

## Selbstwirksamkeit

### *Self Efficacy*

Bis heute wird das Theoriegebäude der Selbstwirksamkeitstheorie (Bandura 1977) ausgebaut. Im Zentrum steht das *Selbst* und das Wissen über das *Selbst* – das *Selbstkonzept* – im Interessensgebiet. Hierbei spielen die in der Theorie die zu erwartenden Handlungskompetenzen eines Individuums und die daraus resultierenden Handlungskonsequenzen eine beachtliche Rolle.

Nach den Vorstellungen der Selbstwirksamkeitstheorie (Bandura, 1977, 1995, 1997, 1998) werden die psychische und behaviorale Veränderung durch eine veränderte Einschätzung persönlicher Kompetenzen und durch die Erwartung zukünftiger persönlicher Wirksamkeit vermittelt. Diese selbstbezogene Kognition befördern und vermitteln motivationale und affektive Prozesse, welche die Umsetzung von Wissen und Fähigkeiten in Handlungen steuert. Diese beförderten Prozesse (Handlung–Ergebnis–Erwartung, Kontingenzerwartung oder auch Konsequenzerwartung) üben eine herausragende Funktion bei der Selbstregulation aus und werden als Selbstwirksamkeit bezeichnet. Menschen ergreifen Initiative, wenn sie überzeugt sind, die notwendigen Handlungen ausführen zu können und wenn sie zugleich sicher sind, dass diese Handlungen zu den angestrebten (für den Menschen sinnvollen) Zielen führen.

Auf Patienten mit einer Krebserkrankung bezogen zeigen sich vielfältige Ausdrucksformen durch die Selbstwirksamkeit erkennbar wird:

Das System der eigenen inneren Überzeugungen eines Patienten wahrnehmen, bestärken

–> Patient: „ich kann Krisen bewältigen (Lebensgeschichtlich erprobt)“

Strategien ausbauen auf der Grundlage der Selbstwirksamkeit, um neuartige, schwere Lebenskrisen zu bewältigen erarbeiten

–> Patient: „ich weiss wie, wodurch ich mir helfen lassen möchte“

Durch supportive Gespräche können Ressourcen aktiviert und Kompetenzen gestärkt, erhalten werden. Ich kann einen Patienten so oder anders nach dem Diagnosegespräch verabschieden:

–> „...Sie werden in den nächsten Tagen informiert.“

oder

–> „...Sie werden in den nächsten Tagen informiert, und falls Sie noch Fragen haben bitte rufen Sie unter dieser Nummer jederzeit an.“

Mit Fokkusierung auf diese intrapersonale Ressource *Selbstwirksamkeit* kann vielfältig gefördert werden

### Patienten/Angehörige:

Ressourcenförderung versus Defizitorientierung

Stabilisierung

Kompetenzen und Talente

Bewältigungsstrategien

Kohärenzgefühl

Verarbeitungsmöglichkeiten

Optimierung von Wissen und Fähigkeiten

Zielorientierung  
Kontrolle als Hilfe nicht als Einengung  
Keine pyramidale Werte sondern Wertebreite  
Adaptionsvermögen und Flexibilität  
Bewahren der Offenheit

Schwerpunkte in der Zusammenarbeit mit den Patienten und Möglichkeiten zur Förderung derselben für das interprofessionelle Behandlungsteam:

Kommunikationsmodelle  
Wahrnehmungsförderung  
Motivationskonzepte  
Empathie  
Selbstreflexion

Unter Selbstwirksamkeitserwartungen wird die optimistische Einschätzung eigener Handlungskompetenzen und Handlungsmöglichkeiten angesichts von schwierigen Anforderungssituationen verstanden. Diese Ressource stellt eine der wichtigen personalen Ressourcen dar. Transferprozesse welche durch eine Krankheitssituation zu erwarten sind, können durch diese persönliche Kompetenz in schweren Lebenssituationen stressvermindert und konstruktiver gestaltet werden: das Wissen über die eigene Person bei Rollenveränderung durch Krankheit, die innere Sicherheit und das stabil erlebte Selbstkonzept auch bei verändertem Körperbild. Somit kann durch das wachhalten des Selbstkonzeptes nicht nur durch die Patienten selbst sondern durch vielfältige Förderungs- und Erhaltungsmassnahmen der Behandlungsteams das intrinsische Konzept des Menschen, das eigentliche Wissen sollen, dass jeder Mensch in Ordnung ist Stabilitäts-Erhalt bewirken.