oder Rationalisierungen (z.B. Straftaten als eine ‚Karma-Reinigung‘) (Anders 2022b, S. 35-37) und auch entsprechende Gruppendynamiken bedingt sind. Insbesondere wurde eine Blockierung des Emotionsausdrucks als Anpassungsleistung an die Gruppe (bei aufrechterhaltenem Wunsch der Gruppenzugehörigkeit) angenommen, welche zunächst als Lernerfahrung entwickelt und später als automatisierter innerer Prozess weit über die Zeit der Gruppenzugehörigkeit hinaus aufrechterhalten würde.

Während sich die Einschränkungen der Emotionsverarbeitung und die Blockierung des Emotionsausdrucks über die Multifaktorenanalyse zeigen sollten, wurde die darüber hinausgehende Einzelpersonenanalyse mit dem Ziel der Entwicklung von psychotherapeutischen Verfahren für Erkrankte aus dieser Personengruppe durchgeführt.

5 Methoden

5.1 Internationale Probandengruppe

Die Ausschreibung zur Studie, welche Personen aus unterschiedlichen internationalen buddhistischen Organisationen adressierte, erfolgte über die Forschungsprojektwebseite, wobei die Teilnahme an Buddhismus-Seminaren oder -Retreats das Einschlusskriterium für die Studienteilnahme darstellte. Die Studiengruppe bestand aus 16 Personen, davon neun Frauen und sieben Männer. Sieben deutschsprachige Personen füllten den *EPS-D* Fragebogen (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018) aus und neun englischsprachige Personen den *EPS* Fragebogen (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015). Je eine Frau und ein Mann aus der deutsch- und englischsprachigen Gesamtgruppe haben während dem Ausfüllen des Fragebogens abgebrochen, womit der dropout ab dem Zeitpunkt des Beginns des Fragebogens mit zwei von achtzehn Personen relativ hoch lag.

5.2 Fragebogen

Es wurde die HTS-Version des deutschsprachigen (*EPS-D*: Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018) und englischsprachigen *Emotional Processing Scale* (*EPS*: Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) der Hogrefe Testzentrale benutzt.

6 Ergebnisse

In der Ergebnisdarstellung wurden als Normgruppe der deutschsprachigen Fragebogenversion (*EPS-D*) die Gruppe mit ambulanter Behandlung psychischer Störungen (T-Werte) (Hogrefe Verlag 2022a, S. 3; 2022b, S. 3) und als diejenige der englischsprachigen Fragebogenversion (*EPS*) diejenige mit „general psychological difficulties“ (Hogrefe Verlag, 2022c, S.3; 2022d, S. 3) gewählt. Dies gilt für die Multireports wie auch die Einzelpersonenanalysen. In den beiden Sprachen wurden leider die Normgruppen nicht gleich definiert. Diese Wahl der Normgruppe wurde getroffen, weil alle Personen der deutschsprachigen Pilotgruppe im Fragebogen *ETI* (Tagay & Senf 2014) angaben mindestens ein potentielles Trauma erlebt zu haben (Anders 2023, S. 33; Hogrefe Verlag 2022g, h) und „fünfzig Prozent darin Auffälligkeiten entweder einer (zumindest partiellen) Posttraumatischen Belastungsstörung oder einer zum Zeitpunkt des Fragebogenausfüllens starken Belastung durch das Trauma“ (Anders 2023, S. 2-3, 33; Hogrefe Verlag 2022g, h) zeigten und im Fragebogen *Symptom Checklist SCL* (Franke 2013) fünfzig nur teilweise damit überlappende Prozent als behandlungsbedürftige *Fälle* nach der *Symptom Checklist SCL* (Anders 2023, S. 2-3, 33; Hogrefe Verlag 2022 e, f) definiert wurden, wodurch von mehr behandlungsbedürftigen als nicht behandlungsbedürftigen Personen auszugehen war.

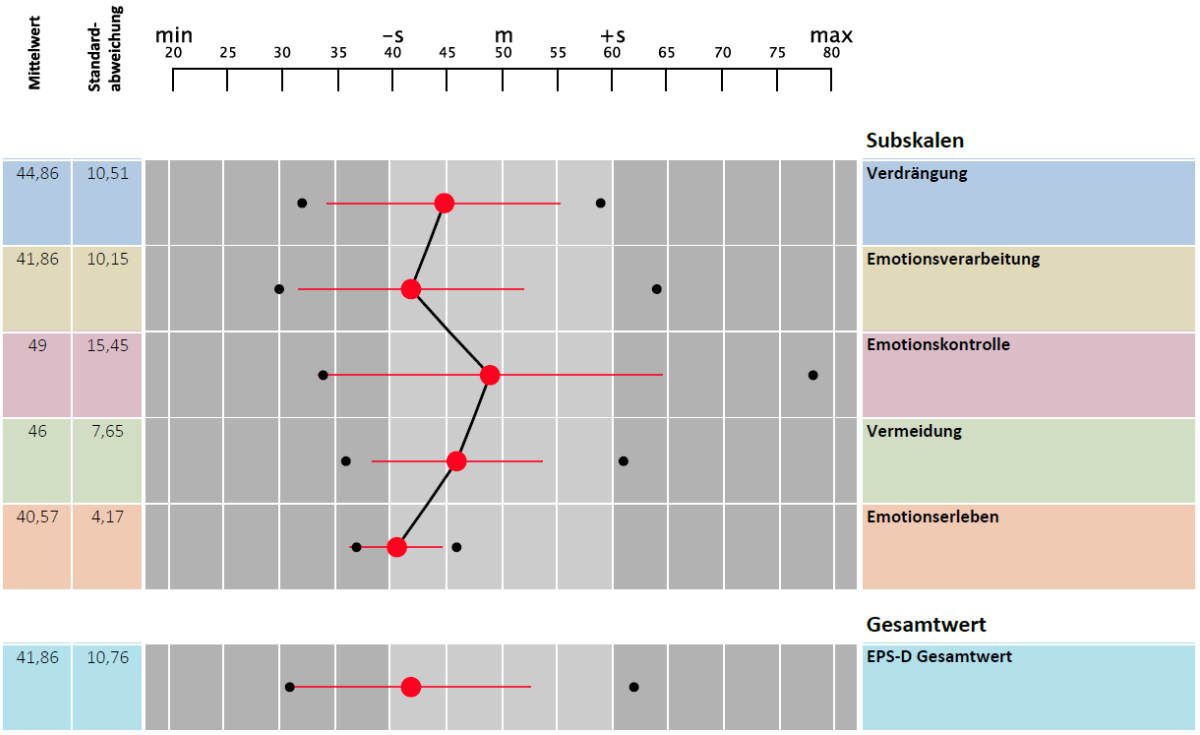
Die Fragebögen wurden zwischen Dezember 2018 und Mai 2021 ausgefüllt. Aufgrund der Ergebnisse in den einzelnen Dimensionen wurde der Ergebnisdarstellung zusätzlich auch eine Itemauswertung beigelegt, um die Konzepte, Vorgaben und Gruppendynamiken in den Organisationen, die sich auf die Antworten in den einzelnen Items auswirken analysieren zu können.

Ein Teil der Ergebnisse - die Gruppenmittelwertsanalyse, Einzelpersonendarstellung im Gruppenprofil und Analyse der Dimension *Emotional Experience* – wurde am 22th World Congress of Psychiatry (*WPA* 2022) (Anders 2022d) präsentiert, wobei als deutsche Normgruppe diejenige mit der ambulanten Behandlung psychischer Störungen und als englische Normgruppe die Gruppe der gesunden Gesellschaft gewählt war.

6.1 Gruppenmittelwertsanalyse (n=16)

6.1.1 Sieben Personen in deutschsprachiger Gruppe

Abbildung 1: Gruppenmittelwertsanalyse der deutschsprachigen Gruppe (n=7)



Merkmalsstatistik:

Bezeichnung	M	SD	Min	Max
Subskalen				
Verdrängung	44,86	10,51	32	59
Emotionsverarbeitung	41,86	10,15	30	64
Emotionskontrolle	49	15,45	34	78
Vermeidung	46	7,65	36	61
Emotionserleben	40,57	4,17	37	46
Gesamtwert				
EPS-D Gesamtwert	41,86	10,76	31	62

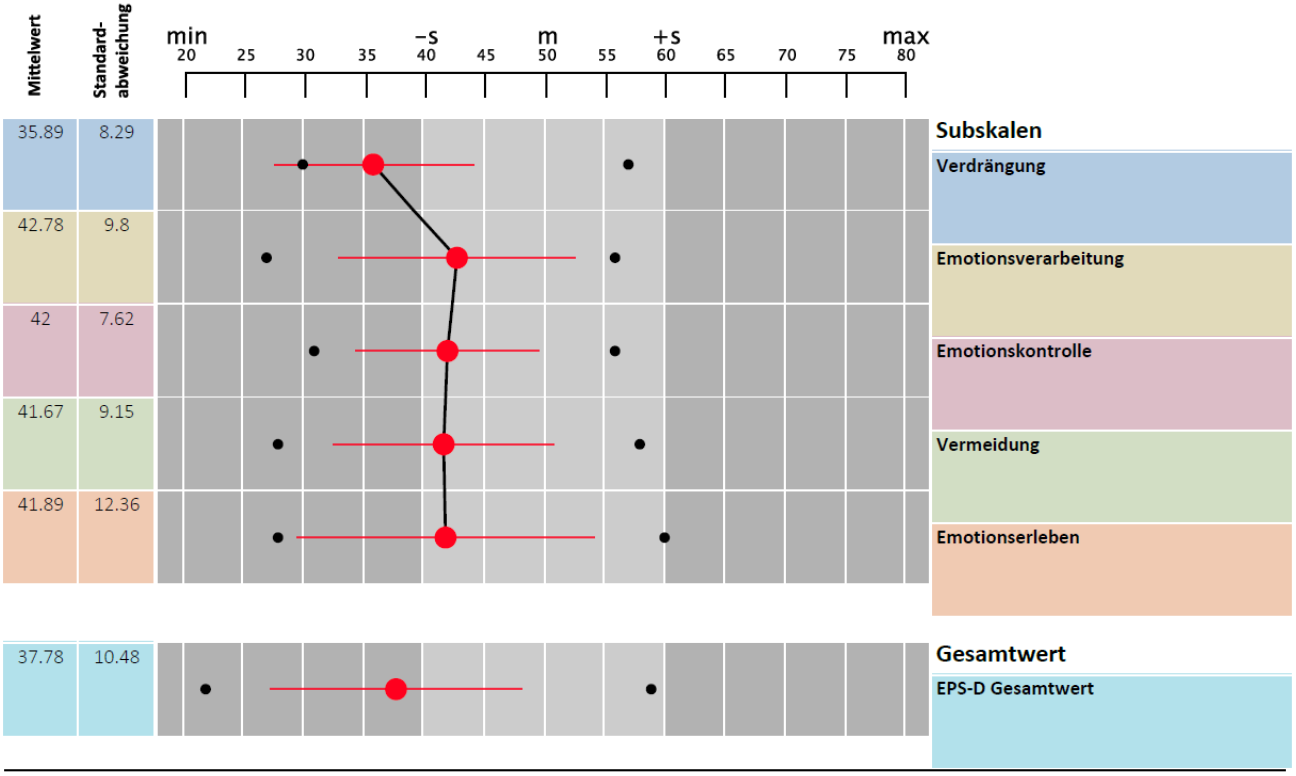
Legende:

- Gruppenmittelwert
- Standardabweichung
- Extremwerte (Maximum und Minimum)

Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 11-12; formal modifiziert)

6.1.2 Neun Personen in englischsprachiger Gruppe

Abbildung 2: Gruppenmittelwertsanalyse der englischsprachigen Gruppe (n=9)



Bezeichnung	M	SD	Min	Max
Subskalen				
Verdrängung	35.89	8.29	30	57
Emotionsverarbeitung	42.78	9.8	27	56
Emotionskontrolle	42	7.62	31	56
Vermeidung	41.67	9.15	28	58
Emotionserleben	41.89	12.36	28	60
Gesamtwert				
EPS-D Gesamtwert	37.78	10.48	22	59

Legende:

- Gruppenmittelwert
- Standardabweichung
- Extremwerte (Maximum und Minimum)

Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 11-12; formal modifiziert
und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.2 Itemauswertung im Multireport

Da die Itemdarstellung sowohl für die Dateninterpretation wie auch die Behandlungsplanung für psychisch erkrankte Personen aus vorliegender Probandengruppe bedeutungsvoll ist, wird sie im Folgenden in ihrer dimensionalen Zuordnung angeführt.

6.2.1 Deutschsprachige Gruppe

Nr	Item (verkürzter Text)	M	SD	Min	Max
Verdrängung					
1	Gefühle erstickt	1,71	1,91	0	5
6	Konnte Gefühle nicht ausdrücken	3,86	3,23	0	9
11	Über Gefühle geschwiegen	4,14	3,44	0	8
16	Gefühle unter Kontrolle gehalten	3,14	3,14	0	8
21	Versucht Gefühle nicht zu zeigen	3,57	2,56	0	7
Emotionsverarbeitung					
2	Unerwünschte Gefühle drängten sich auf	2,71	2,66	1	9
7	Langanhaltende emotionale Reaktionen	2	2,33	0	7
12	Neigte dazu gleiche Gefühle immer wieder zu erleben	3,29	3,33	0	8
17	Überwältigt von meinen Gefühlen	3,71	3,69	0	9
22	An gleiche Gefühlssituation denken müssen	2,43	2,72	0	8
Emotionskontrolle					
3	Schwer zu kontrollieren, was sagte, wenn verärgert oder wütend	4	3,93	0	9
8	Überreaktion auf das was andere Leute gesagt oder getan haben	4,71	3,69	0	9
13	Wollte mit jemandem abrechnen	2,29	3,41	0	9
18	Drang zu zerschlagen	1,71	2,91	0	8
23	Schwer abzuschalten	3	3,34	0	9
Vermeidung					
4	Vermieden unangenehme Dinge anzusehen	3,29	3,33	0	8
9	Vermieden über negative Gefühle zu sprechen	5	4,11	0	9
14	Versucht nur über angenehme Dinge zu sprechen	2,86	2,03	0	6
19	Konnte unangenehme Gefühle nicht aushalten	1,43	2,72	0	8
24	Bemüht, Dinge zu vermeiden, die aufregen	1,43	2,06	0	6
Emotionserleben					
5	Abgestumpfte/flache Gefühle	0,86	1,73	0	5
10	Gefühle schienen nicht zu mir zu gehören	0,14	0,35	0	1
15	Fiel schwer zwischen körperlich unwohl und emotional aufgewühlt zu unterscheiden	1,14	2,42	0	7
20	Große Gefühlsleere in mir	0,43	0,73	0	2
25	Starke Empfindungen, nicht sicher ob Gefühle	1,57	3,11	0	9

Itemanalyse im EPS-D (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 13; modifiziert)

6.2.2 Englischsprachige Gruppe

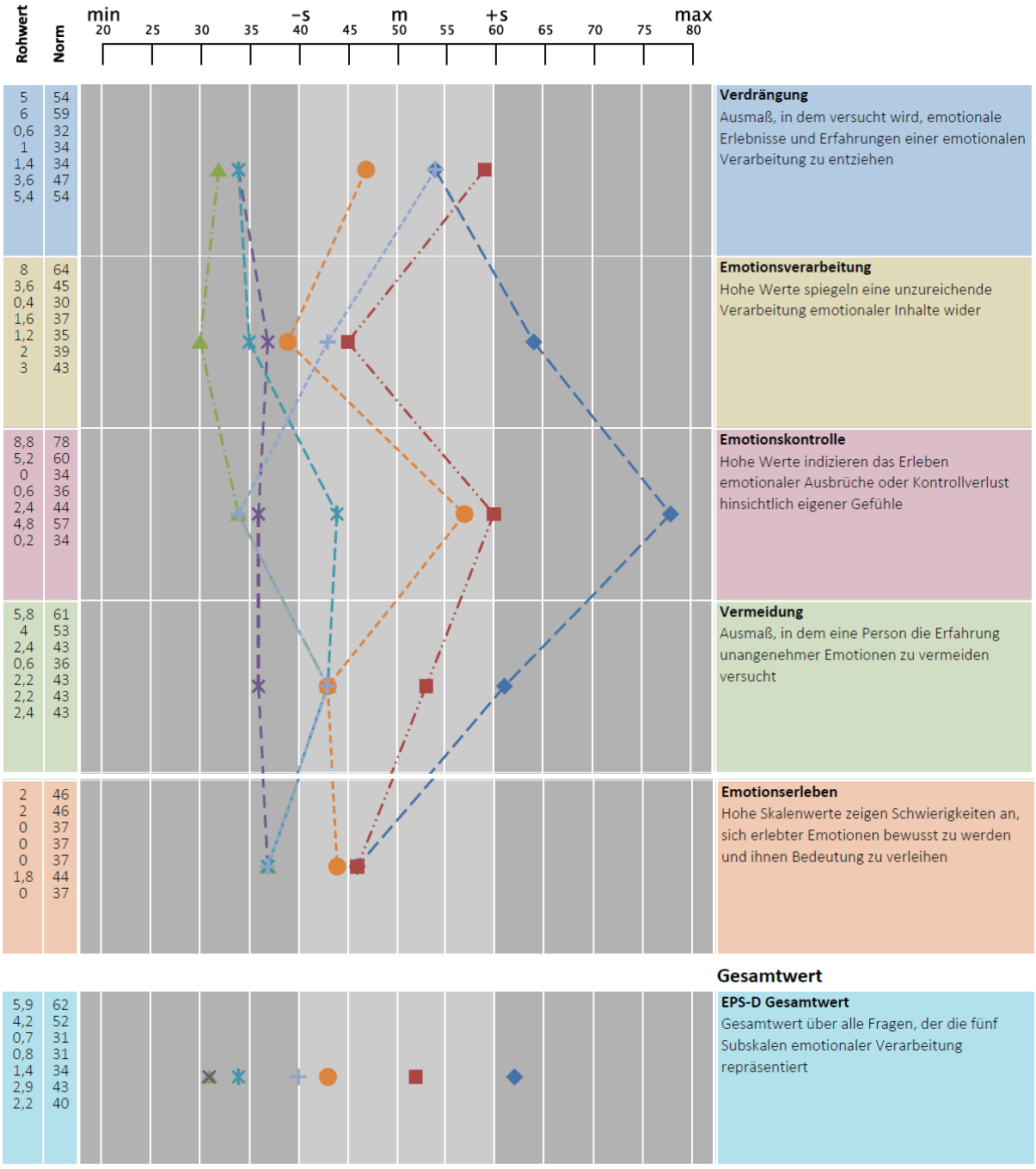
Nr	Item (verkürzter Text)	M	SD	Min	Max
	Verdrängung				
1	Gefühle erstickt	2.89	2.18	0	7
6	Konnte Gefühle nicht ausdrücken	3.44	2.67	0	9
11	Über Gefühle geschwiegen	2.78	1.47	1	5
16	Gefühle unter Kontrolle gehalten	2.78	1.99	1	7
21	Versucht Gefühle nicht zu zeigen	3.44	1.95	1	7
	Emotionsverarbeitung				
2	Unerwünschte Gefühle drängten sich auf	5.22	2.44	1	9
7	Langanhaltende emotionale Reaktionen	4.78	2.62	0	8
12	Neigte dazu gleiche Gefühle immer wieder zu erleben	5.78	1.87	2	8
17	Überwältigt von meinen Gefühlen	5.22	2.35	1	8
22	An gleiche Gefühlssituation denken müssen	4.89	2.42	1	8
	Emotionskontrolle				
3	Schwer zu kontrollieren, was sagte, wenn verärgert oder wütend	3.22	1.81	2	7
8	Überreaktion auf das was andere Leute gesagt oder getan haben	2.56	1.5	1	6
13	Wollte mit jemandem abrechnen	4.11	2.81	0	9
18	Drang zu zerschlagen	2.33	2.16	0	6
23	Schwer abzuschalten	5.22	1.81	2	7
	Vermeidung				
4	Vermieden unangenehme Dinge anzusehen	4	2.58	0	8
9	Vermieden über negative Gefühle zu sprechen	2.56	2.36	0	6
14	Versucht nur über angenehme Dinge zu sprechen	2.67	2.26	0	7
19	Konnte unangenehme Gefühle nicht aushalten	3.56	2.59	0	8
24	Bemüht, Dinge zu vermeiden, die aufregen	3.89	2.23	0	7
	Emotionserleben				
5	Abgestumpfte/flache Gefühle	3.78	2.62	0	8
10	Gefühle schienen nicht zu mir zu gehören	2.11	1.52	0	6
15	Fiel schwer zwischen körperlich unwohl und emotional aufgewühlt zu unterscheiden	2.78	2.78	0	9
20	Große Gefühlsleere in mir	3.56	3.02	0	8
25	Starke Empfindungen, nicht sicher ob Gefühle	3.33	2.83	0	9

