

Peter Weyland

2. Auflage



Das psychoonkologische Gespräch

Mit einem Geleitwort von Joachim Weis

 Schattauer

Peter Weyland

Das psychoonkologische Gespräch

2. Auflage

This page intentionally left blank

Peter Weyland

Das psychoonkologische Gespräch

2. Auflage

Mit einem Beitrag von
Erhard Schneider

Mit einem Geleitwort von
Joachim Weis

Mit 8 Abbildungen

 **Schattauer**

Ihre Meinung zu diesem Werk ist uns wichtig!
Wir freuen uns auf Ihr Feedback unter
www.schattauer.de/feedback oder direkt über QR-Code.



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Besonderer Hinweis:

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung.

In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt. Das Werk mit allen seinen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

© 2013, 2017 by Schattauer GmbH, Hölderlinstraße 3, 70174 Stuttgart, Germany

Das Buch erschien in der 1. Auflage unter dem Titel »Psychoonkologie – das Erstgespräch und die weitere Begleitung«

E-Mail: info@schattauer.de

Internet: www.schattauer.de

Printed in Germany

Projektleitung und Lektorat: Eva Wallstein, Stuttgart

Umschlagabbildung: © Cornelia Baur-Dilger, Biberach an der Riß: »Caresses du chaos«

Satz: Achim Theiß, Grünberg

Druck und Einband: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten/Allgäu

Auch als E-Book erhältlich:

ISBN 978-3-7945-9073-5

ISBN 978-3-7945-3242-1

Geleitwort

Die psychosoziale Betreuung von Krebspatienten hat in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung gewonnen und sich unter dem Fachbegriff »Psychoonkologie« als Teil einer modernen, patientenzentrierten Krebstherapie etabliert. Im Rahmen der Zertifizierung von Organkrebszentren oder onkologischen Zentren ist die psychoonkologische Beratung und Betreuung heute ein obligatorischer Bestandteil dieser Krebszentren, wenngleich sich immer noch große Unterschiede in der Realisierung zeigen. Im Vergleich dazu ist die ambulante psychosoziale Betreuung sowie psychotherapeutische Behandlung von Tumorpatienten trotz Implementierung von psychosozialen Krebsberatungsstellen immer noch defizitär. Einen ambulanten Psychotherapieplatz als Tumorpatient zu finden, ist heute in Deutschland immer noch schwierig und für die betroffenen Patienten oft nur nach längeren Wartezeiten möglich. Durch Qualifizierung der niedergelassenen ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten versuchen wir seit vielen Jahren über die psychoonkologische Fort- und Weiterbildung (WPO e. V.) diesen Missstand zu beheben.

Für Ausbildungszwecke liegen heute einige Buchpublikationen zum Themengebiet Psychoonkologie vor, die die zunehmende Etablierung und Anerkennung des Arbeitsgebiets Psychoonkologie verdeutlichen. Die meisten dieser Bücher fokussieren die Versorgungskonzepte, theoretischen Grundlagen oder die wissenschaftlichen Erkenntnisfortschritte. Dies ist zweifellos von großer Bedeutung für die Entwicklung des Fachgebiets. Aus der langjährigen Erfahrung im Rahmen der Fort- und Fachweiterbildung erleben wir jedoch immer wieder, dass ein großer Mangel an praxisorientierten Fachbüchern zur Vermittlung der spezifischen Beratungs- und Behandlungserfordernisse bei Krebspatienten besteht. Der Autor des hier vorliegenden Buches, Peter Weyland, ist bereits über viele Jahre auch als Dozent im Rahmen der Fort- und Weiterbildung Psychoonkologie tätig. Sein Buch ist aus der langjährigen psychotherapeutischen Praxis mit Krebspatienten entstanden und gibt eine praxisorientierte Übersicht zu konkreten psychotherapeutischen Vorgehensweisen in der Behandlung von erkrankungs- oder behandlungsbezogenen psychosozialen Problemen und Folgestörungen aus Sicht des Arztes und Psychotherapeuten.

