

*Kompass - GBL*



*Gesunde Beziehungen leben*

## **Praxis für Psychoonkologie und**

### **EMDR Praxis für Psychotherapie und Traumatherapie**

*Anschrift: Provenceweg 5, 53894 Mechernich Tel.: 02443 - 90 35 65*

*E-Mail: [info@kompass-gbl.de](mailto:info@kompass-gbl.de)*

HP Psychotherapie  
EMDR -

Harald Hagen Integraler - ärztlich geprüfter Psychoonkologe  
Harald Hagen

## **Was ist Psychoonkologie**

Psychoonkologie ist die professionelle Begleitung und Behandlung psychischer Beschwerden während und nach einer Krebserkrankung.

## **Wer braucht psychoonkologische Unterstützung und warum und welche Ziele werden verfolgt:**

Therapeutische Ziele der psychoonkologischen Begleitung von Krebspatienten sind

- Stabilisieren und verbessern der psychischen Situation
- Erkennen, erlernen und Anwenden von Abwehrstrategien
- Wiederherstellen und Verbessern des Selbstwertgefühles
- Auseinandersetzen mit Körperbild, Körperfunktionen, Körperempfindungen
- Vermitteln von Copingstrategien {Krisenbewältigung}
- Verbessern von sozialen Beziehungen und Aktivitäten bzw. des Bindungsverhaltens
- Unterstützung bei der Suche nach neuem Lebenssinn bzw. von neuen Lebenszielen

Laut der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein soll psychoonkologische Betreuung die Wiederbefähigung der betroffenen Patienten zur Teilnahme am sozialen und falls möglich - am beruflichen Leben sicher stellen.

Jeder Patient hat ein Recht auf psychoonkologische Betreuung

Der Beginn einer psychonkologischen Betreuung soll spätestens direkt nach der Diagnosestellung erfolgen. Hilfreich sind entsprechende Informationen bereits vor der Diagnosestellung

## **Steigende Bewältigungsanforderungen an die Familien**

Auch die Angehörigen krebskranker Menschen benötigen unsere Hilfe. Häufig sind sie von der Diagnose genauso geschockt wie der Erkrankte selbst. Erschwerend kommt hinzu, dass Angehörige oft nicht in die Therapie mit einbezogen werden oder einfach zu bestimmten Zeiten nicht helfen können oder sie nicht wissen, was für den Erkrankten getan werden kann. Auch herrscht oft ein Wissensdefizit um onkologische Erkrankungen, so dass nicht eingeschätzt werden kann, was Hilfen sind und was nicht.

## Was können wir für die Betroffenen tun?

Ziel unserer psychoonkologischen Arbeit ist die Verbesserung Ihrer Lebensqualität mit Blick auf das Mögliche.

Eine Krebs-Diagnose kann traumatisierende Wirkung haben. Nicht selten stellen sich vor, während und/oder nach der Behandlung negativer Stress, Depressionen und/oder Ängste ein.

Diese Gefühle sind echt, sie gehören zu Ihnen und brauchen Raum, um sich auszudrücken. Wir hören Ihnen zu, stehen Ihnen beratend und begleitend zur Seite und helfen Ihnen zu verstehen, was diese neue Situation für Ihr Leben und für Ihre Angehörigen und Freunde bedeutet.

Wir helfen Ihnen beim Aufbau eines stützenden Ressourcen-Netzwerkes und fördern Ihre persönliche Handlungsfähigkeit, damit Sie den Weg zur Heilung mitentscheiden und Einfluss nehmen können und somit an der Optimierung Ihrer Behandlung aktiv beteiligt sind.

Wichtiges Übungsfeld ist eine wertschätzende ehrliche Kommunikation auf Augenhöhe, auch mit den Ärzten, die es ermöglicht an- und auszusprechen, was Ihnen hilft und was Ihnen nicht gut tut.

Miteinander Reden ist wichtig. Es hilft Ihnen zu spüren, wie wichtig Sie sich selbst sind und verhindert falsche Rücksichtnahme und Schweigen. Nur so kann Lebensqualität entstehen bzw. aufrechterhalten werden und können Vermeidungsstrategien aufgespürt und/oder verhindert werden.

Dies gilt auch für Ihre Sexualität. Wenn sich durch die Behandlung Einschränkungen ergeben, kann sie dennoch gelebt werden. Ein Rückzug durch fehlendes Wissen würde Ihre Beziehung unnötig belasten.

Ihre Angehörigen, und auch Ihre Kinder brauchen Unterstützung in Form des notwendigen Wissens, um der veränderten Situation nicht hilflos gegenüber zu stehen.

Damit kann der neue Lebensentwurf durch neue Ziele, Handlungsmöglichkeiten und veränderte Einstellungen sinnfüllend mit individueller Energie, Wünschen und Bedürfnissen wirksam berücksichtigt werden.

Wenn eine Heilung trotz aller medizinischen und begleitenden Hilfen nicht möglich ist, stehen wir Ihnen und Ihren Angehörigen ebenfalls weiterhin zur Seite, sich dem Thema Sterben zu widmen.