Itemanalyse im EPS (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 13;
modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.3 Einzelpersonen in den Dimensionen des Gruppenprofils

6.3.1 Einzelpersonendarstellung in deutschsprachiger Gruppe (n=7)

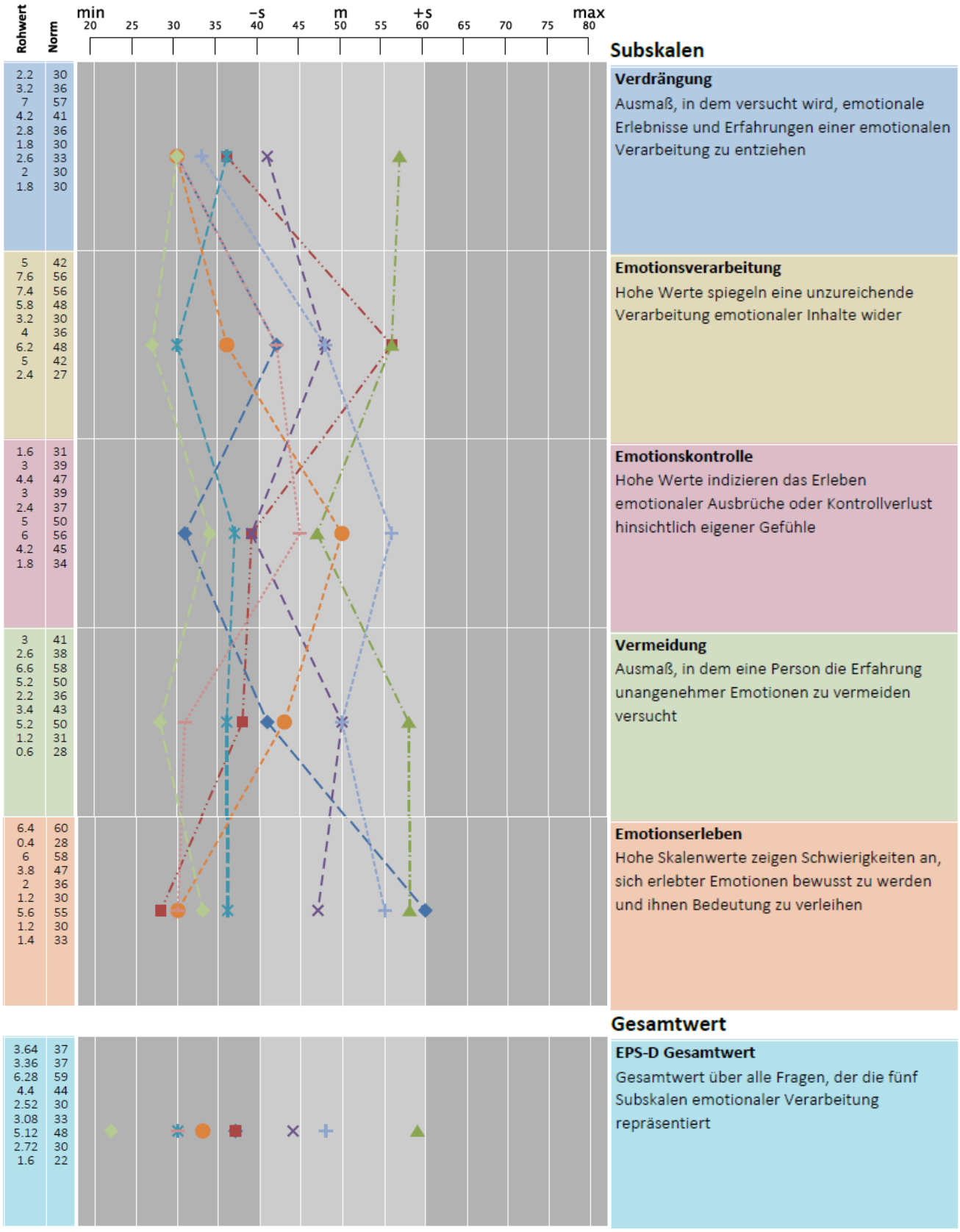
Abbildung 3: Einzelpersonendarstellung in deutschsprachiger Gruppe (n=7)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale* (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 3; formal modifiziert)

6.3.2 Einzelpersonendarstellung in englischsprachiger Gruppe (n=9)

Abbildung 4: Einzelpersonendarstellung in englischsprachiger Gruppe (n=9)



Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 3-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

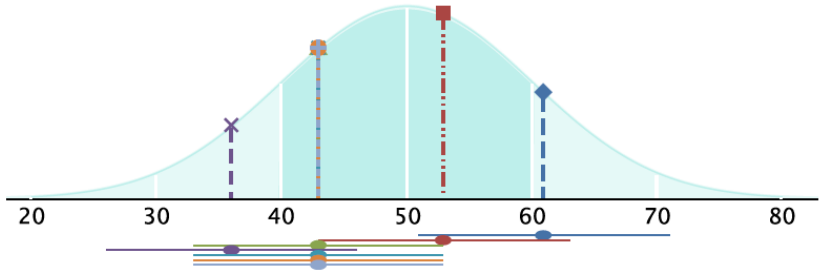
6.3.3 Darstellung einzelner Personen in den Dimensionen und deren Interpretation

Im folgenden Abschnitt werden zunächst die Ergebnissen in den Subskalen der EPS bzw. *EPS-D* nach der Struktur des dreiphasigen Modells der *Emotionsverarbeitung* (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 15, Tab. 2) und im letzten Abschnitt der *EPS* bzw. *EPS-D* Gesamtwert dargestellt.

6.3.3.1 Phase I - *Vermeidung*

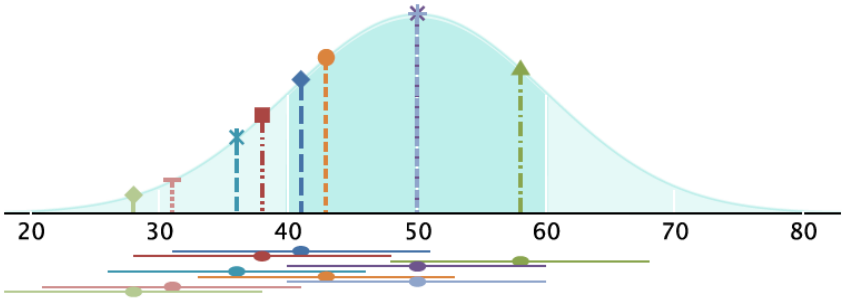
„Die Subskala Vermeidung bezieht sich einerseits auf die Ausprägung von verhaltensbezogenen Vermeidungsstrategien, wie z.B. die Vermeidung unschöner Szenen im Fernsehen oder eine direkte Bevorzugung positiver Gesprächsthemen (z.B. „Ich habe es vermieden, mir unangenehme Dinge anzusehen [z.B. im Fernsehen / in Zeitschriften].“). Andererseits beschreibt sie internale Einstellungen, die eher zur Vermeidung von Emotionen und Emotionsausdruck führen (z.B. „Über negative Gefühle zu sprechen, schien es noch schlimmer zu machen.“)“ (Hogrefe Verlag 2022a, S. 8).

Abbildung 11: Dimension Vermeidung (deutschsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 8)

Abbildung 12: Dimension Vermeidung (englischsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 8)

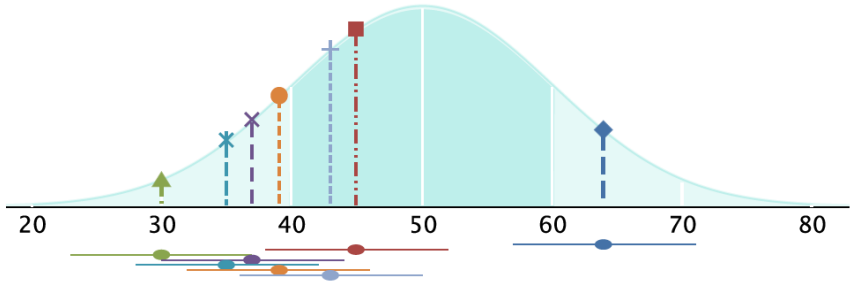
Die meisten Werte in der Dimension *Vermeidung* lagen in beiden Probandengruppen eine bis zwei Standardabweichungen unter der Norm.

6.3.3.2 Phase II- Verdrängung, Emotionsverarbeitung, Emotionserleben

6.3.3.2.1 Verdrängung

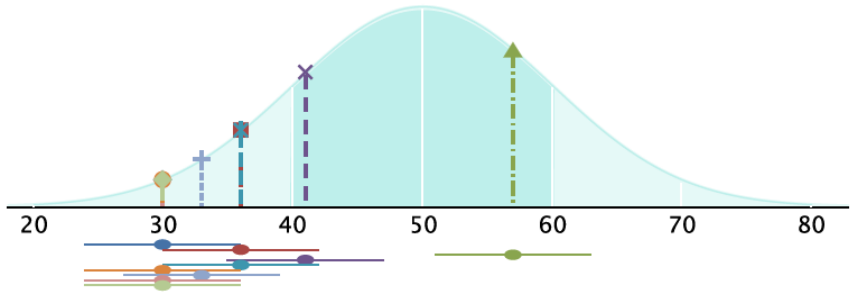
“Die Subskala Verdrängung bezieht sich auf das Ausmaß der Steuerung emotionaler Zustände und deren Ausdruck. Sie enthält beispielweise Items zur Regulierung der emotionalen Erfahrung („Ich habe meine Gefühle erstickt.“) und der Kontrolle des Emotionsausdrucks („Ich habe über meine Gefühle geschwiegen.“)“ (Hogrefe Verlag 2022a, S. 5).

Abbildung 5: Dimension Verdrängung (deutschsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 5)

Abbildung 6: Dimension Verdrängung (englischsprachige Gruppe)



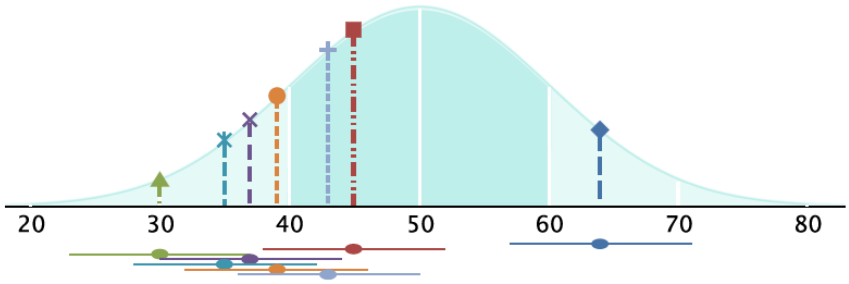
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 5)

Die meisten Werte in der Dimension *Verdrängung* lagen in beiden Probandengruppen eine, zwei bis an die Grenze zur dritten Standardabweichungen unter der Norm.

6.3.3.2.2 Emotionsverarbeitung

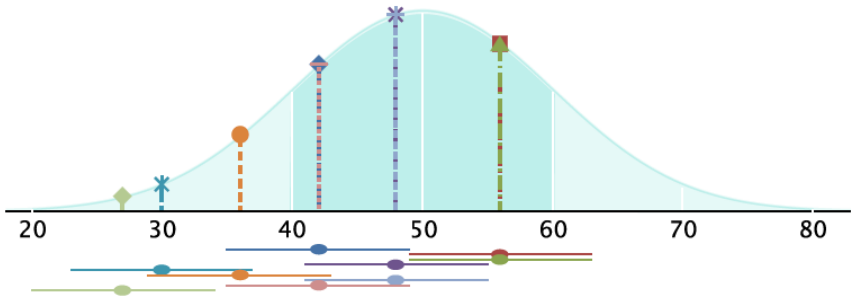
“Dieser Faktor lehnt sich stark an das Konzept von Rachman (1980) an, nach dem im Rahmen der erfolgreichen Emotionsverarbeitung emotionale Störungen gedämpft werden und nachlassen, sodass andere Erfahrungen und Verhaltensweisen ohne Störung fortgesetzt werden können. In diesen Faktor inbegriffen sind auch anhaltende bzw. zu einem gegebenen Zeitpunkt noch nicht abgeschlossene Prozesse der emotionalen Verarbeitung; z.B. wiederholt auftretende, intrusive, emotionale Zuständen in Situationen, die normalerweise keine starken Gefühle auslösen würden (z.B. „Unerwünschte Gefühle drängten sich mir immer wieder auf.“ oder „Ich neigte dazu, das gleiche Gefühl immer wieder zu erleben.“). Die Skala kann einerseits eine natürliche Reaktion auf schwierige Lebensereignisse (z.B. Trauer bei Verlust eines nahestehenden Menschen) oder anhaltende Schwierigkeiten im Umgang mit einem Erlebnis widerspiegeln“ (Hogrefe Verlag 2022a, S. 6).

Abbildung 7: Dimension Emotionsverarbeitung (deutschsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 6)

Abbildung 8: Dimension Emotionsverarbeitung (englischsprachige Gruppe)



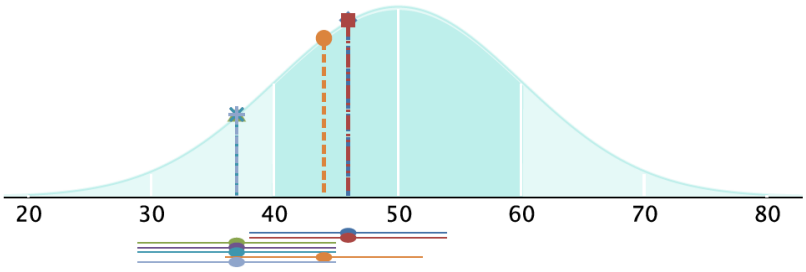
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 6)

Die meisten Werte in der Dimension *Emotionsverarbeitung* lagen in beiden Probandengruppen eine, zwei bis an die Grenze zur dritten Standardabweichungen unter der Norm.

6.3.3.2.3 Emotionserleben

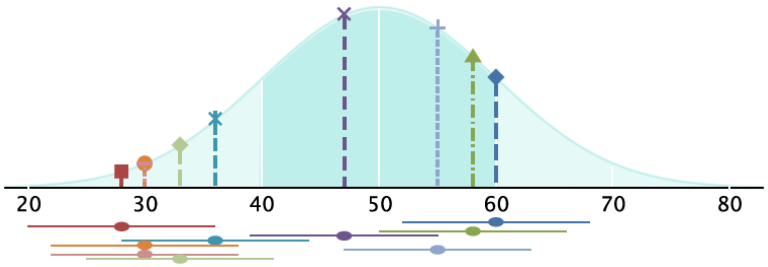
„Diese Subskala bezieht sich auf vielfältige Prozesse des emotionalen Erlebens; auf das Bewusstwerden von erlebten Emotionen, auf die Fähigkeit, diese zu benennen oder zu beschreiben und schließlich darauf, sie mit auslösenden Ereignissen in Verbindung zu bringen. Daher besteht auch eine Verknüpfung zum Konzept der Alexithymie. Hohe Werte können zum einen eine mangelnde Verbindung zu den eigenen Emotionen bedeuten (z.B. „Meine Gefühle schienen nicht zu mir zu gehören.“). Zum anderen können sie bedeuten, dass die Personen Schwierigkeiten haben, Gefühle wahrzunehmen oder zwischen emotionsbezogenen körperlichen Veränderungen und Anzeichen somatischer Erkrankungen zu unterscheiden.“ (Hogrefe Verlag 2022a, S. 9).

