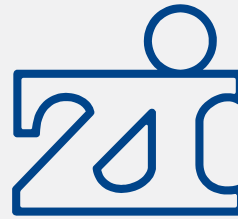


Dr. phil. Dipl. Psych.  
Katrín R. Scharpf



Zentralinstitut für  
Seelische Gesundheit

Landesstiftung  
des öffentlichen Rechts

# Gemischtgeschlechtliche Gruppentherapie zur Förderung psychischer Flexibilität bei Krebspatienten

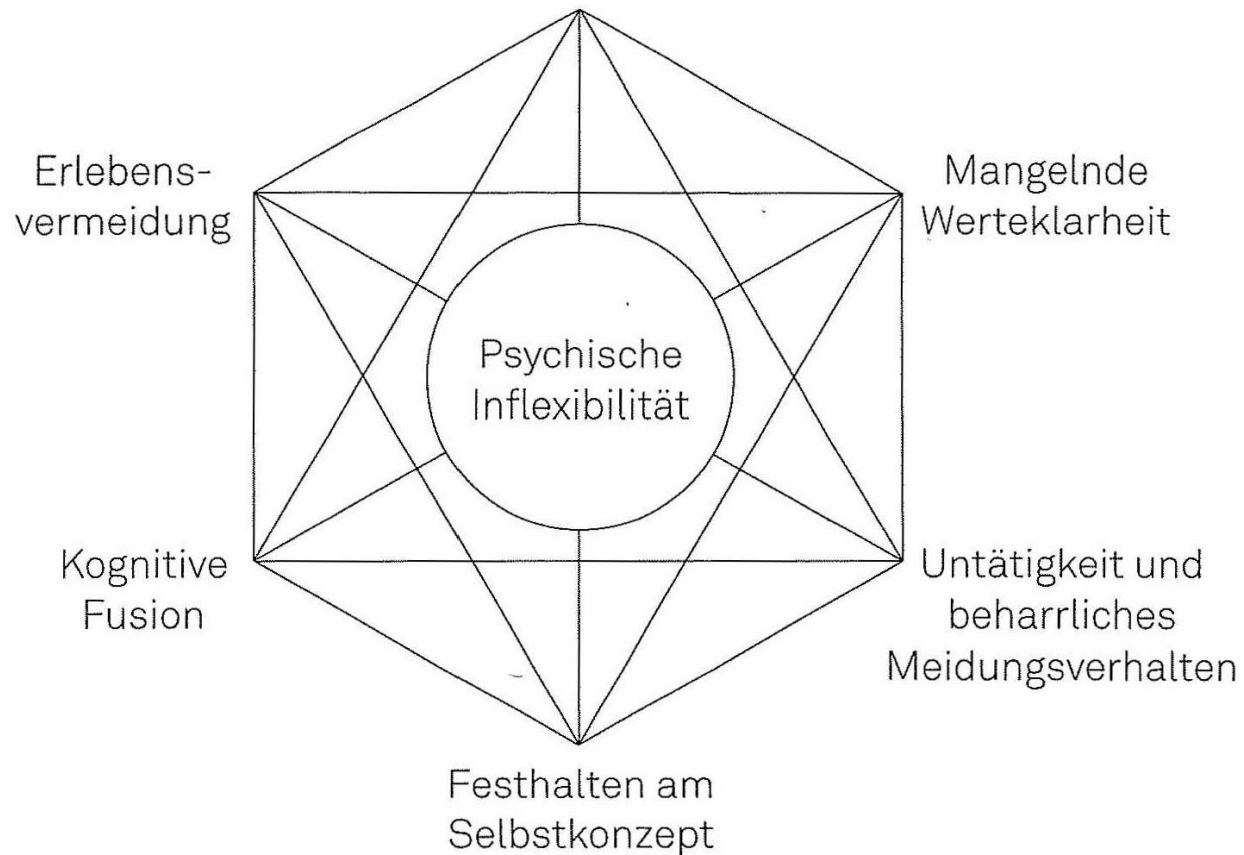
Leipzig, 24.09.2022  
20. Jahrestagung der PSO

