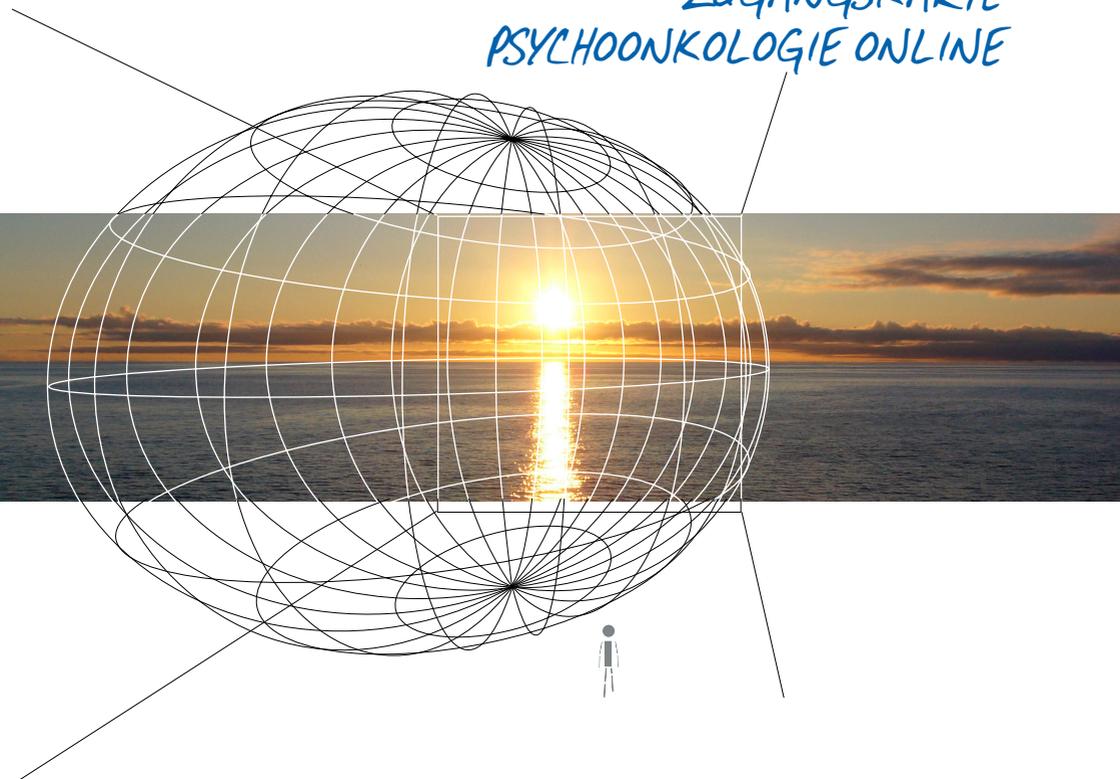


# ZUGANGSKARTE PSYCHOONKOLOGIE ONLINE



## Benötigen Sie psychoonkologische Unterstützung?

Gehen Sie dann auf die Website [www.psycho-onkologie.net](http://www.psycho-onkologie.net) und geben Ihren persönlichen Zugangscode (LOGIN CODE) ein, den Sie mit dieser Information erhalten. Dieser Zugangscode wurde Ihnen von uns oder Ihrem/Ihrer Selbsthilfegruppenleiter/in ausgehändigt, um Ihren ganz persönlichen Weg durch unser Beratungsportal zu nehmen. Bitte geben Sie CODE und Karte nicht an andere weiter!

## Warum psychoonkologische Unterstützung?

Die Psychosoziale Onkologie hat sich in den letzten 30 Jahren zu einer anerkannten Fachdisziplin entwickelt. Forschung und klinische Erfahrung haben gezeigt, dass die psychoonkologische Unterstützung von an Krebs Erkrankten und ihren Angehörigen eine dauerhafte Verbesserung der Lebensqualität erreichen und die Entwicklung psychischer Störungen lindern oder verhindern kann.

## Warum ‚Psychoonkologie Online‘

Die Angebote psychoonkologischer Betreuung sind in Deutschland sehr vielfältig. Es gibt Krebsberatungsstellen der Landeskrebsgesellschaften oder anderer Vereine. Es gibt Psychologen in den Tumorzentren und onkologischen Kliniken, die Patienten während ihres medizinischen Behandlungsprogramms betreuen. Und es gibt niedergelassene Psychotherapeuten, die in eigener Praxis Patienten behandeln.

### Ein Ansprechpartner fehlt im bisherigen Versorgungsangebot!

**Einen, der sich sofort die Zeit nimmt,**

heraus zu finden, ob und welche psychoonkologische Hilfe Sie benötigen.

**Einen, der die gesamte Übersicht hat,**

und hilft, das für Sie persönlich am besten passende Angebot aus zu wählen.

**Einen, der gut vernetzt ist und schnell handelt,**

um Angebote zu finden- auch in Gegenden - wo diese eher rar sind.

**Einen, den Sie ohne großen Aufwand erreichen können,**

auch wenn Sie sich körperlich oder seelisch gerade nicht in der Lage fühlen, unter Menschen oder aus dem Haus zu gehen.

Mit ‚Psychoonkologie Online‘ schaffen wir diesen Ansprechpartner.

