

## Anmeldung zur Teilnahme am Behandlungsprogramm

Weitere Informationen zum Programm und unserer Studie finden Sie auf unserer Internetseite:

<https://online-trauertherapie.beranet.info>

Zur Anmeldung gelangen Sie auch direkt über folgenden Link:

<https://online-trauertherapie.beranet.info/befragung>

## Das Therapieangebot ist für Sie kostenfrei!

Das Projekt wird gefördert von der Deutschen José Carreras Leukämie-Stiftung und wird in Kooperation mit der Abteilung für Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie sowie der Abteilung für Hämatologie und Internistische Onkologie des Universitätsklinikums Leipzig durchgeführt.

## KONTAKT

Dipl.-Psych. Julia Große  
Dipl.-Psych. Rahel Hoffmann

Universitätsklinikum Leipzig  
Klinik und Poliklinik für Psychosomatische  
Medizin und Psychotherapie  
Simmelweisstraße 10  
04103 Leipzig

Tel.: 0341 9725004 oder 0341 9718953

[online-trauertherapie@medizin.uni-leipzig.de](mailto:online-trauertherapie@medizin.uni-leipzig.de)

<https://online-trauertherapie.beranet.info>

Sie finden uns auch auf unserer Facebookseite:



[fb.me/OnlineTrauertherapie](https://fb.me/OnlineTrauertherapie)



KLINIK UND POLIKLINIK  
FÜR PSYCHOSOMATISCHE MEDIZIN  
UND PSYCHOTHERAPIE

Internettherapie für  
Hinterbliebene nach dem  
Verlust eines Menschen  
durch eine hämatologische  
Krebserkrankung

## Sie haben den Verlust eines Ihnen nahestehenden Menschen aufgrund einer hämatologischen Krebserkrankung erlebt?

Möglicherweise haben Sie auch folgende Schwierigkeiten bei sich bemerkt:

- Ihre intensive Trauer um die verstorbene Person hat auch nach über einem halben Jahr nach dem Verlust nicht abgenommen.
- Sie verspüren ein starkes Sehnen nach der Person.
- Ihre Gedanken kreisen häufig um die Person und den Verlust.
- Es fällt Ihnen schwer, den Verlust zu akzeptieren.
- Sie empfinden Verbitterung, Wut, Ungläubigkeit oder Schock im Zusammenhang mit dem Verlust.
- Sie haben die Empfindung, dass Ihre Gefühle unwirklich oder „flach“ sind oder dass Sie keine Emotionen verspüren.
- Gefühle der Leere, Bedeutungslosigkeit oder Unerfülltheit treten bei Ihnen auf.
- Sie möchten sich nicht an den Verlust oder die verstorbene Person erinnern.
- Ihre Beziehungen sowie Ihr soziales und berufliches Leben haben sich seit dem Verlust verschlechtert.
- Es fällt Ihnen schwer, Ihren Alltag zu bewältigen bzw. sich neuen Aufgaben und Beziehungen zuzuwenden.

Erkennen Sie sich in einigen dieser Punkte wieder, leiden Sie womöglich unter einer sogenannten langanhaltenden Trauerreaktion.

An der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Leipzig haben wir ein [internetbasiertes Behandlungsprogramm](#) entwickelt, das Sie dabei unterstützen kann, den Verlust zu bewältigen, Ihr psychisches Befinden zu verbessern und Ihren Blick wieder in die Zukunft zu richten.

## Unter folgenden Voraussetzungen ist unser Behandlungsprogramm für Sie geeignet:

- Sie haben eine nahestehende Person, beispielsweise einen Verwandten, einen Partner oder einen Freund, aufgrund einer hämatologischen Krebserkrankung verloren.
- Sie fühlen sich durch diesen Verlust sehr belastet.
- Sie sind mindestens 18 Jahre alt.
- Der Verlust der nahestehenden Person liegt mindestens 6 Monate zurück.
- Sie haben einen regelmäßigen Zugang zum Internet.
- Sie sprechen und schreiben fließend Deutsch.

## Das Behandlungsprogramm

- ist eine verhaltenstherapeutisch orientierte internetbasierte Therapie.
- dauert 5 Wochen und besteht aus 10 Schreibaufgaben, welche Sie dabei unterstützen, sich mit dem Erlebten auseinanderzusetzen und Ihre Trauer zu verarbeiten.
- ist für Sie kostenfrei.

## Ablauf

- Die Schreibaufgaben können Sie zu Hause zu selbst gewählten Terminen erledigen.
- Dabei stehen Sie in ständigem Kontakt mit Ihrer Therapeutin, die Ihnen die anstehenden Therapieschritte erklärt.
- Zu den Schreibaufgaben erhalten Sie wöchentlich eine persönliche Rückmeldung von Ihrer Therapeutin, wobei auf das von Ihnen Erlebte sowie die von Ihnen dargestellten Gedanken und Gefühle näher eingegangen wird.

## Haben Sie Interesse an der Teilnahme an unserem Behandlungsprogramm?

Weitere Informationen zum Programm und unserer Studie finden Sie auf folgender Internetseite: <https://online-trauertherapie.beranet.info>

Von dort aus können Sie zu einer kurzen Online-Befragung gelangen, welche Voraussetzung für die Anmeldung zu unserem Behandlungsprogramm ist. Die Online-Befragung können Sie auch direkt unter folgendem Link erreichen: <https://online-trauertherapie.beranet.info/befragung>

Die Online-Befragung und ein darauffolgendes einmaliges Telefongespräch dienen der Abklärung, ob unser Programm die geeignete Behandlung für Sie darstellt.

Den genauen Zeitpunkt des Behandlungsbeginns teilen wir Ihnen dann persönlich mit.

Unmittelbar vor Beginn und nach dem Ende der Behandlung sowie 3, 6 und 12 Monate nach Behandlungsende werden wir Sie bitten, einen weiteren Online-Fragebogen zu Ihrem Befinden und Ihren Beschwerden auszufüllen. Dabei möchten wir feststellen, ob Ihnen die Behandlung kurz- sowie auch langfristig geholfen hat.