Co-Autoren: M. SC. Psych. Alina Comendant-Spiegelberg

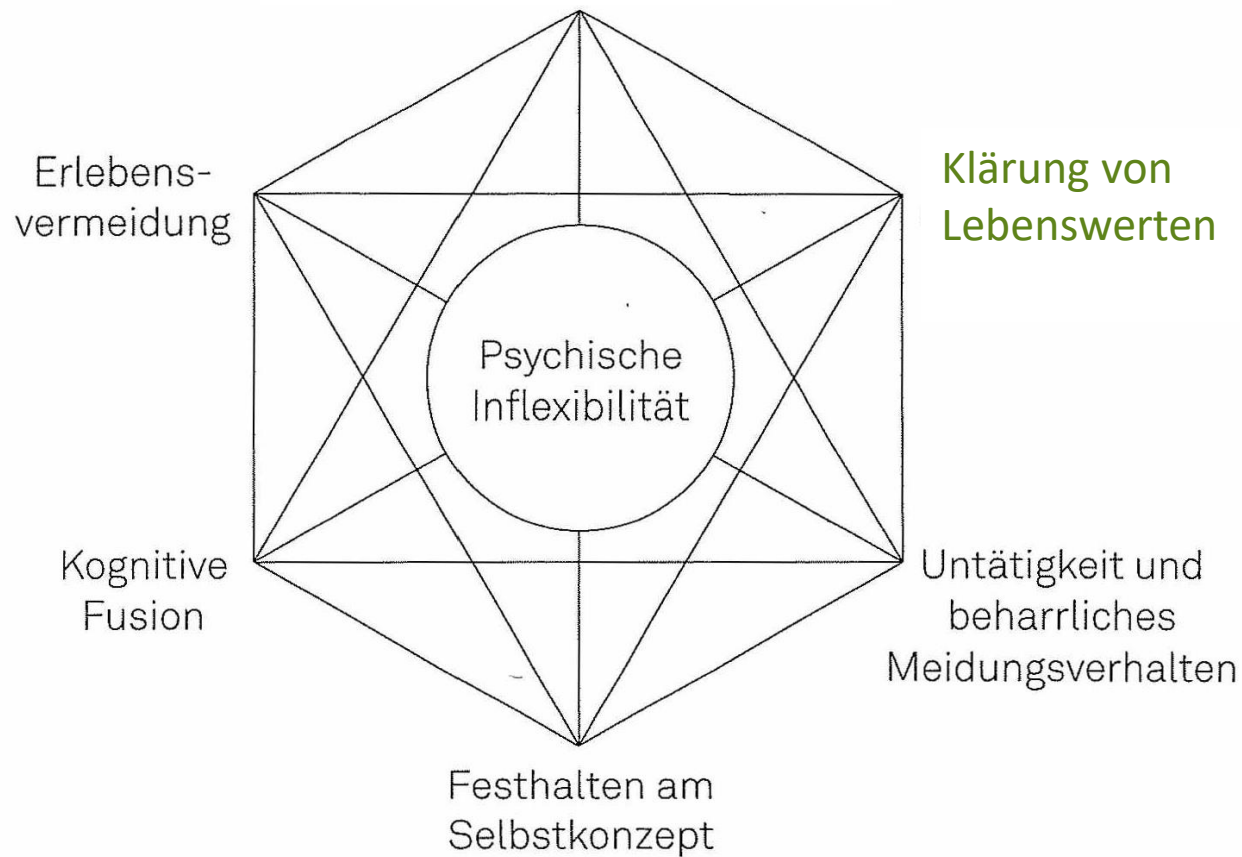
Prof. Christian Schmahl,  
Prof. Bernd Kasper



