

(Library ebook) Querschnittlhmung - Schritte der Bewltigung: Die Kraft der Psyche

Querschnittlhmung - Schritte der Bewltigung: Die Kraft der Psyche

Von Peter Lude

audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #214104 in BcherMarke: Springer, BerlinVerffentlicht am: 2016-02-16Erscheinungsdatum: 2016-02-16Abmessungen: 9.25 x .68b x 6.10l, .0 Pfund Einband: Taschenbuch300 Seiten | File size: 73.Mb

Von Peter Lude : Querschnittlhmung - Schritte der Bewltigung: Die Kraft der Psyche before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Querschnittlhmung - Schritte der Bewltigung: Die Kraft der Psyche:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein geniales Buch !Von KundePeter Lude ist Fachpsychologe fr Psychotherapie, fhrt eine Praxis fr Psychologische Psychotherapie, ist Dozent fr Rehabilitationspsychologie an der ZHAW Zrcher Hochschule fr Angewandte Wissenschaften, ist in bedeutenden Forschungsprojekten engagiert, u. a. als Affiliate Faculty Member der Schweizer

Paraplegiker Forschung und des Schweizer Paraplegiker Zentrums Nottwil, er publiziert, referiert, ist zweifacher Ludwig- Guttman- Preisträger der Deutschsprachigen Medizinischen Gesellschaft für Paraplegie, ist Gemeinderat, verheiratet und vom Kopf abwärts querschnittgelähmt. Bei einem Sprachkurs in Italien verunglückte er kurz vor seinem 20. Geburtstag bei einem Sprung ins Wasser. Er wusste nach dem Unfall sofort: Ich bin gelähmt. Jetzt beginnt etwas Neues. Vorwärts. Der Lebenskampf ist wie ein Reflex. Wer sich verschluckt, hustet. Automatisch. In lebensbedrohenden Situationen stellt sich nicht die Frage: weiterleben oder nicht? Lebensbedrohliche Verletzungen bewirken immer lebenszuwendende Reaktionen physisch wie psychisch. Gelähmt sein ist ein hoch aktiver Prozess. In der Psyche eines Patienten entwickeln sich starke Kräfte, die wie eine Art Airbag wirken zuerst als Lebensreaktion und später als Bergang zur langfristigen Bewältigung. Bei den Angehörigen ist es genau umgekehrt: Wer eine schlimme Nachricht erhält, ist erst mal wie gelähmt. Patient und Angehöriger erleben die Situation so verschieden. Und in beiden laufen die von außen nicht sichtbaren psychischen Prozesse, die eine langfristig gute Bewältigung erst ermöglichen. Das Spannende an diesem Buch ist, dass Peter Lude diese drei Ebenen die Innensicht, also die Erlebniswelt des Betroffenen, die Außensicht der Angehörigen und den psychologischen Background, also die Interpretation dieser Lebensweisen durch die neuesten Forschungsergebnisse im Bereich der Klinischen Psychologie bei Querschnittlähmung - in allen Phasen dem Unfallereignis, der Rehabilitation und der lebenslange Alltag nach der Rehabilitation und die Wieder- oder Neueingliederung in die Gesellschaft gegenüberstellt. Innensicht: Das eigene Erleben seines Unfalls und sein Weg zurück ins Leben werden von Peter Lude mit dem ihm eigenen feinen Humor beschrieben. Er lässt den Leser hier intensiv an seiner persönlichen Erlebniswelt teilnehmen. Die Querschnittlähmung vergleicht Lude mit einer Gleisunterbrechung. Der eine Schienenstrang, der Körper, erfährt eine abrupte Unterbrechung. Der andere Schienenstrang, der Kopf, die Persönlichkeit, läuft aber ungebrochen weiter und kann sich über die Körperlichkeit hinaus entwickeln. Sein Körper hat sich mehr als 30 Jahre nicht bewegt, dennoch laufen innerlich hochaktive Prozesse ab, die man von außen nicht sieht. Diese innere Lebendigkeit gilt es als Querschnittgelähmter wachzuhalten. Peter Lude weist hier immer wieder auf bisher wenig beachtete Aspekte der Verarbeitung hin. Wie soll ich im Leben stehen, wenn meine Beine mich nicht mehr tragen? Und wie sollen meine gelähmten Arme mein Leben in den Griff bekommen? Das Leben mit einer