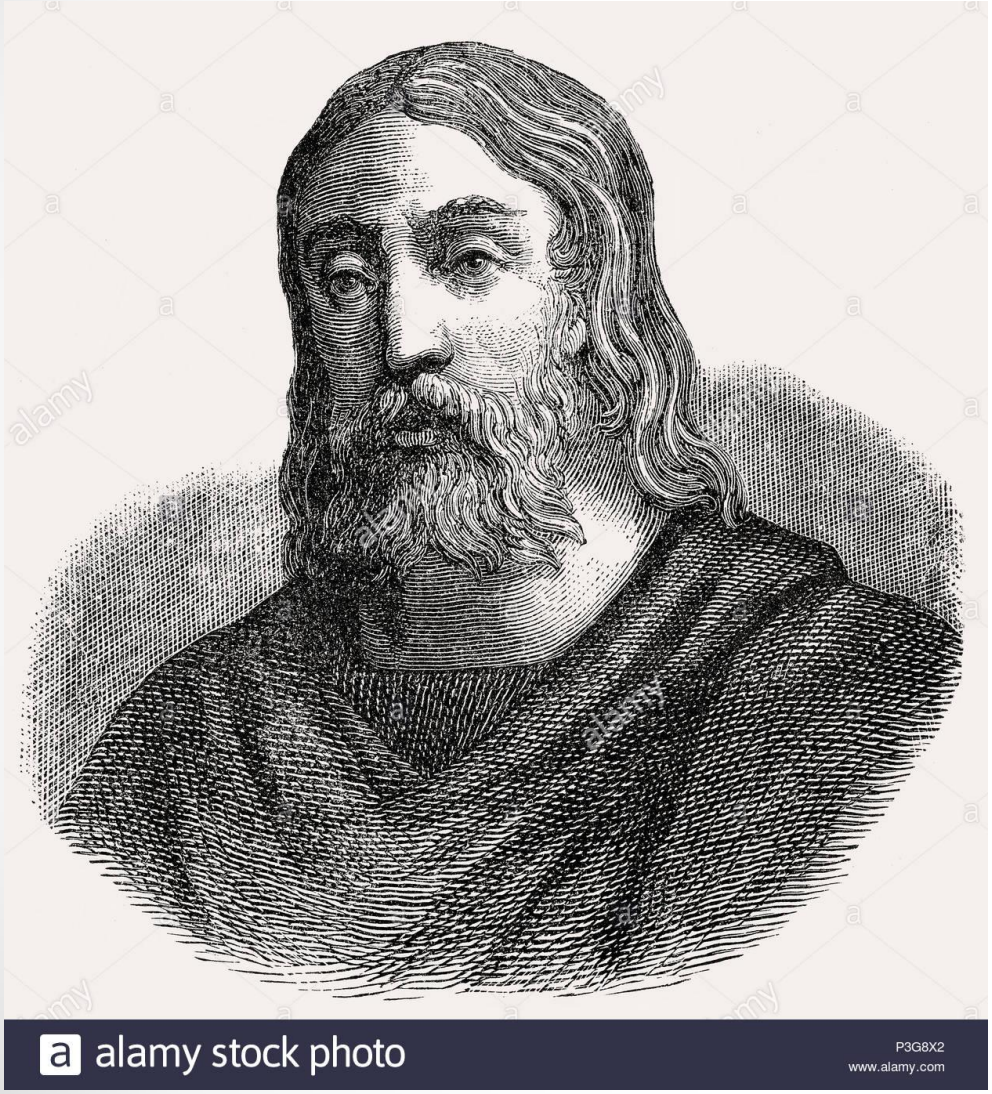
DAS WAREN NOCH ZEITEN, ALS DAS WETTER AN ALLEM SCHULD WAR...
HACHJA.
SCH WAR WEL

Attributionsstile nach Seligman

Bsp.: Vortrag kommt schlecht an

	INTERN		EXTERN	
	Stabil	**variabel**	**Stabil**	**variabel**
GLOBAL	Ich bin unfähig, Vorträge zu halten. Depressiv	Ich bin immer zu schlecht vorbereitet.	Zuhörer verlangen immer zu viel. Burnout	Ich hatte heute Pech und habe schwierige Zuhörer.
SPEZIFISCH	Das Vortragsthema war zu schwierig für mich.	Ich habe heute einfach einen schlechten Tag	Diese Zuhörer waren zu anspruchsvoll.	Auf dieses Publikum war ich nicht vorbereitet.

Galenos von Pergamon, auch **(Aelius) Galenus (dt.: Galen)**
zwischen 128 und 131 in Pergamon; † zwischen 199 und 216 in Rom)



Mit wem würden Sie eher gerne Ihre Zeit verbringen?

