

Wir leben *Gesundheit neu*



Die *sysTelios* Klinik in Siedelsbrunn

Wir sind eine private Akutklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie mit hypnosystemischer Grundhaltung. Unser therapeutisches Konzept und Angebot ist fachärztlich geleitet. 1997 haben wir es erstmals im klinischen Kontext umgesetzt und entwickeln es seitdem stetig weiter.

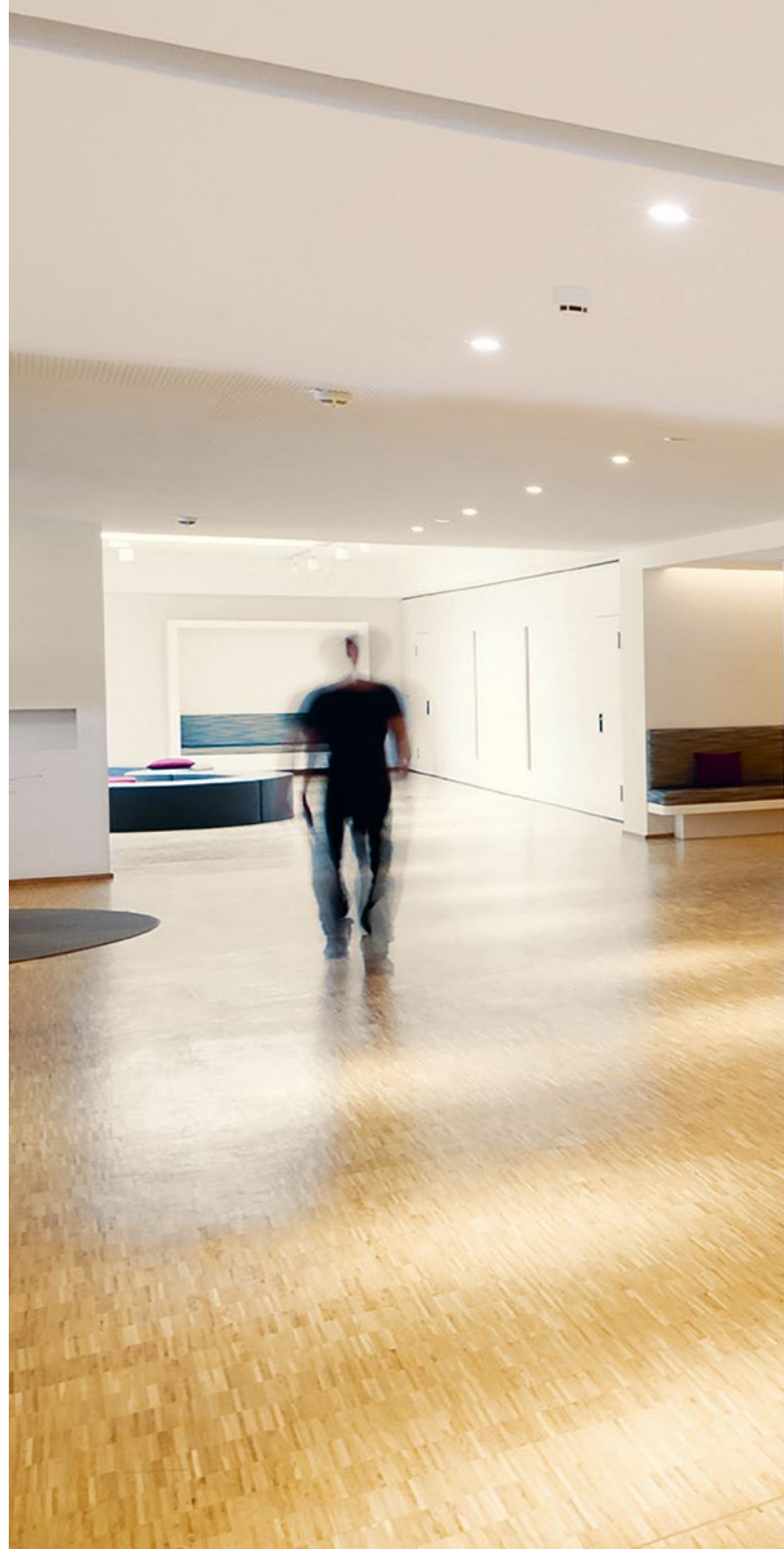
Hypnosystemik ist die Verbindung kompetenzaktivierender **hypno**therapeutischer Konzepte mit ressourcen- und lösungsorientierten **systemischen** Ansätzen. Wir verknüpfen diese in der **sysTelios Klinik** mit tiefenpsychologisch fundierten und verhaltenstherapeutisch ergänzenden Verfahren.

Der Aufenthalt bei uns bietet Ihnen eine intensive und interdisziplinäre therapeutische Betreuung mit dem Ziel einer nachhaltigen Gesundheitsentwicklung. Wichtig sind uns dabei eine wertschätzende Kooperation auf Augenhöhe und ein an Ihren individuellen Zielen ausgerichteter Therapieprozess.

Dabei werden Sie über den gesamten Zeitraum von einem therapeutischen Kleinteam kontinuierlich begleitet. Ihre Therapie findet sowohl im Einzelsetting als auch im geschützten Rahmen einer festen Bezugsgruppe statt, die aus neun Klientinnen und Klienten besteht. Ergänzend hierzu bieten wir Ihnen vielfältige gruppenübergreifende Zusatzangebote.

Unsere grundlegende Haltung, mit der wir Klientinnen und Klienten begegnen, setzen wir auch in unserer Organisationskultur um. Selbstorganisation, Transparenz, flache Hierarchien und Mitgestaltungsmöglichkeiten in allen internen und externen Prozessen sind die Basis unserer Zusammenarbeit.

Bleiben Sie informiert: www.sysTelios.de/newsletter





Was möchten Sie wissen?