Abbildung 13: Dimension Emotionserleben (deutschsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 9)

Abbildung 14: Dimension Emotionserleben (englischsprachige Gruppe)



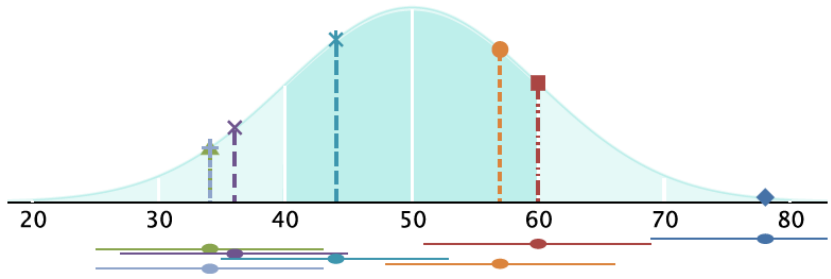
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 9)

Die meisten Werte in der Dimension *Emotionserleben* lagen in beiden Probandengruppen eine, zwei bis in die dritte Standardabweichung hinein unter der Norm, jedoch fallen in der deutschsprachigen Gruppedeutlich mehr niedrige Werte auf wie in der englischsprachigen.

6.3.3.3 Phase III – Emotionskontrolle

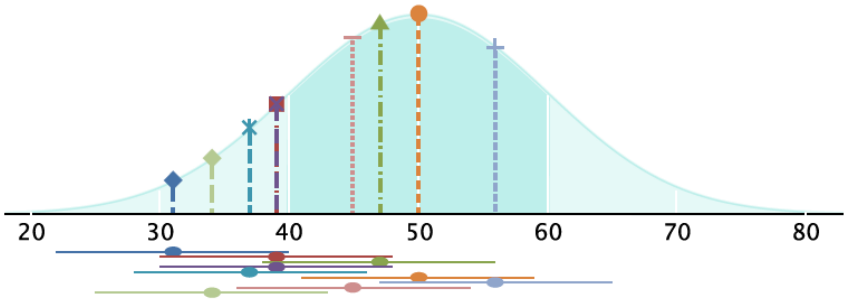
„Dieser Faktor beschreibt das Erleben von intensiv ausgeprägten Emotionen und repräsentiert, wie sehr eine Person Kontrolle über diese Gefühle erlebt. Es handelt sich überwiegend um expressive Emotionen (z.B. Ärger), die mit sichtbarer physiologischer Erregung oder Verhaltensweisen (z.B. agitiertes Verhalten) einhergehen (z.B. „Es war schwer zu kontrollieren, was ich sagte, wenn ich verärgert oder wütend war.“). Die Autoren der englischen EPS gehen davon aus, dass sich diese Subskala auf die expressive Ebene unverarbeiteter Emotionen bezieht. Hohe Werte auf dieser Skala indizieren, dass Personen emotionale Ausbrüche oder Kontrollverlust hinsichtlich ihrer Gefühle erleben. Werte unterhalb des Durchschnittsbereichs der gesunden Vergleichsgruppe können ebenfalls problematisch sein, da sie einen zu gering ausgeprägten Emotionsausdruck widerspiegeln“ (Hogrefe Verlag 2022a, S. 7).

Abbildung 9: Dimension Emotionskontrolle (deutschsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 7)

Abbildung 10: Dimension Emotionskontrolle (englischsprachige Gruppe)



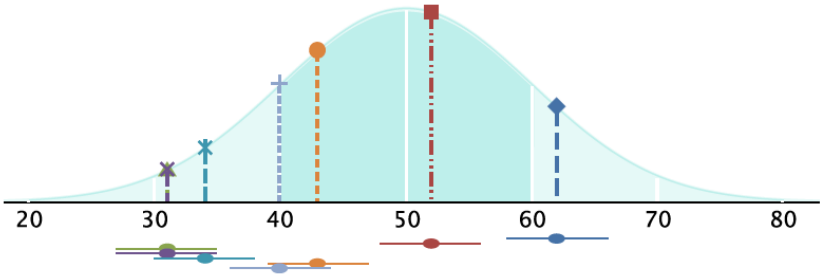
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 7)

Die Werte in der Dimension *Emotionskontrolle* waren in beiden Probandengruppen über den gesamten Normbereich, darunter und auch darüber verteilt.

6.3.3.4 EPS-D Gesamtwert

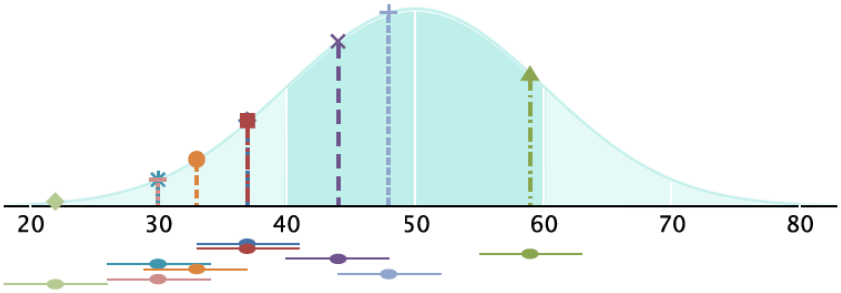
„Der EPS-D Gesamtwert ist der Mittelwert aller 25 Items. Es ist der wichtigste Einzelwert und repräsentiert eine Mischung der verschiedenen Skalen der emotionalen Verarbeitung, der vermeidenden Regulationsstile, der Anzeichen unverarbeiteter Emotionen, der verhaltensbezogenen Hinweise auf Probleme der Emotionskontrolle sowie das Verständnis und die Erfahrung der eigenen Emotionen einer Person. Hohe Werte repräsentieren Probleme in der Verarbeitung von Problemen und sind oftmals mit psychischen Problemen assoziiert. Stark unterdurchschnittliche Werte können ebenfalls auf Probleme der Emotionsverarbeitung anderer Art hinweisen, auf mangelndes Verständnis des Fragebogens oder auf Desinteresse.“ (Hogrefe Verlag 2022a, S. 10).

Abbildung 15: EPS-D Gesamtwert (deutschsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022a, S. 10)

Abbildung 16: EPS-D Gesamtwert (englischsprachige Gruppe)



Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale*
(Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022c, S. 10)

Insgesamt lag beim Gesamtwert des *EPS* bzw. *EPS-D* der Großteil der Probanden bei unterdurchschnittlichen oder stark unterdurchschnittlichen Werten.

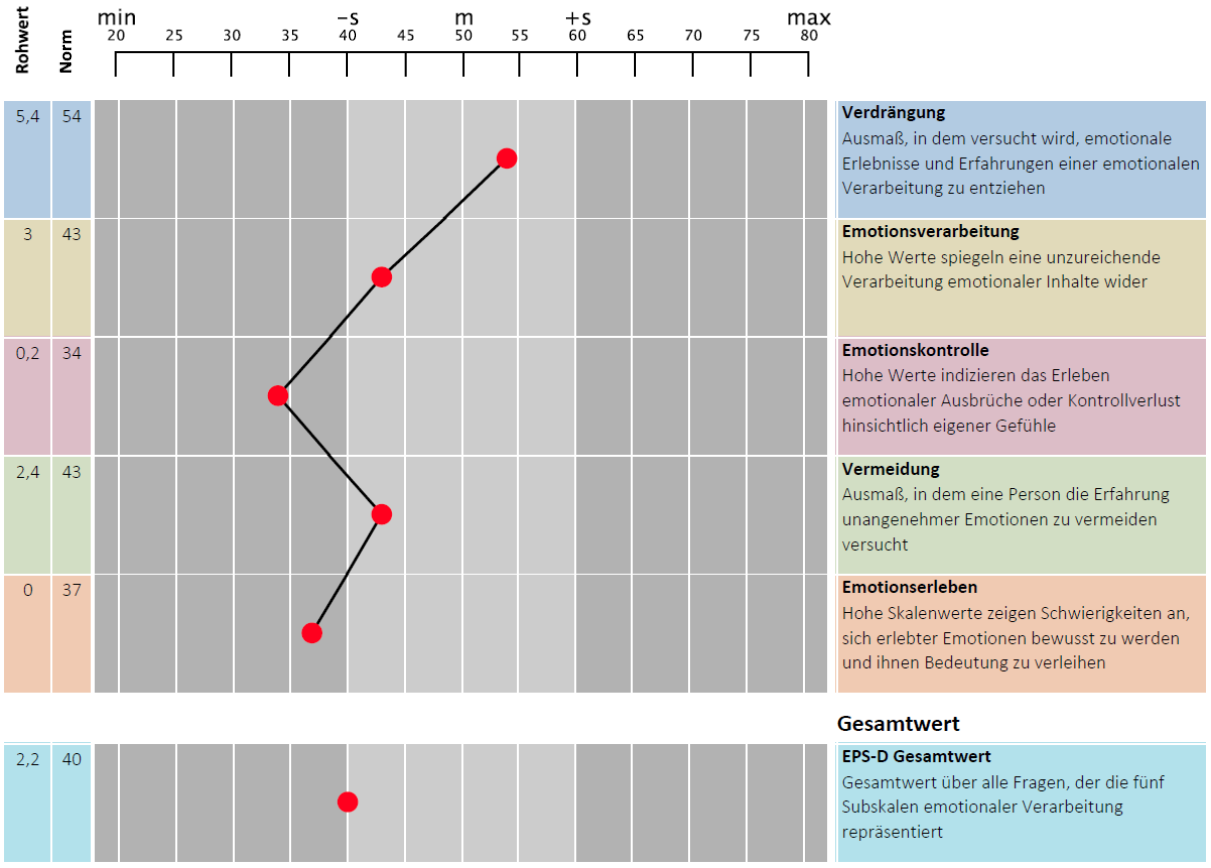
6.4 Individuelle Analyse

In der individuellen Analyse werden alle sechzehn Personen einzeln dargestellt. Zunächst werden die Werte dieser Person in den einzelnen Dimensionen des Fragebogens angezeigt und danach der Gesamtwert.

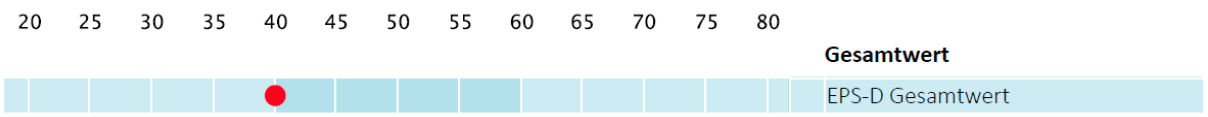
6.4.1 Deutschsprachige Gruppe (n=7)

6.4.1.1 Erste Person (P1)

Abbildung 17: Individuelle Analyse Person 1 (deutschsprachige Gruppe)



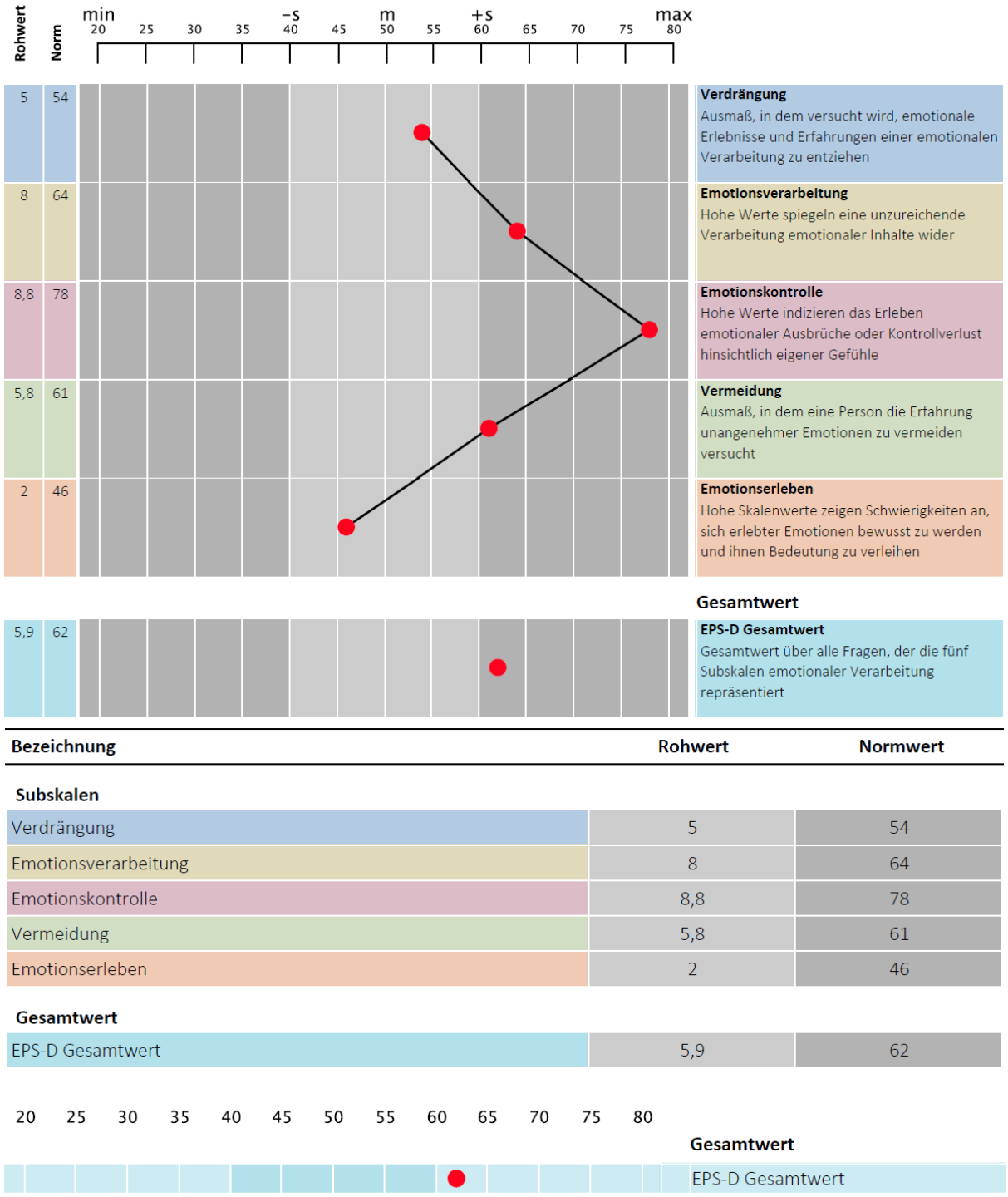
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	5,4	54
Emotionsverarbeitung	3	43
Emotionskontrolle	0,2	34
Vermeidung	2,4	43
Emotionserleben	0	37
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	2,2	40



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

6.4.1.2 Zweite Person (P2)

Abbildung 18: Individuelle Analyse Person 2 (deutschsprachige Gruppe)



Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	5	54
Emotionsverarbeitung	8	64
Emotionskontrolle	8,8	78
Vermeidung	5,8	61
Emotionserleben	2	46
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	5,9	62

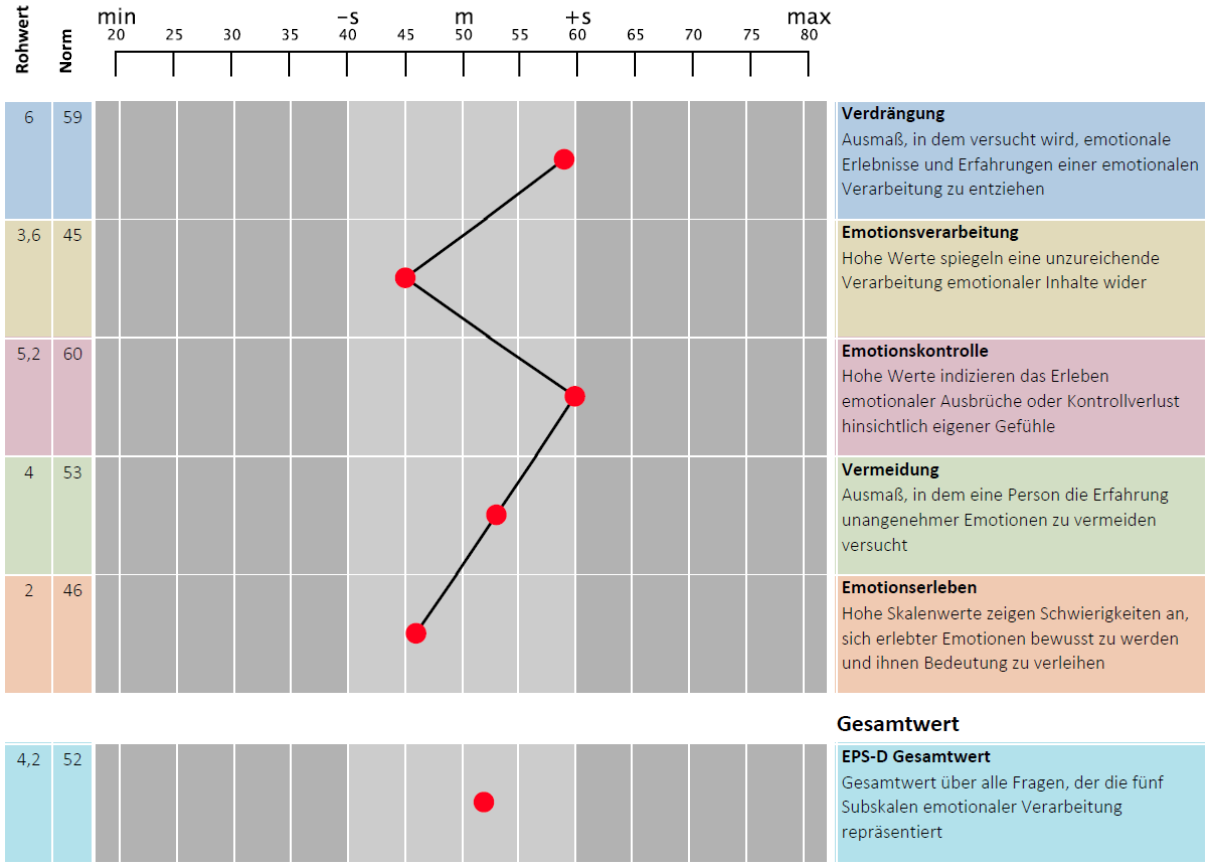
Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

6.4.1.3 Dritte Person (P3) (abgebrochen)

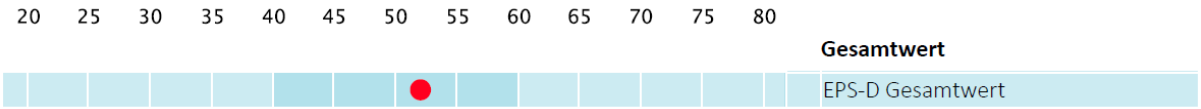
Diese Person hat das Ausfüllen des EPS-D Fragebogens abgebrochen.

