

Arbeit mit dem Inneren Team bei Krebspatienten

Dipl. Psych. Dagmar Kumbier
Psychologische Psychotherapeutin

Kolloquium des Alumni-Vereins
29. Oktober 2020, Hamburg

www.integrative-telearbeit.de



1



Urheberrechtlicher Hinweis

Liebe Teilnehmer(innen)!

Die anliegenden Folien stellen wir Ihnen gerne zur Verfügung, um die Nachbereitung zu erleichtern. Wenn Sie diese (auch auszugsweise) für eigene Veranstaltungen übernehmen, dann bitte mit ausdrücklichem Hinweis auf die Quelle.

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir die Verwendung unserer Originalabbildungen nur in Ausnahmefällen gestatten können und dass wir uns das Copyright und das Recht zur Erstveröffentlichung bewahren möchten. Bei Fragen dazu sprechen Sie uns gerne an.

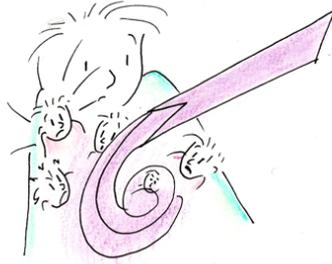
Vielen Dank!

Das Ifit-Team

Email: info@integrative-telearbeit.de

2

Krankheit als Schicksalsschlag



Diagnoseschock

Identität steht in Frage: Beruf, Schönheit, Kraft, Autonomie....
Aktiviert Lebensthemen

Erschüttert unbewussten Glauben an die eigene Unverletzlichkeit,
der Angst vor Sterblichkeit und Endlichkeit abwehrt

Erschüttert die bisherige Aufstellung des Inneren Teams

Teammitglieder reagieren sehr unterschiedlich und brauchen
Unterschiedliches

© Dagmar Kumbier

3

Teammitglieder mit existentiellen Gefühlen

Angst

Vor Tod und Sterben, vor falschen
Entscheidungen, vor Abhängigkeit,
davor, Kinder zurück lassen zu müssen....

Kränkung und Wut

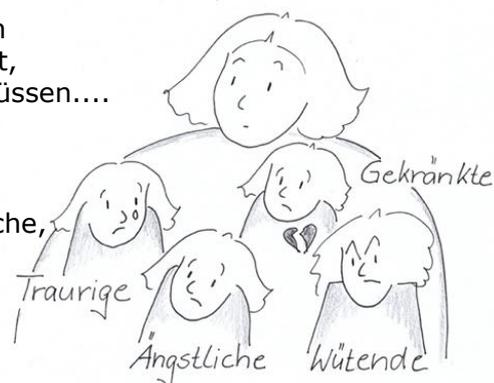
Krankheit beschädigt Körper, Psyche,
Geist, Identität, soziales Netz,

Adressat der Wut??

Trauer

wenn deutlich wird, was wir durch die Krankheit verlieren

Körperliche Beschädigung, Verlust von Unversehrtheit und
Leichtigkeit, von Möglichkeiten, von Beziehungen



© Dagmar Kumbier

4

Gefühle während einer schweren Erkrankung

- sehr viel existentieller und körperlicher
- oft überflutend
- schwer zu ordnen und zu verstehen



Ähneln traumaassoziierten Gefühlen, auch dort, wo die Krankheit nicht traumatisch verarbeitet wird

Situationsadäquate emotionale Reaktion,
Nicht pathologisieren!

Wucht der Gefühle ist zusätzlich ängstigend

Beruhigung und Möglichkeiten der Selbstberuhigung
als wichtiges therapeutisches Thema!

© Dagmar Kumbier

5

Die Schutzmannschaft

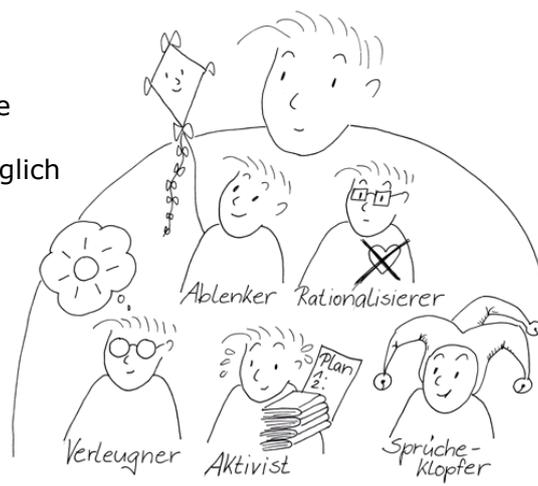
Psychischer Airbag:

- Mildert Aufprall der Gefühle
- Schützt vor deren Wucht
- Macht Unerträgliches erträglich
- Ermöglicht Auszeiten

Wichtiger
Schutzmechanismus!

