

# Ressourcenstärkende und resilienzfördernde Ansätze

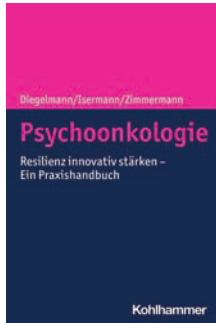
Krebserkrankungen sind auf dem Vormarsch. Wenn man davon ausgeht, dass 30 Prozent der Erkrankten eine psychische Begleitsymptomatik davontragen und gleichzeitig die Überlebensrate nach onkologischen Erkrankungen kontinuierlich zunimmt, so wird der Bedarf an psychoonkologischen Konzepten, die praxisnah umzusetzen sind, deutlich.

Hier setzt das Praxishandbuch mit einem integrativen strukturierten Therapieprogramm mit acht Basissitzungen, fußend auf dem schulenübergreifendem und methodenintegrativem Ansatz von TRUST (Techniken Ressourcenfokussierter Und Symbolhafter Traumabearbeitung), an. Das Augenmerk wird durchgehend auf eine Resilienzförderung, Ressourcenverankerung und posttraumatisches Wachstum gerichtet. Die manualisierte Beschreibung der einzelnen Sitzungen geht auf konkrete Fragestellungen und spezifische Situationen der Zielgruppe ein. Es werden Imaginationsanleitungen, resilienzfördernde Interventionen sowie Instruktionen angeboten und mit Fallbeispielen und Zeichnungen von Erkrankten unterfüttert. Die

Kombination der Beschreibung eines manualisierten Vorgehens und Beispielen aus der Praxis erschafft einen großen Lernfortschritt, auch für Behandelnde, die bereits psychoonkologisch tätig sind.

Von großem Wert ist auch das Kapitel über innovative und kreative Impulse für die psychoonkologische Arbeit. So erfahren DiGA-Apps durch die Autorinnen eine positive Konnotation, und es werden verschiedene Apps vorgestellt, da die ambulante psychoonkologische Versorgung nicht den Bedarf decken kann. Musik, künstlerische Therapien, Kreativität, Vorbilder, Social Media oder die Wirkung der Natur werden als Ressourcen zur Resilienztärkung vorgestellt und regen zum Beispiel mit Impuls-Kernsätzen von prominenten Persönlichkeiten als Anregung zur Reflexion in psychoonkologischen Gesprächen an. Der Leser erhält somit die Möglichkeit, neue kreative Gesprächsansätze in die praktische Arbeit zu integrieren. Darüber hinaus können die resilienzfördernden Denkanstöße auch übertragen werden auf die eigene Selbstfürsorge, um als Behandlerin eine gute Burn-out-Prophylaxe zu entwickeln. Gerade die psychoonkologische Begleitung in der palliativen Situation wird als besonders herausfordernd beschrieben und die Entwicklung einer Ambiguitätstoleranz als wünschenswertes Ziel formuliert.

*Miriam Köhler*



**Christa Diegelmann, Margarete Isermann, Tanja Zimmermann: Psychoonkologie. Resilienz innovativ stärken. Ein Praxishandbuch.** W. Kohlhammer Verlag, Stuttgart 2023, 201 Seiten, kartoniert, 36,00 Euro