6.4.1.4 Vierte Person (P4)

Abbildung 19: Individuelle Analyse Person 4 (deutschsprachige Gruppe)



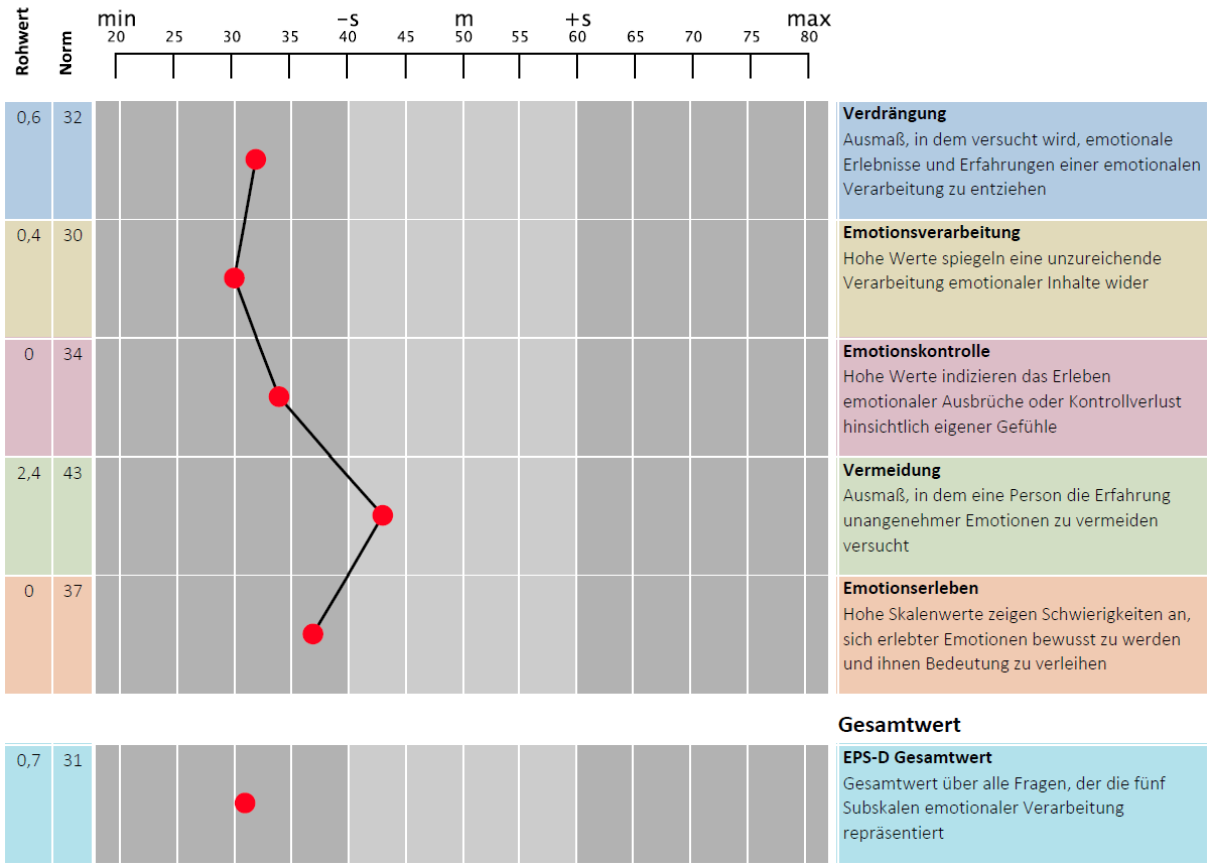
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	6	59
Emotionsverarbeitung	3,6	45
Emotionskontrolle	5,2	60
Vermeidung	4	53
Emotionserleben	2	46
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	4,2	52



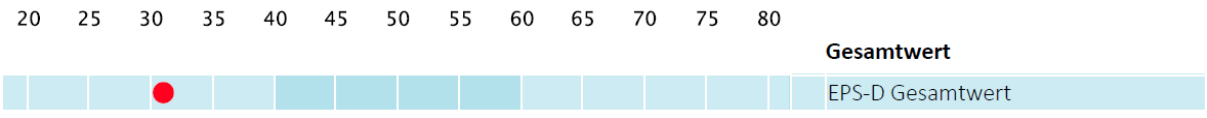
Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

6.4.1.5 Fünfte Person (P5)

Abbildung 20: Individuelle Analyse Person 5 (deutschsprachige Gruppe)



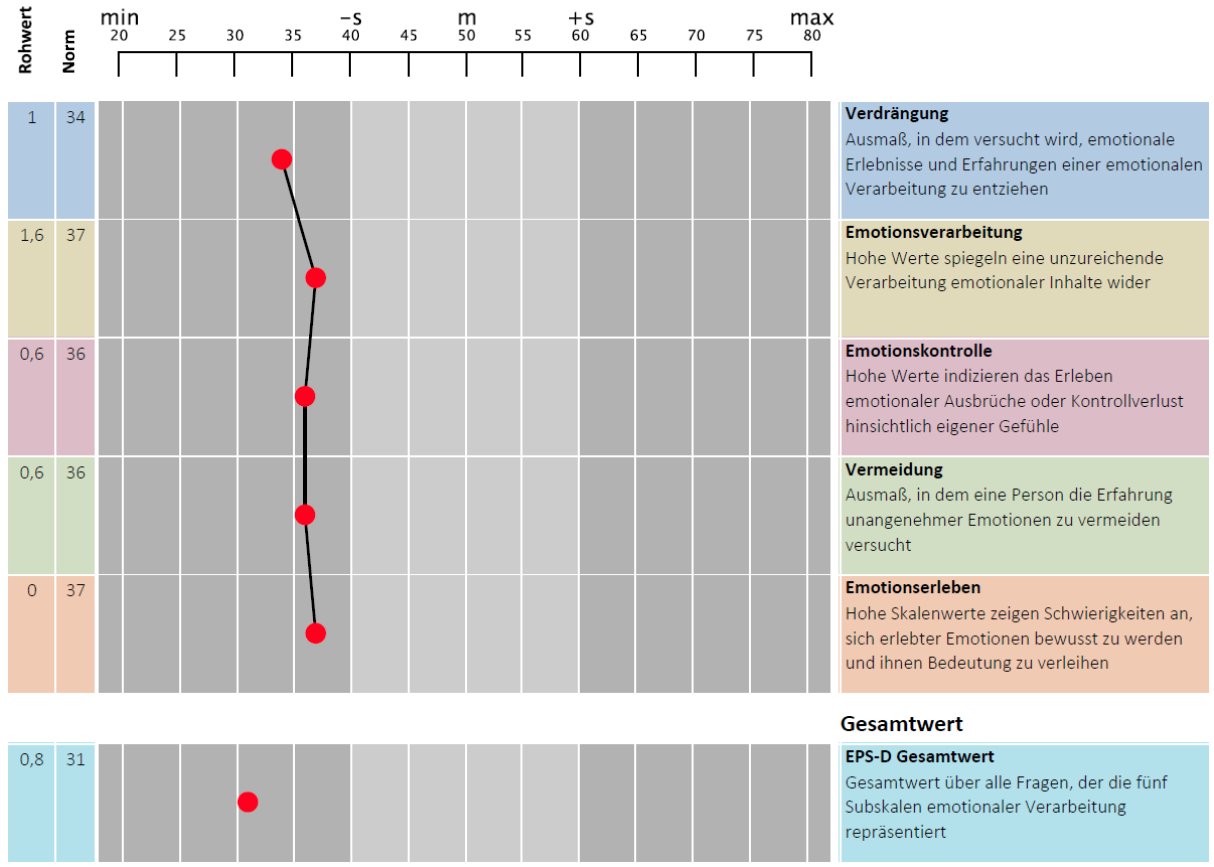
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	0,6	32
Emotionsverarbeitung	0,4	30
Emotionskontrolle	0	34
Vermeidung	2,4	43
Emotionserleben	0	37
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	0,7	31



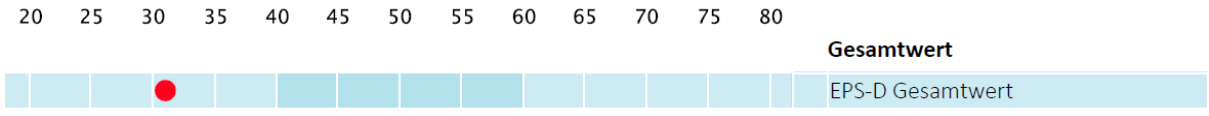
Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

6.4.1.6 Sechste Person (P6)

Abbildung 21: Individuelle Analyse Person 6 (deutschsprachige Gruppe)



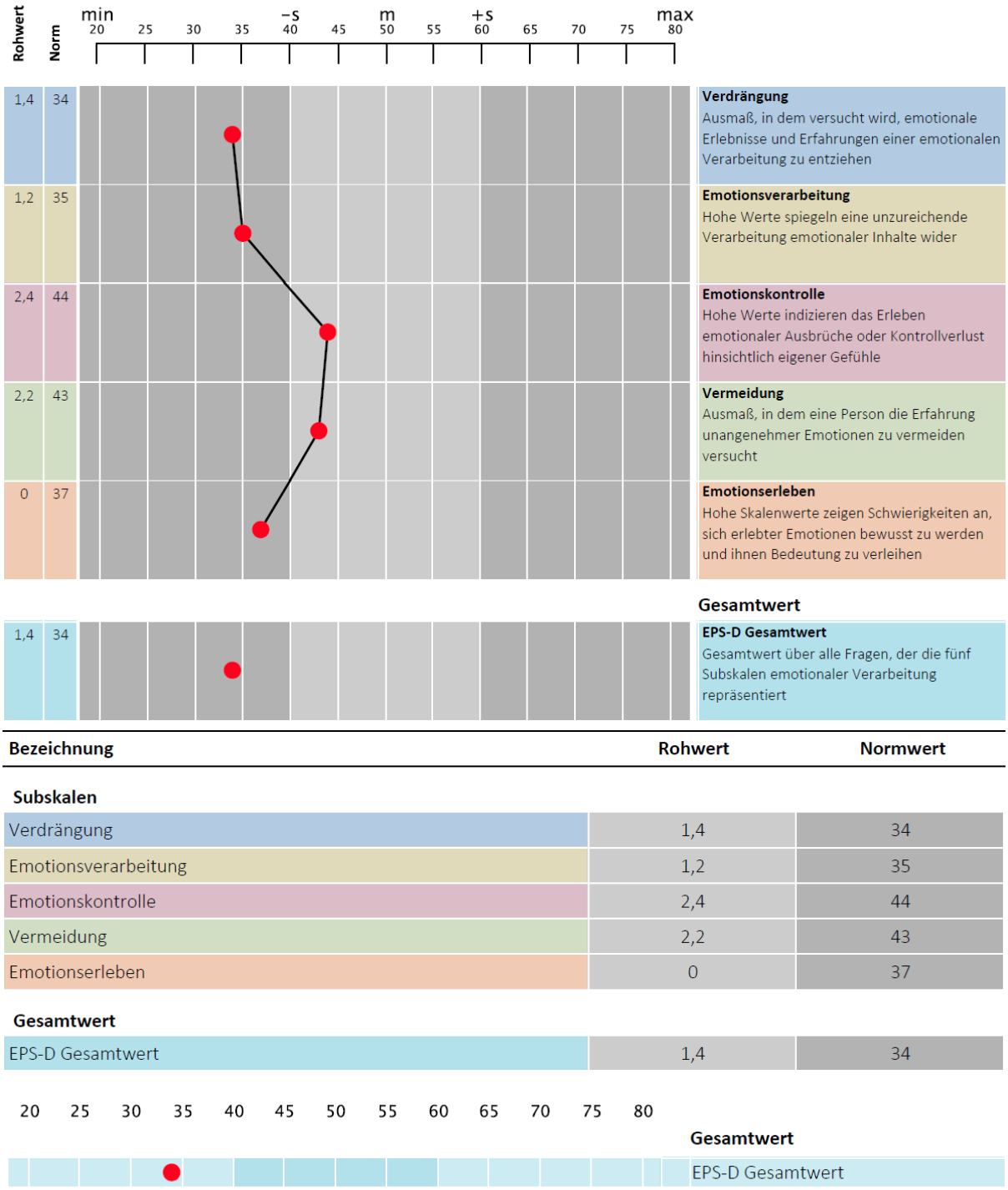
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	1	34
Emotionsverarbeitung	1,6	37
Emotionskontrolle	0,6	36
Vermeidung	0,6	36
Emotionserleben	0	37
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	0,8	31



Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

6.4.1.7 Siebente Person (P7)

Abbildung 22: Individuelle Analyse Person 7 (deutschsprachige Gruppe)

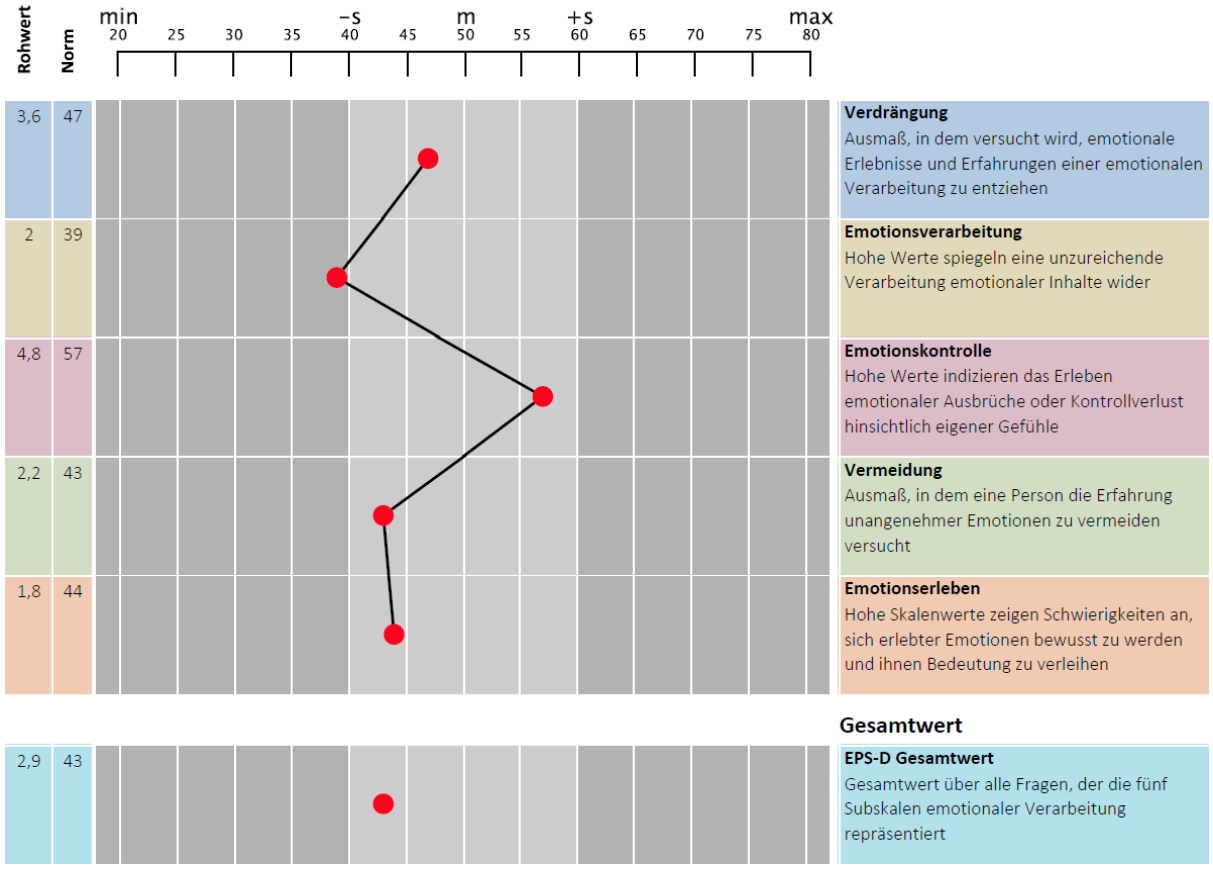


Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	1,4	34
Emotionsverarbeitung	1,2	35
Emotionskontrolle	2,4	44
Vermeidung	2,2	43
Emotionserleben	0	37
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	1,4	34

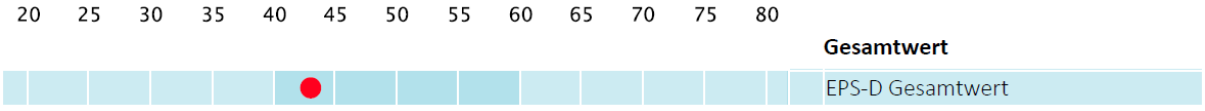
Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

6.4.1.8 Achte Person (P8)

Abbildung 23: Individuelle Analyse Person 8 (deutschsprachige Gruppe)



Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	3,6	47
Emotionsverarbeitung	2	39
Emotionskontrolle	4,8	57
Vermeidung	2,2	43
Emotionserleben	1,8	44
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	2,9	43