Es gliedert sich in zwei große Abschnitte. Der erste Abschnitt befasst sich mit der Kontaktaufnahme und dem Erstgespräch; der zweite Teil folgt den spezifischen Problemen entlang des Verlaufes einer Tumorerkrankung und den dabei auftretenden Besonderheiten und Problemlagen, beginnend mit der Mitteilung der Diagnose, über die Verarbeitung der Prognose, dem Umgang mit Folgen der Therapie, den möglichen Spätfolgen und dauernden Einschränkungen sowie den Problemen, die sich für die Patienten nach einem Rezidiv oder einem Fortschreiten der Erkrankung aufzeigen lassen, bis hin zur pallia-

tiven und terminalen Phase. Die Darstellung folgt mit kleinen Abänderungen je nach Abschnitt einer Struktur, nach der – entlang der speziellen Problemsituationen – zunächst typische Gesprächsequenzen aus verschiedenen Fallgeschichten wiedergegeben werden, die dann in einem zweiten Schritt strukturiert und analysiert werden. Dadurch werden die Besonderheiten des psychotherapeutischen Vorgehens in der Behandlung von Krebspatienten sehr anschaulich wiedergegeben und als mögliche Handlungsanleitungen verdeutlicht. Peter Weyland hat bewusst in einem ansprechenden und praxisnahen Erzählstil geschrieben. Zugleich wird so auch seine Haltung deutlich, wie man sich als professioneller Helfer und Psychotherapeut den Krankheitserfahrungen der Patienten annähern kann. Hierbei wird ein offener und respektvoller Blick eingenommen, der die Achtung vor der jeweiligen individuellen Verarbeitungskompetenz des Patienten vermittelt, ohne die darin gründende professionelle Haltung des Psychotherapeuten als Gesprächspartner und Wegbegleiter aus dem Auge zu verlieren. Der Autor vermittelt die Inhalte auf der Basis eines integrativen und ressourcenorientierten Psychotherapieansatzes. Er führt anschaulich durch die für Krebspatienten oft nicht leicht zu erfassenden Übergänge zwischen körperlichen und seelischen Beschwerden und bündelt sie in einem spezifischen, auf die individuellen Problemlagen ausgerichteten therapeutischen Arbeitsansatz. Besonders wichtig dabei ist, dass gleichzeitig auch die eigene Situation des psychotherapeutisch tätigen Psychoonkologen reflektiert wird in seiner spezifischen Situation als Begleiter von Patienten, bei denen nicht selten der Verlauf der Erkrankung die Grenzen des psychotherapeutischen Handelns bestimmen. Themen wie Burnout und Umgang mit den eigenen Belastungen werden ebenfalls thematisiert und dienen der Sensibilisierung wie auch einer Hilfestellung für Psychotherapeuten, mit diesen besonderen Belastungen umgehen zu lernen.

Das Buch ist aus der Praxis heraus für die Praxis geschrieben: Der Autor folgt der Chronologie der Erkrankung – beschreibend, mit zahlreichen Fallbeispielen und der Wiedergabe konkreter Behandlungssequenzen oder Situationsschilderungen. Hierbei verzichtet Peter Weyland weitgehend auf die Darlegung theoretischer Grundlagen oder fachlicher Hintergründe. So wird man neuere Entwicklungen der Psychotherapieforschung im Bereich der Psychoonkologie oder die Weiterentwicklung des Coping-Konzeptes vergeblich suchen. Das Buch ist vielmehr ein Handlungsleitfaden und bietet zugleich zahlreiche Anregungen für die Erarbeitung einer individuellen Haltung als psychoonkologischer Psychotherapeut. Inhalte wie die Gestaltung eines Erstgesprächs, die Fokussierung des Problems, die Verbesserung der Krankheitsverarbeitung oder die Bestimmung des Behandlungsauftrags sind vor allem auch für diejenigen Kolleginnen und Kollegen hilfreich, die sich in das Arbeitsgebiet der Psychoonkologie einarbeiten wollen und sich praktische Orientierungshilfen wünschen. Aber auch der langjährig erfahrene Praktiker kann von zahlreichen Anregungen aus den umfangreichen und gut aufbereiteten Erfahrungen des langjährig tätigen ärztlichen Psychotherapeuten profitieren.