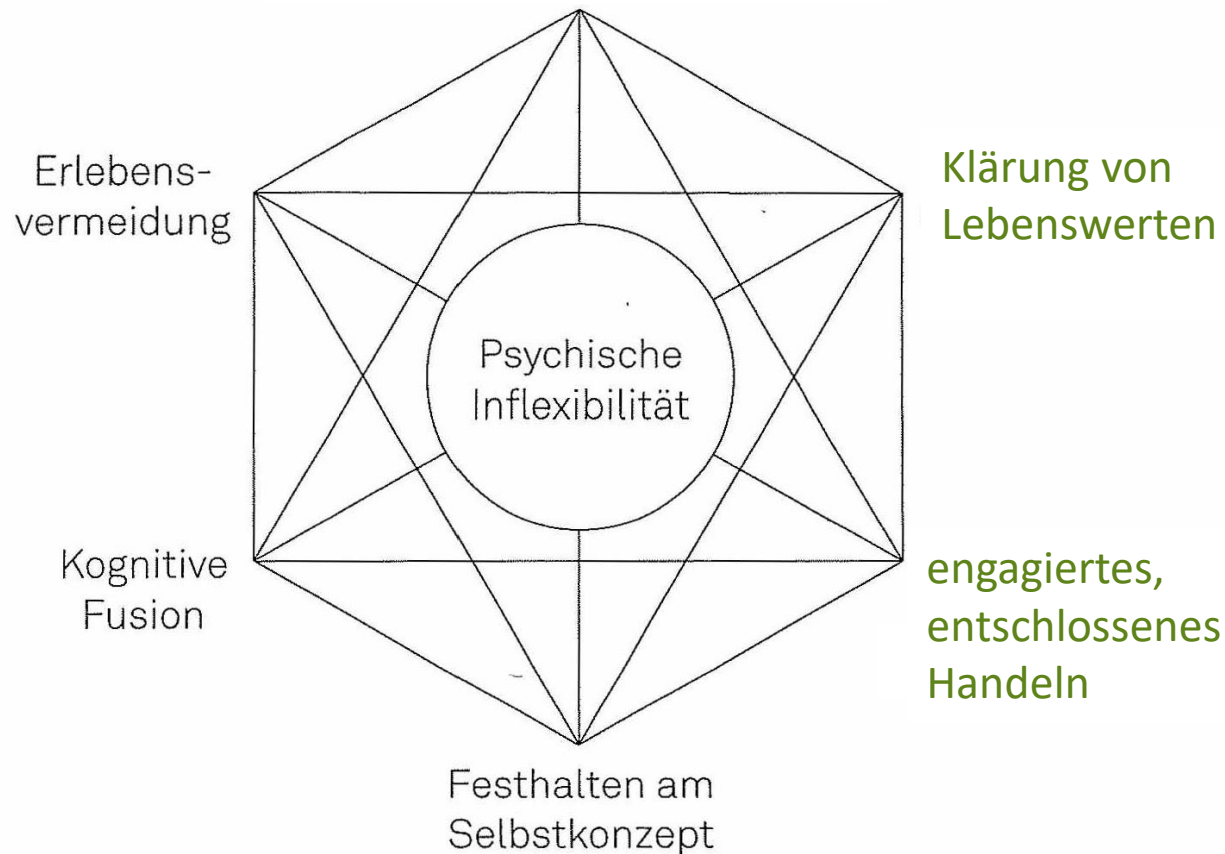
## Im Hier-und-Jetzt präsent sein



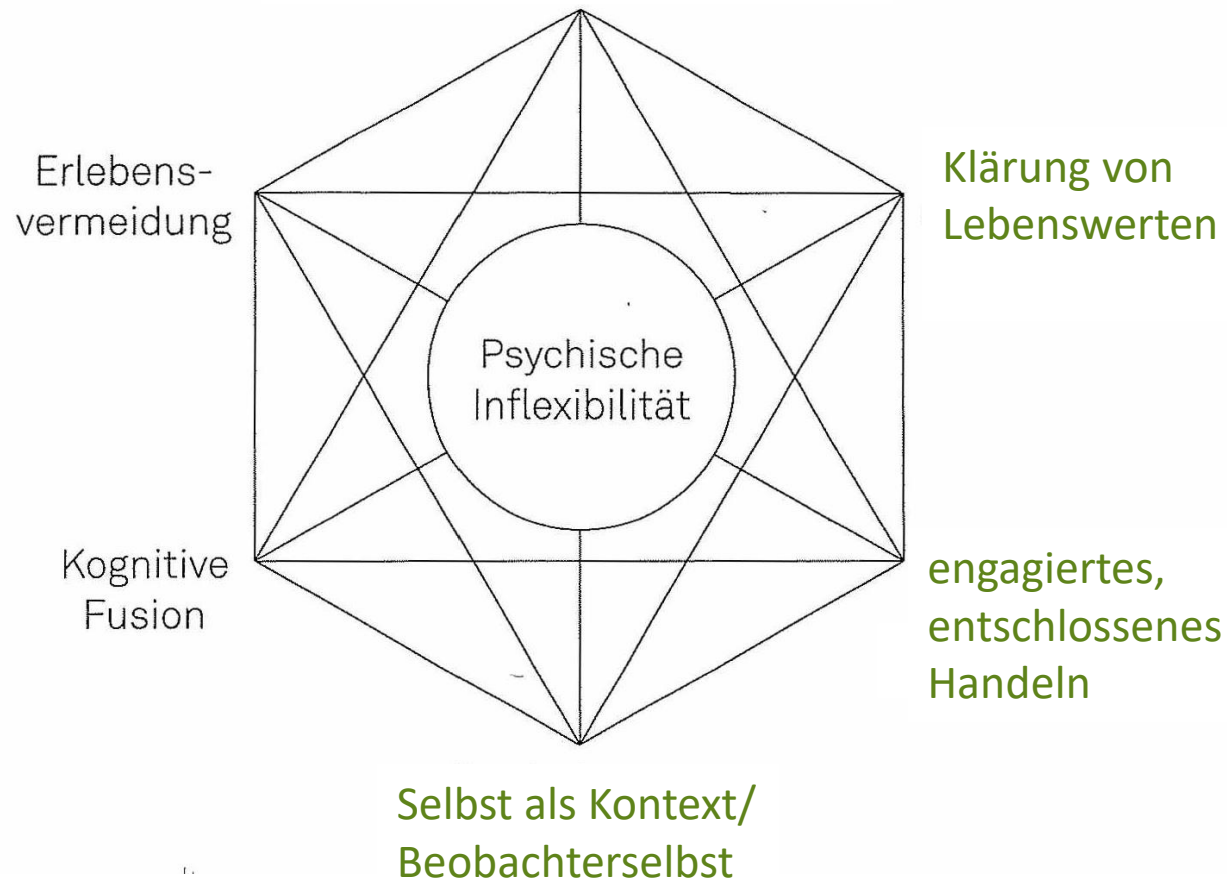
## Im Hier-und-Jetzt präsent sein



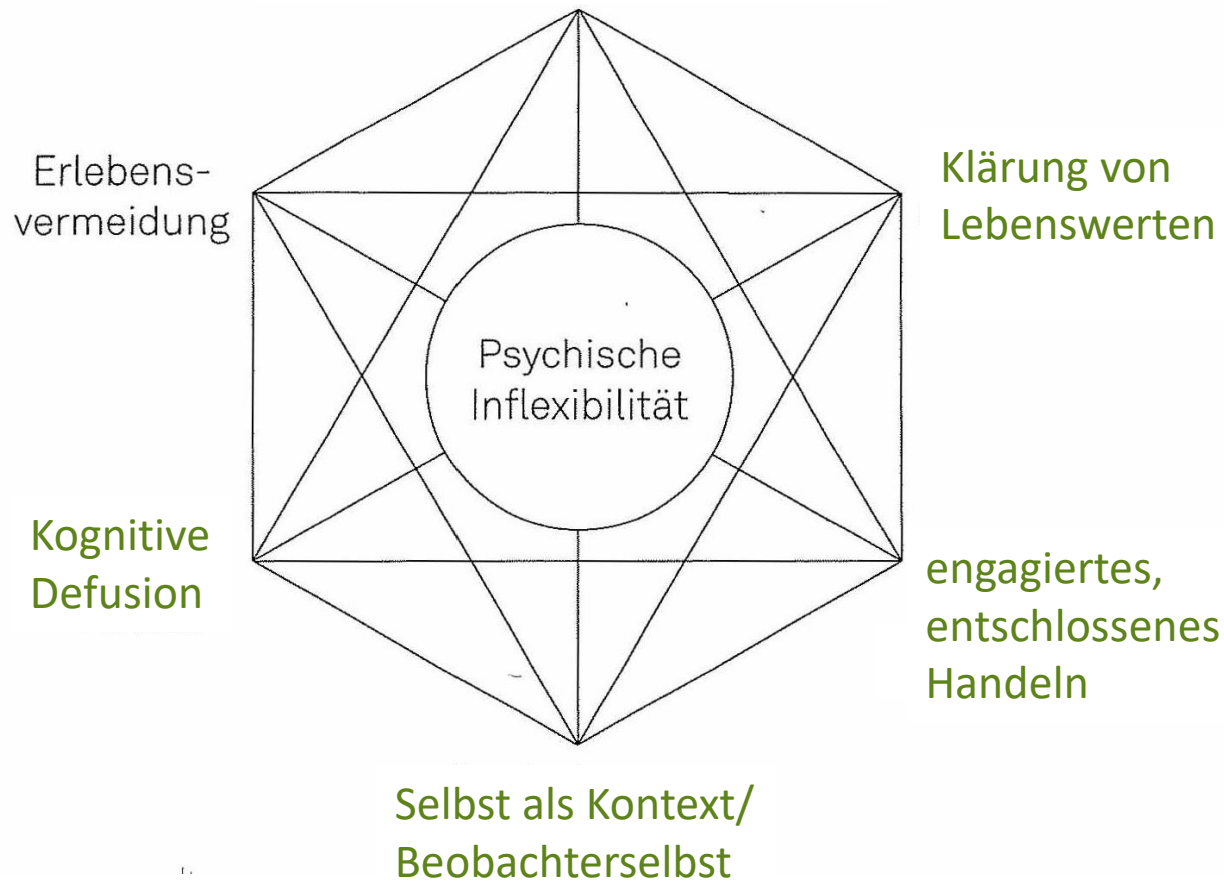
Im Hier-und-Jetzt präsent sein



Im Hier-und-Jetzt präsent sein



Im Hier-und-Jetzt präsent sein



Im Hier-und-Jetzt präsent sein

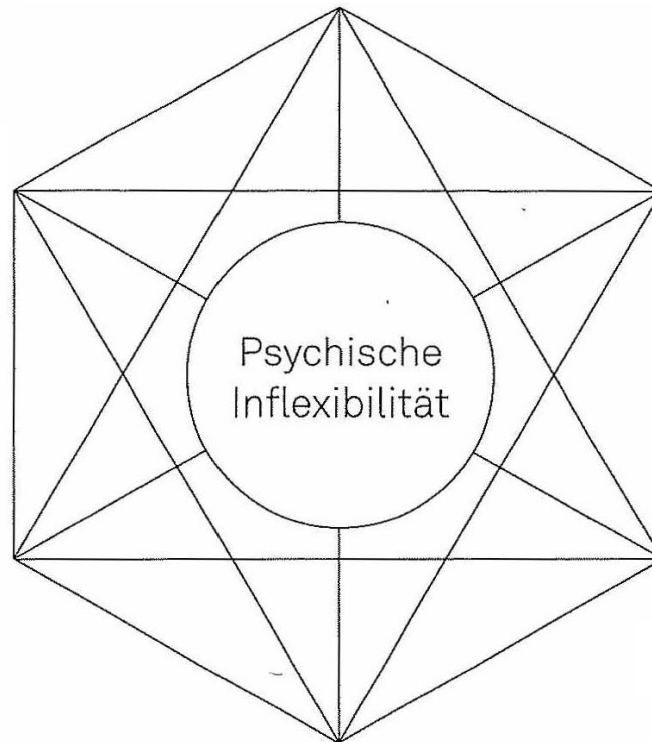
Akzeptanz  
