

# Psychoonkologie im Praxisalltag

## Balance zwischen Hinwendung und Abgrenzung

Im Leid Anderer zu  
ertrinken hat keinen  
Wert, wenn es zum  
Burnout führt

Dante und Vergil in der Hölle,  
Gemälde zu Dantes  
„Göttlicher Komödie“,  
Inferno, 8. Gesang. Eugene  
Ferdinand Victor  
Delacroix, 1798–1863;





Abgrenzen von was?

Auffächern der Komplexität der Begegnung

Hinwendung als Beziehungskompetenz

Selbstmanagement



Die Psychoonkologie, auch als Psychosoziale Onkologie bezeichnet, befasst sich: mit den seelischen und sozialen Bedingungen, Folgen und Begleiterscheinungen im Zusammenhang mit Krebs.

## Epidemiologische Schätzungen

- etwa 30-60% aller Krebspatienten haben psychische Befindlichkeitsstörungen als Reaktionen auf die Belastungen oder auch Bewältigungsversuche
- etwa 20% psychische Störungen

(Strain, 1998, Massie & Popkin 1998, Noyes et al. 1998, Weiss / Schwarz 2008/2010).

# Strukturelle und Individuelle Bedingungen

## Die Bedeutung des Teams



Die tägliche Arbeit mit onkologischen Patienten ist  
jeden Tag ein Spagat zwischen

**sachlich/medizinischen/psychologischen  
Informationen/Themen/Kompetenzen**

und

**Beziehungskompetenz**

# „In Beziehung sein“ ein Instrument in der Arbeit mit Patienten

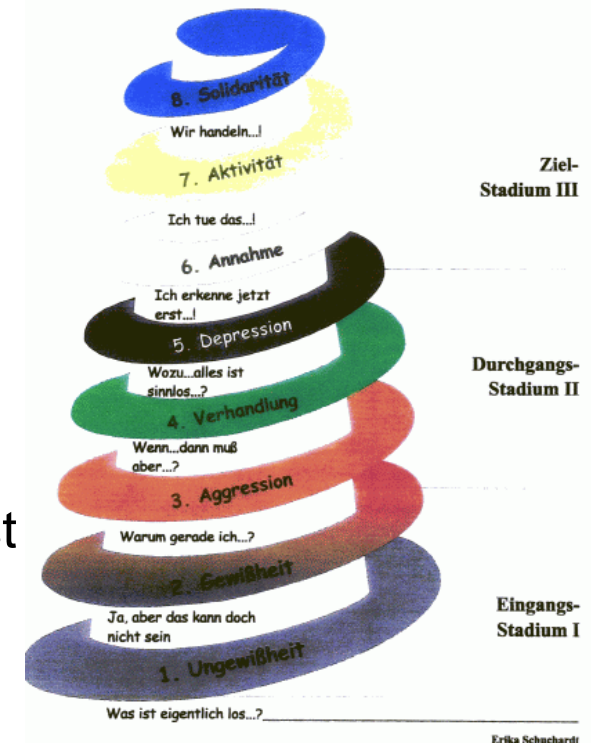
Wertschätzung, Anerkennung, Vertrauen ist der neurobiologische Treibstoff der Motivation und

- schafft Sicherheit
- integriert Rituale
- stärkt das Selbstvertrauen / Selbstwert / Selbstwirksamkeit
- fördert die Autonomie

# Der „chronisch kranke“ Patient

- Die meisten Patienten sind durch die existenzielle Bedrohung „traumatisiert“
- **Abwehrprozesse** zur psychischen Stabilisierung bestimmen die Begegnung
- Abhängigkeit / Fremdbestimmtheit / Kontrollverlust erzeugt einen krankheitsbedingten Regressionsdruck
- Der Patient erlebt seine Einschränkungen und Gefühle täglich
- bei aller Verallgemeinerung ist jeder Mensch Einzigartig