Querschnittlähmung ist ein Leben mit Paradoxia. Depressive Phasen, die man von ihm erwartete, hatte er nicht weil er damit beschäftigt war, zu leben. Mit der körperlichen Verletzung setzen lebenszuwendende (Lebens-) Prozesse ein, eine starke Mobilisierung psychischer Ressourcen. In einer Situation, in der gar nichts angenehm ist, geht es darum, aus kleinsten Anstößen, die den Hauch von angenehm haben, den Normalzustand zu entwickeln. Eine Querschnittlähmung entspricht für ihn anfänglich einem Nachtflug mit defekten Navigationsgeräten, dennoch erreichen viele Menschen mit Querschnittlähmung im Laufe ihres weiteren Lebens eine gute bis sehr gute Lebensqualität. Peter Lude lässt den Leser hier in spannender Weise das Buch liest sich zeitweise wie ein Krimi an dieser Reise, in hohem Maße sich selbst öffnend und Einblick in seine Lebenswelt in den verschiedenen Phasen der Rehabilitation gebend, teilnehmen. Außerlich gelähmt, aber innerlich hoch lebendig. Das Leben fließt bei einer Querschnittlähmung nicht auseinander, es fokussiert sich vielmehr auf etwas Neues. Und damit lebt er gut. Tag für Tag. Seit über 30 Jahren. Dazu Peter Lude: Etwas Besseres als den Tod findest Du überall. Die gezielte Einbringung von autobiographischen Details gibt dem Leser einen tiefen Einblick in das Erleben einer Querschnittlähmung in den verschiedenen Phasen. Außensicht: Eine Querschnittlähmung hat natürlich unmittelbare Auswirkungen auf den persönlichen Lebensvollzug von Angehörigen, bzw. nahe Bezugspersonen. Dieser weist im statistischen Schnitt traumabezogene Reaktionen auf, die man eigentlich von den Betroffenen erwarten würde hohe Stressreaktionen, keine berdurchschnittliche psychische Ressourcenmobilisierung. Sie werden von der psychischen Wucht der Querschnittlähmung getroffen, ohne durch die von der körperlichen Verletzung ausgelösten, natürlichen, starken psychischen Lebensprozesse geschützt zu werden. Das Nicht- Erleiden der schwerwiegenden körperlichen Verletzung erweist sich insofern als Problem. Oder wie Peter Lude meint: Es ist geradezu ein Handicap, nicht querschnittgelähmt zu sein. Angehörige gewinnen dann an Stärke, wenn sie der Situation nicht ausweichen und damit einen hinhilffördernden Anpassungsprozess wie die Menschen mit Querschnittlähmung durchlaufen. Die Bewältigung einer Querschnittlähmung läuft im Wesentlichen über den zwischenmenschlichen Kontakt und die dadurch vermittelten Werte. Peter Lude lässt hier seine Mutter zu Wort kommen, ihre Erfahrungen und ihre Auseinandersetzung mit der Situation. Eine gute Beziehung ersetzt eine Therapie- diesbezüglich lebe er mit seiner Frau und seiner Mutter im selben Haus ein Stück weit im Paradies. Wissenschaftliche Aufarbeitung: Peter Lude ist nicht nur Betroffener, sondern auch ein international ausgewiesener Rehabilitationsexperte. Und so verbindet er seine persönlichen Erlebnisse und Erfahrungen mit der intellektuellen wissenschaftlichen Hinterfragung des Rehabilitationsprozesses. Er verlangt richtigerweise die Verabschiedung von verkommenen Vorstellungen und Denkmodellen, wie die ersten Betrachtungsweisen, die vorwiegend psychoanalytisch geprägt waren, gefolgt von den Phasenmodellen, die dem Sterbeprozess entstammen, nicht dem (ber-) Lebensprozess, und erklärt seine eigenen Erfahrungen bzgl. der Bewältigung der Folgen der Querschnittlähmung mit dem neuesten Stand der empirischen Outcome- Forschung, die ihre Ergebnisse mit der anschließenden Coping- und Appraisal- Forschung zu erhellen versucht. Er beschreibt vor allem aber auch die erweiterten Bewältigungsmodelle wie dem o. a. Airbag. Die nicht sichtbaren psychischen Prozesse, die dafür verantwortlich sind, wie ein Mensch mit einer Querschnittlähmung fertig wird, werden hier wissenschaftlich

