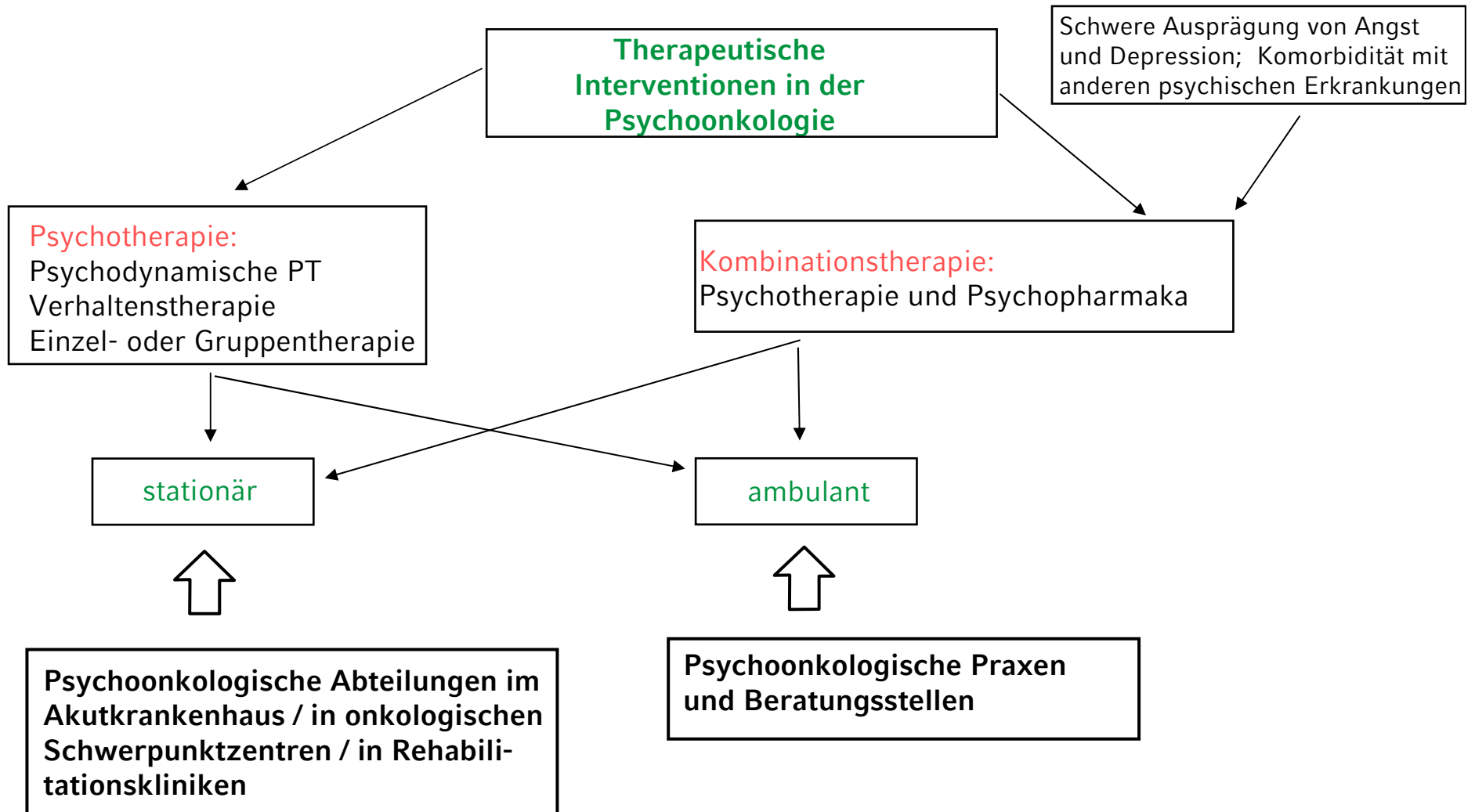




Therapeutische Interventionen in der Psychoonkologie

PD Dr. phil. Kristin Härtl, Klinik und Poliklinik für
Frauenheilkunde und Geburtshilfe – Campus Innenstadt, LMU
Dr. med. Carola Riedner, Münchner Onkologische Praxis







CAMPUS INNENSTADT

KLINIK UND POLIKLINIK FÜR FRAUENHEILKUNDE UND GEBURTSHILFE



Verhaltenstherapie

Frühe Verhaltenstherapie:

Klassische und operante Konditionierungsmodelle,
Reiz-Reaktions-Modelle

Kognitive Verhaltenstherapie:

Theorien der Informationsverarbeitung, Modelle der
Selbstregulation

„Dritte Welle der Verhaltenstherapie“:

Achtsamkeit und Akzeptanz als zentrale Therapie-
prinzipien, Klärung von Werten und Lebenszielen



Verhaltenstherapeutische Ziele bei Krebs

...werden mit Patienten **individuell** und **konkret** formuliert:

=> **Konkretisierung von vagen Zielen**

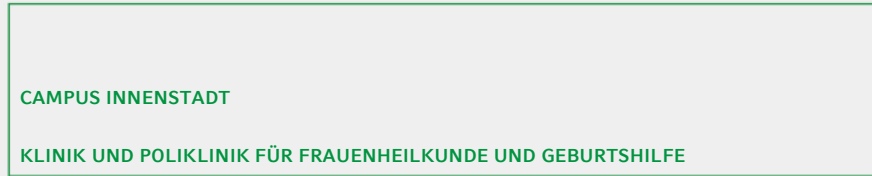
"Mir soll es wieder besser gehen."

=> **Coping: Ressourcen aktivieren, neue Bewältigungsstrategien lernen**

=> **Akzeptieren und Unabänderliches loslassen lernen**

„Ich werde nicht wieder so werden wie vor der Krebsdiagnose.“

=> **Auseinandersetzung mit spirituellen Themen**



(1) Klassische Interventionen

Interventionen	Beispiele
Exposition und Reaktionsverhinderung	Chemotherapieklientin mit antizipatorischem Brechreiz lernt, ihre Angst durch schrittweise Annäherung zu reduzieren.
Positive Verstärkung und Aktivitätsaufbau	Krebspatient mit starkem Rückzug und depressiver Reaktion: Verstärkerliste für soziale Kontakte, täglicher Aktivitätenplan
Rollenspiel mit Videofeedback	Üben der Kommunikation mit Angehörigen, Ärzten, Pflegepersonal: Stellen von Fragen, Formulieren eigener Bedürfnisse, Ausdruck von Gefühlen



(2) Kognitive Umstrukturierung

Gedankliche Irrtümer	Beispielaussagen
Übergeneralisierung	„Die Übelkeit wird nie wieder aufhören.“
Willkürliche Schlussfolgerung	„Ich habe falsch gelebt, darum habe ich Krebs bekommen.“
Personalisierung	„Unsere Freunde rufen nicht mehr an, weil ich Krebs habe.“

Sokratischer Dialog:

Hinterfragen der typischen dysfunktionalen Gedanken

Aufmerksamkeitsshift

Alternative Gedanken und „rationale“ Antworten



Effektivitätsstudien (z.B. Savard et al. 2005, Tatrow & Montgomery 2006)

... belegen die **Wirksamkeit von Verhaltenstherapie**
bei Krebspatienten

hinsichtlich

psychischem Befinden,

emotionaler Belastung,

Lebensqualität und

psychosomatischer Symptome.