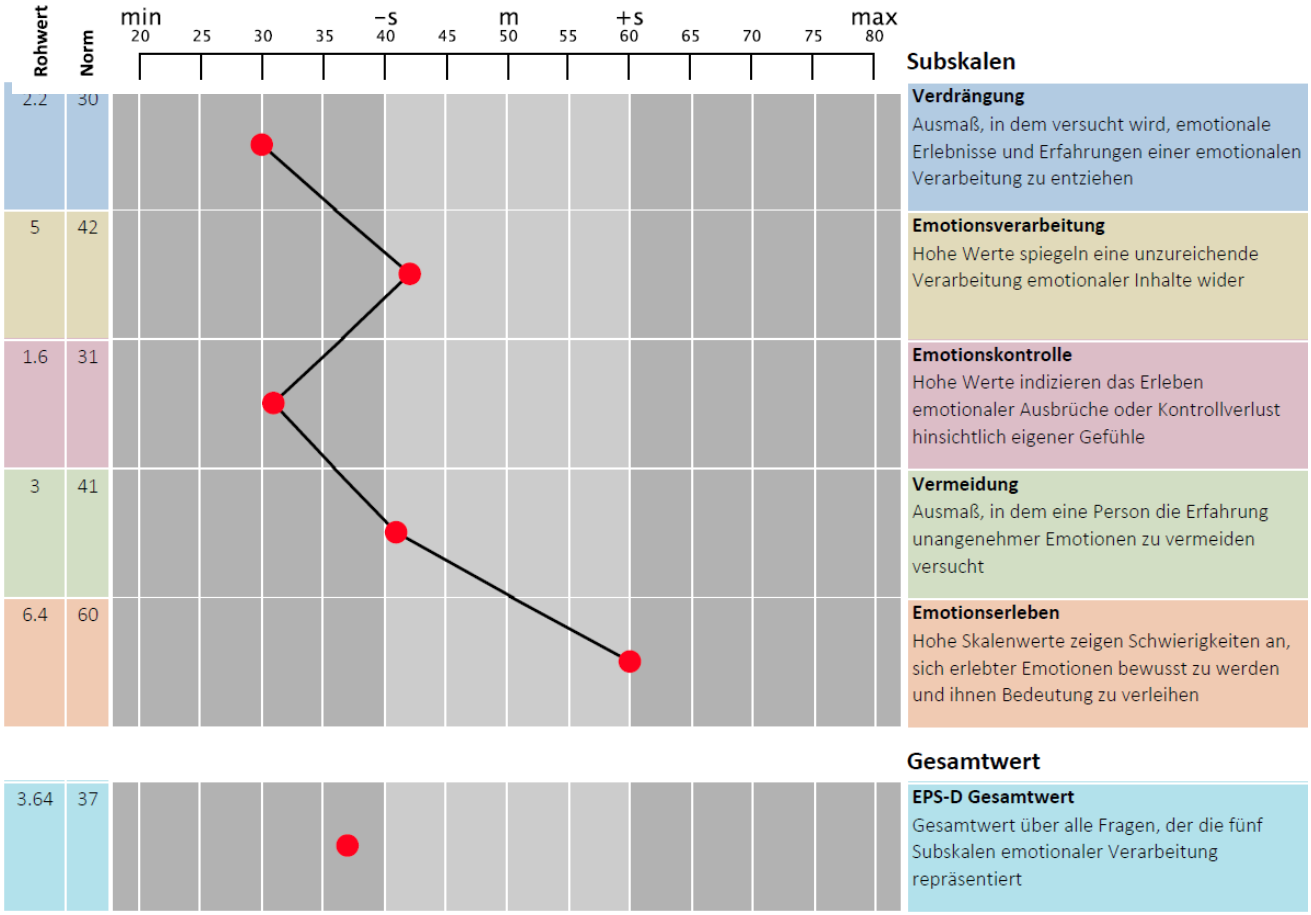


Ergebnisse aus der *EPS-D Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale*
(Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022b, S. 2-4; formal modifiziert)

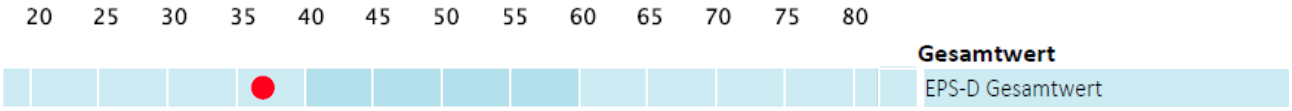
6.4.2 Englischsprachige Gruppe (n=9)

6.4.2.1 Neunte Person (P9)

Abbildung 24: Individuelle Analyse Person 9 (englischsprachige Gruppe)



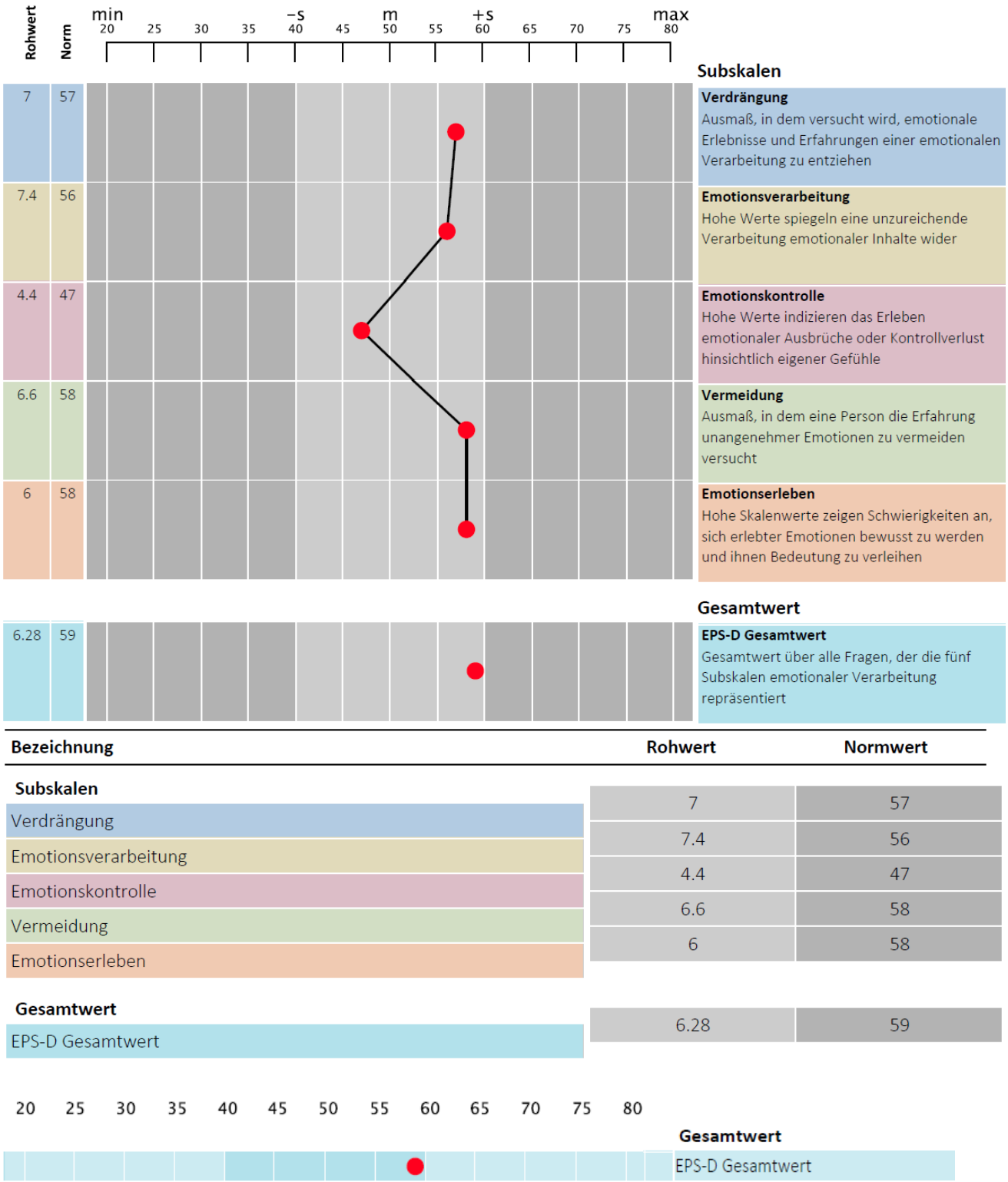
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	2.2	30
Emotionsverarbeitung	5	42
Emotionskontrolle	1.6	31
Vermeidung	3	41
Emotionserleben	6.4	60
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	3.64	37



Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.2 Zehnte Person (P10)

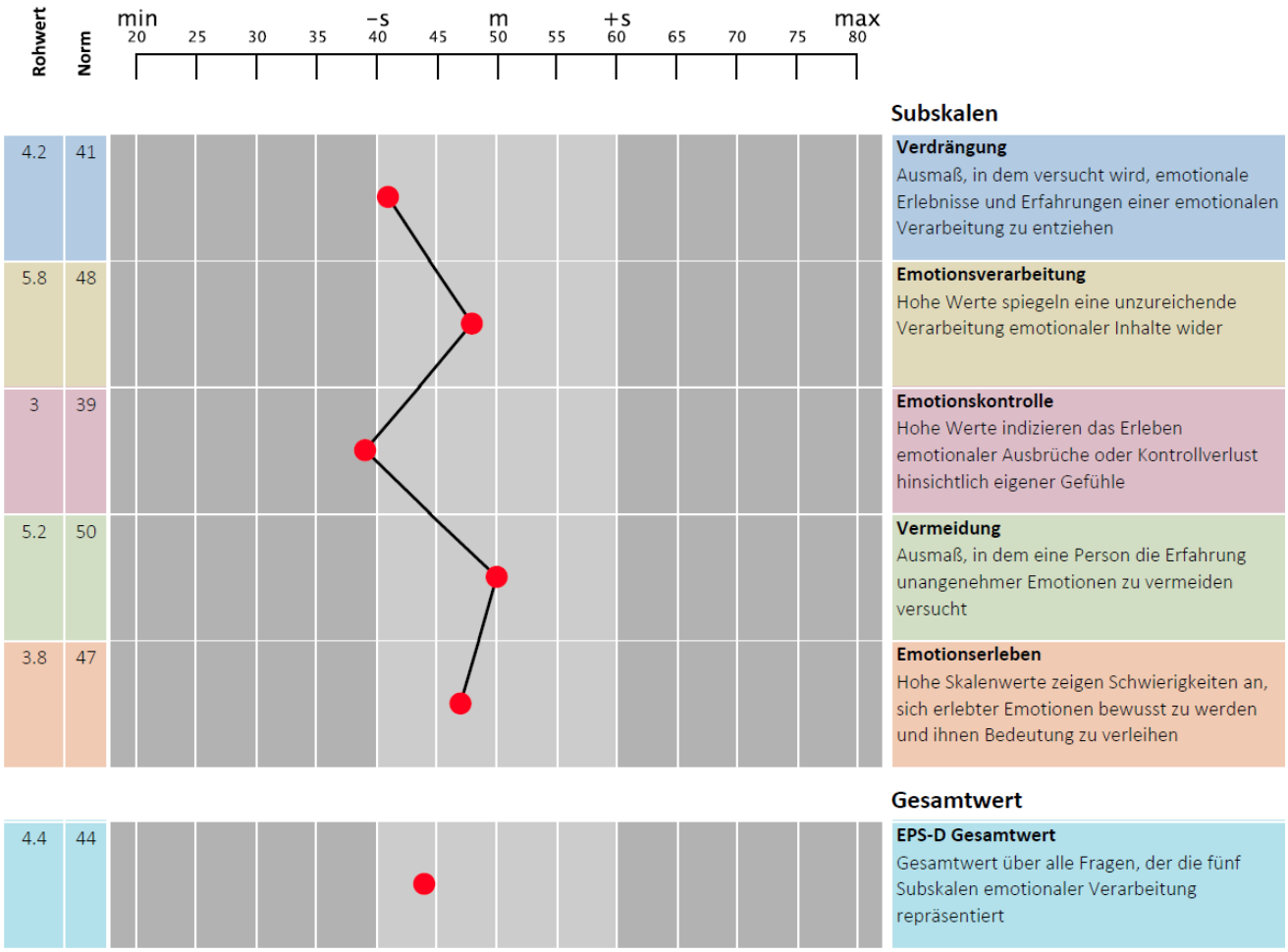
Abbildung 25: Individuelle Analyse Person 10 (englischsprachige Gruppe)



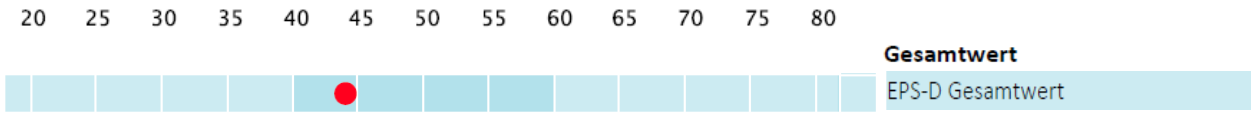
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.3 Elfte Person (P11)

Abbildung 26: Individuelle Analyse Person 10 (englischsprachige Gruppe)



Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	4.2	41
Emotionsverarbeitung	5.8	48
Emotionskontrolle	3	39
Vermeidung	5.2	50
Emotionserleben	3.8	47
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	4.4	44



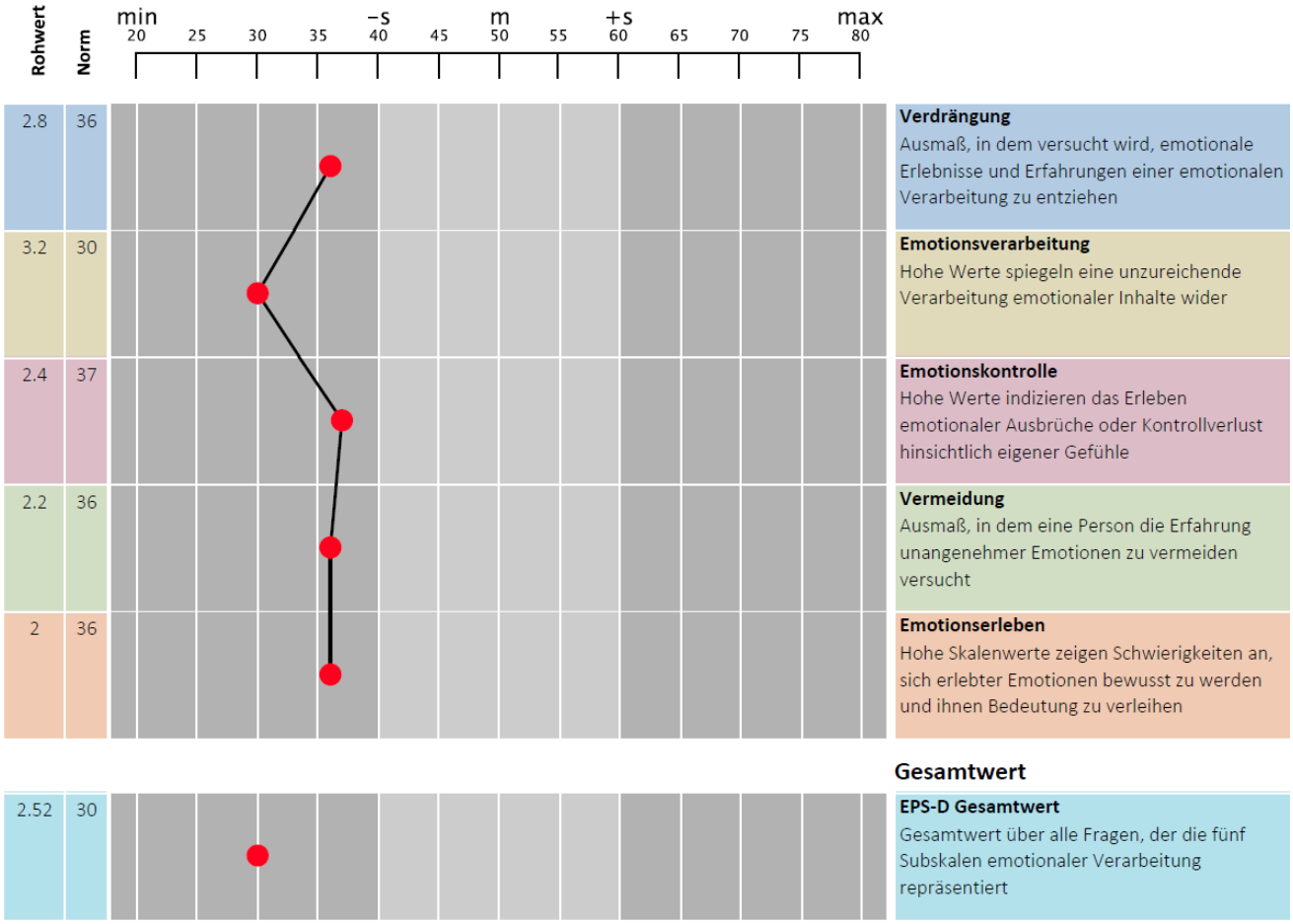
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.4 Zwölfte Person (P12) (abgebrochen)

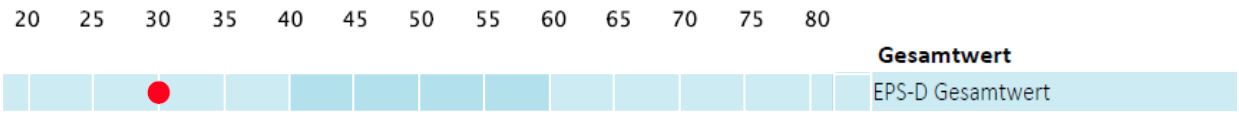
Diese Person hat das Ausfüllen des Fragebogens unterbrochen.