Damit in einem solchen Fall eine entwicklungsfördernde Einstellung möglich wird, Unerledigtes möglichst noch erledigt werden kann, und Gespräche über die Zukunft der Zurückbleibenden, evtl. Verletzungen, Sorgen und Ängste auf beiden Seiten offen besprochen werden können und alle Gefühle bis zum Ende hin Raum haben. Hierzu ist Ihre persönliche Spiritualität eine große Kraft und Hilfe.

Eine große Hilfe ist dazu unser 10- stündiges Kurzschulungsprogramm

## Bei Schmerzen EMDR-Schmerztherapie

EMDR-Schmerztherapie behandelt Akutschmerzen, chronische Schmerzen, postoperative und tumorbedingte Schmerzen.

Ziel der EMDR-Schmerztherapie ist die Verringerung bzw. Auflösung der Schmerzen.

**Sie wird angewendet bei:**

- Polyneuropathien
- Rückenschmerzen
- Krebs- und Tumorschmerzen
- Migräne-Kopfschmerzen
- postoperative Schmerzen
- Fibromyalgie
- Muskel-Skeletttale Schmerzen
- Bauch- und gynäkologischen Schmerzen
- Phantomschmerzen
- Gesichtsschmerzen (z.B. Trigeminusnervenschmerzen)
- durch Medikamente hervorgerufene Kopfschmerzen
- PTS (posttraumatische) Schmerzen infolge von Unfällen
- Osteoporoseschmerzen
- Rheumatische Schmerzen

Die EMDR-Schmerztherapie integriert mehrere erprobte psychologische Arbeitsweisen und berücksichtigt umfangreiche Faktoren als mögliche Auslöser und wirkt Blockadelösend auf das in jedem Menschen vorhandene Selbstorganisationssystem.

Der Weg in eine Schmerztherapie erfolgt oftmals erst nach vielen Diagnosen, Medikamenten, Operationen.

Chronisch Schmerzranke sind oftmals hoch belastet. Sie leiden zusätzlich unter organischen und psychischen Folgen wie z.B. geschwächtes Immunsystem, hormonelle Störungen mit Auswirkungen auf den Urogenital- und Gastrointestinalbereich. Wenn die bisherigen Behandlungen nicht erfolgreich waren, die Schmerzen bleiben oder sich sogar verstärken, entwickeln sich nicht selten Depressionen, Gefühle wie Angst und/oder Hilflosigkeit bis hin zu Suizidgedanken.

Untersuchungen und Studien zeigen eindeutig, dass eine Verbesserung und manchmal auch eine weitgehende Auflösung möglich ist, wenn die psychischen Beschwerden bearbeitet und reduziert werden, da wir ganzheitliche Lebewesen sind.

EMDR eignet sich deshalb zur Behandlung, weil das chronische Schmerzsyndrom sehr große Ähnlichkeiten mit dem Störungsbild der PTBS (posttraumatische Belastungsstörungen) aufweist. Chronische Schmerzen können auch traumatische Auswirkungen erreichen.

Bei einer Schmerztherapie mit EMDR gelten die gleichen Ausschlusskriterien wie für alle anderen psychologischen Schmerztherapien.

**Der Beginn einer EMDR-Schmerztherapie setzt voraus dass:**

- Klarheit über die medizinische Diagnose und einen möglichen Schmerzmittelabusus besteht.
- Klärung über eventuelle medizinische Fehler erfolgt ist.
- Psychiatrische Erkrankungen, Störungen wie PTBS, Ängste und/oder Depressionen, die bisher nicht berücksichtigt wurden (weil nicht zur Hauptdiagnose gehörend), diagnostisch erfasst vorliegen.
- Hinweise wie dissoziative Störungen und Hinweise/Zusammenhänge auf weitere Erkrankungen geklärt sind.

**Harald Hagen ist**

„Heilpraktiker (Psychotherapie)“ nach dem Heilpraktiker - Gesetz  
hat er die Erlaubnis die Heilkunde beschränkt auf den Bereich  
Psychotherapie auszuüben.

**Wir sind Mitglied im:**

- VFB - verband freier Psychologen und Psychotherapeuten
- Weisses Kreuz e.V. Sexualethik und Seelsorge
- GPTG Gesellschaft für Psychotraumatologie,  
Traumatherapie und Gewaltforschung

[info@vfp.de](mailto:info@vfp.de)

[info@weisses-kreuz.de](mailto:info@weisses-kreuz.de)

[info@gptg.ev](mailto:info@gptg.ev)

**Kontaktdaten:**

**Kompass - GBL Hagen**

Harald Hagen

Provenceweg 5, 53894 Mechernich

Tel.: 02443 - 90 35 65 Fax: 02443 - 90 35 64

E- Mail: [info@kompass-gbl.de](mailto:info@kompass-gbl.de) Web: [www.kompass-gbl.de](http://www.kompass-gbl.de)