

Ressourcenförderung durch Sport und Bewegung in der Krebsnachsorge

Dissertation

Zur Erlangung des
Doktorgrades der Philosophie (Dr. phil.)

vorgelegt
der Philosophischen Fakultät der Martin-Luther-Universität
Halle-Wittenberg
Fachbereich: Musik-, Sport- und Sprechwissenschaft

von Frau Maja Bachmann
geb. am 21.12.1973 in Köthen

Gutachterin/Gutachter:

Frau Prof. Dr. Ulrike Ungerer-Röhrich
Herr Prof. Dr. Oliver Stoll

Öffentliche Verteidigung am 19. Mai 2006

urn:nbn:de:gbv:3-000011748

[<http://nbn-resolving.de/urn/resolver.pl?urn=nbn%3Ade%3Agbv%3A3-000011748>]

INHALTSVERZEICHNIS

1. EINLEITUNG	1
2. THEORIE	5
2.1 Krebserkrankungen.....	5
2.1.1 Definition und Klassifizierung.....	5
2.1.2 Krankheitsbild.....	6
2.1.2.1 Gemeinsamkeiten bei verschiedenen Tumorarten.....	6
2.1.2.2 Besonderheiten des Mammakarzinoms	7
2.1.3 Entstehung und Ursachen der Krebserkrankung.....	8
2.1.4 Inzidenz und Mortalität in Deutschland	10
2.1.5 Therapieformen.....	11
2.1.6 Körperliche Beschwerden während einer Krebserkrankung.....	15
2.1.7 Nachsorge und Rehabilitation nach Tumorthherapie.....	17
2.1.8 Psychosoziale Aspekte der Krebserkrankung	19
2.1.8.1 Lebensqualität.....	20
2.1.8.2 Soziale Unterstützung.....	24
2.1.8.3 Psychoneuroimmunologische Aspekte.....	28
2.1.8.4 Wirksamkeit verschiedener Interventionen.....	30
2.2 Ressourcen	32
2.2.1 Definition und Klassifizierung von Ressourcen.....	32
2.2.2 Gesundheitsmodelle	33
2.2.2.1 Das transaktionale Stressmodell von Lazarus und Folkmann.....	33
2.2.2.2 Antonovskys Modell der Salutogenese.....	35
2.2.2.3 Exkurs zu Hobfolls Theorie der Ressourcenerhaltung	41
2.2.3 Wirkmechanismen von Ressourcen.....	41
2.2.4 Generalisierte versus spezifische Ressourcen.....	43
2.2.5 Stressoren und Ressourcen.....	45
2.2.6 Ausgewählte Ressourcen	46
2.2.6.1 Konsequenzerwartung.....	46
2.2.6.2 Kontrollüberzeugung.....	47
2.2.6.3 Selbstwirksamkeitserwartungen	50
2.2.6.5 Soziale Ressourcen	55
2.2.6.6 Handlungs- und Effektwissen	56
2.2.6.7 Psychisches und physisches Wohlbefinden	58
2.2.6.8 Selbst- und Körperkonzept	60
2.2.7 Wechselwirkungen zwischen personalen und sozialen Ressourcen.....	61
2.2.8 Physische Gesundheitsressourcen.....	63

2.3 Krebserkrankung und sportliche Aktivität in Nachsorge und Rehabilitation	64
2.3.1 Krankengymnastik.....	65
2.3.2 Sporttherapie.....	65
2.3.3 Rehabilitationssport.....	67
2.4 Auswirkungen sportlicher Aktivität	69
2.4.1 Prävention von Krebserkrankungen.....	70
2.4.2 Stärkung physischer Gesundheitsressourcen und Verminderung von Risikofaktoren	71
2.4.3 Psychosoziale Auswirkungen.....	75
2.4.4 Einfluss auf Parameter physischen Befindens.....	83
2.4.5 Wirkungen aus der Perspektive von Teilnehmern	85
2.4.6 Zusammenfassung und salutogenetische Betrachtungsweise	87
2.5 Bindung an gesundheitssportliche Aktivität	91
2.6 Rolle des Übungsleiters.....	94
2.6.1 Ressourcenstärkung und Bindungsförderung durch den Übungsleiter	97
2.6.2 Ressourcen des Übungsleiters	109
3. ANNAHMEN	112
3.1 Allgemeine Vorüberlegungen.....	112
3.2 Annahmen zur gesundheitlichen Bedeutung der erhobenen Variablen.....	113
3.3 Häufigkeit sportlicher Aktivität	115
3.4 Gruppenvergleiche	116
3.5 Annahmen zum Einfluss des Übungsleiters	118
4. UNTERSUCHUNGSMETHODEN	125
4.1 Probandenstichprobe	125
4.2 Untersuchungsdesign und Durchführung der Untersuchung.....	125
4.3 Statistik.....	127
4.4 Merkmalsstichprobe.....	129
4.4.1 Darstellung der Merkmalsstichprobe.....	129
4.4.2 Darstellung der Analysen der neu entwickelten Fragebögen	139
4.4.2.1 Fragebogen zur Selbstwirksamkeitserwartung der Übungsleiter	141
4.4.2.2 Fragebogen zur sportbezogenen Kontrollüberzeugung	144
4.4.2.3 Fragebogen zur sportbezogenen Selbstwirksamkeit.....	148