Der Autor ist primär Praktiker und das Buch eine sehr persönliche Darstellung seiner langjährigen Tätigkeit als ärztlicher Psychotherapeut in einer ambulanten Psychotherapiepraxis. Aus dieser Perspektive gibt das Buch wichtige Hilfestellungen für den psychotherapeutischen Umgang mit an Krebs erkrankten Patienten. Man muss sich daher auch nicht mit allen Inhalten einverstanden erklären, um von diesem Buch zu profitieren. Als Praktiker wird der Autor an manchen Stellen zu einer Auseinandersetzung anregen und zu einem Diskurs auffordern. Insofern ergänzt das Buch in besonderer Weise die zahlreichen Fachbücher zur Psychoonkologie der letzten Jahre und schließt dadurch eine Lücke zwischen den sich bisher vorwiegend im Bereich der Forschung und Konzeptentwicklung der Psychoonkologie ansiedelnden Fachbücher.

Ich wünsche diesem Buch viele interessierte Leser, verbunden mit der Überzeugung, dass es ihnen hilfreich sein wird, nicht nur die ihnen anvertrauten Patienten auf deren persönlichem Weg durch die Krankheit zu begleiten, sondern auch den eigenen, persönlichen Weg und das eigene Profil als psychoonkologischer Psychotherapeut zu finden.

Freiburg, im Juni 2013

Joachim Weis

Vorwort zur 2. Auflage

*»Ich wollte und will kein Lehrbuch schreiben – sondern von Gesprächen erzählen: von Gesprächen mit Krebspatientinnen und Krebspatienten, von Gesprächen, die ich geführt habe als Arzt, als Psychotherapeut, zuweilen aber auch als selbst Betroffener. Dabei liegt der Schwerpunkt auf **dem Gespräch**, das ich als Therapeut und psychoonkologisch tätiger Arzt mit den Patienten führe. Dieses Buch soll auch kein Ersatz für ein ordentliches Lehrbuch sein, es gibt einige sehr gute davon.«*

Das alles sagte ich vor dem Erscheinen der 1. Auflage. Nun erscheint das Buch in 2. Auflage, es wird also genutzt.

Wir haben noch zwei Kapitel ergänzt: Die Anmerkungen zur »Struktur der weiteren Gespräche« haben sich zum großen Teil aus Fragen im Rahmen von Fortbildungsveranstaltungen ergeben. Das Kapitel von Erhard Schneider über »Fatigue oder die unendliche Müdigkeit« erschien uns besonders wichtig, da diese Folge der Erkrankung und/oder Behandlung immer deutlicher ins Bewusstsein rückt und beachtet werden muss.

Nach wie vor wollen wir weniger lehren als erzählen. Dass ich dabei auch von eigenen Erfahrungen berichte, hat einen doppelten Grund: Ich möchte mich nicht verstellen und so tun, als ob manche Erfahrungen mir von anderen berichtet worden wären, obwohl es meine eigenen sind. Und ich möchte die Tabuisierung der Krebserkrankung nicht mitmachen. Wenn ein Arzt eine künstliche Hüfte bekommen oder einen Herzinfarkt überstanden hat, dann hat er keinerlei Schwierigkeiten damit, dies auch den Patienten zu erzählen oder sich bei Tagungen und Diskussionen auch auf seine eigenen Erfahrungen zu beziehen. Wenn er jedoch von seiner Krebserkrankung berichtet, dann wird es still.

Immer wieder begegnete mir so eine vorsichtige Art mit mir umzugehen und eine Andeutung dergestalt, dass man es befremdlich findet, wie ich mit meiner Krebserkrankung »hausieren« gehe. Vielleicht unterstelle ich dies nur meinem Gegenüber, weil ich selbst früher auch so dachte und große Hemmungen hatte, von meiner Krankheit öffentlich zu berichten. Es hat aber auch einen Vorteil, von meiner Krankheit zu berichten, denn als Krebspatient habe ich auch immer einen Bonus. Es ist weniger Mitleid, das ich dabei erlebe, sondern eher ein Interesse mit Gänsehaut, so als ob ich Überlebender einer grausigen Begegnung mit einem Monster sei. Man traut sich nicht so recht zu fragen, aber möchte doch ganz gerne hören, was der Überlebende zu berichten hat – vielleicht in der Hoffnung, es auch zu überstehen, falls man selbst einmal in diese Situation kommt.

