

# Wenn Gedanken die Kranken kränker machen: Zum Einfluss irrationaler Gedanken auf den wahrgenommenen Gesundheitszustand und die Zufriedenheit mit der Behandlung



Sandra Blöchl und Matthias Spörrle

Ludwig-Maximilians-Universität München

## Kurzzusammenfassung

Die Theorie der Rational-Emotiven-Verhaltenstherapie (REVT) von Albert Ellis geht davon aus, dass nicht objektive Ereignisse über die subjektive Befindlichkeit entscheiden, sondern die individuellen Kognitionen im Zusammenhang mit diesen Ereignissen. Insbesondere sollen irrationale Überzeugungen die Ursache von Unzufriedenheit bis hin zu psychischen Störungen sein. Auf Grundlage dieser Überlegungen wird an verschiedenen Krankenhäusern anhand einer Zufallsstichprobe von Patienten der Zusammenhang zwischen wahrgenommenem Gesundheitszustand und Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt auf der einen und der Zustimmung zu verschiedenen irrationalen Überzeugungen auf der anderen Seite untersucht. Zwischen beiden Variablengruppen ergeben sich erwartungsgemäß überwiegend negative Zusammenhänge. Insbesondere die irrationale Überzeugung, weniger wert zu sein, als ein gesunder Mensch, korreliert signifikant negativ mit der Gesamtzufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt.

## 1. Einleitung

Bereits in den 50er Jahren des letzten Jahrhunderts konzipierte Albert Ellis eine kognitive Emotionstheorie, die die Grundlage der Rational-Emotiven-Verhaltenstherapie bildete. Dieser Theorie zufolge bedingen irrationale Kognitionen maladaptive emotionale Zustände, die nicht dafür geeignet sind, mit der auslösenden Situation adäquat umzugehen. Im Gegensatz dazu sollen rationale Kognitionen adaptive Emotionen hervorrufen, die für den Bewältigungsprozess förderlich sind.

Dieser theoretisch postulierte Zusammenhang konnte bereits mehrfach in experimentellen Szenariostudien nachgewiesen werden. Gegenstand der vorliegenden Untersuchung ist daher, an einer ökologisch validen Stichprobe diesen Zusammenhang nachzuweisen.

Daher wird der Frage nachgegangen, ob Patienten mit irrationalen Gedanken unzufriedener sind mit ihrem Aufenthalt im Krankenhaus und ihren Gesundungsprozess skeptischer beurteilen, als Personen die weniger irrationale Gedanken haben. Eine Form des irrationalen Denkens, die erfasst wurde, ist die Annahme, dass man als Mensch weniger wert sei, wenn man krank ist und dass man selber nichts zu seinem Genesungsprozess beitragen kann. Dabei wird die Möglichkeit außer acht gelassen, dass man durch eigenverantwortliches Handeln zu diesem Prozess durchaus beitragen kann. Auch die Annahme, dass man es nicht ertragen kann krank zu sein, ist nach Ellis irrational und damit der Gesundheit abträglich.

Anhand vorliegender Untersuchung soll mittels Korrelationsanalyse untersucht werden, ob der theoretisch ableitbare inverse Zusammenhang zwischen irrationalen Kognitionen einerseits und Unzufriedenheit sowie subjektiv schlechter Gesundheitszustand andererseits nachgewiesen werden kann.

## 4. Fazit und Diskussion

- Es kann ein signifikanter Zusammenhang zwischen gesundheitsbezogenen Fragen und der Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt nachgewiesen werden: Eine Besserung des Gesundheitszustands führt zu einer Verbesserung der Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt.
- Die irrationalen Überzeugungen in Zusammenhang mit der eigenen Krankheit korrelieren erwartungsgemäß positiv miteinander. In der Mehrzahl der Fälle zeigen sich jedoch nur schwache Zusammenhänge zwischen den einzelnen Einstellungen.
- Bei der Untersuchung des Zusammenhangs zwischen krankheitsbezogenen Aussagen und irrationalen Überzeugungen lassen sich konsistent überwiegend negative Zusammenhänge nachweisen. Da zwischen der Beantwortung dieser beiden Bereiche ein umfangreicher anderer Frageblock gesetzt war, können Kontext- und Assimilationseffekte ausgeschlossen werden.
- Insbesondere die irrationale Überzeugung, als kranker Mensch weniger Wert zu sein korreliert in deutlicher Weise mit der Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt.
- Insgesamt erweisen sich die Zusammenhänge zwischen Irrationalität und krankheitsbezogenen Aussagen zwar als konsistent aber überwiegend als schwach. Bei der Interpretation dieser Befunde sollte berücksichtigt werden, dass die Wahrnehmung und Einschätzung des eigenen Gesundheitszustands ganz überwiegend vom Gesundheitszustand bestimmt wird. Es überrascht nicht, dass bei Krankenhauspatienten, die aktuell wegen einer Krankheit behandelt werden, generelle persönliche Einstellungen nur einen kleinen Erklärungsbeitrag zur Einschätzung der aktuellen Gesundheitslage liefern.