5. DARSTELLUNG DER ERGEBNISSE	153
5.1 Deskriptive Analyse der Gruppen	153
5.1.1 Übungsleiter	153
5.1.2 Untersuchungsgruppen	155
5.1.2.1 Krebsnachsorgesportgruppen	156
5.1.2.2 Kontrollgruppe Potentielle Teilnehmer.....	161
5.1.2.3 Kontrollgruppe Gesunde Sportgruppe	164
5.2 Gesundheitliche Bedeutung persönlichkeitsbezogener und sozialer Ressourcen	166
5.2.1 Korrelationen persönlichkeitsbezogener und sozialer Ressourcen mit ausgewählten Gesundheitsmaßen	166
5.2.2 Einfluss von Drittvariablen.....	168
5.2.3 Multiple Regressionsanalyse der Ressourcenvariablen auf Gesundheitsmaße und psychisches Wohlbefinden	169
5.2.4 Multiple Regressionsanalyse der Ressourcenvariablen und des Wohlbefindens auf Gesundheitsmaße	173
5.3 Ressourcen und Gesundheitsmaße in Abhängigkeit von der Häufigkeit sportlicher Aktivität	179
5.4 Gruppenvergleiche	183
5.4.1 Zeitpunkt der Diagnosestellung.....	183
5.4.2 Kontrollgruppenvergleiche	186
5.4.3 Vergleich der sportbezogenen Ressourcen zwischen den verschiedenen Gruppen	191
5.5. Analyse der Bedeutung des Übungsleiterverhaltens	194
5.5.1 Förderung physischer Ressourcen	194
5.5.2 Förderung sportspezifischer Selbstwirksamkeit.....	195
5.5.3 Förderung sozialer Ressourcen	198
5.5.4 Förderung psychosozialer Ressourcen.....	200
5.6 Ressourcen des Übungsleiters	204
5.7 Selbstbetroffenheit des Übungsleiters	207
5.8 Vorhersagebeitrag sportspezifischer Ressourcen auf globale Ressourcen	211
5.9 Post-hoc Datenanalyse: Gesamtbetrachtung der Einflussvariablen „Förderung psychosozialer Ressourcen“ und „Eigene Ressourcen“	216
6. DISKUSSION	223
6.1 Gesundheitliche Bedeutung der erhobenen Variablen	223
6.2 Häufigkeit sportlicher Aktivität	228
6.3 Gruppenvergleiche	229

6.4 Bedeutung des Übungsleiters.....	236
6.5 Vorhersagebeitrag sportspezifischer Ressourcen	247
6.6 Post-hoc Analyse und zusammenfassende Betrachtung	251
7. ZUSAMMENFASSUNG	257
LITERATURVERZEICHNIS.....	260
ANHANG	275

Danksagung,

zuallererst meiner Familie, groß und klein, für ihre Unterstützung und Geduld. Speziell den Korrekturlesern in der Endphase dieser Arbeit sei ein großes Lob für ihre schnelle Arbeit an diesem nicht kurzen Manuskript ausgesprochen.

Meiner Doktormutter, Frau Prof. Ungerer-Röhrich ohne deren Zu- und Vertrauen und Geduld diese Arbeit nicht hätte entstehen können.

Dem Behindertensportverband Berlin und besonders Herrn Siegmund Josten sei gedankt, für die Unterstützung bei der Verteilung der Fragebögen.

Gedankt sei auch „sekundären Helfern“, die mir durch freundliche Art einfache und schnelle Unterstützung zuteil werden ließen. Stellvertretend sollen hier nur Frau Dr. Ulrike Wilde-Gröber und Frau Dr. Sonja Lippke genannt werden, die mir unkompliziert ihre Arbeiten oder Teile davon zukommen ließen, sowie diverse Mitarbeiter der Universitätsbibliothek Halle, die bei Problemen fast immer einen Weg fanden. Solche positiven Erfahrungen gaben mir immer wieder ein gutes Gefühl und motivierten zum Weitermachen.

Ein großes Dankeschön natürlich an alle freiwilligen „ProbandInnen“, ÜbungsleiterInnen wie TeilnehmerInnen der Sportgruppen, ohne die eine solche Arbeit nicht durchgeführt werden kann.

Während dieser Arbeit konnte ich viel negatives erfahren über die Krankheit Krebs. Für Oma Julia, die ein positives Beispiel war und gezeigt hat, wie man aktiv und selbstbewusst durchs Leben gehen kann. In Gedenken an Oma Anna.