und Bereitschaft

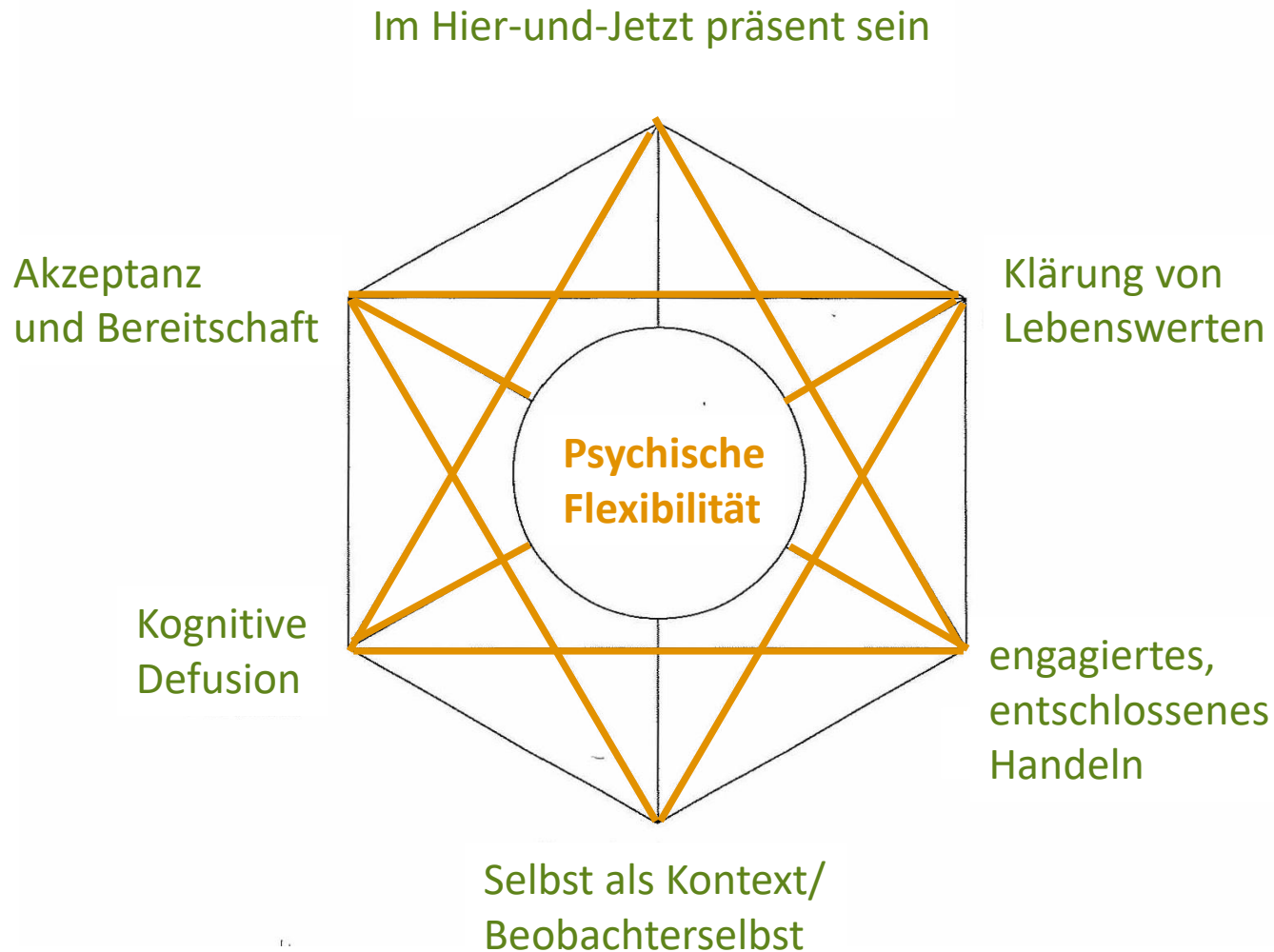
Klärung von  
Lebenswerten

Kognitive  
Defusion

engagiertes,  
entschlossenes  
Handeln

Selbst als Kontext/  
Beobachterselbst







Judith Alder

## ACT in der Psychoonkologie

Ein Praxisleitfaden



 hogrefe

Artikel online veröffentlicht: 07.07.2020

Originalarbeit

 Thieme

### Entwicklung und Evaluation einer Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)-basierten Gruppenintervention für psychisch belastete onkologische Patienten

Development and Evaluation of an Acceptance and Commitment Therapy (ACT)-Based Group Intervention for Cancer Patients with Psychological Burden

Autoren  
Christina Sauer, Imad Maatouk

Institut  
Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik,  
UniversitätsKlinikum Heidelberg

zung in Anspruch. Die Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT), ein transdiagnostischer Ansatz der dritten Welle der Verhaltenstherapie, stellt eine vielversprechende Therapieform für die psychosomatische Behandlung von Krebspatienten

---

Gruppenzusammensetzung mit gleicher Anzahl männlicher und weiblicher Patient\*innen

Ziel:

