

### Teilnahme

Das Behandlungsangebot richtet sich an Menschen mit Krebserkrankungen.

### Veranstalter

Das Gruppenprogramm ist ein Behandlungsangebot der Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Psychosomatik in Kooperation mit dem Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Heidelberg.

### Leitung des Gruppenprogramms

**Katrin Willig**, Dipl.-Psychologin  
Psychoonkologische Ambulanz am NCT Heidelberg

**Iris Aupperle**, M.Sc. Psychologin  
Psychoonkologische Ambulanz am NCT Heidelberg

### Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über die Leitstelle der:  
Psychoonkologischen Ambulanz am NCT  
Im Neuenheimer Feld 460  
69120 Heidelberg  
Tel.: 06221 - 56 47 27  
Fax: 06221 - 56 52 50  
E-Mail: [catherine.schneider@med.uni-heidelberg.de](mailto:catherine.schneider@med.uni-heidelberg.de)

### Veranstaltungsort und Termine

Das Gruppenangebot besteht aus 6 Sitzungen, diese finden 1x wöchentlich dienstags von 13.00 bis 15.00 Uhr statt.

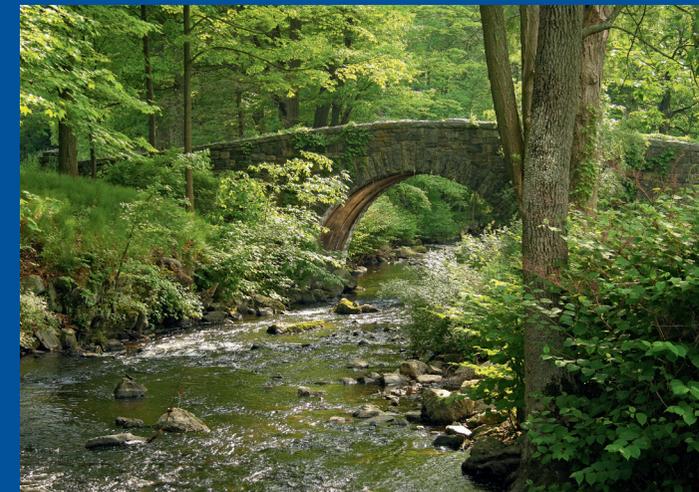
**Termine:** Dienstag, 09.10.18    Dienstag, 16.10.18  
                  Dienstag, 23.10.18    Dienstag, 30.10.18  
                  Dienstag, 06.11.18    Dienstag, 13.11.18  
                  Montag, 10.12.18

**Ort:** Nationales Centrum für Tumorerkrankungen  
1. OG Konferenzraum (K2/K3)

Wenn Sie sich für dieses Angebot interessieren, stehen wir gerne für weitere Informationen und persönliche Auskünfte zur Verfügung.

Bitte vereinbaren Sie mit uns einen Termin für ein Vorgespräch.

## Gruppenangebot: (M)einen Weg finden ... ... im Umgang mit Zukunftssorgen und anderen belastenden Gedanken



In Zusammenarbeit des NCT und der Klinik für  
Allg. Innere Medizin und Psychosomatik

## Informationen zu unserem Gruppenangebot

Viele Menschen, die an Krebs erkrankt sind, erleben durch die Erkrankung und die damit einhergehende Behandlung nicht nur körperliche, sondern auch seelische Belastungen.

In unserem Angebot wollen wir besonders auf Zukunftssorgen, Befürchtungen und Ängste, die im Krankheitsverlauf entstehen können, eingehen.

Es hat sich gezeigt, dass gerade die Unterstützung durch eine Gruppe sehr entlastend sein kann.

Durch Informationen, praktische Übungen und Anleitung sowie den Austausch mit anderen Betroffenen werden Wege des Umgangs mit Zukunftssorgen vermittelt.

Das Angebot trägt dazu bei, eigene Kräfte und Ressourcen zu entdecken und weiter zu entwickeln.

## Themen

- › Befürchtungen einschätzen lernen
- › Umgang mit Zukunftssorgen
- › Wechselbeziehung zwischen Körper und Seele
- › Umgang mit krankheits- oder behandlungsbedingten Veränderungen der Lebenssituation
- › Bewältigung von Angst und anderen belastenden Gefühlen
- › Entlastungsmöglichkeiten

## Wann ist eine Teilnahme sinnvoll?

**Eine Teilnahme ist sinnvoll, wenn psychische Belastungen oder Beschwerden vorliegen, insbesondere bei ...**

- › psychischen Beschwerden, die als Folge von Ängsten und Zukunftssorgen auftreten können (z.B. Depressivität, Schlafstörungen, Unruhezustände, Spannungen im zwischenmenschlichen Bereich)
- › Sorgen in Bezug auf Partnerschaft, Familie und Berufsleben
- › dem Wunsch nach Unterstützung im Umgang mit Zukunftssorgen, Befürchtungen und Ängsten
- › dem Bedürfnis nach Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen mit zusätzlicher professioneller Unterstützung.