## 2. Methode

Stichprobe:

An der Fragebogenstudie nahmen 66 Patienten zwischen 19 und 85 Jahren ( $M = 52,9$  Jahre) teil. Darunter befanden sich 35 Frauen (53%) und 31 Männer (47%). Die Auswahl der Probanden erfolgte randomisiert in vier verschiedenen Krankenhäusern.

Aufbau des Fragebogens:

Der Fragebogen selbst war Bestandteil einer umfassenderen Studie zur Erfassung der allgemeinen Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt und erfasste daher zuerst folgende krankheitsbezogene Aussagen:

- Die wahrgenommene momentane gesundheitliche Befindlichkeit des Patienten
- Die wahrgenommene Besserung des Gesundheitszustands
- Die Zufriedenheit mit dem bisherigen Krankenhausaufenthalt.

Der zweite Teil des Fragebogens befasste sich mit der Gestaltung der Patientenzimmer und ist nicht Gegenstand der vorliegenden Untersuchung.

Im dritten Teil folgten Items zur persönlichen Einstellung, die sich mit irrationalen Überzeugungen nach Ellis beschäftigten:

- Wenn mich die Angestellten des Krankenhauses unfreundlich behandeln, habe ich das Gefühl, ein Mensch zweiter Klasse zu sein.
- Eigentlich ist man nur dann ein richtiger Mensch, wenn man gesund ist.
- Ich kann es nicht ertragen, krank zu sein.
- Ich bin als Mensch weniger wert, weil ich krank bin.
- Darauf, wie sich mein Gesundheitszustand entwickelt, habe ich nun keinen Einfluss mehr, die Verantwortung liegt jetzt ganz bei denen, die mich behandeln.

Die Patienten gaben jeweils auf 11-stufigen Skalen von 0 (stimmt gar nicht) bis 10 (stimmt voll und ganz) das Ausmaß ihrer Zustimmung zu den Aussagen an.

## 3. Ergebnisse

Krankheitsbezogene Aussagen:

Korreliert man die Fragen zur wahrgenommenen Besserung und zum Gesundheitszustand, so zeigt sich, dass die Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt mit der Besserung des Gesundheitszustandes zusammenhängt ( $r = .33, p < .01$ ). Die gesundheitliche Befindlichkeit korreliert ebenfalls signifikant mit der Besserung des Gesundheitszustandes ( $r = .62, p < .001$ ). Die Korrelation zwischen gesundheitlicher Befindlichkeit und Zufriedenheit mit dem Krankenhausaufenthalt erweist sich als marginal signifikant ( $r = .22, p < .08$ ).

Irrationale Überzeugungen:

Betrachtet man die irrationalen Gedanken und korreliert diese untereinander ergeben sich erwartungsgemäß stets positive Zusammenhänge. Die Aussage, dass man nur dann ein richtiger Mensch sei, wenn man gesund ist, korreliert mit der Meinung, dass man als Mensch weniger wert sei, weil man krank ist ( $r = .24, p < .06$ ). Die erste Aussage korreliert noch stärker mit der Überzeugung keinen Einfluss zu haben, wie sich der Gesundheitszustand entwickeln wird ( $r = .49, p < .001$ ). Schließlich korreliert diese Überzeugung, keinen Einfluss zu haben ebenfalls signifikant mit der, als Mensch weniger wert zu sein ( $r = .25, p < .05$ ).

Krankheitsbezogene Fragen und irrationale Überzeugungen:

Betrachtet man nun die krankheitsbezogenen Aussagen in Kombination mit den irrationalen Überzeugungen, so zeigt sich zunächst, dass von den daraus resultierenden 15 Korrelationen 12 erwartungsgemäß negativ ausfallen. Bei der Zufriedenheit mit dem Krankenhaus ergibt sich ein stark negativer Zusammenhang mit der Meinung „Ich bin als Mensch weniger wert, weil ich krank bin“ ( $r = -.41, p < .01$ ). Die restlichen negativen Korrelationen liegen in einem Wertebereich von  $.03 < r < .19$  und werden hier nicht genauer aufgeschlüsselt, da sich keine signifikanten Zusammenhänge zeigen.