Erstmals bewusst wurde mir dieser Bonus, als eine ZuhörerIn nach einem Vortrag meinte, ich sei der erste Referent, der sich auch einmal über Krebspatienten lustig machte und von heiteren Seiten der Behandlung erzählte. Da wurde mir klar, dass ich das nur durfte, weil ich selbst Betroffener bin.

Die Gliederung des Buches folgt zwar einer gewissen Chronologie der Erkrankung – die Gespräche beginnen aber eigentlich »mittendrin«, nämlich dann, wenn ich als Psychoonkologe dem Patienten begegne. Dann hat dieser natürlich schon einiges hinter sich. In der Regel hat er schon den diagnostischen Prozess und die Akutbehandlung durchlaufen. Doch für mich ist es die erste Begegnung mit dem Patienten oder der Patientin und so beginne ich hier mit meiner Schilderung. Es folgen dann ein Rückblick auf das, was der Patient schon hinter sich hat, und ein Ausblick auf den möglichen weiteren Verlauf.

Ich kann mir gut vorstellen, dass diese Gliederung auch etwas Erschreckendes an sich hat, dass man entsetzt reagiert bei der Vorstellung, was alles auf einen zukommen kann. Doch es ist glücklicherweise nicht so, dass jeder alles durchmachen muss. Mehr als die Hälfte aller Krebspatienten wird wieder gesund, etwa so viele wie nach einem Herzinfarkt.

Alle Möglichkeiten kann ein solches Buch natürlich nicht schildern und mit Sicherheit habe ich auch noch nicht alles erlebt, was es in diesem Bereich gibt, sondern kann nur einen Einblick in meine psychoonkologische »Werkstatt« geben.

So versuche ich weiterzugeben, was ich selbst an Erfahrungen machte, was meine als psychologische Psychotherapeutin, ebenfalls mit Krebspatienten arbeitende Frau mir berichtete und was ich in unserer sehr aktiven Interventionsgruppe an Erfahrungen meiner Kolleginnen und Kollegen teilen konnte. Diese Gruppe trifft sich nun schon seit über zehn Jahren regelmäßig und in konstanter Zusammensetzung, sicher ein Hinweis darauf, wie hilfreich, ja notwendig diese kollegiale Unterstützung bei dieser Arbeit ist. Dabei geht es dann nicht nur um Fragen des therapeutischen Vorgehens, sondern auch um die eigene Betroffenheit in diesen oft sehr bewegenden Situationen, die wir mit unseren Patienten erleben. Eine Betroffenheit, die ein hohes Maß an Abgrenzungsfähigkeit von uns fordert, um nicht auf Distanz gehen zu müssen.

Das Schreiben dieses Buches hat diese Betroffenheit immer wieder mobilisiert und die Patienten waren plötzlich wieder gegenwärtig und so präsent, dass ich eigentlich noch mehr in direkter Rede hätte berichten können. Namen und weitere persönliche Daten habe ich natürlich verändert, zuweilen auch die Diagnose, ohne dadurch die Aussage zu verändern. Diese Berichte sind keine Gesprächsprotokolle im engeren Sinne, sie sind nachempfunden, gerade wenn die Patienten selbst zu Wort kommen und berichten. Die Intensität des Geschehens, selbst wenn der äußere Anlass gering erscheint, und die Unmittelbarkeit existenzieller Fragen, um die es meist geht, machten die Ereignisse so gegenwärtig, dass ich glaubte, es sei gestern erst gewesen.

Erwähnen will ich auch, dass ich die Gespräche nur mit einer gewissen Auswahl von Krebspatienten führe, die entweder aus eigenem Antrieb oder auf Empfehlung des Hausarztes oder Onkologen Hilfe suchen. Das tut nur der kleinere Teil aller Krebspatienten. Die Mehrheit nimmt während der Erkrankung keine psychoonkologische Hilfe in Anspruch. So berichte ich auch nicht

von einem »normalen« Verlauf – doch es ist normal, dass einem diese Fragen begegnen, um die es hier geht.

Nun möchte ich mich noch bei Frau Eva Wallstein vom Schattauer Verlag bedanken, die das Buch im Entstehen und bei der 2. Auflage begleitete, und bei Herrn Lars Wilker, der mir als Lektor mit vielen hilfreichen Fragen und Anregungen zur Seite stand.