- 04 Medizinisches Team
- 06 Schutzraum und Passepartout
- 08 Ärztliche Leitung und medizinische Aufnahme
- 10 sysTelios Haltung
- 12 Therapeutisches Konzept
- 12 Visiomission
- 14 Somatopsychik
- 16 Therapeutische Bezugsgruppe
- 18 Psychotherapie im Gespräch
- 20 Körperzentrierte Therapien
- 22 Kunstpsychotherapie
- 24 Musikpsychotherapie
- 26 Psychosomatik für Jugendliche und junge Erwachsene
- 28 Zusatzangebote
- 30 Kinderbetreuung
- 32 Frischeküche
- 34 Selbstorganisation
- 36 Regeneration
- 38 Biophilia
- 40 Architektur mit Weitblick
- 42 Organisation Ihres Aufenthalts
- 44 Qualitätserleben
- 46 Reise ins Ich – ein inneres Resümee
- 47 Transfer
- 48 Impressum

Wir möchten mit dieser Broschüre alle Menschen ansprechen, die sich für unser therapeutisches Konzept und Angebot interessieren. Dafür verwenden wir eine möglichst inklusive und geschlechtergerechte Sprache.

In der psychotherapeutischen Kooperationsbeziehung mit den Menschen, die zu uns kommen, sprechen wir von Klientinnen und Klienten. In dieser Broschüre verwenden wir auch die inkludierende Schreibweise Klientinnen.

Dass sich alle Angesprochenen gemeint fühlen, ist unser Wunsch. Die Wirkung einer Botschaft bestimmt immer die Person, die sie empfängt. Wir sind zuversichtlich und freuen uns darauf, dass sich mit der gesellschaftlichen Entwicklung sprachlich stimmige Formen etablieren werden: willkommen@sysTelios.de



»Wir leben Gesundheit neu.
Klingt ganz schön selbstbewusst ...«

»Findest du?«

»Ist schließlich der Titel unserer Bro-
schüre. Wahrscheinlich nur so ein Spruch,
mögen manche denken.«

»Vielleicht. Aber einer, der es auf den
Punkt bringt.«

»Ich bin gespannt. Wollen wir noch
jemanden begrüßen? Denn da liest
schon jemand, was wir gerade
sagen ...«



Medizinisches Team

Das medizinische Team der **sysTelios Klinik** empfängt die Klientinnen und Klienten und begleitet sie während des gesamten stationären Aufenthalts. Die examinierten Gesundheits-/Krankenpflegerinnen und Fachpflegekräfte sind stets ansprechbar für medizinische und organisatorische Fragen sowie persönliche Anliegen.

Mit Empathie und Herzlichkeit, mit Klarheit und Pragmatismus unterstützt das medizinische Team die Klientinnen und Klienten. Vertrauen und Vertraulichkeit sind weitere wichtige Aspekte, um einen Rahmen zu schaffen, in dem sich die Klientinnen und Klienten gut und sicher aufgehoben fühlen können.

Viele interne und externe Prozesse werden vom medizinischen Team koordiniert. Durch die enge Vernetzung mit allen therapeutischen und mit-therapeutischen Bereichen unserer psychosomatischen Klinik ist das medizinische Team eine zentrale Anlaufstelle für alle Mitarbeitenden, Klientinnen und Klienten.

»Herzlich willkommen! Wir, das medizinische Team der sysTelios Klinik, begrüßen Sie in dieser Broschüre und bei uns in Siedelsbrunn.«

»Falls der erste Eindruck überrascht: Wir sind eine psychosomatische Akutklinik, die nicht so aussieht wie ein Krankenhaus.«

»Deshalb sprechen wir auch von Klientinnen und nicht von Patientinnen. Warum? Gesundheit ist uns wichtiger als Krankheit. Das soll schon an den Begriffen deutlich werden, die wir verwenden.«



„Anfangs wunderte ich mich. Alles sehr schlicht gestaltet.
Später habe ich verstanden:
Durch mich selbst kommt die Farbe hier rein.“

W. T.-F., Klient

»Ja, das ist auch genau so beabsichtigt. Die Klientinnen können ihre Zimmer verändern: die Farbe der Handtücher, der Decken und Kissen auswählen und Bilder aufhängen. Ganz so, wie sie sich fühlen.«

»Es ist oft spannend zu sehen, wie die Klientinnen ihr Zimmer während des Aufenthalts gestalten.«

»Das Besondere für mich ist, dass wir als Serviceteam engen Kontakt zu den Klientinnen und Klienten haben. Wir kümmern uns um die Zimmer und sind auch Ansprechpartnerinnen. Das gefällt mir an meiner Arbeit. Es ist ein Miteinander auf Augenhöhe.«



»Hier sehen Sie eines der Klientinnenzimmer, vorher und wenn es bewohnt ist. Wir vom medizinischen Team zeigen den Klientinnen und Klienten ihr Zimmer. Manche sind erstaunt, weil es sie an die Schlichtheit einer Mönchszelle erinnert. Und dann machen alle aus ihrem Zimmer etwas ganz Individuelles. Stimmt's?«





Schutzraum und Passepartout

Die **sysTelios Klinik** verstehen wir als einen geschützten Raum, der offen ist für die Anliegen der Klientinnen und Klienten. Zugleich bieten wir einen Rahmen für individuelle Entwicklung und Gestaltung. Dabei wollen wir so wenig wie möglich vorgeben und uns flexibel an dem orientieren, was die Klientinnen und Klienten als gesundheitsförderlich erleben. Dieses therapeutische Prinzip haben wir auch in die Architektur der Klinik übersetzt.

Unsere Klientinnenzimmer sind als „Passepartout“ konzipiert, als persönlicher Rückzugsort, den die Klientinnen und Klienten während ihres Aufenthalts nach ihren Bedürfnissen gestalten können. Die Möbel sind weitgehend flexibel platzierbar, Wände und Einrichtung sind hell oder in neutralem Weiß gehalten. Übertragen ausgedrückt: Die Klientinnen können selbst das Bild malen, in dem sie leben wollen. Dieser Ansatz zeigt nach unserer Erfahrung eine gesundheitsförderliche Wirkung, gerade bei psychosomatischen Beschwerden.



Ärztliche Leitung *und* medizinische Aufnahme

In der **sysTelios Klinik** nehmen wir Klientinnen und Klienten mit psychischen und psychosomatischen Symptombildern auf. Dazu zählen wir eine Vielzahl unterschiedlicher Indikationen. Wir bieten eine fachärztlich kompetente und qualifizierte medizinische Versorgung mit den Schwerpunkten Psychosomatische Medizin, Psychiatrie und Innere Medizin – jeweils chefürztlich geleitet.

