

Inhalt

Verzeichnis der Autorinnen und Autoren.....	13
I Einführung.....	17
1 Vorwort und Einleitung.....	19
<i>C. Diegelmann, M. Isermann</i>	
II Trends, Konzepte und Perspektiven in der Onkologie.....	25
2 Trends und Perspektiven in der Onkologie.....	27
<i>J. Beyer</i>	
2.1 Epidemiologie.....	27
2.2 Biologie von Krebserkrankungen.....	27
2.3 Früherkennung.....	28
2.4 Therapie.....	29
2.5 Palliativmedizin und Begleitung Sterbender.....	33
2.6 Zusammenfassung.....	34
3 Neue Entwicklungen in der Palliativmedizin und Schmerztherapie.....	35
<i>H. C. Müller-Busch</i>	
3.1 Palliativmedizinische Versorgungsangebote und Organisationsformen.....	37
3.2 Schmerztherapie in Palliativmedizin und Onkologie.....	40
3.3 Begleittherapie.....	47
III Ressourcenorientierte Konzepte für die Psychoonkologie.....	49
4 Psycho-somatik und Somato-psychik – Die untrennbare Einheit von Körper und Gehirn.....	51
<i>G. Hüther</i>	
4.1 Die wechselseitige Abhängigkeit körperlicher und psychischer Prozesse.....	51
4.2 Somato-Psychik: Von der Körpererfahrung zum Selbstbild.....	54
4.3 Psycho-Somatik: Vom Gehirn zum Körper.....	55
4.4 Reaktivierung von Selbstheilungskräften.....	58
5 Krebs und Stress: Hinweise aus der Psychoneuroimmunologie für therapeutisches Handeln.....	61
<i>M. Isermann</i>	
5.1 Psychische Einflüsse auf den Körper und das Immunsystem.....	61
5.2. Angst- und Stressreaktionen.....	63

Inhalt

5.3	Wirkungen auf das Immunsystem.....	65
5.4	Stress – genauer betrachtet.....	70
5.5	Konsequenzen für die psychoonkologische Praxis.....	73
6	TRUST: Impulse für einen integrativen Behandlungsansatz – Salutogenese, Resilienz und Positive Psychologie als Fundament.....	80
	<i>C. Diegelmann</i>	
6.1	Behandlungsansätze aktivieren Ego-States.....	80
6.2	Salutogenese – warum bleiben Menschen trotz extremer Belastungen gesund.....	81
6.3	Resilienz – psychische Widerstandskraft, Störungstoleranz für Belastungen.....	84
6.4	Positive Psychologie – die Wissenschaft vom sinnerfüllten Leben.....	89
6.5	TRUST: Vertrauen als Haltung und Ermutigung zu ressourcenorientierten Interventionen.....	94
7	Integration psychosomatischer Aspekte in die medizinische Behandlung.....	99
	<i>F. Siedentopf</i>	
7.1	Zum Stellenwert psychoonkologischer Betreuung in einem Brustzentrum.....	99
7.2	Die Diagnosemitteilung.....	100
7.3	Der stationäre Aufenthalt.....	100
7.4	Zusätzliche Versorgungsangebote im stationären Setting.....	101
7.5	Entlassung und adjuvante Therapie.....	102
7.6	Was tun wir für uns? – Die Bedeutung des Teams.....	103
8	Auf dem Weg zu einer Ressourcen- und Resilienzdiagnostik.....	105
	<i>C. Diegelmann, M. Isermann</i>	
8.1	Ressourcen und Positive Psychologie.....	105
8.2	Resilienz, Lebensqualität, PatientInnenkompetenz und Wohlbefinden.....	106
8.3	Neue Tools zur Ressourcen- und Resilienzanalyse.....	107
9	Krebs und Migration: Interkulturelle Sensibilisierung für die psychoonkologische Arbeit.....	113
	<i>I. Özkan</i>	
9.1	Besondere Probleme und Missverständnisse – Sprachbarrieren.....	114
9.2	Besondere Probleme und Missverständnisse – Krankheitskonzepte.....	116

