Lebenslust-Therapie zur Besserung der Lebensqualität bei MS?

Datum: 04.10.2022

Original Titel:
The unique contribution of character strengths to quality of life in persons with multiple sclerosis.

Kurz & fundiert

- Online Umfrage zu 24 Charakterzügen und Lebensumständen
- 624 MS-Patienten
- Mögliche therapeutische Ansätze für bessere Lebensqualität: Schönheitsinn, Dankbarkeit, Hoffnung und Lebenslust

DGP – **Mit einer Umfrage unter mehr als 600 MS-Patienten ermittelten Forscher den Beitrag verschiedener Charakterstärken wie Hoffnung und Lebenslust zur jeweiligen Lebensqualität. Selbst bei Berücksichtigung individueller Faktoren wie sozialem Support, Fatigue oder emotionaler Stabilität könnten demnach Interventionen zur Förderung des Sinnes für das Schöne, Dankbarkeit, Hoffnung und Lebenslust Elemente einer MS-Therapie mit positivem Effekt auf die Lebensqualität sein.**

Ziel der vorliegenden Studie war es, den Einfluss von 24 Charakterzügen auf die Lebensqualität von Patienten mit Multipler Sklerose zu untersuchen. Dazu führten die Forscher eine online Umfrage durch. Sie analysierten die Lebensqualität der Teilnehmer mit Hilfe eines Modells der Lebensqualität (nach Peterson und Seligman, 2004).

In dem Modell der Lebensqualität wurden verschiedene biopsychosoziale Variablen wie Resilienz, soziale Unterstützung, Persönlichkeitszüge, Depression, Fatigue und Behinderungsgrad berücksichtigt. Mit einer Regressionsanalyse wurde darüber hinaus der Beitrag einzelner Charakterstärken zur Lebensqualität ermittelt.

Online Umfrage zu Charakterzügen und Lebensumständen bei MS-Patienten

624 Menschen mit MS füllten eine Online-Umfrage aus. Die verschiedenen Charakterstärken standen signifikant in Zusammenhang mit der Lebensqualität der Studienteilnehmer, selbst nach Berücksichtigung weiterer Parameter. Individuell trugen der Sinn für das Schöne, Dankbarkeit, Hoffnung und Lebenslust jeweils signifikant zur Lebensqualität bei. Die Kontrollvariablen waren als zusammengefasste Gruppe auch signifikant mit der Lebensqualität assoziiert. Dabei waren individuelle Fatigue, Depression, Resilienz, soziale Unterstützung durch die Familie,

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

Gewissenhaftigkeit, emotionale Stabilität, Extraversion und Offenheit signifikant relevante Faktoren.

Bessere Lebensqualität durch Förderung von Lust und Hoffnung?

Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, dass Interventionen zur Entwicklung charakterlicher Stärken eine Hilfe zur Besserung der Lebensqualität bei der Multiplen Sklerose sein könnten.

Referenzen:

Smedema, S. M., & Bhattarai, M. (2020). The unique contribution of character strengths to quality of life in persons with multiple sclerosis. Rehabilitation Psychology. Advance online publication. https://doi.org/10.1037/rep0000363

DeutschesGesundheitsPortal

Alle Rechte: © DeutschesGesundheitsPortal | HealthCom | www.deutschesgesundheitsportal.de

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“

Alle Rechte © DeutschesGesundheitsPortal.de/HealthCom