

Kontakt

Falls Sie unser Gruppenprogramm ausprobieren und uns bei unserer Studie unterstützen möchten, würden wir uns sehr freuen.

Gerne können Sie uns jederzeit bei Fragen kontaktieren oder sich für weitere Informationen an unser Ambulanzsekretariat wenden.

Anmeldung und Information

Ambulanzsekretariat PM

Mo. bis Fr. 07.30 - 12.00 Uhr

Mo. bis Do. 12.30 - 16.00 Uhr

Fr. 12.30 - 14.30 Uhr

Tel 0201 438755-101

Mail relieve.essen@lvr.de

Ihre Ansprechpartner

Das **RELIEVE**-Studien-Team

Studienleitung: M.Sc. Jessica Neumann

Anschrift

LVR-Universitätsklinik Essen

Ambulanz der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

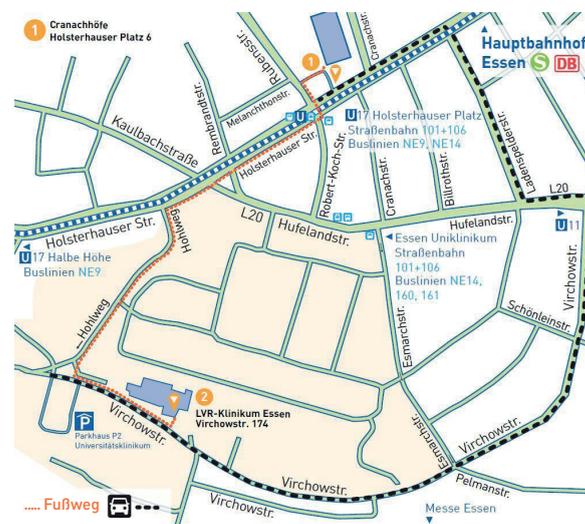
Holsterhauser Platz 6, 45147 Essen

Tel 0201 438 755-101

Fax 0201 438755-255

Mail Jessica.Neumann@lvr.de

Anfahrt



UNIVERSITÄT
DUISBURG
ESSEN
Offen im Denken

LVR-Klinikverbund

LVR
Qualität für Menschen



Photo by Andrew Moca on Unsplash

Psychoedukatives Gruppenprogramm für Angehörige von Menschen mit Krebs

LVR-Universitätsklinik Essen
Virchowstr. 174, 45147 Essen
Tel 0201 7227-0, Fax 0201 7227-301
linikum-essen@lvr.de www.klinikum-essen.lvr.de

 Klinik für
Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie

 **wtz**
westdeutsches
tumorzentrum



relieve.

Liebe Angehörige, lieber Angehöriger,

die Diagnose Krebs bedeutet auch für Sie oft eine große emotionale und organisatorische Herausforderung. Gleichzeitig möchten Sie jedoch vor allem für die betroffene Person eine Stütze sein.

Dabei behalten viele ihre eigenen Belastungen und Gefühle nicht im Auge, und zur vermeintlichen Entlastung der betroffenen Person, sprechen sie nicht darüber.

Insbesondere bringt die Mehrbelastung im Alltag viele an ihre Grenzen. Angehörige oder andere nahestehende Menschen können jedoch lernen, ihre Kräfte realistisch einzuschätzen und sich nicht zu überfordern. Dazu zählt auch, sich persönliche Auszeiten zu nehmen.

Gerade dadurch können Sie auf Dauer eine wirkliche Stütze für Ihre erkrankte angehörige Person sein!

In solchen Situationen ist es von erheblichem Vorteil seine eigenen Bewältigungsstrategien zu kennen und richtig zu nutzen.

Unser Angebot

Hierfür bieten wir, die **Psychoonkologie des Westdeutschen Tumorzentrums**, Ihnen als Angehörigen, ein ärztlich-psychotherapeutisches Gruppenprogramm an. Dieses setzt sich zielführend mit einhergehenden Belastungen wie Stress, Ängsten, Erschöpfung, Interessensverlust und Schlafstörungen auseinander. Auch Veränderungen und Schwierigkeiten in der familiären Kommunikation werden thematisiert und Unterstützungsmethoden angeboten. Ziel des Programms ist es, im geschützten Rahmen die eigenen Bewältigungsmöglichkeiten zu aktivieren, Selbstfürsorge zu erlernen und somit seine Belastungen zu reduzieren, wie auch einen gesunden Umgang mit der neuen Situation zu finden.

RELIEVE-Programm

relieve (engl.): entlasten, lindern, befreien

Modul 1 – Einführung

Modul 2 – Stressoren

Modul 3 – Kommunikation

Modul 4 – Ängste überblicken

Modul 5 – Selbstfürsorge/Abschluss

Jedes Modul setzt sich aus einem informativen Teil, bei dem ein Thema des betreffenden Moduls vorgestellt wird, und praktischen Übungen zusammen.

Ziel ist es, nach Abschluss des Programms einen Notfallkoffer mit Übungen, Strategien und Arbeitsmaterial zur Hand zu haben, welcher individuell auf Sie angepasst ist.

Dauer

Es handelt sich um ein fünf-wöchiges Gruppenprogramm von fünf Terminen à 90 Minuten. Die sechs bis acht Teilnehmer:innen treffen sich einmal pro Woche.

An wen richtet sich das Gruppenprogramm?

Jede angehörige oder nahestehende Person eines an Krebs erkrankten Menschen über 18 Jahre und mit guten Deutschkenntnissen kann am Programm und an der Studie teilnehmen. Das Programm begleitet Sie über fünf Wochen. Wichtig ist, dass Sie das gesamte Programm absolvieren, um davon wirklich profitieren zu können. Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen oder entsprechend Ihres Vertrages von den privaten Krankenkassen übernommen.

Die RELIEVE-Studie

Um unsere Angehörigenprogramme stetig zu verbessern, möchten wir herausfinden, ob unser Gruppenprogramm im Umgang mit Ihren Belastungen in Bezug auf die Krebserkrankung ihrer nahestehenden Person hilft und so eine Unterstützung im Rahmen der Krankheitsbewältigung sein kann. Wenn dies der Fall sein sollte, können zukünftig viele Menschen von unserem Gruppenprogramm profitieren.

Wie läuft die Studie ab?

Hierzu erheben wir im Verlauf der Studie zu drei Zeitpunkten mithilfe eines kurzen Online-Fragebogens Daten zum psychischen Befinden sowie zu Ihrer Zufriedenheit mit dem RELIEVE-Programm. Alle Daten werden pseudonymisiert erhoben und gespeichert, wodurch ein Rückschluss auf Ihre Person nicht möglich ist.