

Inhaltsverzeichnis

Einführung	9
------------------	---

I Theoretischer Hintergrund

Kapitel 1: Beschreibung der Krebserkrankungen (Brust- und Genitalkrebs) ..	14
1.1 Erscheinungsbild	14
1.2 Epidemiologie und Verlauf	17
1.3 Klassifikation: Stadieneinteilung der Krebserkrankungen	17
1.3.1 Brustkrebs (Mammakarzinom, Carcinoma mammae)	17
1.3.2 Genitalkrebserkrankungen	20
1.4 Risikofaktoren für die Entstehung von Krebserkrankungen	21
1.5 Organische Diagnostik, medizinische Behandlung und Verlaufskontrollen	23
1.5.1 Diagnostik	23
1.5.2 Operation	25
1.5.3 Chemotherapie („Zytostatische Therapie“)	26
1.5.4 Radiotherapie (Strahlentherapie)	28
1.5.5 Hormontherapie	30
Kapitel 2: Psychische Belastung bei Krebserkrankungen	31
2.1 Psychische Belastung bei der Patientin	31
2.2 Psychische Belastung beim Partner	33
2.3 Auswirkungen chronischer Erkrankung auf die Partnerschaft	33
Kapitel 3: Stand der psychosozialen Interventionsforschung	37
3.1 Globale Wirksamkeit psychosozialer Interventionen bei Krebserkrankungen	37
3.2 Spezifische Wirksamkeit psychosozialer Interventionen	38
3.2.1 Psychoedukation	38
3.2.2 Kognitiv-behaviorale Interventionen (KVT)	39
3.2.3 Supportive Interventionen	39
3.2.4 Relaxation	40
3.3 Implikationen der Forschungsergebnisse und Empfehlungen für die Praxis	40
Kapitel 4: Theoretischer Hintergrund des „Seite an Seite“-Programms und erste empirische Evidenzen	41
4.1 Theoretischer Hintergrund	41
4.2 Empirische Evidenzen	41
4.3 Anwendungsbereiche für „Seite an Seite“	45

II Das Training

Kapitel 5: Überblick über die Sitzungen	48
5.1 Allgemeine Instruktionen für den Trainer	48
5.2 Überblick über den Ablauf des Trainingsprogramms	49
Kapitel 6: Eingangsdiagnostik und Beziehungsaufbau	51
6.1 Anamnese mit Hilfe eines Interviewleitfadens	51
6.2 Diagnostik mit Hilfe von Fragebögen	52
6.3 Beziehungsaufbau	53
6.4 Beziehungsgestaltung: Die Rolle des Trainers in unterschiedlichen Phasen des Trainings	54
Kapitel 7: „Diagnose Krebs“ – Psychoedukation über die Erkrankung und ihre Auswirkung auf Körper und Seele und Einführung in die partnerschaftliche Unterstützung (Sitzung 1)	56
7.1 Einleiten der Sitzung	57
7.2 Besprechen des Informationspakets „Krebs“	58
7.3 Förderung dyadischen Copings: Vermittlung des Rationals für partnerschaftliche Unterstützung und erste Übungen	59
7.3.1 Emotionale partnerschaftliche Unterstützung (unterstützende Kommunikation) ...	59
7.3.2 Praktische partnerschaftliche Unterstützung (unterstützende Verhaltensweisen) ...	61
7.4 Erste Hinweise für Eltern: Kommunikation mit Kindern	62
7.5 Einführung von Entspannungsübungen	63
7.6 Beenden der Sitzung	64
Kapitel 8: Krebsbewältigungstraining I – Emotionale und praktische Unterstützung der Partner festigen (Sitzung 2)	65
8.1 Einleiten der Sitzung	66
8.2 Vermittlung der Stressreaktion	66
8.3 Förderung individueller und dyadischer Coping-Ressourcen	68
8.3.1 Fokus auf Gedanken und Gefühle: Analyse der eigenen Gedanken und Gefühle mit Unterstützung des Partners	68
8.3.2 Fokus auf Kommunikation: Vermittlung der eigenen Gedanken und Gefühle an den Partner	70
8.3.3 Fokus auf Verhalten: Praktische partnerschaftliche Unterstützung	74
8.4 Beenden der Sitzung	74
Kapitel 9: Krebsbewältigungstraining II – Integration der Erkrankung in das gegenwärtige Leben (Sitzung 3)	75
9.1 Einleiten der Sitzung	76
9.2 Weitere Förderung dyadischer Coping-Ressourcen	76