Schwierig, wenn...

- Zu rigide
- Abbruch wichtiger Behandlungen
- Trotz Symptomen keine emotionale Selbstfürsorge möglich
- Wichtige Probleme nicht gelöst werden
- Massive Kommunikationsprobleme in der Familie resultieren



© Dagmar Kumbier

6

Vorverletzte Anteile und deren Wächter

Emotionale Reaktion ist besonders heftig,
wenn sie auf Vorverletzungen trifft

z.B. verstörende oder traumatische
Erfahrungen mit....

- Ärzten, Kliniken, Operationen
- Krankheit, Verletzungen
- Sterben und Tod
- Körperliche Angriffe
- Abhängigkeit, Ohnmacht
- Wertlosigkeit, Scham
- Ausgeschlossen-Sein

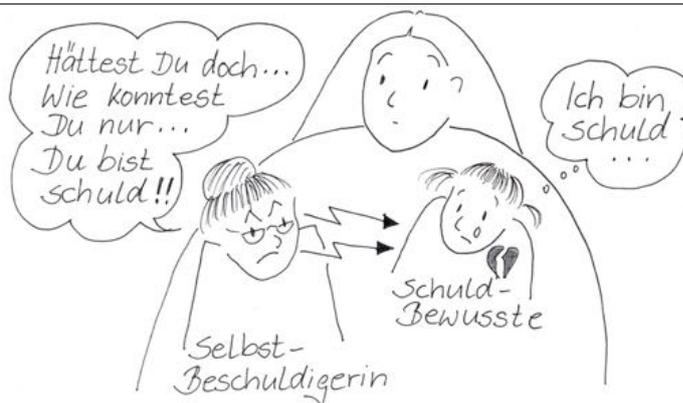


Vorverletzte innere Anteile und deren Wächter werden aktiviert

© Dagmar Kumbier

7

Schuldgefühle



Richtung Vergangenheit: „Du bist schuld!“

Richtung Zukunft: „Mach jetzt alles richtig, sonst....“

- Erschwert Verarbeitung der Krankheit gravierend
- Hoher Leidensdruck

© Dagmar Kumbier

8

Sinn von Schuldgefühlen



Schutz vor Angst, Hilflosigkeit und Ohnmacht

- Flucht in Allmachtsphantasien und magisches Denken
- Regression auf kindliche Verarbeitungsmechanismen
- Kindliche Wächter!

© Dagmar Kumbier

9

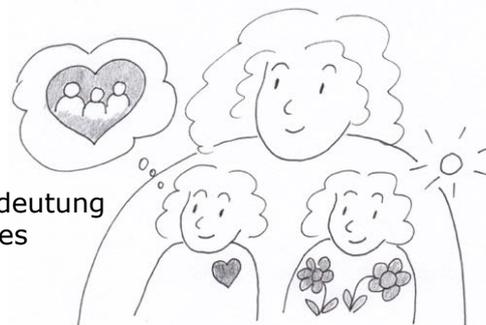
Lebensfrohe Anteile

Gesunde überschätzen oft Belastung schwer kranker Menschen (untersucht bei Krebs, ALS, 100-jährigen-Studie)

Höhe der Lebensqualität oft nicht sehr eng mit Schwere der Erkrankung verknüpft

Verschiebung von Prioritäten

- Zuvor Wichtiges verliert an Bedeutung
- besondere Offenheit für Schönes
- Dankbarkeit



Phänomen des „response shift“ (Sprangers & Schwartz)

© Dagmar Kumbier

10

Weise Anteile

Schwere Erkrankungen können Wahrnehmung, Denken und Werte verändern

- Weniger Statusdenken
- Mehr Gelassenheit und Mitgefühl
- Freier darin, eigenen Weg zu gehen
- Vertiefung von Beziehung



„Posttraumatisches Wachstum“ (Tedeschi & Calhoun)

Am meisten wachsen die, die zuvor mit Belastung reagiert haben

© Dagmar Kumbier

11

Das Oberhaupt

Bewältigung einer Krankheit hängt davon ab, wie kraftvoll und präsent das Oberhaupt ist

- Allen Teilen mitfühlend begegnen
- schwierigen Gefühlen gewachsen sein
- Fähigkeit zur Selbstberuhigung

Bei schweren Erkrankungen und in Krisen nicht durchgehend möglich!



Ziel

- Kontakt zur OH-Energie schaffen
- Unter Belastung dorthin zurück finden können
- Realistische Erwartungen

© Dagmar Kumbier

12



Erkrankte/r

Angehörige/r

Profi

- ▶ Mit welchen Teammitgliedern bekomme ich es bei diesem Thema zu tun?
- ▶ Was war /wäre hilfreich? Was brauchen diese Teile?