## Krisenverarbeitung als Lernprozeß in acht Spiralphasen





Krebserkrankungen sind durch eine Vielzahl von Belastungsfaktoren gekennzeichnet, die in allen Lebensbereichen auftreten

### **Belastungen durch den Krebs und Behandlung**

invasive Behandlungen, Schmerzen, Fatigue, Invalidität, Psychosomatische Symptome, Behinderungen



### **Existenzielle und spirituelle Probleme**

Konfrontation mit der Endlichkeit des eigenen Lebens, Suche nach Sinn, spirituellen, religiösen, philosophischen Erklärungen

### **Familiäre Belastungen**

Veränderung sozialer Rollen und Aufgaben, Veränderungen in der Beziehung zum Partner, zu Kindern, zu Freunden

### **Soziale, finanzielle und berufliche Belastungen**

Aufgabe wichtiger sozialer und beruflicher Funktionen, neue Abhängigkeiten, Isolation

### **Probleme des Versorgungssystems**

Inadäquate Arzt-Patient-Kommunikation, fehlende Information, Entpersonalisierte Behandlung, Zeitmangel, Fehlende Intimität

## „Abwehr“-Mechanismen

Regulierungsmechanismen  
widersprüchlicher innerer  
Prozesse

Herkunft: Psychoanalyse

Ziel: Unbewusstbleiben von  
bedrohlichen Gefühlen und  
Phantasien

Sichern die Funktionsfähigkeit des Ich  
Erfolgen **unbewusst**

Zeit- und Distanzgewinn,  
**Kurzfristige Entlastung**

Z.B.

- **Verleugnung:** Die Krankheit nicht wahrhaben wollen: "Mir geht es gut, ich bin nicht krank, ich habe keine Angst."
- **Vermeidung:** Alles vermeiden, was Angst macht: "Ich möchte über meine Krankheit nicht reden", "Ich vermeide, daran zu denken und gehe nicht zum Arzt."
- **Verdrängung:** Aktives Vergessen, Amnesie für bestimmte angsterregende, unangenehme Ereignisse/Gefühle. "Der Arzt hat mich nicht aufgeklärt".

- Enge, intensive, emotionale Beziehung, die zwischen Patient und Fachkraft entsteht („regressive“ Abhängigkeit, Rituale .....
- ständige Konfrontation mit Tod und Verlust
- Zeit
- Unbewusst/bewusst wirkende krankheitsspezifische und zwischenmenschliche Dynamiken (Übertragung/Projektion)
- Miterleben von Abwehrreaktionen des Patienten und von deren Angehörigen
- Verantwortung durch interdisziplinäre Anforderungen  
berufliches Selbstverständnis
- Abgrenzungsthemen
- Team

# Chill-out - Notfallkurzprogramm

## **Verhalten / Bewegung**

- Ziehen Sie Ihren großen Zeh hoch, ballen Sie eine Faust in Ihrer Tasche
- Verlassen Sie den Raum
- Konzentrieren Sie sich auf Ihre Atmung
- Schauen Sie aus dem Fenster
- Nehmen Sie eine aufrechte Haltung ein
- Nehmen Sie Kontakt zu einer KollegIn auf

## **Berührung**

- Trinken, Essen
- Sich halten – Arme kreuzen, Unterarm berühren

## **Visualisierung**

- Stellen Sie sich einen „Arschengel“ vor

## **Kommunikation**

- Unterscheiden Sie zwischen Sach- und Beziehungsebene
- Stellen Sie Fragen, um Phantasien zu überprüfen