IV	Psyche ermutigen.....	119
10	Vom Umgang mit eigenem Schmerz in der Begleitung von schwerkranken Menschen..... <i>L. Reddemann</i>	121
10.1	Würde, Mitgefühl und Respekt.....	123
10.2	Was geschieht mit dem Schmerz?.....	124
11	Sinnbasierte Interventionen..... <i>A. Mehnert</i>	127
11.1	Existenzielle Belastungen bei einer Krebserkrankung.....	127
11.2	Sinnfindung im Kontext der Belastungsverarbeitung.....	127
11.3	Interventionen mit dem Fokus auf Lebenssinn.....	129
11.4	Fazit.....	132
12	TRUST-Interventionen zur Ressourcenförderung und Resilienzstärkung in der Psychoonkologie..... <i>C. Diegelmann</i>	134
12.1	Wesentliche Merkmale von TRUST-Interventionen.....	134
12.2	Anamnesediagramm: Ressourcenperspektive von Anfang an.....	138
12.3	TRUST-Protokoll zur Resilienzstärkung.....	138
12.4	CIPBS® als Weg einer schonenden Krisenbearbeitung und Traumakonfrontation.....	143
12.5	Stärkung der Resilienz mit der Baumübung.....	149
12.6	Erfahrung verändert: Mut zu ressourcen- und resilienzfördernden Interventionen.....	152
13	Psychoonkologische Akutinterventionen: Die Anwendung von TRUST im stationären Setting innerhalb eines zertifizierten Brustzentrums..... <i>C. Heinle</i>	155
13.1	Allgemeine Voraussetzungen.....	155
13.2	Spezielle Interventionstechniken.....	156
14	CIPBS® im Rahmen der spezialisierten psychoonkologischen Rehabilitation (SPOR)..... <i>A. Biskup</i>	161
14.1	Einleitung.....	161
14.2	Spezialisierte Psychoonkologische Rehabilitation (SPOR).....	161
15	Von Buchstaben und Bildern – Hilfreiche Werkzeuge in der Psychotherapie mit TRUST..... <i>M. Brieger, H. Wollschläger</i>	167
15.1	Hilfreiche Geschichten für Psychotherapie und Psychoonkologie.....	167

Inhalt

15.2	Wie alles begann.....	168
15.3	Zu Anwendung, Risiken und Nebenwirkungen.....	169
15.4	Anregungen und konkrete Interventionsmöglichkeiten.....	170
16	Sprechende Steine im Ritual als Ressource bei Schwerkranken.....	173
	<i>H. Eibach</i>	
16.1	Was ist ein Ritual?.....	173
16.2	Der „sprechende Stein“.....	173
17	Woher nehmen Sie Ihre Kraft? Spiritualität im Alltag.....	175
	<i>P. Moser</i>	
17.1	Geistig-spirituelle Beziehungsnetze.....	175
17.2	Atmung als Mittel zur unmittelbaren Selbstwahrnehmung.....	176
17.3	Anleitung zu einer „alltagstauglichen“ Übung.....	178
18	Wenn das Buffet abgeräumt wird ... – Hoffnung vermittelnde Metaphern.....	180
	<i>D. Tausch</i>	
18.1	Bilder für die Auseinandersetzung mit dem Sterben.....	180
18.2	Bilder für die Begleitung.....	181
18.3	Bilder für das, was nach dem Tod kommt.....	182
19	Erkrankung, Sinnfragen und Spiritualität.....	184
	<i>B. Dorst</i>	
19.1	Gesundheit und Spiritualität.....	184
19.2	Erkrankung als Lebenskrise und die Frage nach dem Sinn.....	185
19.3	Sinnfragen und Spiritualität heute.....	186
19.4	Sinnfindung und Selbstwerdung in der Analytischen Psychologie.....	187
19.5	Wiedergewinnung der Kräfte der Heilung.....	189
V	Körper ermutigen.....	193
20	Psychoonkologische Beratung und Begleitung von PatientInnen mit tumorbedingter Fatigue.....	195
	<i>S. Ditz</i>	
20.1	Was bedeutet Fatigue?.....	195
20.2	Prävalenz.....	195
20.3	Erklärungsmodell.....	195
20.4	Symptome und Erfassung.....	196
20.5	Fatigue und/oder Depression behandeln.....	199
20.6	Zusammenfassung.....	203