6.4.2.5 Dreizehnte Person (P13)

Abbildung 27: Individuelle Analyse Person 13 (englischsprachige Gruppe)



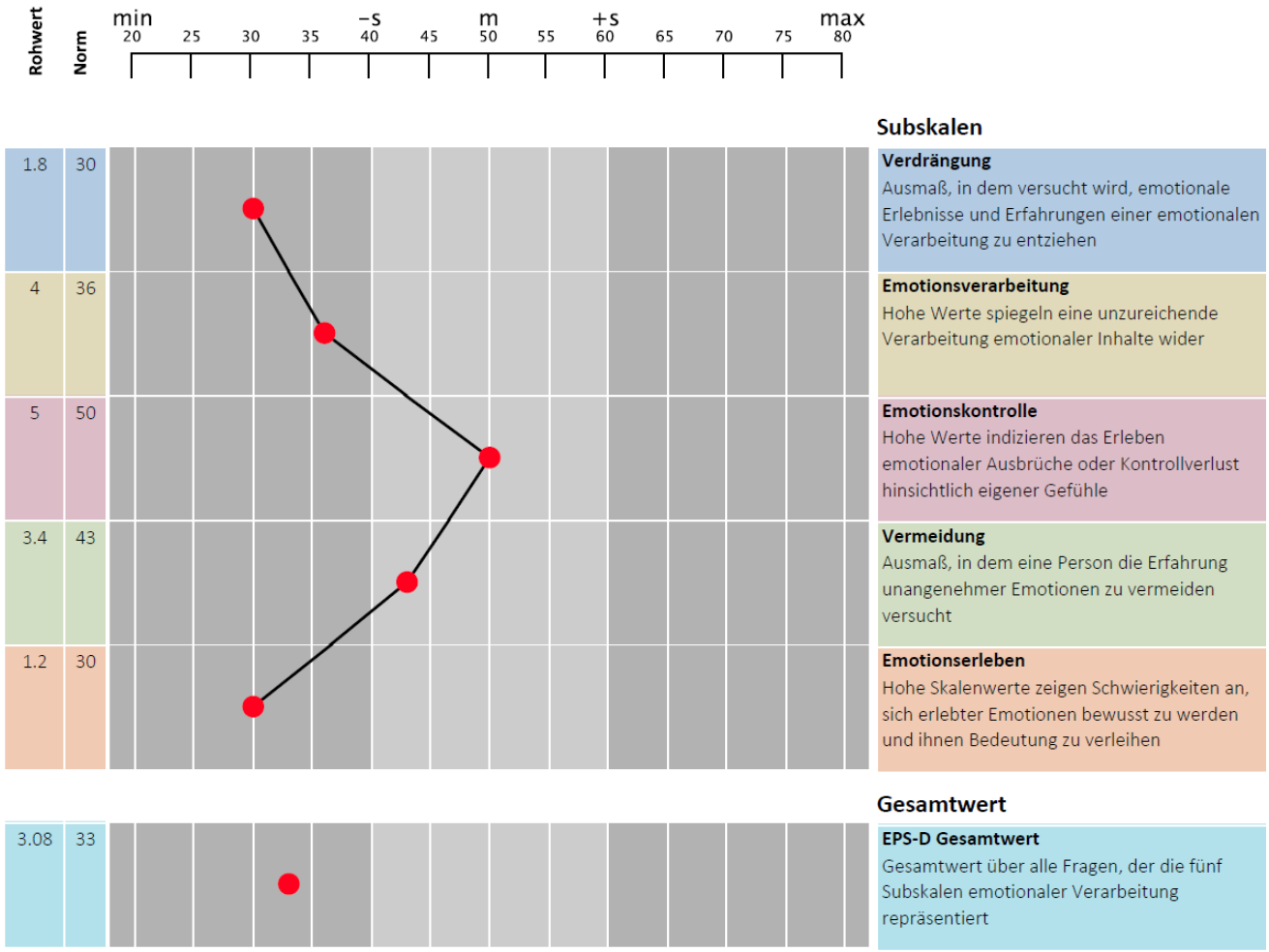
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	2.8	36
Emotionsverarbeitung	3.2	30
Emotionskontrolle	2.4	37
Vermeidung	2.2	36
Emotionserleben	2	36
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	2.52	30



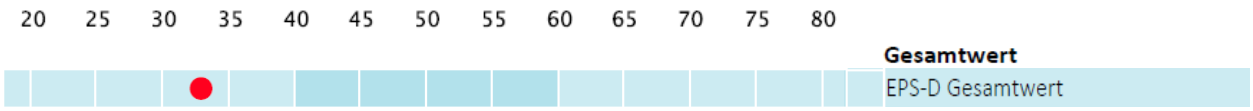
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.6 Vierzehnte Person (P14)

Abbildung 28: Individuelle Analyse Person 14 (englischsprachige Gruppe)



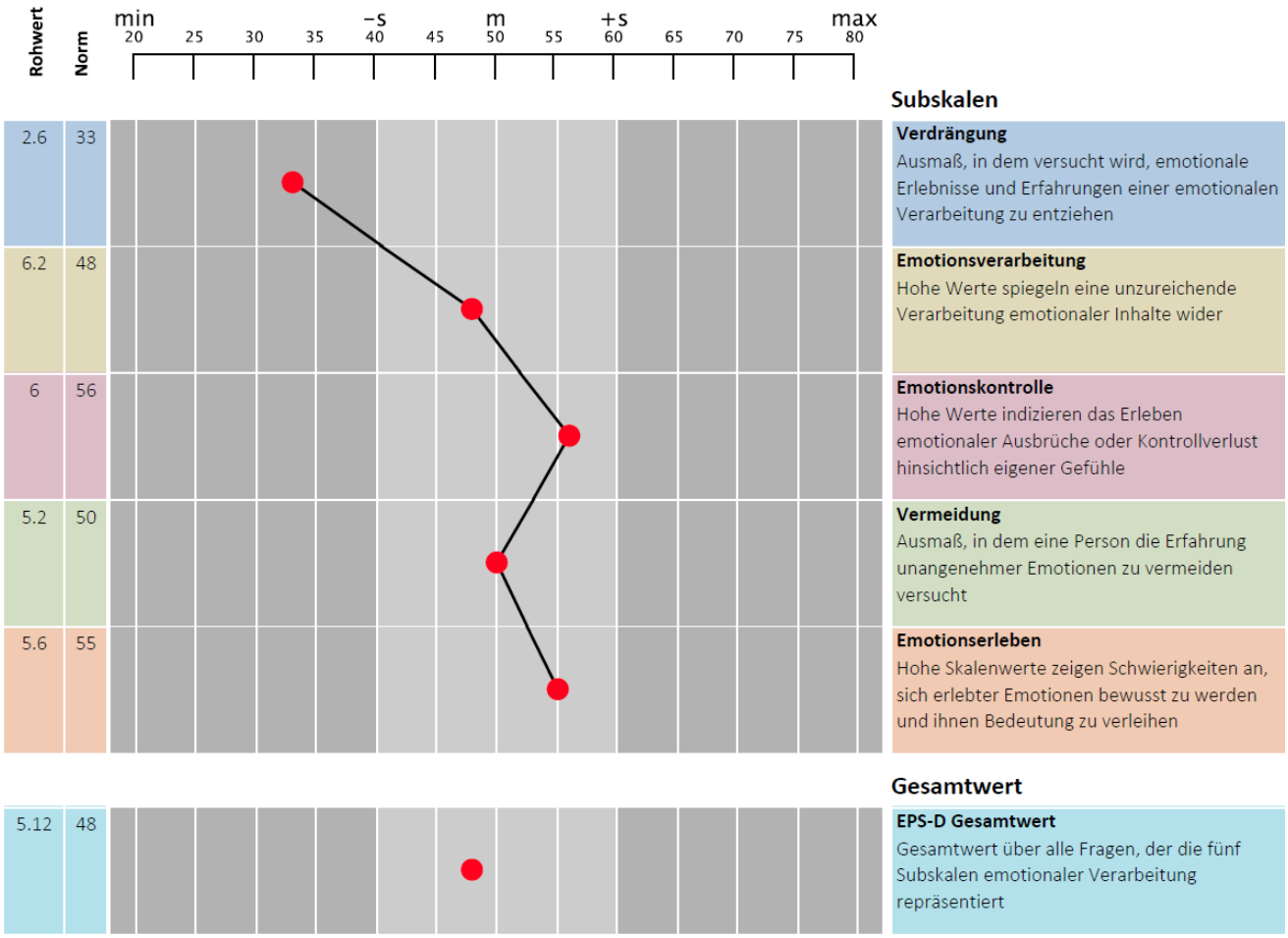
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	1.8	30
Emotionsverarbeitung	4	36
Emotionskontrolle	5	50
Vermeidung	3.4	43
Emotionserleben	1.2	30
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	3.08	33



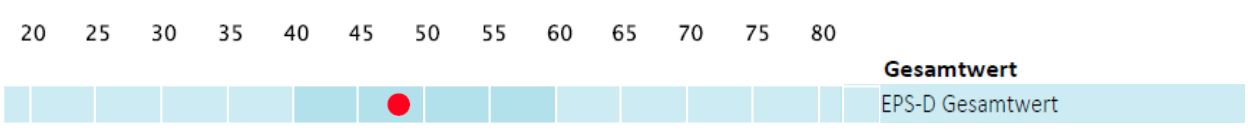
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.7 Fünfzehnte Person (P15)

Abbildung 29: Individuelle Analyse Person 15 (englischsprachige Gruppe)



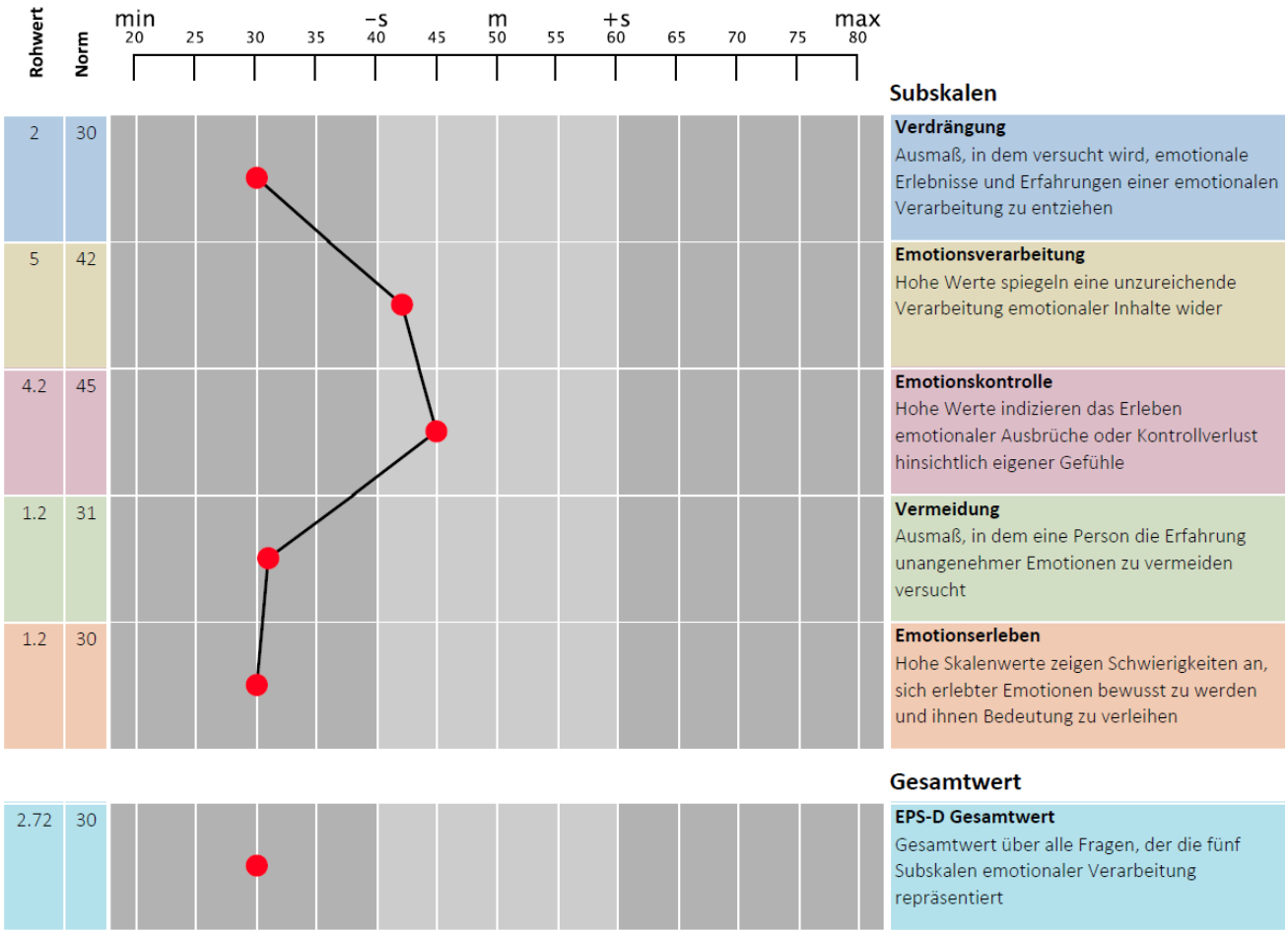
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	2.6	33
Emotionsverarbeitung	6.2	48
Emotionskontrolle	6	56
Vermeidung	5.2	50
Emotionserleben	5.6	55
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	5.12	48



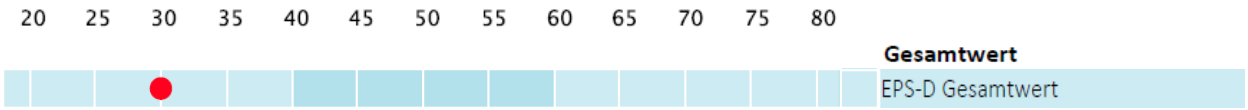
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.8 Sechzehnte Person (P16)

Abbildung 30: Individuelle Analyse Person 16 (englischsprachige Gruppe)



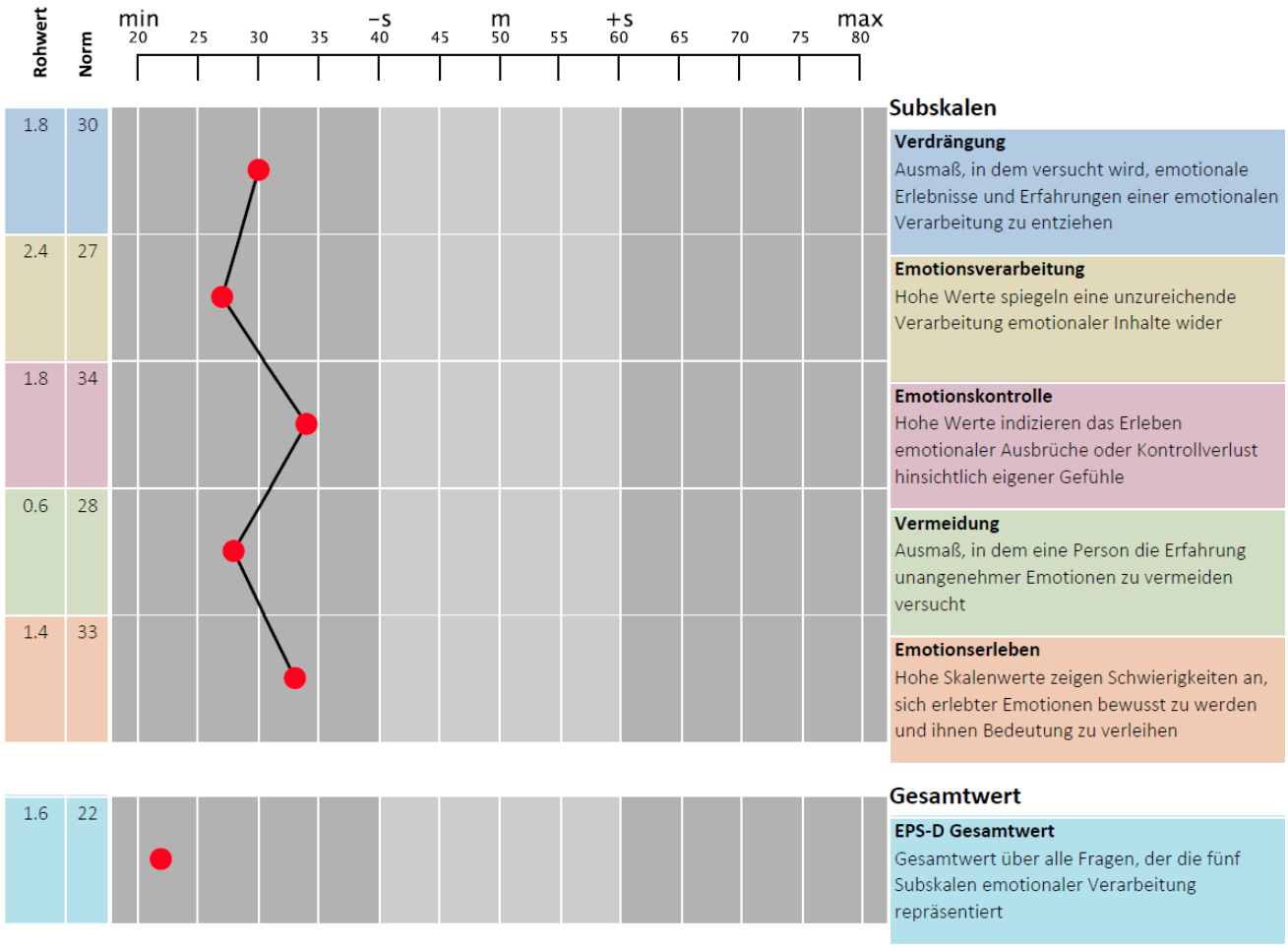
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	2	30
Emotionsverarbeitung	5	42
Emotionskontrolle	4.2	45
Vermeidung	1.2	31
Emotionserleben	1.2	30
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	2.72	30



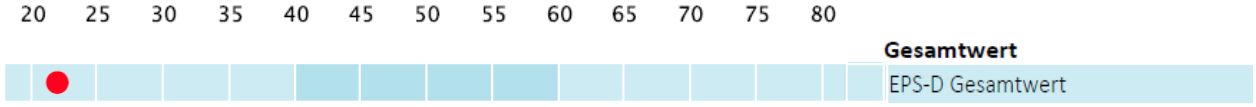
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) (Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.9 Siebzehnte Person (P17)

Abbildung 31: Individuelle Analyse Person 17 (englischsprachige Gruppe)



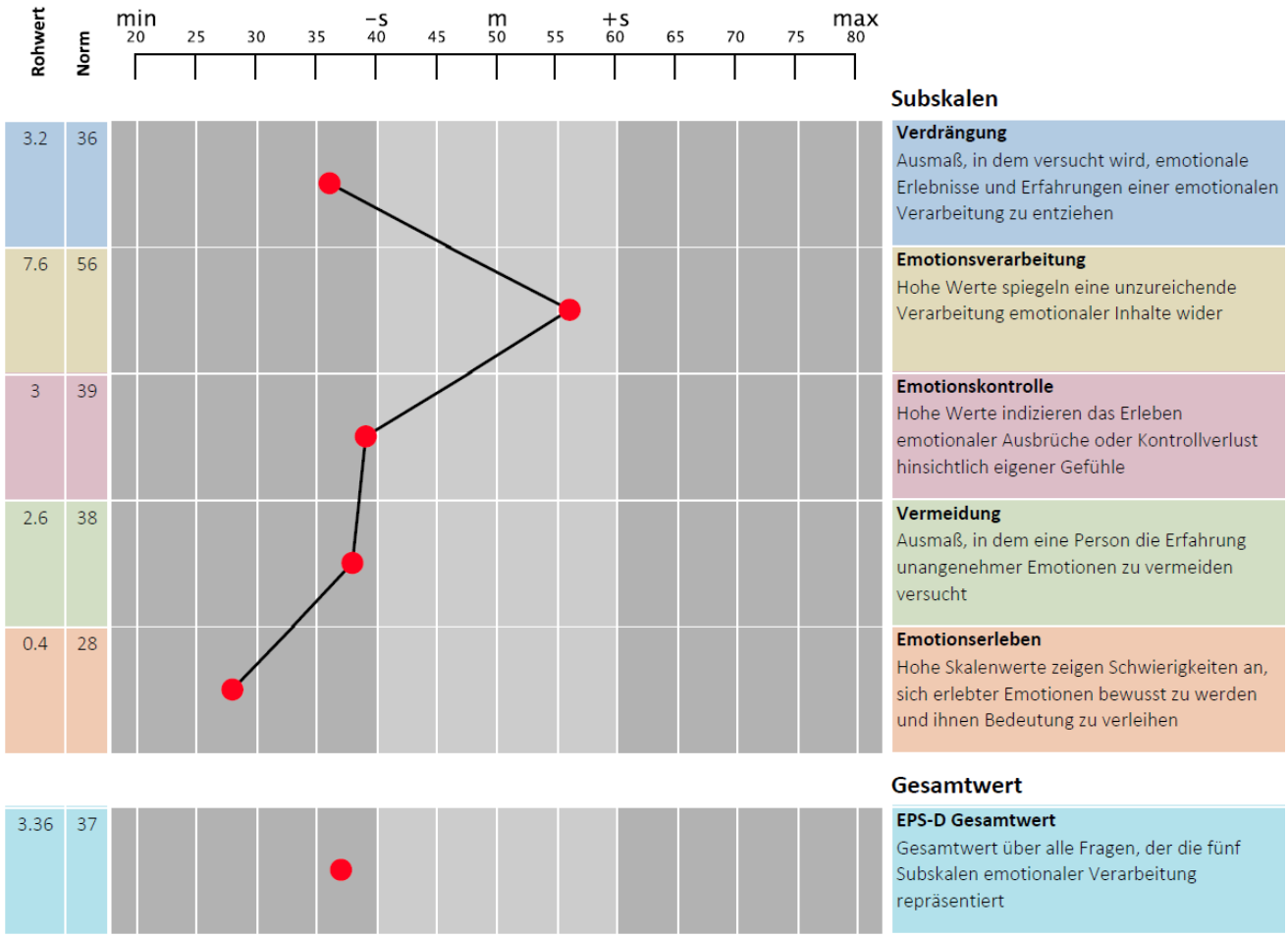
Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	1.8	30
Emotionsverarbeitung	2.4	27
Emotionskontrolle	1.8	34
Vermeidung	0.6	28
Emotionserleben	1.4	33
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	1.6	22