Unsere medizinische Betreuung beginnt mit der stationären Aufnahme der Klientinnen und Klienten. Wir führen eine ausführliche Anamnese, eine umfassende körperliche Untersuchung, ein Ruhe-EKG und eine Blutentnahme durch.

Bestehen somatische Beschwerden, so sollte die ärztliche Diagnostik nach Möglichkeit bereits im Vorfeld des Klinikaufenthalts erfolgen. Bei Bedarf kommen ergänzende Untersuchungen hinzu: Belastungs-EKG, Langzeit-EKG, Langzeit-Blutdruckmessung, Lungenfunktionsprüfung, Schlaf-Apnoe-Screening sowie Ultraschalluntersuchungen der Schilddrüse und des Abdomens.

Für weitere differenzialdiagnostische oder medizinisch notwendige Maßnahmen kooperieren wir mit niedergelassenen ärztlichen Kolleginnen und Kollegen unterschiedlicher Fachrichtungen im Umkreis der **sysTelios Klinik**.

»Als Ärzteteam der sysTelios Klinik möchten wir Ihnen gern unser medizinisch-therapeutisches Konzept erläutern.«

»Wir arbeiten hier auf Augenhöhe, sowohl mit den Klientinnen als auch untereinander. Dabei verstehen wir Therapie als einen koevolutionären Prozess, bei dem wir als Prozessbegleitende unser umfassendes psychotherapeutisches Erfahrungswissen einsetzen. Hierbei nutzen wir vielfältige Interventionen, um die im Unbewussten der Klientinnen und Klienten vorhandenen Gesundheitspotenziale zu wecken.«

»Gemeinsam mit den Klientinnen überprüfen wir in stetigen Feedback-Schleifen die Wirkung dieser Interventionen. Eines unserer wichtigsten Ziele ist es, die Klientinnen dabei zu unterstützen, wieder eigene Steuerungsfähigkeit in der Beeinflussung und Verarbeitung körperlicher und seelisch-geistiger Prozesse zu erlangen.«

»Dafür bieten wir den Klientinnen einen Erfahrungsraum, in dem sie entdecken können, dass sie auch die unwillkürlichen Prozesse, denen sie sich zuvor meist hilflos ausgeliefert fühlten, in gewünschter zieldienlicher Weise bahnen können. Symptome können dementsprechend auch als nonverbale Sprache des Körpers und als wertvolle Rückmeldungen über dahinterliegende Bedürfnisse übersetzt und verstanden werden.«

Indikationen

Häufig kommen Menschen zu uns, deren Beschwerden mit folgenden Diagnosen beschrieben werden:

- **Depressive Störungen**
- **Burn-out als Zusatzdiagnose**
- **Angststörungen**
- **Posttraumatische Belastungsstörungen**
- **Somatoforme Störungen**
- **Anpassungsstörungen**
- **Störungen durch Substanzgebrauch (als Sekundärdiagnose)**
- **Essstörungen**
- **Persönlichkeitsstörungen**
- **Schlafstörungen**
- **Zwangsstörungen**
- **Körperliche Erkrankungen mit psychischer Beteiligung wie zum Beispiel Asthma, Hypertonie, Migräne, Schmerzzustände, Reizdarm, Tinnitus, Allergien**

Klientinnen mit akuten psychotischen Zuständen, mit hirnganischen Veränderungen, mit akuter Abhängigkeitssymptomatik oder mit akuter Selbst-/Fremdgefährdung können wir nicht aufnehmen.

„Genau in dem Moment, als die Raupe dachte,
die Welt geht unter, wurde sie zum Schmetterling.“

Peter Benary



sysTelios Haltung

Mechthild Reinhard ist Teamleiterin und Dr. med. Gunther Schmidt ist Ärztlicher Direktor der **sysTelios Klinik**. Beide sind zudem geschäftsführende Gesellschafter. Gemeinsam mit Dr. med. Carsten Till haben sie die **sysTelios Klinik** gegründet.

»Der Ausblick von hier oben hat uns damals ins Visionieren gebracht. Hier in Siedelsbrunn konnten wir unsere Idee verwirklichen, einen Handlungsraum zu schaffen, ein lebendes System, in dem unser innovatives Therapiekonzept in Einklang steht mit der Organisationsstruktur und -kultur unserer psychosomatischen Klinik. Für uns war von Anfang an klar: Wir möchten einen wertschätzenden und achtsamen Umgang mit den Klientinnen und miteinander im Team. Wichtig ist uns außerdem eine maximale Übereinstimmung der inhaltlichen Angebote mit der Form. Es hat ja überhaupt keinen Sinn, von Augenhöhe in der Therapie zu sprechen, wenn wir die Organisation der Klinik nicht weitgehend hierarchiefrei gestalten würden. Oder von Autopoiese auszugehen, also von sich selbst organisierenden Prozessen und Organismen, wenn wir diese Grundüberzeugung nicht in Form der Selbstorganisation auf die Klinik übertragen.«

»Genau darin liegt eine große Stärke. Dynamische und komplexe Systeme wie eine Klinik sind über traditionelle hierarchische Prozesse nicht in dem Maße steuerbar, wie das manchmal angenommen wird. Unsere Organisation in Selbstorganisation ist dagegen sehr flexibel und anpassungsfähig. Das gewährleistet eine optimale Kooperation der Teilbereiche, wenn zum Beispiel Veränderungen anstehen oder notwendig werden – zumal diese auch oft vom Team angeregt, entwickelt und getragen werden. Das stärkt letztlich auch die Akzeptanz.«

»So gesehen ist Organisationsentwicklung bei uns ein kontinuierlicher Prozess, der sich stark an den Bedürfnissen des Systems und vor allem an denen der Menschen im System orientiert ...«

»... und das stellt in meinen Augen eine Parallele zu unserem Therapiekonzept dar, bei dem wir ja ebenfalls sehr prozessorientiert vorgehen und kein Standardschema abarbeiten. Denn das könnte den komplexen Lebenslagen, in denen sich die Klientinnen und Klienten oft befinden, überhaupt nicht gerecht werden. Deshalb entwickeln wir mit ihnen Ziele, die auf ihr individuelles Bezugssystem optimal abgestimmt sind.«

