

## Experten-Empfehlungen für Sie

### Langzeitfolgen/Demoralisierung (stark)

#### „Belastungen beherrschen auch Jahre nach der Diagnose Ihr Leben?“

- Psychotherapie wird empfohlen
- Paartherapie erst im zweiten Schritt erwägen
- Körperorientierte Therapieverfahren (z.B. Tanztherapie) um neues Körperbewusstsein und Selbstwert zu entwickeln
- Bei Partnerschaftsproblemen und Kinderwunsch ist „pro familia“ eine wichtige Anlaufstelle. Wenn ein Kinderwunsch nach einer Krebserkrankung nicht mehr erfüllbar ist, kann über Adoption nachgedacht werden
- Sport & Bewegung fördert die Lebensfreude und die Lebensqualität
- Sich wieder spüren und vertrauen lernen
- Gefühlen Raum geben, benennen und bearbeiten

#### Leitung

Prof. Dr. Tanja C. Vollmer<sup>1</sup> und Prof. Dr. Volker Beck<sup>2</sup>

<sup>1</sup>IAPAH Institut für Angewandte Psychologie in Architektur und Gesundheit in Rotterdam

<sup>2</sup>Fachbereich für Gesellschaftswissenschaften und Soziale Arbeit der Hochschule Darmstadt

#### Ansprechpartnerin

Dipl. Psych. Anja Boin | Psychologische Psychotherapeutin

[info@psycho-onkologie.net](mailto:info@psycho-onkologie.net)

#### Förderer

Barbara und Wilfried Mohr Stiftung in Wedel & Stiftung Leben mit Krebs in Wiesbaden