

# OBSAH

ABSTRAKT.....	9
ÚVOD .....	10
I. ČÁST PRO ODBORNOU VEŘEJNOST.....	13
1. SEZNÁMENÍ S VÝZKUMEM.....	14
2. COPING .....	18
2.1 Co je coping.....	18
2.2 Obvyklé reakce na sdělení onkologické diagnózy, či návrat nemoci .....	18
2.3 Vztah kvality života a copingových strategií.....	20
Použitá literatura .....	21
3. COPING TYPY C .....	22
Použitá literatura .....	23
4. COPINGOVÉ STRATEGIE A OSOBNOST .....	24
4.1 Popis copingových strategií – úvod k rozboru dat z testů SVF 78 a NEO-FFI.....	24
4.2 Sebeobviňování.....	25
4.3 Ruminace: mentální přežvykování.....	25
4.4 Potřeba sociální opory .....	27
4.5 Náhradní uspokojení.....	27
4.6 Vyhýbání se.....	28
4.7 Kontrola situace .....	28
4.8 Pozitivní sebeinstrukce .....	29
4.9 Odklon .....	29
4.10 Rezignace.....	30
4.11 Podhodnocení .....	30
4.12 Shrnutí.....	31
Použitá literatura .....	31
5. PSYCHICKÉ OBTÍŽE PŘI NÁDOROVĚM ONEMOCNĚNÍ .....	32
5.1 Psychologický distres .....	32
5.2 Proč se duševními poruchami zabývat?.....	34
5.3 Rozdělení zátěžových symptomů .....	35
Použitá literatura .....	36
II. ČÁST PRO PACIENTKY A RODINNÉ PŘÍSLUŠNÍKY.....	38
1. ÚVODNÍ SLOVO.....	39
2. CHOVÁNÍ TYPY C.....	40
Použitá literatura .....	41

<b>3. COPINGOVÉ STRATEGIE A OSOBNOST</b> .....	<b>42</b>
3.1 Sebeobviňování .....	42
3.2 Ruminace: mentální přežvykování .....	43
3.3 Potřeba sociální opory.....	44
3.4 Náhradní uspokojení.....	44
3.5 Vyhýbání se .....	44
3.6 Kontrola situace .....	45
3.7 Pozitivní sebeinstrukce.....	45
3.8 Odklon .....	45
3.9 Rezignace.....	46
3.10 Podhodnocení.....	46
<b>4. DALŠÍ DOPORUČENÍ ANEB CO JEŠTĚ MŮŽETE DĚLAT</b> .....	<b>47</b>
4.1 Vnímat sebe sama.....	47
4.2 Vyjadřovat vztek.....	48
4.3 Postupovat po malých krůčcích.....	51
<b>5. REAKCE NA SDĚLENÍ ONKOLOGICKÉ DIAGNÓZY A SOUVISLOSTI SE ZDRAVOTNÍM STAVEM</b> .....	<b>52</b>
5.1 Zdroje.....	52
5.2 Reakce Typu C.....	52
5.3 Bezmoc/beznaděj.....	53
5.4 Očekávaná šoková reakce.....	53
5.5 Souvislosti se zdravotním stavem.....	53
<b>6. PSYCHICKÉ OBTÍŽE PŘI NÁDOROVÉM ONEMOCNĚNÍ</b> .....	<b>55</b>
6.1 K čemu je psycholog a psychiatr aneb kdo by se jejich návštěvy bál .....	55
<b>7. ŽENY S KARCINOMEM PRSU OČIMA OŠETŘUJÍCÍ LÉKAŘKY</b> .....	<b>57</b>
<b>SOUHRN</b> .....	<b>58</b>
<b>SUMMARY</b> .....	<b>59</b>