



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

AYA-Workshop der DGHO

17.03.2011 Berlin

Besondere Behandlungs- und Betreuungsnotwendigkeiten bei jungen Krebspatienten



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Vortrag:

„Selbsthilfe – wenn das Leben aus den Fugen gerät und die Seele erschüttert wird.“



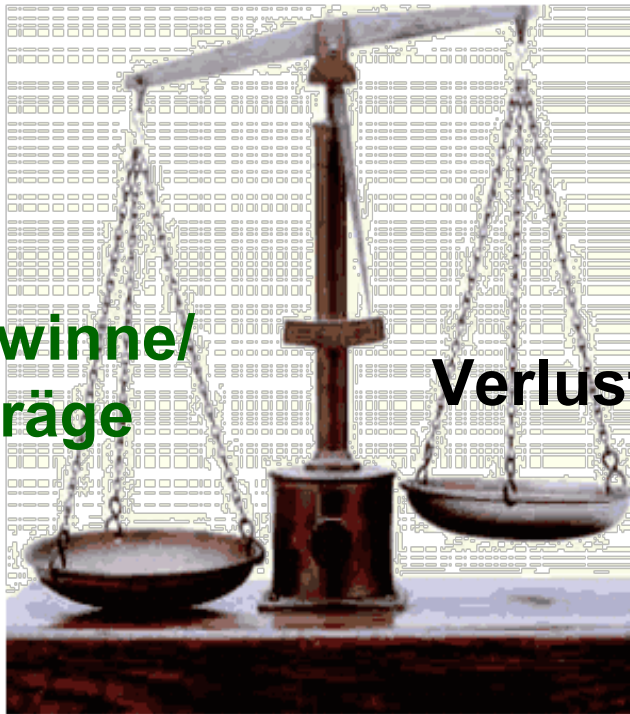
Dr. phil. Sylvia Brathuhn, Neuwied

Heterogene Personengruppe Alter und Lebenssituation betreffend



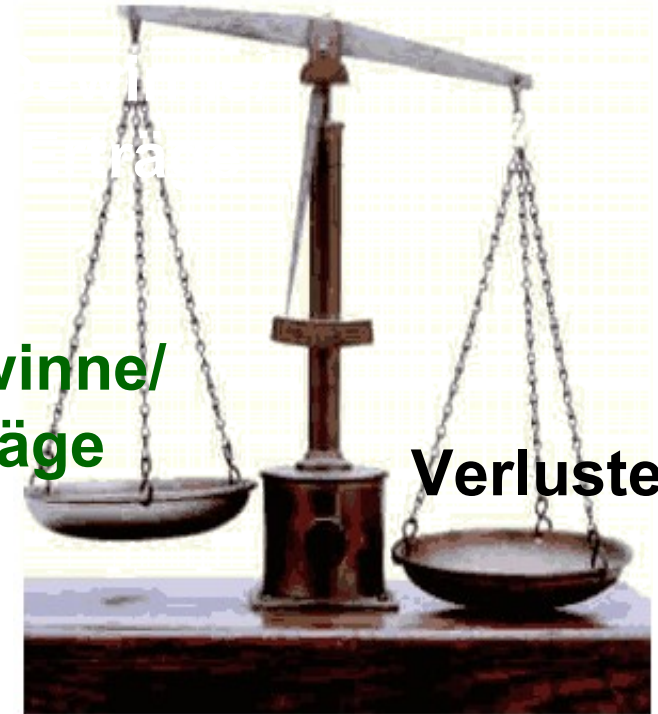
Individuelle und maßgeschneiderte Behandlung und Betreuung!

Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.



**Gewinne/
Erträge** **Verluste**

**Späte Jugend und junges
Erwachsenenalter**



**Gewinne/
Erträge** **Verluste**

**mittleres und höheres
Erwachsenenalter**

Entwicklungsmöglichkeiten

- Wachstum durch Anhäufung von kleinen Veränderungen (quantitativer Wandel)
- Diskontinuierlicher Lebensverlauf mit abrupten Veränderungen





Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

WESENTliches des späten Jugend- und jungen Erwachsenenalters (ca. 18-30 Jahre)

(einfließende Gedanken der Entwicklungspsychologen wie Robert J. Havighurst, Erik Erikson, Jean Piaget u.a. sowie der anthropologischen Pädagogik wie Heinrich Roth und Amos Comenius)

Verstehen ist notwendig und **NOTwendend!**



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Rückzug vom Elternhaus, fortschreitender Ablösungsprozess, Etablierungsversuche im „Außen“, zunehmende Hinwendung und Bindung an außerfamiliäre Kontakte ...