aufgearbeitet, und bieten so ein wichtiges Handwerkszeug für professionelle Behandler. Mit diesen setzt er sich auch oft deutlich auseinander wenn er z. B. der Sporttherapie mitgibt, dass es sich alleine beim Liegen eines Tetraplegikers gewissermaßen um einen Spitzensport ohne ureigere Bewegung handelt, der eigentliche Spitzensport gerade bei Menschen mit einer Querschnittlähmung innerlich stattfindet, es sich bei einer Querschnittlähmung um Lebendigkeit durch Einschränkung handelt. Oder die Ergotherapie zur Psychotherapie wird, wenn Behandlungsparadigmen bevormundend eingesetzt werden. Oder darauf zu drängen, die subtilen Bewältigungsprozesse zu erkennen, sie auszubauen, erlebbar und erlernbar zu machen anstatt sie wegzubehandeln. Zur Sicherheit hat Peter Lude seine Kerngedanken am Schluss des Buches zu 20 Kernsätzen zusammengefasst. Peter Lude ist nicht nur ein herausragender Wissenschaftler, er hat auch die Gabe, durch die wirklich oft sehr intimen Einblicke in seinen Seelenzustand wissenschaftliche Konstrukte der Bewältigung einer so schweren Behinderung dem Leser unzensuriert, aber mit einer anständigen Portion Humor transparent zu machen. Ein geniales Buch! Diese Mischform einer wissenschaftlichen Aufarbeitung ist auch für den Springer-Verlag ein Novum, und es gebührt auch ihm Respekt, ein solches Buch herauszugeben. Es ist allen Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonen warmstens ans Herz zu legen. Prof. Dr. Wilhelm Strubreither, MScBad Hring / sterreich0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Gutes Buch Von Ursula G. Das Buch ist sehr eindringlich und persönlich geschrieben. Lesenwert und interessant, auch für alle, die in der Familie und im Freundeschaftskreis damit konfrontiert werden. 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Rezension zum Buch `Querschnittlähmung Schritte der Bewältigung. Die Kraft der Psyche` Springer Heidelberg 2016 von Peter Lude Von Kunde In meiner kardiologischen Sprechstunde bin ich tagtäglich mit Menschen und ihren Beschwerden, Medikamenten, Krankengeschichten und Biographien sowie Diagnosen und dem, was sie davon als Bedrohung und Einschränkung im Alltag spüren und wie sie darum ringen, ein selbstbestimmtes, sorgenfreies und entspanntes Leben zu führen, unterwegs. Das Herz steht dabei als zentrales Pumporgan im Fokus, und es ist immer neu ein Faszinosum zu spüren, wie in ihrer Leistungsfähigkeit stark eingeschränkte Herz-PatientInnen häufig zufriedener und optimistischer unterwegs sind als objektivierbar und `schulmedizinisch-beglaubigt` Herzgesunde wie gerne würde ich als Arzt jeweils den `körperlich Gesunden` mehr psychisches Wohlbefinden wünschen und ihnen dazu notwendige Schritte aufzeigen oder gar rezeptieren... Wie komplex ist das labile Gleichgewicht zwischen Krankheit und Gesundheit, und wie subjektiv und divergent sind das eigene Körpererleben und Krankheitsverständnis von Fall zu Fall. Wer kennt sie nicht aus der eigenen Praxis und aus dem privaten Beziehungsumfeld: diese jammernden und lamentierenden `malades imaginaires` und auf der anderen Seite PatientInnen, welche trotz infauster Krebsdiagnose viel Optimismus Lebensfreude verbreiten und uns mit ihrer lebensbejahenden und dankbaren Grundhaltung, Kraft geben und die eigene Vergleichbarkeit bewusst werden lassen. Ich frage mich in meinem beruflichen Alltag immer neu, was mich befähigen könnte, `potentielle Resilienz-Kräfte` in meinen mir anvertrauten PatientInnen zu fördern und mittels meinen `Empowerment - Möglichkeiten` ihnen Kraft und Trost in der Bewältigung ihrer körperlichen und seelischen Leiden zu vermitteln. Peter Ludes Buch `Querschnittlähmung Schritte der Bewältigung. Die Kraft der Psyche` war für mich eine große Inspiration. Peter Lude ist seit einem Badeunfall 1984 kurz vor der Maturität tetraplegisch. Er beschreibt in 4 Kapiteln (I: Das Ereignis II: Rehabilitation III: Eingliederung in die Gesellschaft IV: Kurz und bündig) auf eindrückliche Art sein Leben und seine Erfahrungen während 30 Jahren mit seiner körperlichen Behinderung. Der Autor vermittelt in seinem in vieler Hinsicht bemerkenswerten und aussergewöhnlichen Buch neben dem Lernen eines Umgangs mit der körperlichen Beschränktheit die reparativ in Gang kommenden geistigen und psychischen Kräfte, das Werk beschreibt viele spannenden Episoden und Begegnungen mit ÄrztInnen, Physio- ErgotherapeutInnen, Pflegenden, MitpatientInnen, dem eigenen Umfeld sozialen Instanzen (Invalidenversicherung, Krankenkasse, Gemeindebehörden) das Buch handelt davon wie `einer` sich nicht hat von seinem Weg abbringen lassen durch Beamte, TherapeutInnen Institutionen, die zwar glauben/behaupten, dass sie helfen wollen, leider aber oft bewusst oder unbewusst den Prozess in die Selbstständigkeit und Eigenverantwortlichkeit behindern. Peter Lude schildert prägnant und ohne mit dem Finger auf andere zu zeigen, wie sich unermüdlich-konstruktive Beharrlichkeit und Überzeugungsarbeit `für eine gute Sache` am Schluss immer durchsetzen gegen den Amtsschimmel und vorgefasste Meinungen eidgenössische Voreingenommenheit. Das geht ein paarmal allerdings nur über den Umweg von richterlich verfertigten Gutachten um die `tatskräftigen Verhinderungsbemühungen` der IV zu durchbrechen. Das Buch vermittelt viele präzise und zum Nachdenken anregende Beobachtungen, des durch die Brille der Selbsterfahrung geschriebenen und geprägten Sensoriums des promovierten Psychologen. `Man erkennt die Leute an ihrem Umgang mit Barrieren` oder `Um zu wissen, wo die Grenzen sind, muss man sie gelegentlich überschreiten. Dann braucht es eine Fähigkeit zur rechtzeitigen Korrektur` oder `Menschen mit Querschnittlähmung erreichen im Schnitt durchaus eine höhere Lebensqualität als die Allgemeinbevölkerung` (siehe dazu die Angaben zu Forschungsarbeiten des Autors unter `Weiterführende Literatur` am Schluss des Buches). Im ersten Teil (Das Ereignis) wird dem Leser bewusst gemacht wie sich ein junges Leben von einer Sekunde zur nächsten radikal verändern kann. Der passionierte Schwimmer und Maturand wird nach einem Hechtsprung im seichten Wasser in Viareggio im Norden der Toskana bewegungsunfähig von den Kollegen aus dem Mittelmeer gezogen und via Notfallstation in Viareggio mit der rumpelnden Ambulanz in die Klinik in Pisa und von dort mit dem Rega Learjet ins Kantonsspital in Basel verlegt, wo am nächsten Tag die Halswirbelsäule operiert/stabilisiert wird. Im Teil II (Rehabilitation) folgen die schwierigen Monate der Rehabilitation: Schmerzen,