»Was ich noch entscheidend finde, ist unsere wertschätzende Haltung gegenüber Menschen und allem, was aktuell vorhanden ist.«

»Ja, dazu will ich ein Beispiel nennen: Auch in unserer Organisation passieren hin und wieder Fehler. Wir betrachten sie als Lösungsversuche, die nach bestem Wissen und Gewissen gemacht wurden, sich dann aber als ungünstig herausgestellt haben. Nutzen wir sie jedoch als wertvolle Information, können wir Lernchancen für alle Beteiligten in der Organisation daraus machen. So bekommen sogenannte Fehler eine völlig andere Bedeutung. Das gilt ja in gleicher Weise für unser Verständnis von Krankheitssymptomen. Es ist eben nicht entscheidend, wie etwas entstanden ist, sondern welche Ressourcen ich habe oder noch brauche, um es künftig anders und besser zu machen.«

„Wir möchten mit der sysTelios Klinik einen Raum anbieten, in dem unsere Werte als gelebte Haltung in verschiedenen Kontexten für alle Beteiligten und Mitwirkenden erlebbar werden.“

»Auf diese Weise lassen sich die Prozesse und Entwicklungen in den jeweiligen Kontext übertragen und werden dadurch vor allem nachhaltiger.«

»Du sprichst es an. Nachhaltigkeit ist für uns ein ganz wichtiger Leitgedanke, der in die therapeutische und bauliche Konzeption der sysTelios Klinik eingeflossen ist: die harmonische Einbettung in die Natur, die nachhaltige, ökologische Bauweise und eine Architektur, die sich an den Bedürfnissen der Menschen orientiert.«

»Apropos Architektur. Da fällt mir gerade mein Lieblingszitat von Richard Buckminster Fuller ein, dem Architekten und großen Vordenker: Think global, act local. Ich glaube, das beschreibt ganz schön, wie wir hier unsere Idee von sysTelios verwirklicht haben.«

Therapeutisches Konzept

Wir bieten in der **sysTelios Klinik** ein spezifisches psychotherapeutisches Konzept unter fachärztlicher Leitung. Es ist tiefenpsychologisch fundiert, verhaltenstherapeutisch ergänzt und hypnosystemisch optimiert. Das Expertentum jedes Menschen für sich selbst ist Ausgangspunkt unserer therapeutischen Arbeit. Unser Ziel ist es, die Einflussmöglichkeiten der Klientinnen und Klienten auf ihr Erleben und Verhalten nachhaltig zu erhöhen.

In der **tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie** wird unter anderem davon ausgegangen, dass Menschen aufgrund von Erfahrungsmustern reagieren, die sie in der Kindheit und in späteren Lebensphasen erworben haben. Auch Einschätzungen über Zukünftiges leiten sie daraus ab. Für eine Symptombildung können unbewusste Konflikte aus der Vergangenheit eine wesentliche Rolle spielen. Welche der biografisch geprägten Erfahrungsmuster in der Gegenwart wirksam werden, hängt auch von den gegenwärtig erlebten Situationsbedingungen ab. In der therapeutischen Arbeit unterstützen wir Klientinnen und Klienten dabei, ein empathisches Verständnis für die Sinnhaftigkeit der früher erworbenen Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Der **verhaltenstherapeutische Ansatz** geht unter anderem davon aus, dass psychische Probleme und damit verbundene leidbringende Erlebens- und Verhaltensweisen erlernt sind. Deshalb können sie auch umgelernt werden. Die verhaltenstherapeutische Arbeit setzt in erster Linie an den aktuellen äußeren und inneren Bedingungen an, durch die Problemuster und Symptome aufrechterhalten werden. Die Fähigkeit der Klientinnen und Klienten, eigenständig und lösungsorientiert mit Problemen umzugehen, zählt zu den übergeordneten Zielen der Verhaltenstherapie.

Der **hypnosystemische Ansatz** verbindet Modelle der kompetenzaktivierenden Hypnotherapie mit lösungsorientierten systemischen Therapiekonzepten. Er geht davon aus, dass im Erfahrungsschatz jedes Menschen ein vielfältiges, häufig unbewusstes Kompetenzrepertoire vorhanden ist. Dieses lässt

sich auch nach schwersten Vergangenheitsbelastungen für eine gesunde, erfüllende Lebensgestaltung konstruktiv und nachhaltig wirksam aktivieren. Der hypnosystemische Ansatz bietet dafür eine Vielzahl aufeinander abgestimmter Interventionsmöglichkeiten. Mit ihnen lässt sich das Potenzial unbewusster und unwillkürlicher Prozesse nutzen, um Zugang zu bereits vorhandenen hilfreichen Fähigkeiten, Kompetenzen und Ressourcen zu erschließen. Aus systemischer Perspektive ist die Wechselwirkungsdynamik in den relevanten Beziehungssystemen der Klienten sehr wichtig. Im Fokus steht der differenzierte Blick auf die Auswirkungen von Problemerkleben und von potenziellen Lösungen auf die jeweiligen Beziehungen. Mit dem hypnosystemischen Ansatz unterstützen wir Klientinnen und Klienten dabei, gewünschtes Erleben zielführend zu bahnen und – unter Berücksichtigung des jeweiligen Umfelds – selbstwirksam zu gestalten.

VisiomiSSION

Zu welcher Welt möchten wir einen Beitrag leisten?

Wir möchten mit der **sysTelios Klinik** einen Beitrag leisten zu einem Gesundheitssystem, das seinem Namen gerecht wird. Ein Gesundheitssystem, das seinen Fokus auf Selbstwirksamkeit und Nachhaltigkeit richtet, auf Kompetenzen und Ressourcen. Wir möchten unser Wissen und unsere Erfahrung verfügbar machen, um Menschen auf dem Weg zu einem selbstbestimmten und sinnerfüllten gewünschten Erleben zu begleiten. Ein Weg, der die Entfaltung eigener Potenziale ermöglicht.