Wichtige Aspekte: Freiheit, Autonomie, Selbstbestimmung, Unabhängigkeit, Selbstversorgung, Besonderung, Anerkennung ...

**Rückzug vom
Ablösungspro
„Außen“, zune
an außerfamili**



**itender
'suche im
und Bindung**

**Wichtige Aspekte:
Unabhängigkeit, Selbstversorgung, Besonderen, Anerkennung ...**

**stimmung,
Anerkennung ...**

**Stagnation von Ablösungsprozess und Neuorientierung,
Abhängigkeiten werden wieder hergestellt,
Fremdbestimmung nimmt zu, Anerkennung bleibt aus ...**

Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Selten Behinderung durch körperliche oder psychische Einschränkungen, großer Kraft-, Bewegungs-, Entwicklungs- und Entfaltungsdrang, nach außen gerichtet, aktiv, aktionistisch, jung, dynamisch, schön, gesund und **lebenshungrig**



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.



...
Aus meiner tiefsten
Seele zieht
mit
Nasenflügelbeben
ein ungeheurer
Appetit
nach Frühstück und
nach Leben.
J. Ringelnatz



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Selten Behinderung durch körperliche oder psychische Einschränkungen, Kraft-, Bewegungs-, Entwicklungs- und Entfaltungsdrang, nach außen gerichtet, aktiv, aktionistisch, jung, dynamisch, schön, gesund und **lebenshungrig**

Selten Beh
psychische
Entwicklun
gerichtet, a
schön, ges



oder
bewegungs-,
nach außen
amisch,

Sichtbarwerden von körperlichen und psychischen
Einschränkungen (Schwäche, Narben, Haarverlust ... Ängste,
Unsicherheiten, Wut, Zorn ...), dem Hunger nach Leben wird die
Nahrung entzogen, passiv, krank, schwach, **anders** ...



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

„Früher habe ich mir immer gewünscht „anders“ zu sein, etwas „Besonderes“ zu sein. Jetzt bin ich es, ich bin „anders“ und ich bin „besonders“ aber eher im Sinne von „Sonderling“ von „Störfall“, denn ich erinnere die Anderen an etwas, mit dem sie noch nicht in Kontakt gekommen sind. Ich erinnere sie an den Tod.“ (Kora, 26 Jahre, Hautkrebs)



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Identitätsgefühl ist im Aufbau, unsichere Lebenssituation, existentiellen Fragen brechen auf: „Wer bin ich?“, „Was sind meine Wurzeln?“, „Wo ist mein Platz?“ „Wo will ich hin?“ „Was trägt mich?“ ...(Beruf, Heirat, Familie ...)

- **Unsicherheit wird oft durch coole Fassade übermalt**
→ lebensdienliche Strategie



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Ich bin ich weiß nicht wer,
Ich komm ich weiß nicht woher,
Ich geh ich weiß nicht wohin,
Mich wundert, dass ich so fröhlich bin.
Mittelalterlicher Gedanke

Angesichts der existentiellen Bedrohung des vertrauten Lebensflusses brechen Grundfragen des Menschseins auf. Diese sind im unbeständigen und unsicheren jungen Erwachsenenalter organisch in diese Lebensphase eingewoben. Sie gehören gewissermaßen natürlicherweise zu diesem Alter hinzu. Durch die existenzielle Krise, werden die ohnehin vorhandenen Unsicherheiten potenziert.

Identitätsgef
Lebenssitua
brechen auf
Wurzeln?“, „
hin?“ „Was t
Familie ...)



here
en
ind meine
o will ich
eirrat,

Identitätsunsicherheit wird verstärkt, bisher gegebene (Lebens)Antworten zerbrechen wieder, bisherige Strategien (coolness z.B.) greifen nicht mehr, zunehmende Unsicherheit, neue Fragen erscheinen ...