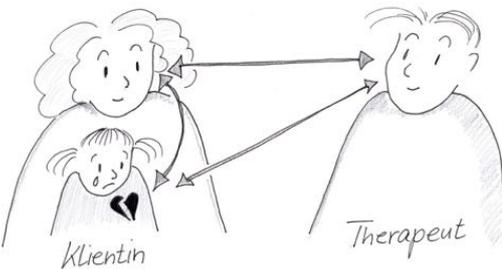
© Dagmar Kumbier

13

Grundhaltung

Kern von Stabilisierung ist Kontakt

- Zwischen Therapeut und Klient
- Zwischen Oberhaupt und Teilen

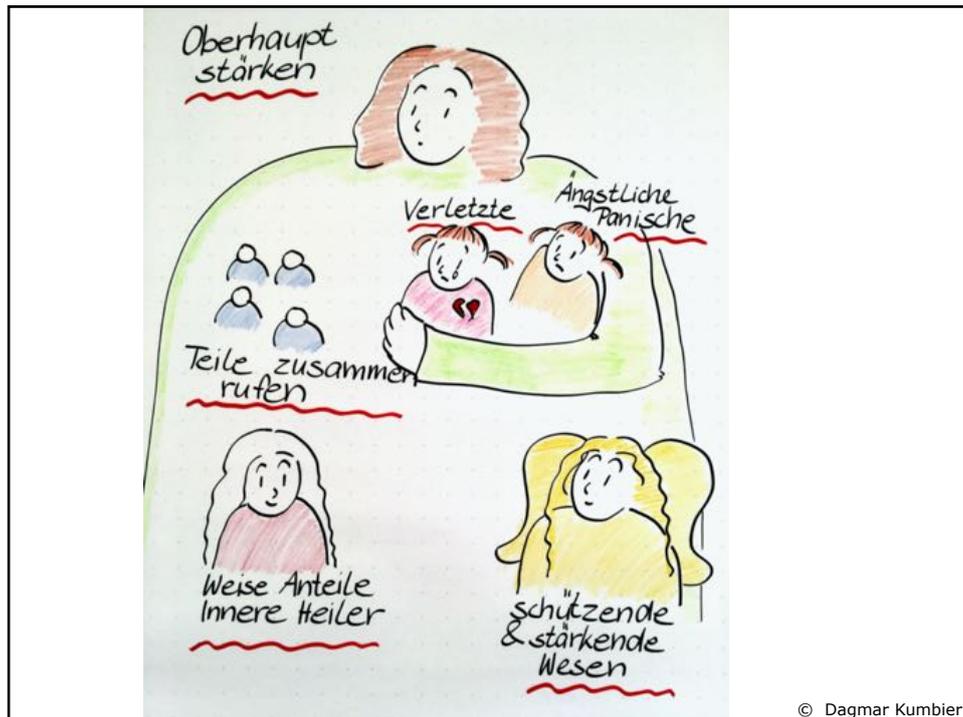


Stopp-Techniken (Kontakt zu ängstigenden Gefühlen unterbrechen):

- Notlösung, um akute Überflutung zu verhindern
- Gefahr einer Abspaltung verzweifelter Anteile
- Verhindert Integration

© Dagmar Kumbier

14



15

Literatur	<p>Dagmar Kumbier</p> <p>Das Innere Team in der Psychotherapie</p> <p>Methoden- und Praxisbuch</p>  <p>Leben 11000 770 Klett-Cotta</p>	<p>Dagmar Kumbier</p> <p>Arbeit mit dem Inneren Team bei Krebs und anderen Erkrankungen</p> <p>Methoden- und Praxisbuch</p>  <p>Leben 11000 770 Klett-Cotta</p>
<p>D. Kumbier (2013): Das Innere Team in der Psychotherapie. Stuttgart: Klett-Cotta</p> <p>D. Kumbier (2019): Arbeit mit dem Inneren Team bei Krebs und anderen Erkrankungen. Stuttgart: Klett-Cotta</p> <p>Knaths, Marion (2006): Vom Krebs gebissen. Hamburg: Hoffmann & Campe</p> <p>Lenz, Sabine (2014): Die Fähigkeit zu sterben. Reinbek: Rowohlt</p> <p>Schulz-Kindermann, Frank (2013): Psychoonkologie. Weinheim, Basel: PVU</p> <p>Schwartz, Richard C. (1997): Systemische Therapie mit der inneren Familie. Stuttgart: Klett-Cotta</p>		

16