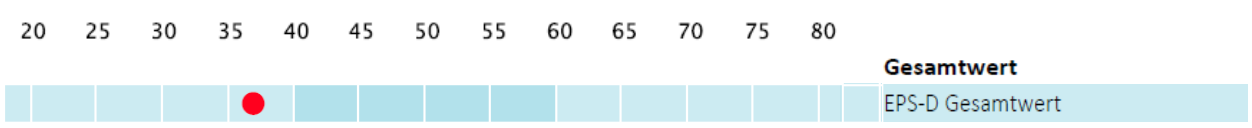
Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

6.4.2.10 Achtzehnte Person (P18)

Abbildung 32: Individuelle Analyse Person 18 (englischsprachige Gruppe



Bezeichnung	Rohwert	Normwert
Subskalen		
Verdrängung	3.2	36
Emotionsverarbeitung	7.6	56
Emotionskontrolle	3	39
Vermeidung	2.6	38
Emotionserleben	0.4	28
Gesamtwert		
EPS-D Gesamtwert	3.36	37



Ergebnisse aus der *EPS Emotional Processing Scale* (Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015)
(Abbildung: Hogrefe Verlag 2022d, S. 2-4;
formal modifiziert und aus deutschsprachiger Version den deutschen Text übernommen)

7 Interpretation

Die sechzehn Probanden kamen aus verschiedenen internationalen buddhistischen Organisationen. Auch wenn sich in dieser Probandengruppe bereits vor Teilnahme in ihrer buddhistischen Gruppe einzelne möglicherweise alexithyme Personen befunden haben mögen, spricht die Zahl der niedrigen Werte in der Dimension *Emotionserleben* und im Gesamtwert aus den verschiedenen Skalen eher für einen in den Organisationen erworbenen Lernprozess. In der Mulifaktorenanalyse zeigten sich Einschränkungen (im Sinne niedriger Werte) in allen drei Phasen des Emotionsverarbeitungsmodells wie auch die Blockierung des Emotionsausdrucks. Daher werden in der folgenden Dateninterpretation inhaltliche und gruppendynamische Aspekte dieser Subkultur, welche sich auf die Fragenbeantwortung ausgewirkt haben dürften, analysiert. Da die meisten der Probanden ihre Gruppe Monate bis Jahre vor dem Ausfüllen der Fragebögen verlassen hatten, kann von Lernerfahrungen und inhaltlichen wie auch strukturelle Prägungen durch die Gruppen ausgegangen werden, die deren Emotionswahrnehmung wie auch -verarbeitung weiterhin prägen. Dies weist bereits auf die Herausforderungen bei der Behandlung von psychisch erkrankten Personen aus solchem Kontext und die Art der Blockierung der Emotionsprozessierung hin und kann Hinweise auf die Methodenwahl für die Psychotherapie geben.

In der Gruppenmittelwertsanalyse des *EPS* bzw. *EPS-D Gesamtwerts* lag die deutschsprachige Untergruppe mit 41,86 im Bereich der ersten Standardabweichung unter der Normgruppe von ambulant psychotherapeutisch behandelten Patienten und die englischsprachige Untergruppe mit 37,78 im Bereich der zweiten Standardabweichung unter deren Normgruppe. Laut Handbuch weisen erniedrigte ebenso wie erhöhte Werte auf Probleme in der Emotionsprozessierung. Da es bei beiden Untergruppen das *Emotionserleben* war, das im Multireport besonders niedrig ausfiel, stellt sich die Frage nach den möglichen Gründen hierfür und den Auswirkungen des niedrigen Emotionserlebens auf die Emotionsprozessierung und psychische Gesundheit. Da im Handbuch zum *EPS-D* betont wird, dass, obwohl hohe Werte in den Dimensionen des Fragebogens auf eine problematische emotionale Verarbeitung hinweisen, der Umkehrschluss, nämlich „dass ein geringer Itemwert (also eine fehlende Zustimmung zu einer Fragebogenaussage) eine angemessene emotionale Verarbeitung widerspiegelt“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 23), nicht zulässig sei, stellt sich die Frage der Bedeutung der geringen Skalenwerte in den beiden Probandengruppen. Während die Dimension des *Emotionserlebens* in der deutschsprachigen bei einem Mittelwert von 40,57 lag, war sie in der englischsprachigen Gruppe bei 41,89. Zwar geben die Items in der Dimension *Emotionserleben* -5, 10, 15, 20, 25- welche in beiden Untergruppen deutlich niedrig ausfällt, Hinweise auf Alexithymie (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 10-11, 16), jedoch stellt sich die Frage der spezifischen Gründe für genau diese alexithymen Ausprägungen in der Probandengruppe. Die Beschreibung der Dimension lautet folgendermaßen: „Diese Subskala bezieht sich auf vielfältige Prozesse des emotionalen Erlebens; auf das Bewusstwerden von erlebten Emotionen, auf die Fähigkeit, diese zu benennen oder zu beschreiben und schließlich darauf, sie mit auslösenden Ereignissen in Verbindung zu bringen. Diese Skala zeigt auch an, inwiefern eine Person ihren Emotionen eine Bedeutung verleihen kann. Die Subskala ist inhaltlich mit dem weiter oben beschriebenen Konzept der Alexithymie verknüpft“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 16).

Da sich in den Organisationen ein recht hohes Ausmaß an geforderten Anpassungsprozessen für eine Gruppenzugehörigkeit zeigt, könnte, je nach Dauer der Gruppenzugehörigkeit, von einer Verinnerlichung dekontextualisierter Konzepte - wie beispielsweise einer individuellen von der

Gruppenleitung beauftragte ‚Karma-Reinigung' durch andere Personen - wie auch von einer Prägung spezifischer Lernprozesse, insbesondere genau auch bei der Wahrnehmung, dem Prozessieren und Ausdruck von Emotionen, ausgegangen werden. Aufgrund konzeptioneller Vorgaben mit spiritueller Rationalisierung von Schädigung (Anders 2019a; Anders 2022b) kann davon ausgegangen werden, dass das Bewusstwerden erlebter Emotionen zugunsten der Anpassung an den Gruppendruck und der Aufrechterhaltung der Gruppenzugehörigkeit blockiert wird, weil die Benennung und Beschreibung von Emotionen unerwünscht wäre. Darüber hinaus lassen sich vorliegende Schweigegebote nicht nach Verlassen der Gruppe einfach abstreifen, was die Berichte der Angst vor den angedrohten Höllen bei Samaya(gelübde)brüchen im Vajrayāna-Buddhismus eindrücklich aufzeigten. Insbesondere im Kontext von psychotherapeutischer Behandlung wären darüber hinaus als störungsaufrechterhaltende Faktoren Trainingsmethoden zu erfragen, die teilweise als Emotionsblockierung und Nicht-Denken (mit eine Ziel einer Erleuchtung) gesehen werden, was sich wiederum auf das eigene Verhalten, die Erlebensqualität und die gruppendynamischen Prozesse auswirkt.

7.1 Ergebnisanalyse nach dem Emotionsverarbeitungsmodell

Im Folgenden wird eine Analyse nach dem System des im Handbuch beschriebenen „Modells der Emotionsverarbeitung" (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 10, Abb. 2) anhand der drei Phasen des Emotionserlebens - der Emotionswahrnehmung, -erfahrung und -kontrolle - vorgenommen. Diese drei Phasen wurden folgendermaßen zusammengefasst:

> „in der Phase des *Input Ereignisses* kann eine Person versuchen, emotionale Reize zu reduzieren, zu verändern oder zu vermeiden (z.B. Vermeidung unangenehmer Situationen, Ablenkung von Gedanken an negative Ereignisse, Verstärkung von Zugehörigkeitsgefühlen durch Anschluss an eine Gruppe oder Hören von gefühlsbetonter Musik). In der Phase des *Emotionserlebens* kann es zur Kontrolle, Unterdrückung oder Blockierung emotionaler Erfahrungen kommen […] Die *Emotionskontrolle* hängt auch mit sogenannten „emotionalen Normen" zusammen (z.B. der Annahme, das Erleben von Ärger sei sozial unangemessen oder gefährlich). Die Kontrolle der emotionalen Erfahrung kann bewusst oder unbewusst erfolgen. […] Auch auf der Stufe des *Emotionserlebens* können Gefühle verstärkt werden (z.B. sich eine Freude „bewahren")" (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 11).

In diesem Prozess wäre die Dimension *Vermeidung* der Phase I, die Dimensionen *Emotionserleben*, *-verdrängung* und *-verarbeitung* der Phase II und *Emotionskontrolle* der Phase III zuzuordnen. (siehe Tabelle 2 in Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 15). In beiden Subgruppen fiel ein sehr niedriges *Emotionserleben* in der Phase II auf. Da eine wirksame Emotionsverarbeitung das bewusste *Emotionserleben* als eine „ganzheitliche Gestalt" (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 11) wie auch ihre „Assoziation mit den entsprechenden auslösenden Ereignissen" (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 11) zur Bedingung hat und die sprachliche Verankerung zu ihrer kognitiven Verarbeitung beiträgt (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 11), stellt sich die Frage nach dem Ausmaß der Störung der Gestaltbildung und sprachlich-kognitiven Verarbeitung aufgrund des verminderten *Emotionserlebens* in dieser Personengruppe. Insgesamt kann beobachtet werden wie sich die Reduktion des Emotionserlebens verunsichernd auswirkt und somit Menschen für manipulative Techniken anfälliger macht. Die kognitiven Umbewertungen durch zentrale Gruppenmitglieder schädigen somit die dem Individuum angemessene sprachliche Verankerung und Gestaltbildung weiter während sich das Auseinanderklaffen von Ideal und Wirklichkeit im Kontext bereits auf die Auslöserassoziation auswirken dürfte. Darüber hinaus besteht die latente Gefahr der Abwertung von Personen oder sogar ihres Ausschlusses bei angenommenem Nichteinhalten festgelegter Normen des Schönsprechens und Tabuisierens von Situationen wie beispielsweise den

ökonomischem, emotionalem und physischem Missbrauch im Kontext (Anders 2019b). Ferner finden sich auch Trainingstechnikinstruktionen, die eine unbewusste Blockierung des Emotionserlebens als Dissoziation (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 11) oder eine Zielvorstellung des Nicht-Denkens und Nicht-Fühlens als Zielzustand vor dem Hintergrund der Idee eines Ich-Verlusts und Vorgaben des Aufweichens der Ich-Grenzen bedeuten. Damit wird bereits deutlich, wie das niedrige *Emotionserleben* die Resilienz eines Individuums gegenüber Manipulation schwächt und sich auch auf seine Entscheidungsfähigkeit genau auf der Grundlage des Fühlens seiner Erfahrungen auswirkt. Bereits fehlende kognitive und sprachliche Verarbeitung von Erfahrungen wirken sich im Laufe der Zeit weiter auf deren psychische Gesundheit aus. Hinzu kommen nicht selten die zu erduldenden Emotionsprojektionen (unter dem Deckmantel einer ‚Karma-Reinigung' oder Geduldsübung) und massiven gruppendynamisch induzierten Spannungen, was den hohen Prozentsatz der Behandlungsbedürftigkeit in der Pilotgruppe (Anders 2023) erklärt.

In der folgenden Analyse wird die Itembeantwortung mit Themen und Dynamiken in den Organisationen, aus denen die Probanden rekrutiert wurden, in Bezug gesetzt, wobei jeweils die niedrigsten Werte in den Dimensionen wiederum anhand der drei Phasen des Emotionsverarbeitungs-modells gelistet werden. Hinsichtlich der Phase I: In der Dimension *Vermeidung* zeigte sich in der deutschsprachigen Gruppe der niedrigste Mittelwert (1,43) in Item 19 „konnte unangenehme Gefühle nicht aushalten" (siehe S. 12) und Item 24 „bemüht Dinge zu vermeiden, die aufregen" (siehe S. 12) und in der englischsprachigen Gruppe der niedrigste Mittelwert (2,56) bei Item 9 „vermieden über negative Gefühle zu sprechen" (siehe S. 13). Während man bei der Vermeidung zu sprechen unmittelbar auf die aus den Gruppen bekannten Schweigegebote (Anders 2022b, S. 55-57) referieren könnte, wobei an dieser Stelle nicht klar ist, ob die im Item erwähnten negativen Gefühle bewusst waren und lediglich nicht ausgedrückt wurden, zeigt die Vermeidung von Aufregendem und das Nicht-Aushalten von Unangenehmem eher niedrig bewertete Vermeidungshaltungen. An dieser Stelle stellt sich auch die Frage, ob in der Phase I Konzepte des „Wegmeditierens" – im Sinne von Nicht-Denken und Nicht-Fühlen – oder des Verschmelzens mit der Gruppe und der Gruppenleitung als inhaltliche Zielsetzungen solche Effekte bewirken könnten. Phase II: 1. In der Dimension *Verdrängung* zeigte sich in der deutschsprachigen Gruppe der niedrigste Mittelwert (1,71) im Item 1 „Gefühle erstickt" (siehe S. 12) und in der englischsprachigen Gruppe zwei gleich hohe Mittelwerte (2,48) bei den Items 11 „über Gefühle geschwiegen" (siehe S. 13) und 16 „Gefühle unter Kontrolle gehalten" (siehe S. 13). Die Schweigegebote, die sich bei 33,33% (Anders 2022b, S. 55) zeigten, dürften sich auf diese Items ausgewirkt haben. Darüber hinaus ist davon auszugehen, dass auch Personen, deren Schädigung durch ihre Gruppe oder deren zentrale Personen bereits als eine ‚Karma-Reinigung' spirituell rationalisiert wurde (40%; siehe Anders 2022b, S35), aus Selbstschutz das Schweigen über Gefühle, und ihr ersticken und unter Kontrolle halten durchführen. Neben den Schweigegeboten könnte in der Dimension *Verdrängung* bereits auch das Gebot des „Schön-Sprechens", welches als eine *Reine Sichtweise (pure view*) inhaltlich vorgegeben wird und das Reframing von Unrecht, Missbrauch und Ausbeutung auf Kosten der Opfer zu erwähnen, von dem angenommen werden kann, dass es sich auf die Emotionswahrnehmung und -verarbeitung auswirkt, insbesondere weil bei fehlender Anpassung die die Zugehörigkeit gefährdet ist. Im Umkehrschluss bedeutet dies, man wäre ohne Anpassung an diesen Gruppenzwang kein/e gute/r Vajrayānabuddhist/in, was wiederum demokratische Prozesse, Ansprechen von Unrecht und Whistleblowing im Kontext selbst und eine Verbesserung der Zustände in den Gruppen selbst verunmöglich. 2. In der Dimension der *Emotionsverarbeitung* zeigte sich sowohl in der deutsch- wie auch der englischsprachigen Gruppe der niedrigste Mittelwert im Item 7 „langanhaltende emotionale

Reaktionen“ (siehe S. 12-13) mit einem Wert von 2 bzw. 4,78. 3. In der Dimension des *Emotionserlebens* zeigte sich in der deutschsprachigen Gruppe der niedrigste Mittelwert (0,14) in den Items „Gefühle schienen nicht zu mir zu sprechen“ und Item 15 „fiel schwer zwischen körperlich unwohl und emotional aufgewühlt zu unterscheiden“ (siehe S. 12) und in der englischsprachigen Gruppe der niedrigste Mittelwert (2,11) bei Item 10 „Gefühle schienen nicht zu mir zu gehören“ siehe S. 13). Die Items in dieser Dimension weisen auf alexithyme Eigenschaften. Insbesondere die Trennung der Gefühle von einem selbst wie in Item 10 dürfte auf eine automatisierte Anpassung an das Konzept der Unterdrückung der Wahrnehmung eigener Emotion zugunsten der Idee eines nicht vorhandenen Selbst oder Übernahme von Wünschen, Ideen und Konzepten der Gruppenleitung als wären sie die eigenen bedeuten. Diese gängige Übersetzung eines zentralen Konzepts in allen buddhistischen Schulen (ins Englische als *selflessness*) ignoriert bereits im Sprachgebrauch verankerte Termini wie dasjenige eines psychischen Selbst in einem Kontext eines Prozesses der Persönlichkeitsreifung. Durch die Einführung einer Negativdefinition zu einem bereits gesellschaftlich verankerten Konzept wird jedoch inhaltlich die Bedeutung eines psychischen wie auch spirituellen Reifungsprozesses verkannt. Daher könnte die Einführung des Sanskritbegriffs *anātman* ähnlich wie bei anderen Begriffen, denen es einer Entsprechung in westlichen Sprachen ermangelt, beispielsweise dem *bodhicitta,* eine lange anstehende inhaltliche Differenzierung und die nötigen Diskurse, die bis in fehlgeleitetes Training und seine Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Menschen reichen, ermöglichen. Mit solch einfacher Differenzierung des Sprachgebrauchs in den Übersetzungen würde eine durch Jahrzehnte entwickelte und unreflektierte Gefahr für die psychische Gesundheit von Menschen bedacht und etwas reduziert. Phase III: In der Dimension *Emotionskontrolle* zeigte sich in beiden Untergruppen das Item 18 „Drang zu zerschlagen“ mit dem niedrigsten Mittelwert (1,71in der deutschsprachigen Gruppe und 2,33 in der englischsprachigen Gruppe). Spezifische dekontextualisierte Konzepte dieser Subkultur, wie die Vorgabe einer *Reinen Sichtweise* ebenso wie die gruppenübergreifend vorliegenden Tabuisierungen und Rationalisierungen von ökonomischem, emotionalem und physischem Missbrauch als eine ‚Karma-Reinigung‘ (Anders 2022b, S. 35-37) und die vielschichtigen Schweigegebote prägen bereits die Phase I (*Vermeidung*) und somit bereits den Beginn der Emotionsprozessierung. Sie scheinen einen nicht unerheblichen Beitrag zur Blockierung der Fähigkeit eigene Gefühle zu erkennen, benennen und mit ihnen umzugehen ebenso wie empathisch die Gefühle anderer zuzulassen, zu erkennen und damit umzugehen zu haben, was sich wiederum auch auf die weiteren Schritte der Emotionsprozessierung auswirkt. Die Ermöglichung emotionaler Prozessierung könnte somit bei vielen der psychisch Erkrankten aus solchem Kontext eine zentrale und wirkungsvolle psychotherapeutische Methode sein. Das Item „schwer abzuschalten“ in der *Emotionskontrolle* fällt mit sehr hohem Wert (5,22) in der englischsprachigen Untergruppe auf. Dies bedeutet, dass Personen selbst nach ihrem Verlassen der Gruppe aus irgendwelchen Gründen, die anamnestisch und diagnostisch geklärt werden sollten, nicht abschalten können. Psychotherapeutisch dürfte die Bearbeitung dieses Themenkomplexes und seiner Bedeutung für die Person zu deutlicher Entlastung führen und ist somit für den Therapieprozess eines der zentralen Elemente sein.