Mhe mit der Atmung, erste Begegnungen mit gelhmten Mitpatienten, der Physio- und Ergotherapie, Bewusstwerden des Ausmasses der krperlichen Behinderung und Ausbleiben, der von Aerzten TherapeutInnen erwarteten Depression (gesunde Depression), welche partout sich nicht einstellen wollte... Danach die langsamen Schritte ber die erste Mobilisation aus dem Bett ins Sitzen, auf den Stehtisch, die tglichen Therapien der kleinen Fortschritte und zum Schluss die Rckkehr zurck nach Hause via Wochenendurlaubs-aufenthalte und die bewundernswerte Untersttzung durch die Eltern. Oder davon wie schwierig es war, sich mit kritischen Aeusserungen zur Therapie und Rehabilitation als Patient selber einzubringen, weil solche Diskussionen nicht teil der Therapien sind und persnliche Empfindlichkeiten und Ueberzeugungen von `TherapeutInnen` wichtiger waren als die Meinung eines unerfahrenen, die Konventionen der Rehabilitation hinterfragenden jungen Patienten. Insgesamt 11.5 Monate Rehabilitation und immer wieder erzht uns Peter Lude wie er sich auch in der Klinik nicht bemitleiden und behindern lassen wollte. Daneben viele persnliche und philosophische Gedanken zum Thema `Resilienz`, ua. zu Viktor Frankl und zum eigenen Grossvater, der wegen judenfreundlichem Verhalten im 2. Weltkrieg in einem KZ ermordet worden war. Das alles liest sich auch als `Fussgnger` mit grossem Gewinn ich meinte beim Lesen als Krperlich-Gesunder zu begreifen, was Peter Lude uns sagen und vermitteln mchte. Teil III (Wiedereingliederung in die Gesellschaft): Wie der Autor mit seinem enorm tragenden und unterstzenden Umfeld (die Ehefrau Yvonne und die Mutter Erna lassen den Leser staunend zurck!) sich via dem ursprnglichen Berufswunsch Arzt (die Schweiz war vor 30 Jahren dafr noch nicht bereit...) fr ein Psychologie-Studium in Bern entschieden hat, wie seine Frau selber nachtrglich (weil sowieso meistens vor Ort als Taxifahrerin...) auch parallel mitstudiert hat und wie beide zum Studienabschluss in Psychologie doktoriert haben. Und `along the way against all odds` ein Wechselbad von Untersttzung und Support durch `wahre Menschen` und Episoden mit primr abgelehnter und `paragraphenreiterisch-abgewehrter` Hilfe Untersttzung durch Institutionen Behrden-Vertreter ein fesselnder Bericht, der mich beim Lesen immer wieder neu beeindruckt und gefesselt hat. Keine Spur von Klage, Krnkung oder Abrechnung und Verhrtung, immer positiv und konstruktiv und mutmachend: beharrliches Engagement und eine klare Vision zahlen sich aus und haben jede so hohe Hrde und scharfe Klippe bewunden. Auch die Mutter Erna kommt zu Wort, das ist berhrend und geht ins Herz, was fr eine Mutterliebe, was fr eine Bescheidenheit und Demut und ein Dienen und `yes we can! Teil IV (Kurz und bndig): Der letzte Teil vermittelt 20 Kerngedanken zum Vertiefen der im Buch vorgngig platzierten Inhalte Aussagen wie `Bei einer Querschnittlhmung handelt es sich um Lebendigkeit durch Einschrnkung` oder `Burn-out aufgrund einer Querschnittlhmung? Keine Ferien machen knnen fhrt nicht zum Burn-out.` solche und hnliche Merkstze sind ganz stark und untermauern die im Buch beschriebenen Erfahrungen und Aussagen. Ich kann das Buch von Peter Lude jede(r)m AertztIn/TherapeutIn oder FussgngerIn/selber durch eine Querschnittlhmung betroffenen PatientIn vorbehaltlos empfehlen ich werde in zuknftigen Gesprchen mit meinen PatientInnen und Bekannten mit tatschlichen (organischen) oder gefhlten (funktionellen) Ein-/Beschrnkungen anders zuhren und anders mit ihnen sprechen. Und wenn sich die Gelegenheit ergibt, ihnen von diesem wertvollen Buch erzhlen, es empfehlen oder aus meiner Praxis-Buchsammlung heraus ausleihen Peter Ludes Lebens- und Kranken-Geschichte veranschaulicht auf eine ganz praktische und berhrend-fesselnde Art Weise den Begriff `Resilienz` - das Buch verdient eine zahlreiche Leserschaft ich glaube, dass sich durch das, was Peter Lude uns beschreibt, PatientInnen sich zuknftig weniger behindern lassen von TherapeutInnen und vielleicht TherapeutInnen ihre PatientInnen zuknftig weniger behindern werden es gibt in dieser Hinsicht noch viel zu tun im Umgang, der Betreuung, Behandlung und Rehabilitation der uns Aerzten in Spital und Praxis anvertrauten und Hilfe suchenden Menschen! Peter Gnehm, Kardiologie FMH

