

Inhalt

Geleitwort aus onkologischer Perspektive	11
Geleitwort aus hypnotherapeutischer Perspektive	14
1 Worum es geht – eine Einführung	17
2 Begleitung ein Stück des Weges: Die Geschichte von Frau S.	23
3 Arzt, Patient und Krankheit – eine Dreiecksbeziehung	30
3.1 Krebs: Fakten, Mythen und Metaphern	30
3.2 Der Patient und sein individuelles Erleben	33
3.3 Die Behandler in der Onkologie und ihre Rollen	35
4 Therapeutisch wirksame Kommunikation	41
4.1 Therapeutisch wirksame Kommunikation ist patientenzentriert	42
4.2 Therapeutisch wirksame Kommunikation ist bedürfnisorientiert	44
4.3 Therapeutisch wirksame Kommunikation ist beziehungsorientiert – Resonanz	45
4.4 Therapeutisch wirksame Kommunikation fördert den Perspektivenwechsel von Vermeidungszielen zu Annäherungszielen	47
5 Begleitung auf der ersten Wegstrecke: Diagnostik, Aufklärung und Therapieplanung	52
5.1 Das Pyramidenmodell therapeutisch wirksamer Kommunikation im Überblick	52
5.2 Individuelle Leidenserfahrungen als Ausgangspunkt und Basis der Kooperation	54
5.2.1 Milton H. Erickson: Ein »verwundeter Heiler«	54
5.2.2 Wege zur Diagnose	56
5.2.3 Sturz aus der normalen Wirklichkeit	58
5.3 Werte- und Bedürfnisperspektive	60
5.3.1 Vier emotionale Grundbedürfnisse: <i>Bindung, Autonomie, Kompetenz und Orientierung</i>	61

5.3.2	Normalisieren	62
5.3.3	Teilemodelle, Ambiguitätstoleranz und weitere Bedürfnisse im Kontext des klinischen Dialogs	62
5.4	Biopsychosoziospirituell orientierte klinische Praxis	65
5.4.1	Erweiterung des biopsychosozialen zum biopsychosoziospirituellen Modell	67
5.4.2	Pendeln zwischen Problemen und Ressourcen	68
5.4.3	Ökologie und Resonanz	69
5.5	Erste Pyramidenstufe – Diagnostik: Abholen, informieren und Halt geben	70
5.5.1	Mit SPIKES, NURSE und WWSZ resonanzbasiert vorgehen ..	72
5.5.2	Pacing und Leading als Grundlagen resonanzbasierten Vorgehens	77
5.6	Zweite Pyramidenstufe – Perspektivenwechsel: Annäherungsziele statt Vermeidung, die Kraft von Suggestionen nutzen	79
5.6.1	Zuversicht vermitteln – weg von Vermeidungszielen, hin zu Annäherungszielen	80
5.6.2	Die Kraft der Suggestion und ihr Einsatz in der Psychoonkologie	85
5.6.3	Placeboeffekte nutzen, Noceboeffekte minimieren	87
5.7	Dritte Pyramidenstufe – Prinzip Kooperation: Dialog zweier Experten	92
5.7.1	Wege zur Entscheidungsfindung	93
5.7.2	Kooperation zweier Experten mit ihren jeweiligen Perspektiven ..	95
5.8	Die Perspektive der Behandler	96
6	Hypnose und Achtsamkeit in einer resonanzbasierten Onkologie	102
6.1	Resonanzbasierte Medizin	102
6.1.1	Die Metapher der Resonanz	104
6.1.2	Drei Ebenen der Resonanz	107
6.2	Hypnosystemische Aspekte einer therapeutisch wirksamen Kommunikation	110
6.2.1	Das Menschenbild in der Ericksonschen Hypnotherapie	111
6.2.2	Das Prinzip Kooperation und seine Umsetzung – Utilisation ..	112
6.2.3	Systemisch-konstruktivistische Weltsicht	115
6.2.4	Die narrative Dimension: Dazu fällt mir eine Geschichte ein ...	120
6.2.5	Das Prinzip Selbstorganisation	124
6.2.6	Bedingungen für Veränderungen der Selbstorganisation	127
6.2.7	Der gemeinsame Blick auf das System	133

