

Experten-Empfehlungen für Sie

Sexualität und Partnerschaft (leicht)

„Sexualität und Partnerschaft belasten Sie ab und zu?“

- Der offene Umgang mit den eigenen Narben und Verletzungen sowie die eigene Wahrnehmung und Akzeptanz des durch Krankheit veränderten Körpererlebens, sind sehr gute Verarbeitungsstrategien!
- Beim Wunsch nach „Veröffentlichung“ sollte allerdings vorsichtig abgewogen werden, ob die eigene psychische Stabilität ausreicht, um mit allen Reaktionen von außen bereits umgehen zu können. Hier: das offene Gespräch mit engen Vertrauten suchen oder evtl. einem psychoonkologischen Berater
- Mit Blick auf tiefer liegende Probleme kann es hilfreich sein, im Rahmen einer Kurzzeit-Psychotherapie eigene Gefühle und Wünsche zu klären
- Überdenken, was mir wichtig und kostbar ist, was ich vielleicht bisher auch vermisst habe. Dies dann in den Alltag umsetzen, dabei aber nicht in Hektik verfallen.

Leitung

Prof. Dr. Tanja C. Vollmer¹ und Prof. Dr. Volker Beck²

¹IAPAH Institut für Angewandte Psychologie in Architektur und Gesundheit in Rotterdam

²Fachbereich für Gesellschaftswissenschaften und Soziale Arbeit der Hochschule Darmstadt

Ansprechpartnerin

Dipl. Psych. Anja Boin | Psychologische Psychotherapeutin

info@psycho-onkologie.net

Förderer

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