Welche theoretischen Grundannahmen prägen uns?

Wir gehen davon aus, dass menschliches Erleben durch die Fokussierung von Aufmerksamkeit sich quasi Sekunde für Sekunde in einem Prozess der Selbstorganisation aktiv neu erzeugt. Erleben ist das Ergebnis des Zusammenspiels bewusster Prozesse mit unbewussten und unwillkürlichen.

Die intelligenten Wechselwirkungen zwischen seelisch-geistigen und körperlichen Prozessen betrachten wir ganzheitlich. Probleme und belastende Symptome verstehen wir als wertvolle Rückmeldungen des Organismus, als „Lösungsversuche mit Preis“. Unsere Sichtweise basiert auf einer systemisch-konstruktivistischen und autopoietischen Grundhaltung.

Wie begegnen wir unseren Klientinnen und Klienten?

Wertschätzend und auf Augenhöhe, anerkennend und empathisch. Aus unserer Sicht haben Menschen, ob bewusst oder unbewusst, gute Gründe für ihr Erleben und ihr daraus resultierendes Verhalten. Wir betrachten Klientinnen als Expertinnen für ihren eigenen Entwicklungsprozess. Im Rahmen der therapeutischen Zusammenarbeit bieten wir keine „Wahrheiten“, sondern Wahrnehmungen und Sichtweisen an, welche die Perspektive erweitern und mehr gesunde Wahlmöglichkeiten eröffnen. Wichtig ist uns eine trans-

parente und offene Kommunikation über „Wahrgebungen“, Bedürfnisse, Hypothesen und therapeutische Interventionen.

Was ist uns bei therapeutischen Prozessen wichtig?

Der Aufbau und die Etablierung einer inneren steuernden Beobachterposition ist ein zentrales Ziel des therapeutischen Prozesses, damit die Klientinnen und Klienten aktuellen und künftigen Herausforderungen kraftvoll, zielführend und situationsbezogen begegnen können. Gestärkt werden soll die innere Haltung, gewünschtes Erleben selbstwirksam und nachhaltig erzeugen zu können. Weitere Aspekte für eine gelingende Umsetzung sind darüber hinaus die differenzierte Überprüfung möglicher Auswirkungen von Verhalten auf das jeweilige Umfeld, die Erweiterung der eigenen Gestaltungsmöglichkeiten im Umgang mit Restriktionen und das Verständnis für die häufig kontextbezogene Sinnhaftigkeit der Symptomatik. Alle therapeutischen Prozesse werden dabei stets ärztlich geplant und validiert.





„Das, was ich weiß,
von dem ich aber nicht weiß,
dass ich es weiß,
beeinflusst mich mehr,
als ich weiß.“

Milton H. Erickson

Somatopsychik

Was verstehen wir unter psychosomatischer Gesundheitsentwicklung? Die **Psychosomatik** betrachtet in erster Linie die Auswirkungen von seelisch-geistigen Prozessen auf den Körper. Vielfach wird dies als eine Art Einbahnstraße verstanden: Psychische „Ursachen“ münden linear-kausal in körperliche Beschwerden. Diese Sicht wird von Betroffenen häufig so interpretiert, dass sie inkompetent seien, etwas falsch machten und an ihren körperlichen Symptomen selbst schuld seien. Das sehen wir anders.

In der **sysTelios Klinik** haben wir ein grundlegend breiteres Verständnis von Psychosomatik: Auch alle somatischen, das heißt körperlichen Veränderungen haben ihrerseits Auswirkungen auf die Psyche. Wir gehen von kontinuierlichen, zirkulären Wechselwirkungen zwischen körperlichen und seelisch-geistigen Prozessen aus, die auch vom jeweiligen Kontext beeinflusst werden. Deshalb ist für uns ein achtungsvoller, ganzheitlicher Blick auf dieses Zusammenspiel wichtig.

Die meisten psychosomatischen Probleme werden vor allem als körperliche Beschwerden erlebt. Dementsprechend wird eine Lösung der Probleme mit einer Verbesserung der körperlichen Symptomatik in Verbindung gesetzt. Daher gibt es für die Betroffenen oftmals eine gewisse Vorrangigkeit des körperlichen Erlebens. Um dem gerecht zu werden und um die individuellen Perspektiven und Erklärungsmodelle zu respektieren, verwenden wir in der **sysTelios Klinik** den Begriff **Somatopsychik**.

Wir unterstützen die Klientinnen dabei, bewusst-willentlich einen hilfreichen inneren Dialog und eine Kooperationsbeziehung mit dem eigenen Körper als „freundschaftlichem Partner“ aufzubauen – mit Achtung und Achtsamkeit für seine Klugheit. Auf diese Weise kann auch das Erleben von Selbstachtung, Selbstwertgefühl und innerem Frieden gestärkt werden.

Der Somatopsychik-Ansatz ist in der **sysTelios Klinik** in den gesamten Therapieprozess integriert. In unseren Somatopsychik-Gruppen werden spezifische Symptombilder wie Schmerz, Tinnitus, Asthma, Reizdarm oder Allergien systematisch betrachtet, um die Einflussmöglichkeiten der Betroffenen auf ihre Symptome zu stärken. Psychosomatische Gesundheitsentwicklung kann somit auch bedeuten: somatopsychische Gesundheitsentwicklung.



Therapeutische *Bezugsgruppe*

Die Bezugsgruppe ist ein zentrales Element des therapeutischen Konzepts der **sysTelios Klinik**. Eine Gruppe besteht aus neun Klientinnen und Klienten unterschiedlichen Alters und mit unterschiedlichen Symptombildern; die Gruppe ermöglicht wertvolle Rückmeldungen aus dem System und bildet zugleich den Rahmen für eine individuelle Gestaltung des therapeutischen Prozesses. Die vertrauensvolle Atmosphäre in der Gruppe bietet Schutz, Empathie und Begegnung auf Augenhöhe.

