

Die Bedeutung von Autonomie bei chronischen Krankheiten. Die Grossarth-Maticcek-Studie.

In der Aufarbeitung einer Krebserkrankung, aber auch bei vielen anderen chronischen Krankheiten, ist es besonders wichtig, eigene Autonomie und Eigenverantwortlichkeit zu schulen und wieder ein „gesundes Gefühl zum eigenen Körper“ zu entwickeln.

Dr. med. Dr. phil. Dr. phil. h.c. Ronald Grossarth-Maticcek, Professor für postgraduierte Studien, (www.grossarth-maticcek.de; eine dieses Thema ergänzende Website ist www.salutogenesezentrum.de) führte mehr als 20 Jahre lang Studien zum psychologischen Profil Krebskranker und daraus ableitbaren Vorsorgeaspekten durch: Indem er krebserkrankte Menschen mit speziellen Fragebögen psychologisch untersuchte, stellte er ein Profil von Persönlichkeitsmerkmalen und emotionalen Qualitäten auf, die bei Menschen, die an Krebs erkrankten, signifikant häufiger zu beobachten waren.

Dann folgte von 1971 bis 1978 die „Heidelberger Prospektive Studie“ (Stierlin, Helm / Grossarth-Maticcek, Ronald: Krebsrisiken – Überlebenschancen. Wie Körper, Seele und soziale Umwelt zusammenwirken. Carl-Auer-Systeme-Verlag 1998. ISBN 3-89670-099-5. Und: Grossarth-Maticcek, Ronald: Systemische Epidemiologie und präventive Verhaltensmedizin chronischer Krankheiten. Strategien zur Aufrechterhaltung der Gesundheit. Walter-de-Gruyter-Verlag, 1999).

Kernpunkt dieser wissenschaftlichen Arbeit war: Rund 18.000 Heidelberger Haushalte beantworteten weit mehr als 100 Fragen. Bei den Befragten konnte prognostiziert werden, welche dieser Menschen mit hoher Wahrscheinlichkeit innerhalb der nächsten Jahre an Krebs erkranken würden (weil sie das entsprechende psychologische Profil aufwiesen). Selbstverständlich wurde diese Studie streng anonymisiert durchgeführt, um den Effekt der self-fulfilling prophecy zu verhindern.

Nach Ablauf dieser Zeit gelang es, einen Großteil dieser über zehntausend Menschen wieder ausfindig zu machen und erneut zu befragen. Das Ergebnis lautete: Die Vorhersagen hatten sich in über 80 Prozent aller Fälle erfüllt. Damit war gezeigt, daß der Erfolg dieser psychologischen Früherkennungsuntersuchung extrem viel höher lag als der Erfolg der mit extrem viel höheren Kosten unterhaltenen Krebsfrüherkennungs-Programme der Krankenversicherungen (deren Effizienz eine Marge von 25 Prozent nie überschritten hat). Bis in die späten 90er Jahre hinein dauerte die Studie in enger Kooperation mit der Stadt Heidelberg und über 45 Wissenschaftlern.

Die Heidelberger Studie ist in der Anzahl und Vielschichtigkeit der Fragestellungen und empirischen Ergebnisse bis heute weltweit einmalig. Von 1971 bis 1996 wurden die empirischen Daten einer großen Anzahl deutscher und ausländischer Wissenschaftler zur Überprüfung zu Verfügung gestellt, so zum Beispiel dem Institut für Statistik und mathematische Wirtschaftstheorie der Universität Karlsruhe (Privatdozent Dr. Wolf-Dieter Heller und Prof. Martin Rutsch), dem psychologischen Institut der Universität Zürich, mathematisch-biologische Abteilung (Prof. Norbert Bischof), Prof. Peter Schmidt (ZUMA Mannheim), Prof. Hans-J. Eysenck (Institut für Psychiatrie, Universität London), usw. Es wurde sowohl die Datenerfassung als auch die statistische Auswertung immer neu überprüft, so dass viele Wissenschaftler von der bestkontrollierten Studien der Welt sprechen.

In einer späteren Phase erhielt eine Teilgruppe der Versuchspersonen eine speziell entwickelte Kurztherapie, das „Autonomietraining“. In kurzen Sitzungen wird der Versuch unternommen, für problematisches Verhalten Alternativen zu finden, die der Mensch für sich kompetent annimmt. Anstelle von krankmachender Fremdsteuerung lernen die Menschen so genannte „Selbstregulation“ – die eigenaktive Schaffung von Bedingungen, die gut tun und erstrebte Problemlösungen ermöglichen. Das „Autonomietraining“ erwies sich als effektive vorbeugende Maßnahme. Jene potentiellen Krebskandidaten, die dieses Angebot aufgriffen, konnten ihre Wahrscheinlichkeit, an Krebs zu erkranken, von 80 auf unter 50 Prozent senken.

Durch die Forschungsergebnisse entstand die „Grossarth'sche Typologie“:

Der Typ 1, der gehemmt-angepasste Mensch, der in der Distanz von ersehnten Personen lebt und leidet, neigt signifikant stärker zur Krebserkrankung.

Der zu hilfloser Aufregung neigende Mensch ohne Fähigkeit, sich von störenden Objekten zu distanzieren (Typ 2) bekommt häufiger Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Am längsten gesund bleiben Menschen, die zum Typ-4-Verhalten neigen: Selbständigkeit, Eindeutigkeit, hohe Fähigkeit zur Selbstregulation.

Im Newsletter vom 4.12. 06 zum Thema „Bringt eine Krebsfrüherkennungsuntersuchung Sicherheit?“ habe ich schon einmal die Studienergebnisse von Professor Grossarth Maticek erwähnt (im letzten Abschnitt dieses Newsletter), wollte sie aber wegen der besonderen Bedeutung für alle chronischen Krankheiten und die salutogenetischen Aspekte dazu mit dieser heutigen Newsletter-Ausgabe noch einmal gesondert vorstellen.

Übrigens: Sie können jeden einzelnen Newsletter über folgenden Pfad jederzeit wieder aufrufen und ausdrucken oder speichern: www.gladiss.de/newsletter/newsletterarchiv_liste.php

© Dr. med. K. Braun-von Gladiß