- heterogene Tumorentitäten  
→ dadurch Kohäsion durch psychische und nicht durch somatische Faktoren
- Vielfalt in interpersonellen Verhaltensweisen  
→ erhöhte Wahrscheinlichkeit von interaktioneller Komplementarität  
(e.g. Sach- vs. Beziehungsorientierung)
- Repräsentanz verschiedener familiärer Rollen  
→ Reaktualisierung und dadurch Bearbeitung biografischer Prägungen

---

15 Sitzungen a 100 Minuten, wöchentlicher Rhythmus:

- Einstieg
- 13 Sitzungen zu den 6 Hexagon-Prozessen  
(6 x 2 Durchgänge zur Vertiefung/Konsolidierung)
- Abschlusssitzung

Sitzungsablauf:

- Blitzlicht
- Nachbesprechung Erfahrung/Hausaufgabe mit Thema voriger Sitzung
- Einführung heutiges Thema (z.B. Defusion)
- Erlebnisorientierte Übung zum Thema
- Abschlussblitzlicht

- Patient\*in psychoonkologischen Hochschulambulanz
- Psych. Diagnose: F43.2., F32.1, F33.4
- Psychometrische Diagnostik: BDI-II, HADS, PAF-K
- Zielvariable: psychische Flexibilität

FAH-II: Fragebogen zu Akzeptanz und Handeln

CAQ: Committed Action Questionnaire

BRS: Brief Resilience Scale

## FAH-II Items

| 1                                                                                                                               | 2                      | 3           | 4                | 5              | 6                     | 7          |   |   |   |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------|------------------|----------------|-----------------------|------------|---|---|---|---|
| Niemals<br>wahr                                                                                                                 | Sehr<br>selten<br>wahr | Selten wahr | Manchmal<br>wahr | Häufig<br>wahr | Fast<br>immer<br>wahr | Immer wahr |   |   |   |   |
| 1. Meine schmerzlichen Erfahrungen und<br>Erinnerungen machen es mir schwer, ein Leben zu<br>leben, das ich wertschätzen würde. |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Ich habe Angst vor meinen Gefühlen.                                                                                          |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Ich Sorge mich darum, nicht fähig zu sein, meine<br>Sorgen und Gefühle zu kontrollieren.                                     |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Meine schmerzlichen Erinnerungen halten mich<br>davon ab, ein erfülltes Leben zu haben.                                      |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Emotionen verursachen Probleme in meinem<br>Leben.                                                                           |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Es scheint, als ob die meisten Leute ihr Leben<br>besser bewältigen als ich.                                                 |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Sorgen stellen sich meinem Erfolg in den Weg.                                                                                |                        |             |                  | 1              | 2                     | 3          | 4 | 5 | 6 | 7 |

## • CAQ-Items

|                                                                                                                             | (0)<br>trifft nie<br>zu  | (1)<br>trifft<br>fast nie<br>zu | (2)<br>trifft<br>selten<br>zu       | (3)<br>trifft<br>manch-<br>mal zu   | (4)<br>trifft<br>häufig<br>zu       | (5)<br>trifft fast<br>immer<br>zu   | (6)<br>trifft<br>immer<br>zu        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Wenn ich es nicht schaffe, ein Ziel zu erreichen, kann ich meine Herangehensweise zur Zielerreichung ändern.             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |
| 2. Ich kann meine Ziele weiter verfolgen, auch wenn es Zeiten gibt, in denen ich sie nicht erreiche.                        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            |
| 3. Wenn ein Ziel schwer zu erreichen ist, kann ich kleine Schritte gehen, um es zu erreichen.                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 4. Ich kann meine langfristigen Pläne auch in Zeiten langsamer Fortschritte verfolgen.                                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 5. Wenn ich nicht das erreiche, was ich tun möchte, beschließe ich, es nie mehr wieder zu tun.                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |
| 6. Ich verrenne mich darin, dieselben Dinge immer wieder zu machen, auch wenn ich damit erfolglos bin.                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |
| 7. Ich werde von meinen Gedanken und Gefühlen so sehr eingenommen, dass ich die Dinge nicht tun kann, die mir wichtig sind. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input type="checkbox"/>            | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |
| 8. Wenn ich etwas nicht auf meine Art und Weise tun kann, werde ich es überhaupt nicht tun.                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>        | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |

## erster Durchgang

- 24.02. – 30.06.2022 – Beginn am Ende der Omikron-Welle
- Onkologische Grunderkrankungen der Teilnehmer: N = 6, 3w 3m
  - 2x Prostata-CA:
    - Z. n. radikaler Prostatktomie 07/21  
pT2c pN0(0/13) V0 L0 Pn1, R0, Gleason 4+3 (7b)
    - Z.n. radikaler Prostatektomie 11/2020,  
pT2c pN0 (0/4), L0 V0 Pn1 R1, Gleason 7a (3+4), iPSA 6 ng/ml
  - Ovarial-CA: OP 11/20, anschließend Chemotherpaie, akt. Infusionen bei Heilpraktiker
  - Mamma-CA re (03/20), Z. n. Mamma-CA li (2003, Bestrahlung)
  - muzinösem Adenokarzinom der Appendix, pT2,L0,V0,Pn0, G2, R0, pN0 (0/14),  
Hemiokolektomie (08/20) Z.n. Osteosarkom linker Oberschenkel im Kindesalter
  - Neuroendokriner Tumor des Pankreskopfes, z.N. Whipple-OP
- Alter: 33 – 72, MW: 58

- teilweise Hybridformat
- Themen gut vermittelbar; hilfreich, dass für Thema Akzeptanz 3 Sitzungen eingeplant waren.
- Balance zw. Struktur und Flexibilität finden; Zeit für freien Austausch wichtig.
- mit der Zeit zunehmende Gruppenkohäsion, am Abschluss Wunsch nach Nachtreffen/Boostersession.
- Wichtige Themen in dieser Gruppe:
  - Elternbeziehung (gesehen werden, Abgrenzung); Umgang mit Rezidiv und Schmerzen; Versuch der Kontaktaufnahme zur Gruppe als Experimentierfeld
  - Aufbau neuer sozialer Kontakte

→ Format und Konzept praktikabel, daher nun 2. Durchgang gestartet.

| Fragebogen                                       | Min - Max                         | prä |      |        | post |      |        |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------|-----|------|--------|------|------|--------|
|                                                  |                                   | N   | MW   | Range  | N    | MW   | Range  |
| <b>Symptomatik</b>                               |                                   |     |      |        |      |      |        |
| PAF-KF-5                                         | 0 - 20                            | 4   | 13   | 8 - 20 | 3    | 5.7  | 4 - 8  |
| BDI-II                                           | 0 - 63                            | 4   | 18   | 9 - 28 | 3    | 9.3  | 6 - 13 |
| HADS-A                                           | 0 - 21                            | 5   | 13.2 | 9 - 21 | 3    | 6.3  | 3 - 9  |
| HADS-D                                           | 0 - 21                            | 5   | 10   | 4 - 20 | 3    | 5.3  | 1 - 8  |
| <b>Resilienz</b>                                 |                                   |     |      |        |      |      |        |
| BRS                                              | 1 – 5<br>MW(Norm):<br>3.58 u 3.37 | 3   | 2.1  |        |      |      |        |
| <b>ACT-Zielvariable: psychische Flexibilität</b> |                                   |     |      |        |      |      |        |
| FAH-II                                           | 7 – 49<br>(cut-off: 40)           | 5   | 22.2 | 8 - 33 | 3    | 16.7 | 8 - 29 |
| CAQ-8                                            | 0 - 48                            | 3   | 14   | 7 - 21 | 3    | 16.3 | 0 - 31 |

- Therapieformat ist praktikabel und zeigt Wirkung (die jedoch auch auf die teilweise parallel erfolgte Einzeltherapie zurückgeführt werden kann).

## Fragen

- Mit welchen Effektstärken kann bei vergrößerte Stichprobe gerechnet werden?
- Wie kann die Wirksamkeit weiter verbessert werden?
- Welche Erfahrungen gibt es mit Boostersessions und Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe im Gruppentherapiekontext?

Vielen Dank  
für Ihre Aufmerksamkeit

[www.zi-mannheim.de](http://www.zi-mannheim.de)  
[info@zi-mannheim.de](mailto:info@zi-mannheim.de)