Typ 1:

ausgeprägt freundlich,

zurückhaltend,

hilfsbereit,

friedliebend,

selbstlos,

stets darum bemüht, niemanden zur Last zu fallen,

Ausgesprochen gute Manieren

Typ 2:

Unterwürfigkeit,

Unsicherheit,

antriebsgehemmt,

depressiv,

unfähig eigene Interessen zu verfolgen,

unfähig Ärger zu empfinden und/oder unfähig Ärger zu zeigen

Was unterscheidet diese beiden „Persönlichkeiten“ im Alltag?

Während sich beide Typen ähnlich bis vergleichbar verhalten, gilt Typ 1 als „wahrer Sonnenschein“, Typ 2 hingegen als „Krebspersönlichkeit“.

… macht‘s die Formulierung?

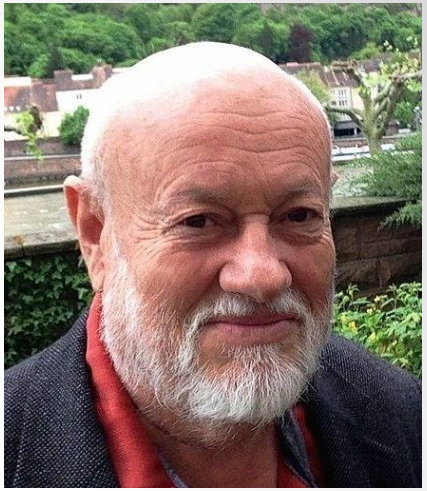
© Mag. Thomas Wienerroither

Prominente Theorien

- Wilhelm Reich (1938):
  - Krebs-Biopathie bzw. Schrumpfungsbiopathie:
  - Krebs als biologische Grundreaktion auf chronische Sexualstauung oder allgemeine affektive Blockierung

© Mag. Thomas Wienerroither

Prominente Theorien



- Ronald Grossrath-Maticek (1985)
  - Psychotherapie sei in der Lage Krebs zu verhüten
  - Persönlichkeit Typ1(„Versagertyp“) neigt zur Krebserkrankungen
    - Depressiv, harmoniebestrebt, unterdrückt seine Gefühle
  - **Empirisch klar widerlegt!**

<u>ABER:</u>

- Bestimmte Verhaltensweisen haben einen Zusammenhang mit der Onkogenese, z.B.: Rauchen, Alkohol, red. Inanspruchnahme präventiver Angebote, etc… welche von der psychischen Verfassung und von psychosozialen Faktoren abhängig sind!

Prominente Theorien

- Lydia Temoshok:
  Typus C (cancer-prone):
  - emotional eingeschlossener Typus
  - Tendenz zu Hilf- und Hoffnungslosigkeit
  - Kooperativ, geduldig, rational
  - Alexitymie und Unfähigkeit, Ärger auszudrücken

© Mag. Thomas Wienerroither

Prominente Theorien

- Hürny & Adler (1991): „zu Krebs neigender Persönlichkeit“:
  - Verleugnung und Unterdrückung wichtiger eigener Wünsche
  - Reduzierte Selbstwahrnehmung
  - Reduzierte Emotionalität
  - Blockierter Ärgerausdruck
  - Schuldvorwürfe und Selbstanklagen
  - Zwanghafter Lebensstil mit hoher Anpassung an andere
  - Glaube an Autoritäten und Religiosität
  - Starke Anerkennung der Realtität
  - Oberflächliche zwischenmenschliche Beziehungen
  - Gehemmte Sexualtität
  - Hohe moralische Anforderung an sich selbst
  - Retrospektive Untersuchung bereits Erkrankter!
  - Spätere Untersuchungen können <u>diese Annahme nicht bestätigen</u>!

© Mag. Thomas Wienerroither

Ein Beispiel von vielen:

Bergelt C.: Vital exhaustion and risk for cancer: a prospect cohort study on the association between depressive feelings, fatigue, and risk of cancer. Cancer. 2005 Sep 15; 104(6); 1288 – 1295

- Dänische Krebsgesellschaft: Prospektive Studie
- 8527 TN
- Erfassung typischer Merkmale von Lebenskrisen und vitaler Erschöpfung:
  - Dauerhafte Übermüdung
  - Energieverlust
  - Reizbarkeit
  - Allgemeine Demoralisierung
- Nach 8,6 Jahren: 976 TN an Krebs erkrankt (12%)
- Aber: die „vital Erschöpften“ waren in der Gruppe der Erkrankten nicht in der Überzahl - im Gegenteil: **die Pessimisten wiesen eine um 20% niedrigere Krebsrate auf!**

© Mag. Thomas Wienerroither

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit