



Náročné emoce a myšlenky

Možnosti jejich zvládnutí v průběhu onkologické léčby, ale i po ní.

Onkologické onemocnění, stejně jako jeho léčba přinášejí do života nemocného člověka, ale i jeho blízkých a zdravotníků řadu náročných emocí a s nimi spojených myšlenek. Ty pak výrazně ovlivňují náš každodenní život a jeho kvalitu. V některých případech mohou mít vliv i na úrovni biologických pochodů, a to včetně imunitního systému. Ne vždy však musíme být jen jejich pasivní obětí a ne všechny nepříjemné emoce jsou automaticky negativní, či snad škodlivé.

V rámci přednášky si budeme ukazovat jak jim o něco lépe porozumět. Jak je možné s nimi do určité míry pracovat tak, aby se zmírnil jejich případný nežádoucí dopad na naši psychiku i zdraví. Přednáška nedává zaručené návody, ale může být dobrou inspirací pro vlastní práci s myšlenkami a emocemi, které nás v léčbě či nemoci zatěžují.

Přednáška je určena pro lidi se zkušeností nemoci, jejich blízké či zdravotníky.

Shodná přednáška „Náročné emoce a myšlenky“ proběhne v těchto městech:

- 29.5.2024** Pardubice, od 12:30 a znovu od 15:15
- 18.6.2024** Hradec Králové, od 14:00
- 26.6.2024** Praha, od 18:00
- 5.9.2024** Ostrava, od 17:00
- 9.10.2024** Olomouc, od 10:00 (součást konference Okno do Onko)
- 14.10.2024** České Budějovice, od 18:00
- 15.10.2024** Praha, od 16:00
- 17.10.2024** Brno, od 16:00

Data a časy pro další města budou případně uváděna na registračním webu.

Podrobnější informace, místa konání a **REGISTRACE (ZDE):** www.linkos.cz

Stránka projektu: <https://www.linkos.cz/pacient-a-rodina/mysliprotirakovine/>

[Na setkání s Vámi se těší přednášející](#)

PhDr. Ing. Martin Pospíchal, Ph.D.

předseda Psychoonkologické sekce České onkologické společnosti ČLS JEP

