

**P**eter K., 53jähriger erfolgreicher Manager, verheiratet, eine Tochter: Der Patient, der für eine große Lebensmittelfirma, praktisch weltweit, tätig war, hatte sich „aus heiterem Himmel“ mit der Diagnose Blutkrebs ausei-



## Psyche & Krebs

Von Alexander Bernhaut

# Eigene Bedürfnisse erkennen

inander setzen müssen. Bereits sechs Wochen danach terminisierte Herr K. bei mir ein Erstgespräch.

Er war die Therapie betreffend durchgehend sehr diszipliniert und engagiert, konzentrierte sich nicht nur auf onkologische und psychoonkologische Betreuung, sondern legte auch großen Wert auf physiotherapeutische Begleitung und Meditation.

Der hier vorgestellte Patient war sozusagen ein klassischer Vertreter des Typus „grenzenlos agieren“. Herr K. ordnete lange Jahre sein Leben in sehr hohem Maße den beruflichen Erfordernissen unter.

Da er seine ureigenen Bedürfnisse Stück für Stück fast gänzlich vernachlässigte – also damit praktisch gegen sich selbst grenzenlos agier-

te – und sich mit ungesundem Lebensstil (Stress, falsche Ernährung, Kettenrauchen) chronisch schädigte, war dies die Grundlage



unserer gemeinsamen Arbeit.

Der Patient war als Kind in eher ärmlichen Verhältnissen aufgewachsen. Durch den frühen Tod des Vaters war Herr K. bald auf sich alleine gestellt, ja sogar (haupt-)verantwortlich für die existentielle Sicherheit seiner Familie. Er „lernte“ also schon von Kindheit an hartes Arbeiten, sich „durchzuboxen“ und vor allem Fremdverantwortung zu übernehmen.

Durchaus ja positive soziale Fähigkeiten, der Betroffene vergaß jedoch schlichtweg auf sich selbst. Und genau das war unser Ansatz in den Gesprächssitzungen. Herr K. musste umlernen. „Musste“ deshalb, weil ein Fortführen des ihn krankmachenden Lebensstils mit Sicherheit die Heilungsschancen immens verringert hätten.

Hätten – denn es kam zu einer kompletten Remission (Rückbildung) des Krebsleidens und letztendlich zur Heilung.

Dr. Alexander Bernhaut Facharzt für Psychiatrie und Psychoonkologie in Wien