Produktbeschreibung Die Kraft der Psyche Broschiertes Buch Das Buch widmet sich erstmalig den subtilen psychischen Vorgngen der Bewltigung nach einer lebensbedrohlichen Verletzung. Auf der Basis neuester psychologischer Forschungsergebnisse sowie aus eigener Erfahrung berichtet der Autor unterhaltsam, spannend und zugleich wissenschaftlich fundiert ber eine starke Mobilisierung psychischer Ressourcen, die eine Gegenrealitt im positiven Sinne schaffen. In einer Situation, in der nichts angenehm ist, geht es ihm darum, aus kleinsten Anstzen den Normalzustand zu entwickeln, um somit die subtilen Bewltigungsprozesse zu erkennen, sie auszubauen, erlebbar und erlernbar zu machen - anstatt sie "wegzubehandeln". Bei diesen Vorgngen spielen Angehrige oder nahe Bezugspersonen eine wichtige Rolle - der Verarbeitungsprozess wird daher unter Einbezug des sozialen Umfeldes umfassend beleuchtet. Das Buch richtet sich an Betroffene und deren Angehrige sowie an Fachpersonen: Es ffnet den Blick fr die Entwicklungsmglichkeiten des nach erlittener Querschnittlhmung vollstndig abhngigen Patienten hin zur Persnlichkeit mit Querschnittlhmung mit grtmglicher Selbststndigkeit und Unabhngigkeit.

