

Gruppentherapie verschafft Patientinnen wertvolle Lebensqualität

Datum: 18.10.2022

Original Titel:

Experiences of breast cancer patients and helpful aspects of supportive-expressive group therapy: A qualitative study

MedWiss - Ergebnisse dieser kleinen Studie zeigen, dass Brustkrebspatientinnen von einer supportiv-expressiven Gruppentherapie profitieren könnten. Denn diese Therapie half den Patienten bei dem Umgang mit ihren Gefühlen und bot wichtige soziale Unterstützung.

Bei einer supportiv-expressiven Gruppentherapie handelt es sich um eine Psychotherapie, die Krebspatienten dabei helfen soll, die psychischen Belastungen, die mit der Erkrankung einhergehen, zu verringern. In Gruppensitzungen, bei denen andere an Krebs erkrankte Personen teilnehmen, werden existenzielle Fragen im Zusammenhang mit der Erkrankung thematisiert wie der Umgang mit Ängsten, die Veränderungen der eigenen Rolle in der Gesellschaft und das Auseinandersetzen mit dem Thema Sterben. Auf diesem Wege soll die Krankheitsverarbeitung gefördert und die Lebensqualität der Patienten verbessert werden.

Wissenschaftler aus Portugal und den USA führten nun eine kleine Studie durch, bei der sie Erfahrungen und wahrgenommenen Veränderungen bei 12 Brustkrebspatientinnen analysierten, die an 16 Sitzungen (1 x pro Woche) supportiv-expressiver Gruppentherapie teilgenommen hatten.

Die Teilnahme an der supportiv-expressiven Gruppentherapie besserte das emotionale und soziale Wohlergehen der Frauen

6 Monate nachdem die Frauen die Gruppentherapie abgeschlossen hatten, wurden sie von den Wissenschaftlern intensiv befragt. Die Frauen waren unterschiedlich alt (33 bis 60 Jahre). Die Frauen gaben an, dass ihnen folgende Aspekte der Therapie am meisten geholfen hatten:

- Gefühle und Gedanken ausdrücken zu können und dass sich diese normalisierten
- eine verbesserte soziale Unterstützung
- die Chance, neue Dinge durch den Erfahrungsaustausch mit den anderen Patienten zu lernen

Die Patienten gaben weiterhin an, dass ihnen die Therapie dabei half, ihre persönlichen und sozialen Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Dies umfasste beispielsweise die Fähigkeit, Emotionen auszudrücken und zufriedenstellende zwischenmenschliche Beziehungen aufzubauen.

Die Ergebnisse dieser kleinen Studie stimmen positiv, dass Brustkrebspatientinnen durch eine supportiv-expressive Gruppentherapie wertvolle Unterstützung erhalten, die ihre Lebensqualität und ihr soziales sowie emotionales Wohlergehen verbessern kann.

Referenzen:

Brandão T, Tavares R, Schulz MS, Matos PM. Experiences of breast cancer patients and helpful aspects of supportive-expressive group therapy: A qualitative study. Eur J Cancer Care (Engl). 2019 Apr 30:e13078. doi: 10.1111/ecc.13078. [Epub

ahead of print]