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

„ Wer ich bin? Keine Ahnung.
Eine Krebskranke halt, ich hab
ja sonst noch nicht viel vorzu-
weisen.“ (*Kora, 26 Jahre, Hautkrebs*)

Unbegrenzt scheinende Zukunft, ungelebte
Möglichkeiten wollen entdeckt und erobert
werden, hoher Glaube an die eigene
Unverwüstlichkeit, Unsterblichkeitsillusion ...



Unbegrenzt scheinende Zukunft, ungelebte
Möglichkeiten obert
werden, hohe ision ...
Unverwüstlich



unsichtbare Grenzen werden sichtbar, Lebenspläne
zerplatzen, Möglichkeiten werden zu Unmöglichkeiten,
Visionen zu Ängsten, Unsterblichkeitsillusion löst sich
(zumindest vorübergehend auf) ...



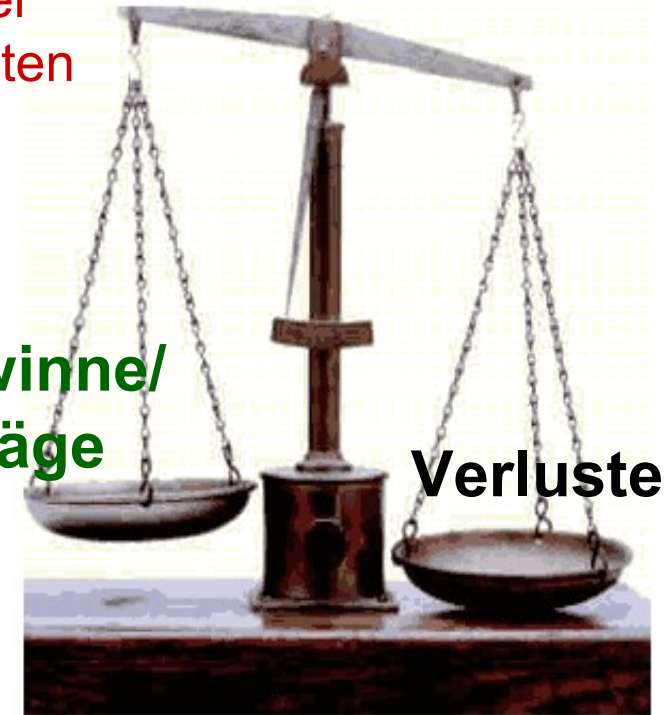
Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

- Bisherige Strategien greifen nicht mehr, laufen ins Leere
- rufen vielfach Unverständnis und Verärgerung hervor

Wie sieht jetzt die Lebenswaage in Bezug auf Gewinn und Verlust aus?

Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Diskontinuierlicher
 Verlauf mit abrupten
 Veränderungen



