

Kraft finden, Halt geben

Psychoonkologisches Gruppen-
angebot für Angehörige von
Krebspatienten



Wann und wo?

Wir treffen uns an 6 Terminen, jeweils 14-täglich.
Den nächsten Starttermin erfahren Sie über das
Sekretariat der UCT Krebsberatungsstelle.

Ort: Universitätsklinikum Frankfurt,
Haus 14B, 2. OG, Bibliothek
(neben der UCT Krebsberatungsstelle)

Anmeldung

Bitte vereinbaren Sie einen Termin für ein
Vorgespräch, telefonisch oder per E-Mail, bei der
Krebsberatungsstelle des UCT Frankfurt
Universitätsklinikum Frankfurt

Haus 14B, 2. OG
Theodor-Stern-Kai 7
60596 Frankfurt am Main

Montag bis Freitag von 09:00 – 16:00 Uhr
Tel.: 069 / 6301-86895

E-Mail: krebsberatung@unimedizin-ffm.de

Kontaktieren Sie uns auch gern vorab für weitere
Informationen und persönliche Auskünfte!



Worum geht es?

Ein Familienmitglied oder ein Ihnen nahestehender Mensch ist an Krebs erkrankt? Sie möchten die Person in dieser herausfordernden Lebensphase unterstützen, und fühlen sich dabei selbst belastet und überfordert?

Unsere Erfahrung in der Begleitung von Paaren, Familien und Befreundeten zeigt, dass auch Angehörige von Krebspatientinnen und -patienten unter Ängsten und Belastungen leiden, ihre Sorgen aber oft zu Gunsten des erkrankten Menschen zurückhalten. Dabei bringt die Mehrbelastung im Alltag viele Angehörige an ihre Grenzen.

Um eine gute Stütze für den erkrankten Menschen sein zu können, ist es deshalb umso wichtiger, eigene Belastungsgrenzen wahrzunehmen und sich persönliche Auszeiten zu nehmen. Unser psychoonkologisches Team unterstützt Sie in dieser Situation mit einem Gruppenangebot für Angehörige.

Was sind die Inhalte und Ziele?

Die psychoonkologisch geleitete Gruppe bietet Ihnen einen geschützten Raum, in dem Sie sich über persönliche Belastungen wie Gefühle der Angst oder Ohnmacht, Traurigkeit oder Erschöpfung mit anderen betroffenen Angehörigen austauschen können. Weitere Themen sind:

- Persönliche Ressourcen: Was stärkt mich bereits? Was fehlt mir im Moment noch, um mehr Kraft zu finden?
- Stressbewältigung und Selbstfürsorge
- Achtsamkeit in schwierigen Zeiten: Wie lässt sich Resilienz im Alltag stärken?
- Umgang mit belastenden Gefühlen und inneren Konflikten
- Kommunikation mit dem erkrankten Menschen und dem sozialen Umfeld
- veränderte soziale Rollen
- Was ist mir für die Zukunft wichtig?

Wer kann teilnehmen?

Das Gruppenangebot richtet sich an alle Interessierten, die einem an Krebs erkrankten Menschen zur Seite stehen und sich von den Auswirkungen der Erkrankung emotional mitbetroffen fühlen:

- Partner/Partnerin
- Angehörige (Eltern, erwachsene Kinder, Geschwister, nahe Verwandte)
- Freund/Freundin
- weitere enge Bezugspersonen

Die Gruppengröße beträgt maximal 8 Personen.