

Information

Wann?

Zehn Sitzungen, wöchentlich
am Mittwoch von 16.15 bis 17.30 Uhr
Erster Termin nach Absprache

Wo?

Universitätsspital Zürich
Culmannstrasse 8
8091 Zürich

Kosten

Die Kosten werden von der Grund-
versicherung übernommen.

Leitung

Jan Flemming, M. Sc., Psychologe
Barbara Schnider, Dr. sc. med.,
Psychologin

Kontakt

Universitätsspital Zürich
Klinik für Konsiliarpsychiatrie und
Psychosomatik
Rämistrasse 100

+41 44 255 52 80
psyinfo@usz.ch

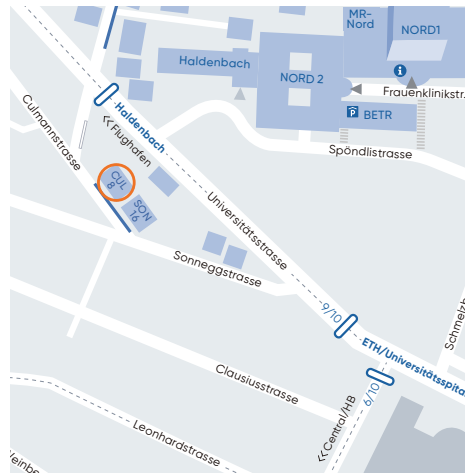
Bei Interesse können Sie ein unverbind-
liches Gespräch bei uns vereinbaren.

Folgen Sie dem USZ unter



Anreise

Tramlinien 9 und 10 bis Haltestelle
Haldenbach



Therapieangebot

Gruppenangebot für Menschen mit Krebserkrankungen

Zehn Sitzungen

Wöchentlich am Mittwoch von 16.15 – 17.30 Uhr
Culmannstrasse 8, Universitätsspital Zürich

Wir wissen weiter.

Willkommen

Liebe Patientin, lieber Patient

Als Folge einer Krebserkrankung können auch psychische Belastungen auftreten. Vielleicht erleben Sie Ängste und Unsicherheiten, die Sie Ihren Angehörigen nicht mitteilen, weil Sie diese vielleicht schonen möchten oder die Sorge haben, nicht verstanden zu werden.

Unsere Gruppentherapie mit interaktivem und verhaltenstherapeutischem Ansatz ist eine Möglichkeit, Sie in dieser Lebenssituation zu unterstützen.

Für Menschen mit körperlich bedingten psychischen Belastungen kann der Austausch mit anderen Betroffenen sehr hilfreich und entlastend sein. In der Gruppe wird dies bewusst gefördert. Auch das Teilen von unangenehmen Gefühlen wie zum Beispiel Angst, Frustration oder Traurigkeit und die Auseinandersetzung mit Einschränkungen im Alltag finden in der Gruppentherapie ihren Platz.

Die Therapie bieten wir Menschen mit Krebserkrankungen an. Geleitet wird die Gruppe von zwei psychologischen Psychotherapeut:innen aus dem Bereich der Psychoonkologie. Insgesamt finden zehn Sitzungen zu 75 Minuten statt.

Wenn Sie sich für die Gruppe interessieren, können Sie ein unverbindliches Vorgespräch bei uns vereinbaren, in dem Sie weitere Informationen erhalten.

Gruppeninhalte

- Erkennen von und Umgang mit krankheitsbezogenen Sorgen
- Unterstützung bei unangenehmen Gefühlen und negativer Veränderung des Selbstbildes
- Erlernen von Strategien im Umgang mit Stress, Schlafstörungen, Fatigue und kognitiven Defiziten