# Balance - längerfristig

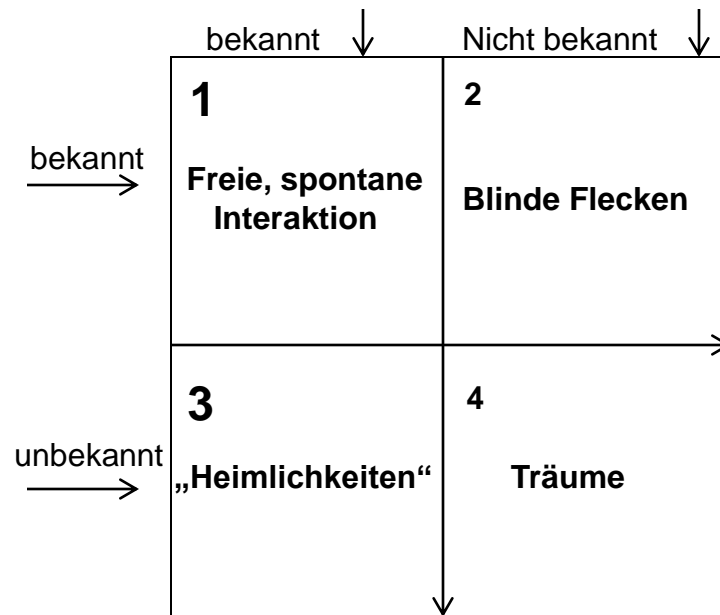
- Lernen Sie Ihre eigenen Gefühle zu erkennen
- „Ich“ sagen, „Nein“ sagen, „Stopp“ sagen
- Schaffen Sie Raum für den Abbau von Frust
- Schaffen Sie sich Freiräume / Tankstellen
- Erkennen Sie Projektionen/Übertragungen
- Unterscheiden Sie zwischen Ton und Inhalt

## Die Beziehung zu mir entscheidet über die Beziehung zu anderen



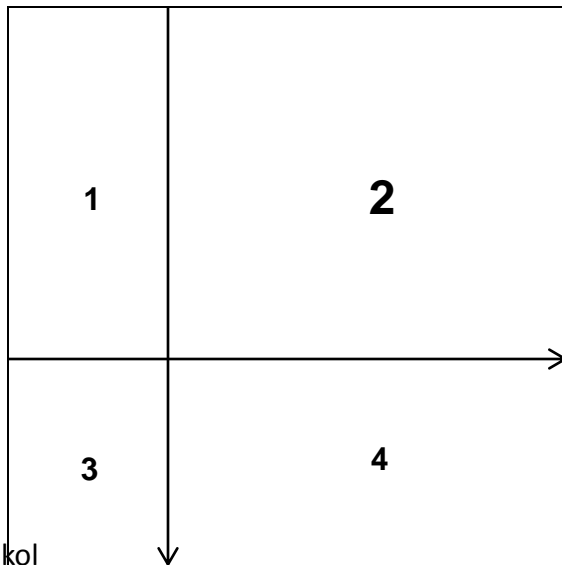
# Selbst

## Modell zum Verständnis von Differenzen zwischen Selbst- und Fremd-Wahrnehmung

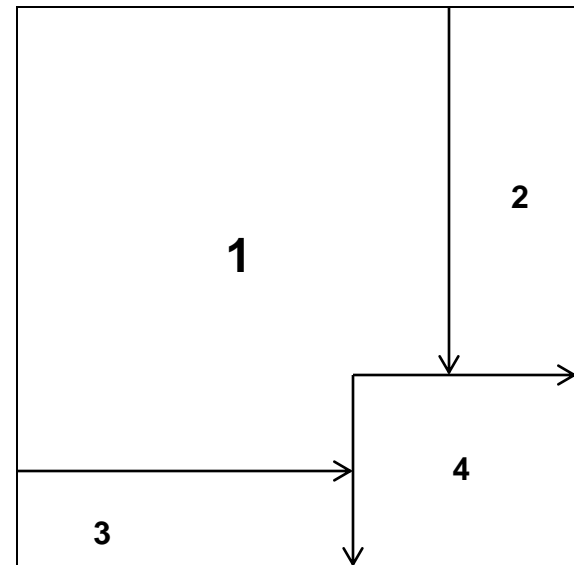


**Professionalisierung**  
findet mit und durch Andere statt und bedeutet:  
mehr über sich zu erfahren  
„im Spiegel der Anderen“