7.2 Einzelpersonenanalyse

Da sowohl zu hohe wie auch zu niedrige Werte im *EPS* bzw. *EPS-D* problematisch sind und auf verschiedene Ursachen hinweisen können, wird die folgende Analyse je nach Höhe der Werte in der Gesamtskala in drei Gruppen aufgeteilt.

7.2.1 Mittlere Werte im *EPS* bzw. *EPS-D*

Bei der vierten Person (P4) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 52 nahe dem Mittelwert der Normgruppe. Es fielen die Dimensionen *Verdränung* aus der Phase II und *Emotionskontrolle* aus der Phase III an der Grenze zur zweiten Standardabweichung über der Norm auf.

Bei der fünfzehnten Person (P15) lag der *EPS* Gesamtwert mit 55 im Normbereich der Kontrollgruppe. Insbesondere fielen hier aus der Phase II *Verdrängung* als im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm bei etwas erhöhtem *Emotionserleben* und etwas erhöhter *Emotionskontrolle* auf.

7.2.2 Zu hohe Werte im *EPS* bzw. *EPS-D*

Bei den Personen P2 und P10 fielen erhöhte Werte auf. Bei der zweiten Person (P2) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 62 im Bereich von zwei Standardabweichungen über dem Mittelwert der Normgruppe. Ferner fielen aus der Phase I die *Vermeidung* als in der zweiten Standardabweichung über der Norm und aus der Phase II die *Emotionsverarbeitung* als in der zweiten und in der Phase III die *Emotionskontrolle* als sogar in der dritten Standardabweichung über der Norm auf, was auf Probleme in der Emotionsprozessierung hinweist.

Bei der zehnten Person (P10) lag der *EPS* Gesamtwert mit 59 an der Grenze von der ersten zur zweiten Standardabweichung über der Norm, was durch die hohen Werte in allen Dimensionen außer der Emotionskontrolle aus Phase III bedingt ist.

7.2.3 Zu niedrige Werte im *EPS* bzw. *EPS-D*

Bei der ersten Person (P1) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 40 an der Grenze zwischen erster und zweiter Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe. *Emotionserleben* und *Emotionskontrolle* lagen im Bereich von 2 Standardabweichungen darunter.

Bei der fünften Person (P5) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 31 zwei Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe und alle Dimensionen außer *Vermeidung* im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm.

Auch bei der sechsten Person (P6) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 31 zwei Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe sowie auch alle Dimensionen im Bereich vorn zwei Standardabweichungen unter der Norm.

Bei der siebenten Person (P7) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 34 zwei Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe und alle Dimensionen außer *Vermeidung* aus Phase I und *Emotionskontrolle* aus Phase III im Bereich vorn zwei Standardabweichungen unter der Norm.

Bei der achten Person (P8) lag der *EPS-D* Gesamtwert mit 43 im Bereich einer Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe und nur die Dimension *Emotionsverarbeitung* aus der Phase II im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm.

Bei der neunten Person (P9) lag der *EPS* Gesamtwert mit 37 in der zweiten Standardabweichung unter der Norm, was insbesondere durch die sehr niedrigen Werte in den Dimensionen *Verdrängung* und *Emotionsverarbeitung* aus der Phase II (im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm) bedingt ist.

Bei der elften Person (P11) lag der *EPS* Gesamtwert mit 44 im Bereich einer Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe und nur die Dimension *Emotionskontrolle* aus der Phase III im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm.

Bei der dreizehnten Person (P13) lag der *EPS* Gesamtwert mit 30 zwei Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe ebenso wie alle Dimensionen.

Bei der vierzehnten Person (P14) lag der *EPS* Gesamtwert mit 33 im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm. Dies wurde insbesondere durch die Dimensionen der Phase II *Verdrängung*, *Emotionsverarbeitung* und *Emotionserleben* bedingt.

Bei der sechzehnten Person (P16) lag der *EPS* Gesamtwert mit 30 an der Grenze von zweiter zur dritten Standardabweichungen unter dem Mittelwert der Normgruppe. Besonders niedrig waren *Vermeidung* aus der Phase I sowie *Verdrängung* und *Emotionserleben* aus der Phase II während sich die *Emotionskontrolle* aus der Phase III nur im Bereich von einer Standardabweichung unter der Norm befand.

Bei der siebzehnten Person (P17) lag der *EPS* Gesamtwert mit 22 im unteren Bereich von drei Standardabweichungen unter der Norm, was insbesondere durch *Vermeidung* aus Phase I und *Emotionsverarbeitung* aus Phase II bedingt war.

Bei der achtzehnten Person (P18) lag der *EPS* Gesamtwert mit 37 im Bereich von zwei Standardabweichungen unter der Norm, was insbesondere durch die in der dritten Standardabweichung unter der Norm befindlichen Dimension *Emotionserleben* aus der Phase II bedingt war.

7.3 Analyse der Emotionsverarbeitung mit dem *EPS* bzw. *EPS-D* zur Entwicklung von psychotherapeutischen Verfahren für Erkrankte aus diesem Kontext

Die *Emotional Processing Scale* (*EPS*: Baker, Thomas, Thomas, Santonastaso & Corrigan 2015) und ihre deutschsprachige Version (*EPS-D*: Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018) wurde auch zur Diagnostik der Emotionsverarbeitung mit dem Ziel der Entwicklung psychotherapeutischer Therapiekonzepte für diese Personengruppe eingesetzt. Damit sollten insbesondere auch „unterschiedliche Stile der emotionalen Verarbeitung identifiziert, quantifiziert bzw. voneinander abgegrenzt“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 13) und analysiert werden. Die vorliegenden Forschungsergebnisse mit niedrigen Werten im *Emotionserleben* und auch im Gesamtwert des *EPS*, der auf die Emotionsprozessierung weist, zeigten bereits Risikofaktoren in der Probandengruppe für die Entwicklung psychischer Erkrankungen. Wie im Handbuch beschrieben „können auch emotionale Reaktionen als Risikofaktoren für die Entwicklung psychischer Störungen oder für die Verschlechterung der Symptomatik im Therapieverlauf erfasst werden“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 13).

Aufgrund vorliegender Ergebnisse scheint es sinnvoll diesen Fragebogen bei erkrankten Personen aus oben erwähnter Personengruppe ergänzend zur klinischen Diagnostik wie auch in Maßnahmen zur Prävention psychischer Erkrankungen in solchen Kontexten einzusetzen. Zu Beginn einer

Psychotherapie wäre für diese Personengruppe eine Analyse im Sinne der „Erstellung eines Profils der Emotionsverarbeitung“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 13) wesentlich, wobei spezifische individuelle Lernerfahrungen anamnestisch ergänzt werden sollten. Psychoedukation kann hinsichtlich der auffallend niedrigen Werte in der Skala *Emotionserleben* ein Verständnis der Bedeutung von Emotionen und ihrem Erleben, insbesondere auch für eine spirituellen Prozess im buddhistischen Training, dargelegt werden.

Eine Formulierung von Therapieplänen auf Basis eines Verständnisses der emotionalen Verarbeitungsprozesse dieser Personengruppe stellt eine zentrale Herausforderung dar: „In der Psychotherapie, im Besonderen in der emotionsfokussierten Therapie, helfen die Ergebnisse der EPS-D, um die Rolle emotionaler Verarbeitungsprozesse bei psychischen und körperlichen Beschwerden zu verstehen und darauf aufbauend Therapiepläne zu formulieren“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 25) und die „emotionalen Veränderungen“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 25) im Therapieprozess zu objektivieren. Im Psychotherapieprozess könnten somit im Sinne einer Prozess- und Outcomediagnostik die Ergebnisse von emotionalen Verarbeitungsprozessen mithilfe dieses Fragebogens evaluiert werden wie beschrieben: „Die EPS-D kann unterstützend in einer Psychotherapie zur Anwendung kommen. Die Auswertung der Skala innerhalb eines Behandlungssettings ermöglicht es, emotionale Verarbeitungsprozesse des Patienten zu verstehen und deren Rolle innerhalb der Therapie zu interpretieren sowie Ziele für die Intervention zu formulieren“ (Gurr, Stuflesser, Kleinstäuber & Baker 2018, S. 13).

8 Konklusion

Der niedrige Wert in der Emotionsprozessierung und insbesondere dem Emotionserleben mag sich durch inhaltliche und gruppendynamische Besonderheiten in den internationalen buddhistischen Gruppen erklären, sodass darüber bereits auch deutlich wird zu welch hohem persönlichen und gesundheitlichen Preis eine bedingungslose Anpassung an das Gruppenkollektiv stattfand. Jedoch wird durch die mangelnde emotionale Wahrnehmung auch die zentrale, auf das intendierte spirituelle Ziel ausgerichtete emotionale Kraft des *Bodhicitta* und damit wiederum der entsprechende Lernprozess beschädigt. Da Emotionen wie Empathie, Mitgefühl und *Bodhicitta* die Klangfarbe des eigenen Instruments beim spirituellen Training des Vajrayāna darstellen, schädigt der Verlust ihrer Wahrnehmung nicht nur die eigene psychische Gesundheit, sondern auch für den intendierten spirituellen Prozess.

9 Würdigung

Diese Forschung wurde durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung in der Förderlinie: “Kleine Fächer-Große Potentiale” gefördert, Förderkennzeichen: 01UL1823X.

10 Literatur

Anders, A.I.M. (2019a). Psychische Auswirkungen von Machtmissbrauch in buddhistischen Gruppierungen und essenzielle Aspekte bei psychotherapeutischen Interventionen für Betroffene, *SFU Forschungsbulletin* 7/1 (2019), pp. 32-49. DOI:10.15135/2019.7.1.32-49 http://journals.sfu.ac.at/index.php/sfufb/article/view/245/276

Anders, A.I.M. (2019b). Silencing and oblivion of psychological trauma, its unconscious aspects, and their impact on the inflation of Vajrayāna. An analysis of cross-group dynamics and recent developments in Buddhist groups based on qualitative data, *Religions* 2019, 10 (11), 622; pp. 1-23; DOI:10.3390/rel10110622 https://www.mdpi.com/2077-1444/10/11/622/pdf; https://doi.org/10.3390/rel10110622

Anders, A.I.M. (2020). Psychological and Societal Implications of Projecting the Shadow on the Feminine in Tibetan Buddhist Contexts. book chapter in *Psychosomatic Medicine*. pp. 1-18; IntechOpen. DOI: http://dx.doi.org/10.5772/intechopen.93297, https://cdn.intechopen.com/pdfs/73043.pdf

Anders, A.I.M. & Utsch, M. (2020). Missbrauch in religiösen Gemeinschaften anhand von Fallbeispielen buddhistischer Gruppen. Persönlichkeitsstörungen Theorie und Therapie 3/2020 *Glaube, Religion und Sekten*, 24(3), 222 – 238, Stuttgart: Klett-Cotta Verlag. DOI: 10.21706/ptt-24-3-222, https://elibrary.klett-cotta.de/journal/ptt/24/3

Anders, A.I.M. (2022a). *Forschungsprojektwebseite* https://www.transtibmed.ethnologie.uni-muenchen.de/recht/index.html (Abrufdatum: 28.12. 2022)

Anders, A.I.M. (2022b). *Risk factors of mental health in patients from Buddhist groups and related diagnostic issues. A study of group participants of twenty international Buddhist organizations*. Düren: Shaker Publishers; pp.1-119; Print-ISBN 978-3-8440-8450-4; PDF-ISBN 978-3-8440-8499-3 (open access) https://www.shaker.de/de/content/catalogue/Element.asp?ID=&Element_ID=62811&Mode=Download

Anders, A.I.M. (2022c). Diagnostik der Stressverarbeitung bei der Behandlung von Personen aus buddhistischen Organisationen. *AVM Publications*.

Anders, A.I.M. (2022d). Poster: *Low internal experience of emotions and emotional processing in probands coming from Buddhist groups. Analyzing results of sixteen subjects tested with the emotional processing scale. 22th World Congress of Psychiatry* (*WPA 2022*, online) vom 3.8.-6.8.2022.

Anders, A.I.M. (2023). Falldefinition und Analyse der Belastungsschwere mithilfe der Symptom-Checklist-90®-Standard (*SCL*) und Traumadiagnostik mithilfe des Essener Trauma-Inventars (*ETI*). Eine Analyse zur Diagnostik psychischer Gesundheit von Personen aus buddhistischen Gruppen, *AVM Publications*

Baker, R., Thomas, S., Thomas, P.W. & Owen, M. (2007). Development of an emotional processing scale. *Journal of Psychosomatic Research*, *62*, 83-178.

Baker, R., Thomas, P., Thomas, S., Santonastaso, M., Corrigan, E. (2015). *EPS Emotional Processing Scale Manual*. Oxford: Hogrefe House.

Erdmann, G. & Janke, W. (2008). *Stressverarbeitungsbogen. Stress, Stressverarbeitung und ihre Erfassung durch ein mehrdimensionales Testsystem*. *Handbuch*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Franke, G. H. (2013). *SCL-90®-S Symptom-Checklist-90®-Standard*. Göttingen: Hogrefe.

Gurr, B., Stuflesser, A., Kleinstäuber, M., Baker, R. (2018). *Manual EPS-D Emotional Processing Scale*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022a). *HTS Report. EPS-D Emotional Processing Scale. Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale. Multireport.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022b*). HTS Report. EPS-D Emotional Processing Scale Deutsche Adaptation der Emotional Processing Scale.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022c). *HTS Report. EPS Emotional Processing Scale. Technical Report. Multireport.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022d). *HTS Report. EPS Emotional Processing Scale. Technical Report.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022e). *HTS Report SCL-90®-S Symptom-Checklist-90®-Standard Multireport Standard*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022f). *HTS Report SCL-90®-S Symptom-Checklist-90®-Standard*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022g). *HTS Report ETI Essener Trauma-Inventar. Eine Verfahrensfamilie zur Identifikation von traumatischen Ereignissen und Traumafolgestörungen.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022h). *HTS Report ETI Essener Trauma-Inventar. Eine Verfahrensfamilie zur Identifikation von traumatischen Ereignissen und Traumafolgestörungen.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022i). *HTS Report. SVF Stressverarbeitungsfragebogen. Multireport*. Göttingen: Hogrefe Verlag.

Hogrefe Verlag (2022j). *HTS Report. SVF Stressverarbeitungsfragebogen.* Göttingen: Hogrefe Verlag.

Tagay, S., Senf, W. (2014). *ETI Essener Trauma-Inventar. Eine Verfahrensfamilie zur Identifikation von traumatischen Ereignissen und Traumafolgestörungen.* Göttingen: Hogrefe.

11 Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Gruppenmittelwertsanalyse der deutschsprachigen Gruppe (n=7)

Abbildung 2: Gruppenmittelwertsanalyse der englischsprachigen Gruppe (n=9)

Abbildung 3: Einzelpersonendarstellung in deutschsprachiger Gruppe (n=7)

Abbildung 4: Einzelpersonendarstellung in englischsprachiger Gruppe (n=9)

Abbildung 5: Dimension Verdrängung (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 6: Dimension Verdrängung (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 7: Dimension Emotionsverarbeitung (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 8: Dimension Emotionsverarbeitung (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 9: Dimension Emotionskontrolle (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 10: Dimension Emotionskontrolle (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 11: Dimension Vermeidung (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 12: Dimension Vermeidung (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 13: Dimension Emotionserleben (deutschsprachige Gruppe

Abbildung 14: Dimension Emotionserleben (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 15: EPS-D Gesamtwert (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 16: EPS-D Gesamtwert (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 17: Individuelle Analyse Person 1 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 18: Individuelle Analyse Person 2 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 19: Individuelle Analyse Person 4 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 20: Individuelle Analyse Person 5 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 21: Individuelle Analyse Person 6 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 22: Individuelle Analyse Person 7 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 23: Individuelle Analyse Person 8 (deutschsprachige Gruppe)

Abbildung 24: Individuelle Analyse Person 9 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 25: Individuelle Analyse Person 10 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 26: Individuelle Analyse Person 10 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 27: Individuelle Analyse Person 13 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 28: Individuelle Analyse Person 14 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 29: Individuelle Analyse Person 15 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 30: Individuelle Analyse Person 16 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 31: Individuelle Analyse Person 17 (englischsprachige Gruppe)

Abbildung 32: Individuelle Analyse Person 18 (englischsprachige Gruppe)