9.2.1	Fokus auf Kommunikation: Vermittlung der eigenen Gedanken und Gefühle an den Partner	76
9.2.2	Fokus auf Verhalten: Praktische partnerschaftliche Unterstützung	77
9.3	Aktivitätenmanagement	77
9.4	Umgang mit Familie und Kindern: Interpersonelle Ressourcen stärken	79
9.5	Beenden der Sitzung	81

Kapitel 10: Krebsbewältigungstraining III – Integration der Erkrankung in das zukünftige Leben (Sitzung 4)

	82
10.1	Einleiten der Sitzung	83
10.2	Erste Förderung der persönlichen und partnerschaftlichen Reifung und Zielsetzung für die Zukunft	83
10.3	Verschiedene Wege, Zärtlichkeit und Nähe auszudrücken	84
10.4	Abschied nehmen von dem begleitenden Training in der Akutphase	86

Kapitel 11: Psychologische Nachsorge: Persönliche und partnerschaftliche Reifung (Sitzung 5, Booster)

	87
11.1	Telefonischer Kontakt (3-Monats-Sitzung)	87
11.2	Booster Session (6-Monats-Sitzung)	88
11.2.1	Einleiten der Sitzung	88
11.2.2	Exploration und Feedback über den Einsatz der Strategien seit dem Telefonkontakt	89
11.2.3	Umsetzung der Zielsetzungsaufgabe besprechen	89
11.2.4	Ansprechen von Wegen, Nähe und Intimität auszudrücken und Prüfen der sexuellen Funktionsfähigkeit	89
11.2.5	Förderung der persönlichen und partnerschaftlichen Reifung	90
11.2.6	Abschied/Beenden des Trainings	90

Literatur	91
------------------	-------	----

Anhang	96
---------------	-------	----

Materialie 1:	Leitfaden zur Erhebung der medizinischen, psychischen und sozialen Anamnese	97
Materialie 2:	Die richtige Balance finden	108
Materialie 3:	Sprecher-/Zuhörer-Regeln	109
Materialie 4:	Literaturempfehlungen zum Thema „Kommunikation mit Kindern über die Krebserkrankung der Mutter“	110
Materialie 5:	Beispiele für problembezogenes und emotionsbezogenes Coping	112
Materialie 6:	Beispiele für Emotionen als Hilfe für den Therapeuten bei der Trichtertherapie	113
Materialie 7:	Tipps für den Umgang mit Kindern	114

Materialie 8:	Strukturierungshilfen für die Übungen zum dyadischen Coping in Sitzung 2 und 3	115
Arbeitsblatt 1:	Fertigkeiten „Sprecher“	116
Arbeitsblatt 2:	Fertigkeiten „Zuhörer“	117
Arbeitsblatt 3:	Füreinander-Liste angenehmer und unterstützender Tätigkeiten PARTNER	118
Arbeitsblatt 4:	Füreinander-Liste angenehmer und unterstützender Tätigkeiten PATIENTIN	119
Arbeitsblatt 5:	Tipps für Entspannung	120
Arbeitsblatt 6:	Stressantwort	121
Arbeitsblatt 7:	Bewältigende Selbstgespräche	122
Arbeitsblatt 8:	Vor- und Nachteile verschiedener Bewältigungsstrategien	123
Arbeitsblatt 9:	Einige nicht hilfreiche Gedanken	124
Arbeitsblatt 10:	Leitfaden für bewältigende Selbstgespräche	125
Arbeitsblatt 11:	Trichtermethode	126
Arbeitsblatt 12:	„3-Phasen-Methode“	127
Arbeitsblatt 13:	Angenehme Aktivitäten	128
Arbeitsblatt 14:	Aktivitätenplan	129
Arbeitsblatt 15:	Wie Sie die positive Beziehung zu Ihrem Kind stärken können	130
Arbeitsblatt 16:	Positive Aspekte	132
Arbeitsblatt 17:	Meine Ziele	133
Arbeitsblatt 18:	Übungskarten Sexuelle Kommunikation	134