6.2.8	<i>Haltung von Nichtwissen, Offenheit und Vertrauen in Emergenz</i>	135
6.3	<i>Hypnose und Ideomotorik in einer resonanzbasierten Psychoonkologie</i>	136
6.3.1	<i>Überblick: Hypnose in der Psychoonkologie</i>	136
6.3.2	<i>Hypnose als Zugang zu heilungsfördernden Zuständen</i>	138
6.3.3	<i>Der Hypnotiseur, die Technik oder die Beziehung – was wirkt? ..</i>	140
6.3.4	<i>Formen des Unbewussten</i>	146
6.3.5	<i>Ideomotorik: Begriffsklärung</i>	152
6.3.6	<i>Ideomotorik in der therapeutisch wirksamen Kommunikation</i>	153
6.3.7	<i>Vertrauen in ideodynamische Prozesse fördern</i>	155
6.4	<i>Achtsamkeit in einer resonanzbasierten Psychoonkologie</i> ...	157
6.4.1	<i>Überblick</i>	157
6.4.2	<i>Die Entstehung von Leiden aus Sicht der buddhistischen Psychologie</i>	160
6.4.3	<i>Kultivieren eines inneren Beobachters</i>	162
6.4.4	<i>Das Prinzip Gleichmut</i>	164
6.5	<i>Hypnose und Achtsamkeit als Tandem</i>	165
6.5.1	<i>Milton H. Erickson und Buddha im fiktiven Dialog</i>	166
6.5.2	<i>Hypnose und Achtsamkeit in der therapeutischen Beziehung</i>	169
6.5.3	<i>Aufmerksamkeitslenkung in Hypnose und Achtsamkeit</i>	175
6.5.4	<i>Teilearbeit mit Hypnose und Achtsamkeit</i>	180
7	<i>Begleitung auf dem langen Weg der Therapien</i>	184
7.1	<i>Individuelle Leidenserfahrungen</i>	184
7.1.1	<i>Disstress, existenzieller Disstress, Demoralisierung und Traumafolgen</i>	186
7.1.2	<i>Veränderung von Selbstbild, Identität und Rollen</i>	188
7.2	<i>Werte- und Bedürfnisperspektive sowie Behandlungsziele</i> ...	189
7.3	<i>Vierte und fünfte Pyramidenstufe – Hypnose und Selbsthypnose</i>	192
7.3.1	<i>Psychovegetative Umschaltung: Entspannung und Geborgenheit</i>	194
7.3.2	<i>Arbeit mit inneren Bildern</i>	197
7.3.3	<i>Suche nach »Was stattdessen« als Kernelement therapeutisch wirksamer Kommunikation</i>	204
7.3.4	<i>Anleitung zur Selbsthypnose</i>	215
7.4	<i>Begleitung auf dem Weg zu Wohlbefinden und Lebensqualität</i>	219
7.4.1	<i>Unterstützung bei Schmerz</i>	220
7.4.2	<i>Unterstützung bei operativen Maßnahmen</i>	231

7.4.3	Unterstützung während der Strahlentherapie	238
7.4.4	Unterstützung während der Chemotherapie	244
7.4.5	Unterstützung bei Müdigkeit, Schwäche und Erschöpfung	249
7.4.6	Unterstützung bei Schlafproblemen	254
7.5	Unterstützung von Selbstheilungskräften	258
7.5.1	Wie entwickelt sich eine Krebserkrankung?	259
7.5.2	Die Rolle des Immunsystems	262
7.5.3	Spontanremissionen und Spontanheilungen	263
7.5.4	Gefahren eines linear-kausalen, magischen Denkens	264

8 Vom Überleben zum Leben – Heilung und Remission 266

8.1	Individuelle Leidenserfahrungen	266
8.1.1	Pendeln zwischen zwei Welten	267
8.1.2	»Cancer survivors«	268
8.1.3	Damokles-Syndrom, Progredienz- und Rezidivangst	268
8.1.4	Wertewandel	270
8.2	Werte- und Bedürfnisperspektive	270
8.3	Psychotherapeutische »Begleitung ein Stück des Weges«	273
8.3.1	Geschichte und Grundkonzepte der Psychoonkologie	273
8.3.2	Auswirkungen psychosozialer Interventionen auf Lebensqualität und Lebenszeit	280
8.4	Akzeptanz, Mitgefühl und Gleichmut	282
8.4.1	Der zweite Pfeil	283
8.4.2	Wege zu Gleichmut und Akzeptanz	285
8.4.3	Mitgefühl und Selbstmitgefühl	290
8.4.4	Hindernisse auf dem Weg zur Akzeptanz	296
8.5	Innere Vielfalt und neue Identitäten kultivieren	300
8.5.1	Teilemodelle als Landkarten der inneren Vielfalt	300
8.5.2	Teilearbeit in der Psychoonkologie	304
8.5.3	Persönlichkeitsanteile in Interaktion	307

9 Begleitung auf der Wegstrecke im Falle eines Rezidivs und bei Progredienz 308

9.1	Individuelle Leidenserfahrungen und Aufgaben des Patienten	308
9.1.1	Trauer	309
9.1.2	Depressive Zustandsbilder	310
9.1.3	Zwischen Abschied und Engagement für das Leben	311
9.2	Werte- und Bedürfnisperspektive	313

9.2.1	<i>Spirituelle und religiöse Bedürfnisse</i>	314
9.3	Zwischen Hoffen und Bangen	316
9.3.1	<i>Hoffnung</i>	317
9.3.2	<i>Hoffen worauf? – Zwei Formen der Hoffnung</i>	318
9.3.3	<i>Falsche Hoffnungen und die Perspektive der Behandler</i>	320
9.3.4	<i>Posttraumatisches Wachstum</i>	322
9.4	Wohin soll die Reise gehen? Sinn als Orientierungshilfe	324
9.4.1	<i>Sinnorientierte Interventionen</i>	324
9.4.2	<i>Das Buch des Lebens: Ein sinnstiftendes Narrativ entwickeln</i>	327
9.4.3	<i>Dankbarkeit als Ressource</i>	330
10	Der letzte Teil des Weges	332
10.1	Individuelle Leidenserfahrungen	332
10.2	Werte- und Bedürfnisperspektive	334
10.3	Advance Care Planning als Suche nach Wegen für den letzten Lebensabschnitt	338
10.4	Begleitung mit Hypnose und Achtsamkeit in der letzten Lebensphase	341
10.4.1	<i>Hypnose zur Linderung von Symptomen in der Palliativmedizin</i>	341
10.4.2	<i>Existenzielle Fragen, Abschied, Hoffnung und Sinn in hypnotischen Trancen</i>	348
10.4.3	<i>Metaphern und Geschichten zu Tod und Übergang</i>	349
10.5	Die Perspektive der Behandler	353
11	Grenzen	357
12	Ein inneres Team kultivieren	361
	Glossar	365
	Literatur	377
	Über die Autoren	395