

Akzeptanz in der Psychoonkologie

Mit einem Geleitwort von Jens Panse und Tim Brümmendorf - Online: Ausdruckbare Arbeitsmaterialien für
Therapeuten und ihre Patienten

Bearbeitet von
Katja Geuenich

1. Aufl. 2012 2011. Buch. 215 S. Hardcover

ISBN 978 3 7945 2859 2

Format (B x L): 16,5 x 24 cm

Weitere Fachgebiete > Medizin > Klinische und Innere Medizin > Onkologie,
Psychoonkologie

Zu Inhaltsverzeichnis

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of increasing size. Below the main text, the words 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' are written in a smaller, red, all-caps, sans-serif font.

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

2 Grundlagen

Die Psychoonkologie gründet auf einem psychosomatischen und systemischen Verständnis von Gesundheit und Wohlbefinden, Salutogenese und Lebensqualität. Gesundheit ist ein Stadium eines Prozesses, der auf der Interaktion von Körper, Psyche und Umweltfaktoren beruht. Krankheit ist ebenfalls ein Stadium dieses Prozesses. Im ersten Fall überwiegen Widerstands- und Selbstheilungskräfte sowie Resilienzfaktoren. Im zweiten Fall unterliegen diese Faktoren schädlichen äußeren (Viren, Gifte etc.) und/oder inneren Einflussfaktoren, z. B. einer geminderten Fähigkeit des Organismus, pathogene Mechanismen, die in ihm ablaufen, zu unterbrechen und ihnen entgegenzusteuern. Dies ist bei Krebserkrankungen der Fall. Zellen vermehren sich übermäßig und unkontrolliert und schaden dem Organismus, ohne dass er diesem im Rahmen seiner Immunabwehr Einhalt gebieten kann.

Diese Zusammenhänge zwischen Gesundheit und Krankheit als Pole derselben Dimension einerseits und Krebs als Überwiegen der pathogenen gegenüber den salutogenen Faktoren andererseits lassen sich mit dem Bild einer Waage vergleichen. Gerade in der Zusammenarbeit mit dem Patienten sind solche bildhaften Vergleiche (s. folgendes Fallbeispiel) sinnvoll. Sie sind anschaulich, die Sachinhalte sind für den Patienten leichter verständlich und werden besser behalten.

Therapeut: „Stellen Sie sich vor, Ihr Befinden ließe sich wie Gemüse in einer Waage auswiegen. Wenn ich Waage sage, dann meine ich keine elektronische, sondern eine Waage mit zwei Waagschalen, wie man sie früher verwendet hat.

In die eine Waagschale werden positive und schützende ‚Dinge‘ gelegt, wie ausgewogene Ernährung, Bewegung, geregelter Schlafrhythmus, Erholungsphasen, gutes Immunsystem und Veranlagung. In die andere Waagschale werden negative und schädliche ‚Dinge‘ gelegt, wie fettreiche, vitaminarme und unausgewogene Ernährung, Konsum von Tabak, Alkohol oder anderen schädlichen Substanzen, Nähe zu Umweltgiften oder Strahlen, Nähe zu Viren, ungünstige Gene und Erbanlagen sowie Stress.

Je nachdem, welche Waagschale schwerer ist, kippt die Waage zur einen oder zur anderen Seite. Das heißt, einmal erhält die Gesundheit den Ausschlag, und zwar trotz der Dinge, die in der anderen Waagschale liegen, also trotz schädlicher Einflüsse. Und das andere Mal erhält das Kranksein den Ausschlag, und zwar trotz der Dinge, die in der anderen Waagschale liegen, also trotz positiver Einflüsse. Es kommt also darauf an, in welcher Waagschale mehr ‚Gewichte‘ liegen. Es gibt kein ‚100 % gesund‘ und ‚100 % krank‘ und dazwischen läge nichts.

Das ist das eine. Genauso wichtig ist, dass diese Waage und die Gewichte, die man in die Waagschalen legt, auf ihren Besitzer (also Sie, Herr/Frau ...) geeicht wurden. Was für Sie ganz persönlich ein hohes Risiko ist, ist für andere Personen womöglich nur ein mittleres Risiko.

Die Waage hat noch eine Eigenart. Sie reagiert zeitlich versetzt. Sie kippt nicht sofort auf die eine oder andere Seite, sondern braucht dafür eine gewisse Zeit. Wie viel Zeit das genau ist, kann man vorher nicht oder nur ganz selten sagen.“

Wie tragen psychische Prozesse potenziell zur Krebsentstehung und -heilung bei? Die Psyche hat einen direkten Einfluss auf vegetative und immunologische Prozesse – dies ist inzwischen mehrfach und durch viele Studien nachgewiesen (z. B. Cohen et al. 2001; Godbout u. Glaser 2006; Schedlowski u. Benschop 1996). Und diese wiederum haben Einfluss auf die Entstehung und den Verlauf einer Krebserkrankung. Die Psyche hat ebenfalls Einfluss auf Verhaltensweisen (Ernährung, Bewegung etc.), von denen man mittlerweile weiß, dass sie Risikofaktoren für die Entstehung von Krebserkrankungen sind, z. B. dass eine fettreiche Ernährung einer der wesentlichen Risikofaktoren für die Entstehung von Brustkrebs ist.