Jeder therapeutischen Bezugsgruppe ist ein festes Kleinteam aus Ärztinnen und Ärzten, Gesprächs-, Körper-, Kunst- und Musiktherapeutinnen zugeordnet, um Kontinuität und eine achtsame, vertrauensvolle Kooperation im therapeutischen Prozess zu ermöglichen. Unser lösungsorientierter und ressourcenaktivierender Ansatz bildet die Grundlage für eine anliegenorientierte Prozessgestaltung mit vielfältigen

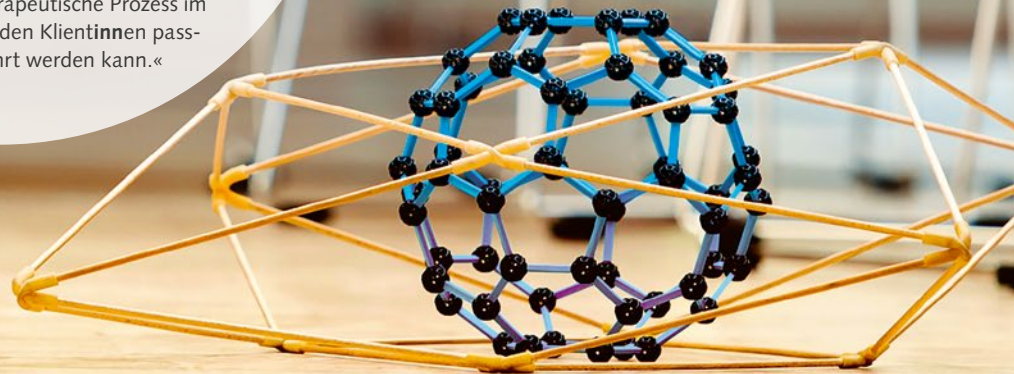
therapeutischen Angeboten. Das Gruppensetting wird durch Einzelsitzungen ergänzt. Bei Bedarf finden auch Paar- und Familiengespräche statt.

Die Zusammensetzung der therapeutischen Bezugsgruppe ändert sich aufgrund der individuellen Aufenthaltsdauer der Klientinnen, die sich am Therapieprozess orientiert. Im Verlauf des Aufenthalts ermöglicht dies eine wachsende Perspektivenvielfalt, die in der Prozessreflexion besonders deutlich wird. Mindestens einmal pro Woche tauschen sich die Klientinnen mit dem therapeutischen Kleinteam über ihren individuellen Therapieprozess aus. Die Prozessreflexion ist somit eine weitere wichtige Komponente, um die Rückmeldungen der Klientinnen und die Eindrücke und Hypothesen der Therapeutinnen als kompetente Beiträge zum Gelingen der wechselseitigen Kooperation zu nutzen. Mehr Infos auf www.sysTelios.de/therapie

»Was macht für dich als Therapeutin die Prozessreflexion in der Bezugsgruppe aus?«

»Das ist der transparente Austausch der Klientinnen mit allen Mitgliedern des therapeutischen Kleinteams. In der Prozessreflexion bringen wir uns wechselseitig auf den aktuellen Stand. Die Klientinnen reflektieren über ihre Entwicklung, schauen auf das, was für sie besonders hilfreich war und was bereits gelungen ist. Aber auch, wovon es eher mehr sein sollte, was noch gebraucht wird. Die Rückmeldungen und Anregungen aus dem therapeutischen Team und auch von den Mitklientinnen bieten eine gute Gelegenheit, unterschiedliche Wahrnehmungen abzugleichen.«

»Aus der Prozessreflexion und den häufig erfrischend direkten Rückmeldungen zu unserer therapeutischen Arbeit ergeben sich Entwicklungs- und Lernchancen für alle Beteiligten. Daraus entstehen immer wieder neue Impulse, wie der ärztlich geleitete, individuelle therapeutische Prozess im Zusammenwirken mit den Klientinnen passgenau weitergeführt werden kann.«



„There are no answers, only choices.“

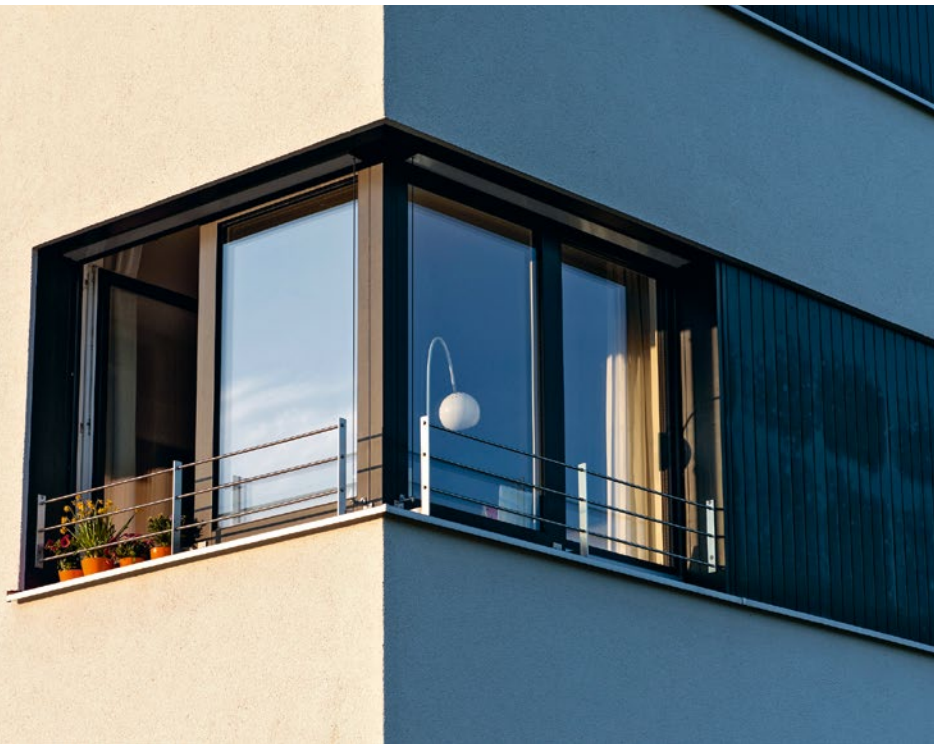
Gibarian, aus dem Film „Solaris“


Psychotherapie *im Gespräch*

Die psychotherapeutischen Gesprächsangebote in der **sysTelios Klinik** finden im geschützten Rahmen der therapeutischen Bezugsgruppe und in ergänzenden Einzelsitzungen statt. Bei der Psychotherapie im Gespräch liegt der Fokus auf verbalen Zugängen zu den individuellen Anliegen der Klientinnen und Klienten. Die Bewusstheit über die eigene Sprache und ihre Auswirkungen spielt dabei eine zentrale Rolle: nach innen auf das eigene Erleben, nach außen auf das kontextbezogene Verhalten.