## Wahrnehmungsgrenzen ohne Feedback



## Geänderte Wahrnehmungsgrenzen durch Feedback-Prozesse (Professionalisierung)



# Balance

zwischen Hinwendung und Abgrenzung  
kann gelingen durch:

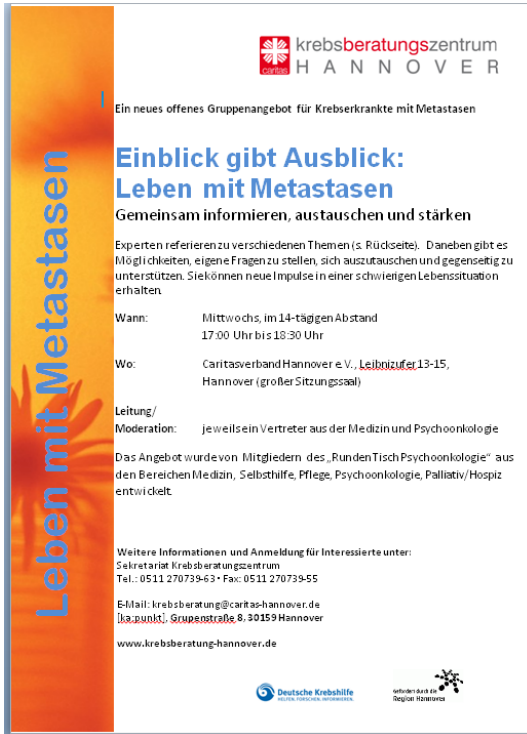
- Wissen
- Selbstreflexion
- Vernetzung
- Teamkompetenzen






# Vernetzung: Psychoedukative Gruppenkonzepte für Patienten

## Hannover



**Leben mit Metastasen**

 **krebsberatungszentrum  
HANNOVER**

Ein neues offenes Gruppenangebot für Krebserkrankte mit Metastasen

**Einblick gibt Ausblick:  
Leben mit Metastasen**  
Gemeinsam informieren, austauschen und stärken

Experten referieren zu verschiedenen Themen (s. Rückseite). Daneben gibt es Möglichkeiten, eigene Fragen zu stellen, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen. Sie können neue Impulse in einer schwierigen Lebenssituation erhalten.


**Wann:** Mittwochs, im 14-tägigen Abstand  
17:00 Uhr bis 18:30 Uhr


**Wo:** Caritasverband Hannover e.V., Leibnizufer 13-15,  
Hannover (großer Sitzungssaal)

**Leitung/  
Moderation:** jeweils ein Vertreter aus der Medizin und Psychoonkologie

Das Angebot wurde von Mitgliedern des „RundenTisch Psychoonkologie“ aus den Bereichen Medizin, Selbsthilfe, Pflege, Psychoonkologie, Palliativ/Hospiz entwickelt.

Weitere Informationen und Anmeldung für Interessierte unter:  
Sekretariat Krebsberatungszentrum  
Tel.: 05 11 270739-63 • Fax: 05 11 270739-55  
E-Mail: krebsberatung@caritas-hannover.de  
(Anpunkt), Gruppenstraße 8, 30159 Hannover  
www.krebsberatung-hannover.de

 **Deutsche Krebshilfe**  
FÜR DIESELBE, FÜR ALLE

 **Krebsliga der  
Region Hannover**

## Hildesheim

**Ein  
Gruppenangebot  
im Netzwerk  
Für Frauen  
mit Brustkrebs**



*Gemeinsam informieren  
Stärken entwickeln  
Lebensqualität gewinnen*



Ein Angebot des  
Brustzentrums Hildesheim  
St. Bernward Krankenhaus



## Neustadt a.Rbg.



Psychologen  
Psychoonkologen  
Beratungstellen  
Ärzten  
Kindertherapeuten  
Kliniken  
.....