Pressestimmen... Dieses Buch ist nicht nur denen zu empfehlen, die mit Menschen mit Querschnitt zu tun haben. Es ist in seiner Art einmalig, da es das Leben eines Querschnittpatienten empathisch nachvollziehbar macht, fachpsychologisch Stellung bezieht und die Schwachstellen unserer Behandlung offen benennt ... (Wolfgang Dumat, in: .de, 1. August 2016) Die Lektre bietet Einblick in eine andere Lebenswelt und lsst Staunen vor den Fhigkeiten der Psyche und des Geistes. Eine Bereicherung. (Urs Zimmermann, in: .de, 3. Dezember 2016)... aktuellen Werk hilft der professionelle Peer-Counsellor nun Betroffenen, Angehrigen und interessierten Berufsgruppen, durch die Dunkelheit

zu navigieren. (Kevin Schultes, in: RehaTreff, Heft 3, 2016)... eine persönliche, sehr spannend und berührend geschriebene Lebensgeschichte ... Das Buch sollte von allen gelesen werden, die mit Rehabilitation zu tun haben: Patienten, Angehörige, Fachpersonen, Sachbearbeiter, Juristen und Politiker. (PD Dr. med., Daniel R. Perez, in: Schweizerische ärztliche Zeitung, Jg. 97, Heft 30-31, 27. Juli 2016)... mit viel Humor geschrieben und spannend zu lesen ... Ein Fachbuch, das allen an innerer und unserer Bewegung Interessierten tieferes Verständnis ... ein Buch geschrieben, das Menschen in Entscheidungsphasen ihres Lebens wegweisend unterstützen kann. (Irne Fasel, in: Yoga!, Heft 3, Juni-Juli 2016)... Ich empfehle dieses Buch allen Menschen mit Querschnittslähmung und ihren Angehörigen, die sich informieren möchten über den Verarbeitungsprozess und das Aufbauen und Gelingen eines neuen Lebens nach Querschnittslähmung. Dieses Buch sollte Pflichtlektüre sein in der Aus- bzw. Weiterbildung von Medizinern, Pflegepersonal, Psychotherapeuten, Krankengymnasten, Beschäftigungstherapeuten und allen denen, die mit Menschen mit Querschnittslähmung arbeiten ... (Maren Westphal, in: .com, 28. Mai 2016) Rezension