**Gewinne/
 Erträge**

Verluste

**Gesunde
 junge Erwachsene**

**An Krebs erkrankte
 junge Erwachsene**

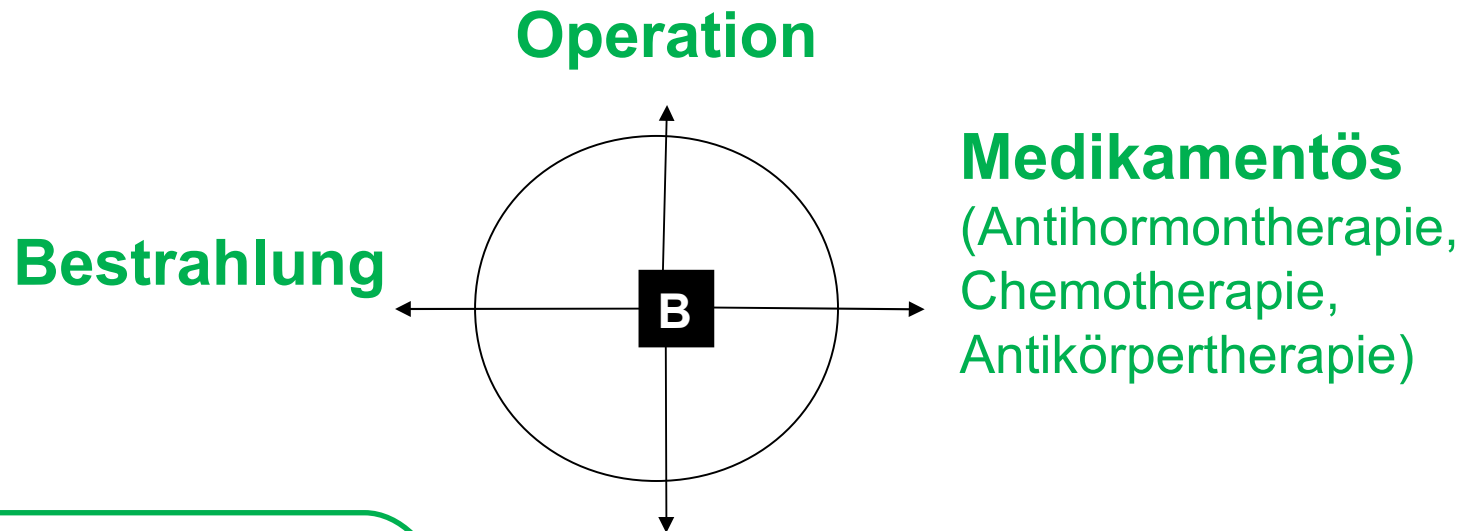


Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

**Das Leben gerät aus den Fugen.
Die Seele wird erschüttert.**

**Seelen(er)beben –
innerseelisches Erdbeben.**

Was braucht der junge Mensch jetzt?



**Was kann ICH
selbst tun?**

- leitliniengerecht
- zielgerichtet
- individuell / maßgeschneidert

Behandlung?



„**B E H A N D L U N G**“

„**B E H A N D L U N G**“

**Aktivität, Mitbestimmung,
Gestaltungsmöglichkeit „ich bringe mich
ein“, „ich tue selbst etwas“, „ich helfe mir
selbst“ ...**



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

„Ich suche Menschen, die mir in meiner Situation, in der ich mich selbst und die Welt nicht mehr verstehe, Verständnis entgegenbringen.“ *(Kora, 26 Jahre, Hautkrebs)*



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

„Der Mensch wird am Du zum Ich.“
(Martin Buber)



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

You'll Never Walk Alone

When you walk through a storm
Hold your head up high
And don't be afraid of the dark.
At the end of the storm
There's a golden sky
And the sweet, silver song of a lark.
Walk on, through the wind,
Walk on, through the rain,
Though your dreams be tossed and blown.
Walk on, walk on with hope in your heart,
And you'll never walk alone,
You'll never walk alone
Walk on, walk on with hope in your heart,
And you'll never walk alone,
You'll never walk alone

...