Die Psychotherapie im Gespräch bietet vielfältige Interventionsmöglichkeiten zur Entwicklung individueller Lösungen. Mit der gezielten Nutzung der unterschiedlichen Blickwinkel der Gruppenteilnehmerinnen und -teilnehmer kann ein Experimentierfeld für neue Sprache und neues Erleben entstehen. Die Bandbreite verschiedener Beschreibungen, Erklärungen und Bewertungen erhöht die Wahlmöglichkeiten der Klientinnen und Klienten.

Die wöchentlichen psychotherapeutischen Gesprächseinzelsitzungen können beispielsweise zur Vorbereitung eigener Themen für die Gruppe, zum Ansprechen besonders sensibler Themen oder zur Überblicksgewinnung über den eigenen Therapieprozess genutzt werden.





„Muss ich alles glauben,
was ich denke?“ T.S., Klientin

»Du hast als Therapeutin einen verhaltenstherapeutischen Hintergrund. Wie passt das zum tiefenpsychologisch fundierten und hypnosystemisch geprägten Therapiekonzept von sysTelios?«

»Für mich ergänzt sich das ideal. Entscheidend ist doch, dass ein therapeutisches Angebot dem Ziel dient. Da ich davon ausgehe, dass die Klientinnen immer auch die Expertinnen für ihren eigenen Therapieprozess sind, kann ich Interventionen aus verschiedenen Ansätzen anbieten. Die Klientinnen und Klienten entscheiden selbst, was sie als hilfreich erleben.«

»Das lässt sich auch mit meinem tiefenpsychologischen Hintergrund sehr gut vereinbaren, denn aus diesem Blickwinkel wird Beziehungen und ihrer Gestaltung ein hoher Stellenwert beigemessen – genauso wie im hypnosystemischen Ansatz. Durch die aktive Beziehungsgestaltung zu uns und unserer Umwelt erzeugen wir permanent eigenes Erleben.«

»Letztlich geht es für mich darum, dass unterschiedliche Perspektiven nebeneinander Raum haben, um die Wahlmöglichkeiten und Handlungsoptionen der Klientinnen zu erweitern. Das Angebot anderer Sichtweisen und die innere Haltung, dass jeder Mensch bereits die Ressourcen in sich trägt, um mit Herausforderungen umzugehen, sind die Grundlage, um gemeinsam neue und gewünschte Erlebensweisen zu entwickeln. Gunther Schmidt hat zur Rolle der Therapeutinnen mal ein schönes Bild geprägt: Wir sind Realitätenkellner.«



Körperzentrierte *Therapien*

In der **sysTelios Klinik** ist uns wichtig, die Klientinnen und Klienten dabei zu unterstützen, sich die Wechselwirkungen körperlicher und seelisch-geistiger Prozesse bewusst zu machen, und ihnen damit eine Veränderbarkeit im Hinblick auf das gewünschte Erleben zu ermöglichen. Dazu dient unser körperzentriertes Therapieangebot, in das unser spezifisches Verständnis von Psychosomatik und Somatopsychik in besonderer Weise einfließt.

In der **Körperpsychotherapie** bilden Körpererleben und Körperausdruck zentrale Elemente des individuellen therapeutischen Veränderungsprozesses. Wir gehen davon aus, dass alle relevanten biografischen Erfahrungen, konflikthafte ebenso wie stärkende, im Körpergedächtnis gespeichert sind. Seelische Zustände sind immer auch unwillkürlich auf körperlicher Ebene repräsentiert. Der gezielte Zugang zu körperlich gespeicherten Erfahrungen ermöglicht es, diese bewusst erlebbar und damit für Veränderungen nutzbar zu machen.

Belastende Erfahrungsmuster können sich als körperliche Symptome äußern, die von den Klientinnen und Klienten häufig als krankhaft und nicht erwünscht erlebt werden. Gemeinsam versuchen wir, Symptome in anerkennenswerte Bedürfnisse des Körpers zu übersetzen, um einen neuen, wertschätzenden und zielführenden Umgang mit ihnen zu entwickeln. Durch Embodiment-orientierte Interventionen können hilfreiche Veränderungen intensiv und nachhaltig wirksam angeregt werden. So kann aus unserer Sicht eine achtsame und kooperative Beziehung zum eigenen Körper entstehen und wachsen.

Mit der **therapeutischen Körperarbeit** bieten wir den Klientinnen und Klienten einen Erfahrungsraum, in dem sie spürend lernen können, wie sich ein angenehmeres Körperempfinden anfühlt. Wir sprechen deshalb auch von „Körperlernen“. Dazu bieten wir ressourcenorientierte Methoden auf körperlicher Ebene an, mit deren Hilfe die Klientinnen und Klienten selbst erfahren und erforschen können, was für sie gesundheitsförderlich und hilfreich ist.



„Nur wenn wir wissen, was wir tun,
können wir tun, was wir wollen.“

Moshé Feldenkrais

Mögliche Mittel der therapeutischen Körperarbeit sind Bewegung, Sinneswahrnehmung, Berührung und begleitende Gespräche. Unser Angebot findet im Rahmen von wöchentlichen Einzelsitzungen statt.

Bevor wir am körperlichen Erleben arbeiten, klären wir im Gespräch, wofür sich die Klientinnen Veränderungen erhoffen oder woran sie merken, dass der Lernprozess in die gewünschte Richtung geht. Dies kann beispielsweise bedeuten, im beruflichen Alltag, in der Freizeit oder im Sport wieder mehr Leichtigkeit, Beweglichkeit und Freude zu empfinden oder wieder besser regenerieren und entspannen zu können.