Ingoldingen, im August 2017

Peter Weyland

Anschriften der Autoren

Dr. med. Peter Weyland

Härte 3

D-88456 Ingoldingen

info@weyland-ingoldingen.de

Dr. med. Erhard Schneider

Spitalstr. 23

D-88239 Wangen

info@dr-erhard-schneider.de

Inhalt

Das Erstgespräch und die weiteren Gespräche

1	Mythos Krebs	3
2	Die erste Begegnung	7
	Das strukturierte Gespräch	7
	Erläuterungen zum strukturierten Gespräch	9
	Der Ablauf des strukturierten Gesprächs	11
	Ziele des strukturierten Gesprächs	16
3	Das empathische Eingehen auf die Beschwerden des Patienten	19
4	Die Logik der Gefühle	23
	Gefühle kennen keinen Widerspruch	24
	Gefühle kennen keine Abstraktion, sind konkretistisch	24
	Gefühle kennen keine Abstraktion, verstehen daher auch keine Verneinung	24
	Gefühle kennen nur zeitlich-assoziative, keine kausalen Zusammenhänge	25
	Gefühle sind zeitlich nicht gerichtet	27
	Gefühle sind verschiebbar	27

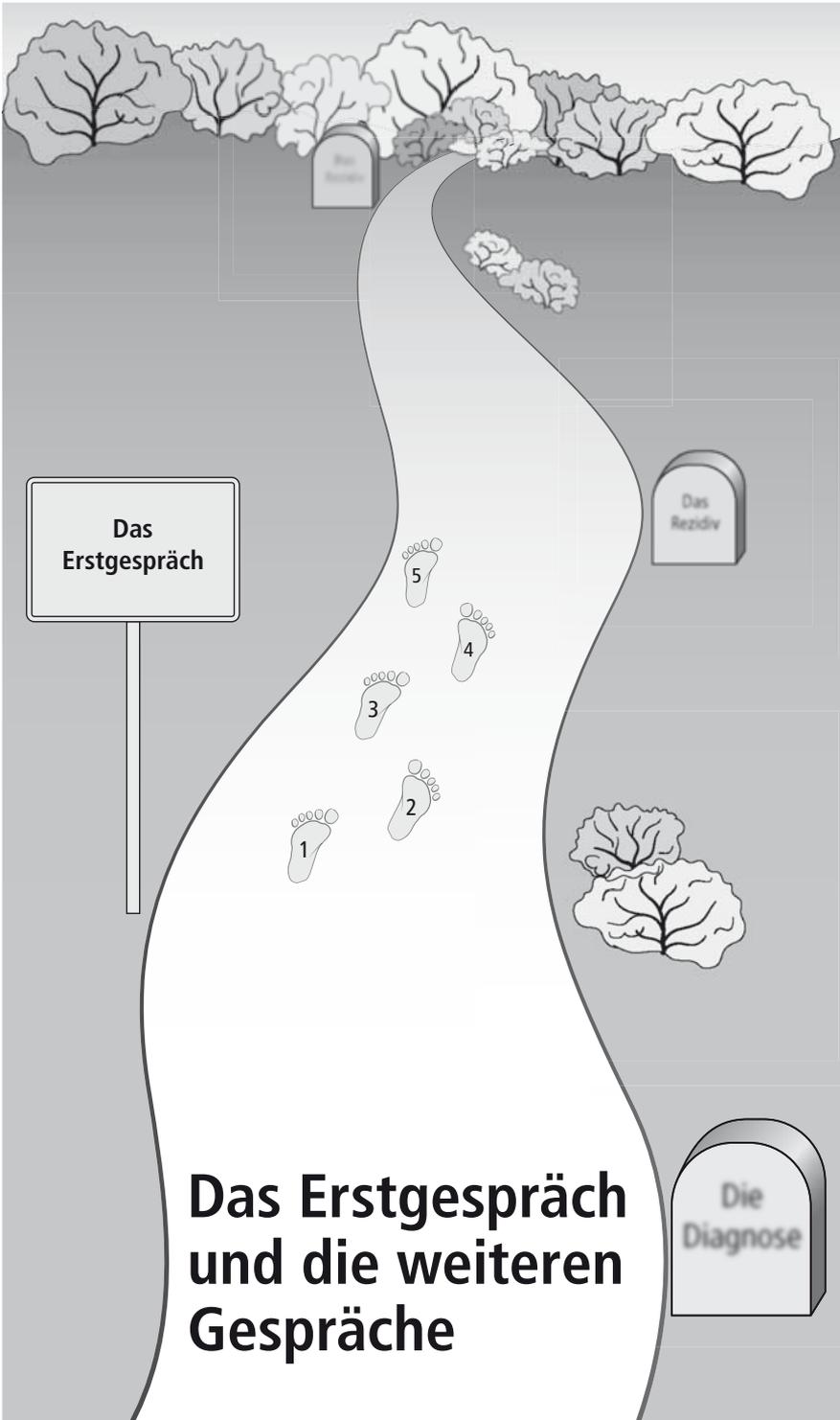
5	Die Belastung von Patient und Therapeut	29
	Die Belastungen des Patienten	29
	Die Belastungen des Therapeuten	32
	Abgrenzung vom Leiden des Patienten	32
	Belastung durch die eigenen Reaktionen	32
6	Bewältigungsstrategien	37
	Bewertungsorientiertes Coping	38
	Logische Analyse	38
	Kognitive Umdefinition	38
	Kognitives Vermeiden	39
	Problemorientiertes Coping	40
	Bemühen um Information und Hilfe	40
	Problemlösendes Handeln	41
	Streben nach neuen Aufgaben	41
	Emotionsorientiertes Coping	42
	Affektive Steuerung	42
	Emotionale Entladung	43
	Akzeptanz	43
7	Die Struktur der weiteren Gespräche	45
	Die Zielsetzung	45
	Die Situation des Therapeuten	45
	Die Situation des Patienten	48
	Elemente des Gesprächs	49
	Ressourcen des Patienten	51