### Keine leichte Aufgabe!

Viele Experten aus den Bereichen Psychologie und Medizin und natürlich Patientenvertreter selbst haben uns dabei geholfen, ein kostenloses Internet-Beratungsportal zu schaffen. Es ist das erste deutschsprachige Angebot im Internet, das sich ausschließlich mit dem Thema Psychoonkologie und direkt an Patienten wendet. Mit der Idee, ein Beratungsangebot im Internet zu schaffen, folgen wir Beispielen anderer Länder wie Australien und den USA, die ebenfalls versuchen, gezielte und schnelle Hilfe über weite Strecken ihres Landes zu bringen.

### ‚Psychoonkologie Online‘ ist Überzeugung und Gefühl!

In den insgesamt 30 Jahren Praxiserfahrung der Projektleiter hat sich gezeigt, dass neben allen körperlichen und seelischen Leiden, die Krebsbetroffene durchleben, eines als besonders dramatisch erlebt wird: „Wenn mir alle immer sagen, das wird schon wieder..., du musst nur einfach die Dinge positiv sehen..., du siehst doch schon wieder so gut aus...“. Wir sind davon überzeugt, dass das Unverständnis der „Gesunden“ die Isolation vieler Betroffener sowie die Scheu, sich Hilfe zu suchen, nur vergrößert.

Niemand weiß, wie es wirklich in Ihnen aussieht. Irgendwann geben Sie vielleicht auf, es anderen erklären zu wollen. Sie bleiben dann allein. Auf unserem Internetportal machen wir belastende Gefühle sichtbar, hörbar und spürbar. Wir möchten Ihnen - und „den Anderen“- zeigen, dass diese Gefühle existieren, nur schwer zu ertragen sind und einen wichtigen Hinweis geben, wie psychisch belastet jemand wirklich ist. Wir wollen zeigen, dass Sie mit diesen Gefühlen nicht allein sind und es überaus wichtig ist, mit diesen auch nicht allein zu bleiben!



### **„Psychoonkologie Online“ geht unter die Haut!**

Gemeinsam mit behandelnden Psychoonkologen haben wir darum aus zahlreichen Patientenakten Geschichten geformt, die Symptome und Belastungen rund um die Themen Angst, Depression, Sexualität, Partnerschaft und Fatigue exemplarisch abbilden. Die Regisseurin Gabriela Zerhau sowie zahlreiche Schauspielerinnen und Schauspieler halfen uns, die Geschichten in eindrucksvollen Kurzfilmen darzustellen. Vorsicht: Das kann unter die Haut gehen! Aber genau dort, liegen ja die Probleme.

### **„Psychoonkologie Online“ ist Wissenschaft und Anwendung**

Jeder Film wird von einem namhaften Psychoonkologen kommentiert, der wertvolle Anregungen zum Umgang mit den jeweiligen Belastungen gibt. Außerdem ist dem Internetportal eine **Telefonberatung** angeschlossen, bei der Sie eine Psychotherapeutin direkt erreichen.

Unser wissenschaftlicher Beirat ist aus Mitgliedern deutscher Universitätskliniken, Praxen und Forschungseinrichtungen sorgfältig zusammen gestellt. Seriösität und Sinnhaftigkeit unseres Portals sind für uns handlungsleitend. Vielleicht sind Sie unserem Projekt schon begegnet? Seit Sommer 2013 sind wir bereits in 80 Arztpraxen und Klinik in Deutschland mit unseren Informationsflyern vertreten und diskutieren wir mit Betroffenen auf Kongressen und Veranstaltungen wie dem Krebsinformationstag in Berlin.

### Ihre Meinung ist uns wichtig!

Beim Ausloggen aus dem Portal erscheint ein kurzer Fragebogen, bei dem Sie Ihre Meinung über das Portal kundtun können. Dies kann natürlich auch via e-mail oder telefonisch erfolgen. Durch den LOGIN- Mechanismus können KEINE personenbezogenen Daten gesammelt werden. Sie und alle Antworten im Fragebogen bleiben anonym. Die Speicherung der anonymen Daten dient lediglich dazu, das Nutzungsverhalten unserer Besucher und Ihre Meinung zu dokumentieren und analysieren. Dadurch erhalten wir Informationen, die es uns ermöglichen, unser Angebot weiter auf Ihre Bedürfnisse zuzuschneiden und zu verbessern. Alle weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Impressum unseres Portals.

### Die Verantwortlichen

Das Projekt ist ein Gemeinschaftsprojekt des Fachbereichs Gesellschaftswissenschaften und Soziale Arbeit der Hochschule Darmstadt und des Instituts für Angewandte Psychologie in Architektur und Gesundheit Rotterdam. Es wird gefördert durch die Barbara und Wilfried Mohr Stiftung sowie die Stiftung Leben mit Krebs. Wir sind für Sie erreichbar unter: + 49.717.781.89.53 oder info@psycho-onkologie.net (Montags 12.00 - 15.30 Uhr, dienstags 20.00 - 22.00 Uhr, donnerstags 8.00 - 11.30 Uhr)

### Wir freuen uns auf Ihren Besuch unseres Portals

Ihre Projektleitung



Prof. Dr. Volker Beck



Dr. Tanja C. Vollmer