21 Die Rolle von Ernährung, Sport und Bewegung bei Krebs in Prävention, Therapie und Rehabilitation.....	206
<i>A. Kleine-Tebbe</i>	
21.1 Einleitung.....	206
21.2 Ernährung und Krebs-Prävention.....	206
21.3 Ernährungsintervention und Krebs.....	207
21.4 Mangelernährung und Krebs.....	208
21.5 Sport und Krebs: Prävention.....	209
21.6 Sport und Krebs: Intervention während der Erkrankung.....	209
22 Krebs und Sexualität: Mut zu Zärtlichkeit und Lust.....	212
<i>U. Völkel</i>	
22.1 Den Blick auf das Hier-und-Jetzt ermöglichen.....	213
22.2 Sexualität ist ein Beziehungsthema.....	214
23 GuoLin-Qigong.....	216
<i>Kerstin Schwabe</i>	
23.1 Krebs als Folge eines Prozesses.....	216
23.2 Wirkungsweise des GuoLin-Qigong.....	217
23.3 Die GuoLin-Übung.....	220
23.4 Noch eine Bitte	224
24 Mit Feldenkrais Körper und Psyche ermutigen: Die bewusste Körperwahrnehmung in den Alltag integrieren.....	226
<i>G. Schilling</i>	
24.1 Die Feldenkraismethode.....	226
24.2 Für wen eignet sich Feldenkrais?.....	227
24.3 Bewegungsbeispiele für die bewusste Körperwahrnehmung und zur Integration in den Alltag.....	229
25 Einführung in <i>zapchen</i> – Entwicklung von Wohlbefinden inmitten von allem, was ist: Sanfte Übungen mit dem Körper aus tibetisch/westlichen Heilweisen.....	231
<i>C. Hammer</i>	
25.1 „Wohl-Sein“ als Ressource.....	231
25.2 Was ist <i>zapchen</i> ?.....	231
25.3 <i>zapchen</i> in der Onkologie.....	233
26 Energetische Psychotherapie – Bifokale multisensorische Neurostimulation: Techniken und Strategien im Umgang mit Angst, Schmerz und Trauma bei KrebspatientInnen.....	235
<i>S. Geßner-van Kersbergen</i>	
26.1 Was ist Energetische Psychotherapie – Bifokale multisensorische Neurostimulation?.....	235

Inhalt

26.2	Einsatz von Energetischer Psychotherapie – Bifokaler multisensorischer Neurostimulation bei KrebspatientInnen.....	238
26.3	Standard-Protokoll einer Behandlung mit EFT.....	240
27	Hypnotherapeutische Interventionen zur Symptomlinderung in der Onkologie.....	244
	<i>E. Muffler</i>	
27.1	Hypnotherapeutische Aspekte in der Kommunikation.....	244
27.2	Interventionsbeispiele.....	245
27.3	Hypnotherapeutische Konzepte in der Onkologie.....	250
28	Dann nehmen wir die Höhe dazu: Körpererfahrungen durch Morgen- und Abendritual.....	252
	<i>H. Eibach</i>	
28.1	Öffnen der Sinne – Ein Morgenritual.....	252
28.2	Navajo Segen – Ein Abendritual.....	254
	Stichwortverzeichnis.....	255