Die Wegstrecken

8	Vom Verdacht zur Diagnose	55
	Diagnostik gestern und heute	55
	»Das war schon lustig, wie ich von meinem Krebs erfahren habe« ..	56
9	Das Mitteilen der Diagnose (»breaking bad news«) ..	61
	Der Überbringer der schlechten Nachricht	61
	Die zweite Diagnose	64
10	Die Prognose	67
	Die offene Prognose	67
	Hilfreiche Information	69
	Leben mit Besuchervisum	69
	Leben mit der Unsicherheit	70
11	Fragen über Fragen	73
	Was habe ich falsch gemacht?	73
	Kann das sein?	73
	Ist Krebs eine Strafe?	76
	Gibt es die Krebspersönlichkeit?	77
	Ist Krebs eine psychosomatische Krankheit?	78
	Was hat das Ganze für einen Sinn?	80
	Theodizee	84
12	Die Therapieentscheidung	87
	Keine Chemotherapie?	87
	Die Zweit- (oder Dritt-)Meinung	88
	»Ich bin ein Augenmensch«	89

13 Die Akutbehandlung	93
Die Vorbereitung	93
Komplikationen	95
Die Reha	98
14 Behandlungsfolgen	103
Der Kapitän	103
»Was bin ich denn noch wert?«	105
»Wo sind meine Freunde geblieben?« Zaungespräche	108
15 Fatigue oder die unendliche Müdigkeit	111
Erhard Schneider	
16 Remission – die Ruhe nach dem Sturm	117
»Die Angst läuft immer mit mir mit ...«	118
Gibt es keine anderen Möglichkeiten?	120
Alte Wunden brechen auf	126
»Vom Ende her leben«	129
Arztbriefe, Atteste, Gutachten – und das Recht auf informationelle Selbstbestimmung	133
17 Das Rezidiv, die Metastase	137
Chaos – das Bild der Biberacher Malerin Cornelia Baur-Dilger	137
Enttäuschung	138
18 Die Palliation	139
»Ich lasse mich nicht vom Zivi duschen!«	139
Ums Leben betrogen	143

19 Das Ende der tumorspezifischen Behandlung	145
20 Die Aussöhnung mit dem Ende	147
Und was wird dann sein?	147
»Ich hätte es so gerne noch miterlebt ...«	150
Wann war ein Leben etwas wert?	151
Literatur	153
Sachverzeichnis	155



Das
Erstgespräch

Das
Rezidiv

Die
Diagnose

Das Erstgespräch und die weiteren Gespräche