

Liebe Leserin, lieber Leser,

Der berühmte impressionistische Maler Auguste Renoir litt seit seinem fünfzigsten Lebensjahr an Rheumatoider Arthritis. Er wurde 78 Jahre alt und entwickelte sich als Künstler weiter – trotz seiner Schmerzen und körperlichen Einschränkungen. Kreativ setzte er diverse Hilfsmittel ein, um auch mit seinen steifer werdenden Gelenken malen zu können, denn Malen war sein Leben. Er befreundete sich noch enger mit seinen Katzen, die seine Hände schnurrend warm hielten. Henri Matisse, sein Künstlerkollege, stellte nach einem Besuch bei ihm fest: „Während sein Körper dahinschwand, schien seine Seele immer stärker zu wachsen und sich mit strahlender Leichtigkeit auszudrücken.“ Wie ist es Renoir gelungen, uns trotz seines Rheumas mit hellen und durchsonnten Bildern zu beschenken? Kann ein solches Schicksal ein Licht werfen auf das Verhältnis zwischen einer chronischen Krankheit und der seelischen bzw. der Persönlichkeitsentwicklung des Betroffenen?

Anthroposophische Medizin versucht immer, das jeweils individuelle Gleichgewicht zwischen krankmachenden und gesundenden Kräften in den Bereichen des Körpers und des Seelischen zu verstehen und die gesundenden Kräfte zu unterstützen. Dabei spielt der Gedanke der „Selbstwirksamkeit“ eine zentrale Rolle: Wie wird das Ich des Menschen in der Erkrankung, in der Biografie wirksam? Wie können therapeutische Maßnahmen diese Selbstwirksamkeit unterstützen?

In dieser Ausgabe von *medizin individuell* wollen wir zeigen, wie fruchtbar es sein kann, wenn sich der Ansatz der Anthroposophischen Medizin mit den eher psychologisch-pädagogischen Ansätzen verbündet, die im Rahmen der Selbsthilfebewegung entstanden sind. Das aktuelle Stichwort dafür ist „Selbstmanagement“, auch „Selbststeuerung“ oder „Selbstregulation“. Dabei geht es neben dem aktiven Umgang mit der Krankheit auch um die Motivation und die eigenen Gefühle. Und nicht zuletzt um ein partnerschaftliches Verhältnis zwischen den Patienten und den professionellen Helfern. Selbstmanagement ist ein wichtiges Ziel in komplexen Programmen, ob sie nun „Herzschule“, „Lungensportgruppe“ oder „multimodales Programm zur Behandlung der Fatigue bei Krebspatienten“ heißen. Eine Methode, von der wir hoffen, dass sie vielen Menschen dabei hilft, trotz einer chronischen Erkrankung ihren persönlichen Weg zu einem sinnerfüllten Leben zu finden.

Herzlich, Ihr



*Peter Zimmermann, Vorstand der Stiftung zur
Entwicklung von Gemeinschaftskrankenhäusern*