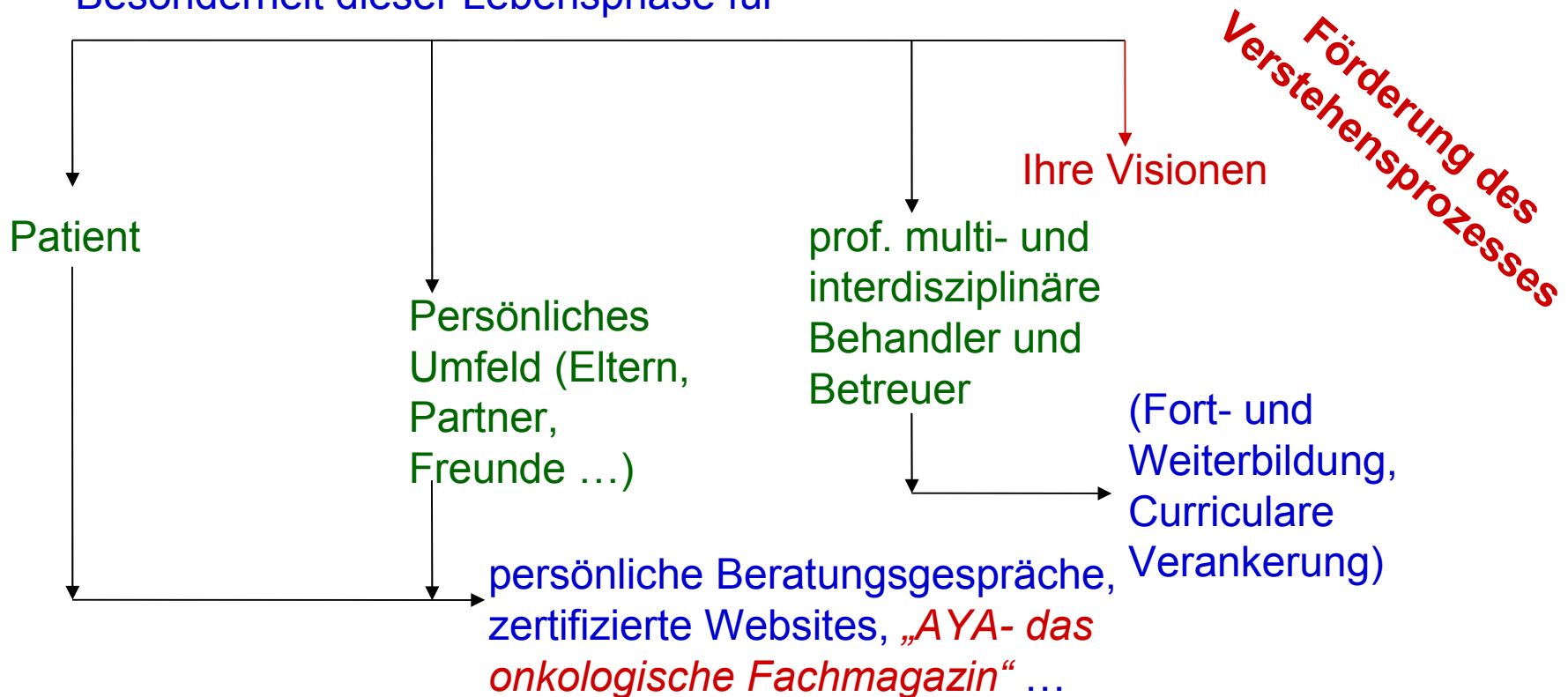
Wenn du durch einen Sturm gehst
Geh erhobenen Hauptes
Und habe keine Angst vor der Dunkelheit
Am Ende des Sturms
Gibt es einen goldenen Himmel
Und das süße, silberhelle Lied einer Lerche
Geh weiter, durch den Wind
Geh weiter, durch den Regen
Auch wenn sich alle Deine Träume in Luft auflösen
Geh weiter, geh weiter, mit Hoffnung in deinem
Herzen
Und du wirst niemals alleine gehen
Du wirst niemals alleine gehen
Geh weiter, geh weiter, mit Hoffnung in deinem
Herzen
Und du wirst niemals alleine gehen
Du wirst niemals alleine gehen ...



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Möglichkeiten von (zur) Selbsthilfe I

Wissensvermittlung, Aufklärung, Information über die Besonderheit dieser Lebensphase für





Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Möglichkeiten von (zur) Selbsthilfe II

Aufbau eines AYA-Netzwerkes

prof. multidisziplinärer,
interdisziplinärer
Arbeitskreis **MIT**
VertreterInnen von
Selbsthilfeorganisationen

Gesprächskreise, prof.
moderiert & begleitet,
an Institutionen
angesiedelt

Reale Selbsthilfegruppen
(Beratung und Begleitung
durch Psychoonkologen
bei Bedarf)

Ihre Visionen

Zeitlich begrenzte
Treffen, eventorientiert
und thematisch gestaltet,
z.B. Tages oder
Mehrtagescamps, prof.
moderiert & begleitet

Möglichkeiten von (zur) Selbsthilfe III

virtuelle Möglichkeiten

AYA-Gruppennetzwerk,
prof. moderiert & begleitet
(z.B. unter dem Dach der
DGHO / FSH)

Ihre Visionen?

chatrooms und newsforen
durch Personen mit Fach-
und Erfahrungskompetenz
begleitet und moderiert



Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Das Motto der
Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

2011 lautet:

Kräfte vernetzen
– Visionen leben!

Es gibt keinen Königsweg im Umgang mit der Diagnose Krebs



die Hilfe zur Selbsthilfe ist jedoch ein wichtiger Aspekt wenn das Leben aus den Fugen gerät und die Seele erschüttert !



PACKEN WIR ES AN!