Die genauen Mechanismen dieser Zusammenhänge sind noch nicht vollständig erforscht (s. auch Kap. 5), dennoch ist ein Zusammenspiel von Person (Psyche und Körper) und Umwelt mehr als wahrscheinlich. Abbildung 2-1 zeigt das multifaktorielle Prozessmodell der Krebsentstehung und den Einfluss psychischer Faktoren.

Psychoonkologie wendet sich immer an den Patienten als Ganzes. Das meint, dass sie individuelle psychische und körperliche, aber auch soziale Aspekte berücksichtigt. Jeder dieser Aspekte hat seine eigenen Merkmale und seine ihm innewohnenden dynamischen Mechanismen. Man kann daher von Systemen sprechen. Ein System hat beschreibbare Grenzen und ist im ständigen Aus-



Abb. 2-1 Multifaktorielles Modell der Entstehung von Krebserkrankungen

tausch mit seiner Umwelt (anderen Systemen) sowie auch im ständigen inneren Entwicklungs- und Erhaltungsprozess begriffen. Viele Systeme lassen sich in Subsysteme unterteilen. Diese stehen ebenfalls im ständigen Austausch miteinander.

Die Psychoonkologie setzt inter- wie auch intrapersonelle Subsysteme des Patienten zueinander in Bezug und berücksichtigt deren Zusammenspiel in der therapeutischen Arbeit. Der Patient ist nach dieser Definition ein eigenes System mit mehreren Subsystemen. So sind die Psyche, das Immunsystem, das Hormonsystem etc. Subsysteme, die zusammen ein Ganzes bilden. Gleichzeitig ist der Patient Teil übergeordneter zwischenmenschlicher Systeme. Er hat dabei verschiedene Rollen in mehreren Systemen wie im System Familie, Freundeskreis oder Arbeitsteam. Sie alle tragen im positiven oder negativen Sinn zur Lebensqualität und -balance des Patienten bei. Durch die Berücksichtigung dieser Systeme und deren Zusammenwirken wird die Psychoonkologie zu einem hoch komplexen Geschehen.

Abbildung 2-2 zeigt einige Ebenen und Kontexte, in denen sich ein an Krebs erkrankter Patient befindet, und verdeutlicht den System- und Netzwerkcharakter der Psychoonkologie als psychotherapeutisches Arbeitsfeld. Der Psychoonkologe befindet sich in diesem Netzwerk auf einer Achse mit dem Patienten und ist daher zunächst insbesondere mit dessen persönlichen Merkmalen, Stärken und Schwächen, Defiziten und Ressourcen, Wünschen und Abneigungen, Ängsten und Hoffnungen beschäftigt. Hier setzt die psychoonkologische Arbeit also primär an. Weitere Systeme bzw. Netzknotenpunkte werden individuell und in Absprache mit dem Patienten ergänzt. Dies geschieht in der Reihenfolge und dem Ausmaß, wie es für den Patienten wirkungsvoll ist. Eine festgelegte Abfolge und Vorgehensweise gibt es nicht. Ebenso gibt es keine feste Zahl von Systemen oder eine allgemeingültige Rangliste von Systemen. Welches System für den Patienten wichtig ist, ob, wann und wie es in die therapeutische Arbeit eingebunden wird, sind individuell zu entscheidende Fragen. Natürlich können daher auch weitere als die in der Abbildung angeführten Systeme in die psychoonkologische Arbeit eingebunden werden, wenn dies für den betreffenden Patienten Sinn ergibt. Wenn z. B. ein junger Patient einen engen Kontakt zu seinen Großeltern hat, diese für ihn wichtig sind, dann kann man diese in das psychoonkologische Arbeitsteam ebenso einbinden wie einen engen Freund, einen Lehrer oder einen Sporttrainer. Der Patient entscheidet über die Wichtigkeit, die seine Beziehungen zu Personen oder Personengruppen (d. h. soziale Subsysteme) für ihn haben.

Es lohnt sich, diesen systemischen Grundgedanken und theoretischen Aspekt der Psychoonkologie direkt in die praktische Arbeit einzubinden. Eine Aufstellung der für den Patienten relevanten Bezugssysteme und -personen zu erarbeiten, ist ein praktisches und hilfreiches Vorgehen. Persönliche und soziale Ressourcen oder Defizite werden so bereits in einem frühen Stadium der psychoonkologischen Arbeit erkennbar. Anhand einer solchen Aufstellung kann konkret erarbeitet werden, wer im (Helfer-)System des Patienten für welche