Kunstpsychotherapie

Wo Worte fehlen, können Bilder sprechen. Ein großer Teil des unbewussten und unwillkürlichen menschlichen Erlebens wird durch innere und äußere Bilder erzeugt. Für Klientinnen und Klienten liegt darin ein großes Erkenntnis- und Gestaltungspotenzial. Das kunstpsychotherapeutische Angebot der **sysTelios Klinik** bietet daher in besonderer Weise einen Freiraum, dieses schöpferische Potenzial für sich zu erschließen.

Typisch für das kunstpsychotherapeutische Arbeiten ist der sinnliche Kontakt mit Farben und Materialien. Wir verstehen dies als ein nonverbales, das heißt nichtsprachliches Ausdrucksmittel. Im schöpferischen Prozess besteht die Möglichkeit, Unbewusstes und Unwillkürliches sichtbar zu machen und andere Perspektiven auf die eigene Person und auf die eigene Symptomatik einzunehmen. Über die kognitive Ebene hinaus können im intuitiven kreativen Prozess gesundheitsförderliche Gestaltungsmöglichkeiten unmittelbar und intensiv erschlossen werden. Eigene Themen und Fragen bekommen dadurch Gestalt. Dabei sind sowohl das fertige Werk als auch der gestalterische Prozess relevant.

Unsere kunstpsychotherapeutischen Angebote finden in der therapeutischen Bezugsgruppe und optional im Einzelsetting statt. Die individuelle Arbeit am eigenen Werk und zugleich in Gemeinschaft mit anderen ermöglicht es den Klientinnen, sich als tätiges und kreatives Individuum in Bezogenheit zu anderen zu erleben. Die Werkbetrachtung bietet den Klientinnen und Klienten die Möglichkeit, sich mit eigenen Werken zu zeigen, Resonanz und Anregungen aus der Gruppe einzuholen und für den persönlichen Entwicklungsprozess zu nutzen.

Bewegte Bilder auf www.sysTelios.de/in-videos



»Kunstpsychotherapie und Musikpsychotherapie haben etwas gemeinsam: Sie sprechen kulturelle Erfahrungen und damit auch Urkräfte in uns Menschen an. Schon in den ersten Lebensjahren hat wohl jede und jeder gekritzelt, getönt, Spuren hinterlassen – etwas transformiert, wie wir sagen.«

»Ich erlebe es immer wieder, dass Menschen mit einer großen Sehnsucht hierherkommen, daran wieder Anschluss zu finden. In der Kunst- und in der Musikpsychotherapie eröffnen sich unmittelbare Erlebnisräume, sich mit Farben, mit der eigenen Stimme oder mit Tönen ausdrucksstark und authentisch mitzuteilen.«

»Anfangs haben Klientinnen und Klienten durchaus noch Bedenken, weil sie ihre Schulerfahrungen mit Bewertungen wie gut oder schlecht im Gepäck haben. Es geht hier aber nicht um bewertbares Können. Talent und Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Wertvolle in der Kunst- und der Musikpsychotherapie ist vielmehr, sich und sein Anliegen unmittelbar und nonverbal ausdrücken zu können.«

»Das ist für mich das Besondere an den Kreativtherapieformen, denn es können völlig neue Impulse entstehen. Ich erlebe oft, dass sich Klientinnen und Klienten neue Dinge trauen und komplexe Themen intuitiv visualisieren. Es geht uns dabei um die Einbeziehung von unwillkürlichen Erlebensweisen, die unmittelbar und oft intensiver wirken, als dies mit allen kognitiven Maßnahmen möglich wäre.«





„Ich habe meinen Ton
gefunden.“

L.F., Klientin

Möchten Sie von uns hören? www.sysTelios.de/in-podcasts



Musikpsychotherapie

Musik wird gesellschaftlich gelebt – und therapeutisch genutzt. In vielen Kulturen ist die Trance-induzierende und positiv beeinflussende Wirkung von Musik seit jeher bekannt. Klänge, Laute und Rhythmen können als „erste Sprache des Menschen“ bezeichnet werden. Musik ist für viele Menschen ein beliebter Zugang, um eigenes Erleben bewusst oder unbewusst zu beeinflussen. Wir gehen davon aus, dass dieser Fähigkeit ein tiefes Erfahrungswissen im Umgang mit Musik und mit ihrer Wirkung auf den eigenen Organismus zugrunde liegt.

Im Rahmen des therapeutischen Prozesses kann Musik genutzt werden, um ein gewünschtes Erleben zu fördern. Welche Musik aktuell als hilfreich erlebt wird, kann beim Hören und Spielen von Klängen, Rhythmen und Melodien intuitiv spürbar werden. Wir bieten den Klientinnen und Klienten behutsam und respektvoll Räume an, sich mit Instrumenten und der eigenen Stimme auszudrücken und einander zu

begegnen. Vorerfahrungen und musikalische Kenntnisse sind nicht erforderlich. Klientinnen und Klienten, die sich anfangs kaum vorstellen können, Musik zielorientiert anzuwenden, sind häufig überrascht, welche Möglichkeiten ihnen dieses Angebot eröffnet.

Musikpsychotherapie in der Gruppe ermöglicht einen spielerischen Umgang mit Grenzen, mit Nähe und Distanz, mit Bezogenheit und Individuation. Manche suchen vielleicht Geborgenheit und Ruhe, möchten getragen sein im Hören und Lauschen. Andere suchen vielleicht ein Medium für Selbstaussdruck, Kraft und Stärke. Durch Musik können die Gruppenatmosphäre und ein Gemeinschaftsgefühl ausgedrückt und Ressourcen gestärkt werden. In den Reflexionen haben die Klientinnen und Klienten die Möglichkeit, ihre Erlebensweisen auszutauschen, Unterschiede, neue Sichtweisen oder Bestätigungen zu erfahren und für ihren eigenen Prozess zu nutzen.

Psychosomatik für Jugendliche und junge Erwachsene

Die Adoleszenz ist die Lebensphase des Heranwachsens. Häufig ist die Zeit von der späten Kindheit über die Pubertät bis zum Erwachsensein mit raschen Entwicklungen und Veränderungen im Leben junger Menschen verbunden. Die Adoleszenz gilt als besonders sensible und vulnerable, das heißt verletzbare Lebensphase. Starke Umbrüche auf körperlicher, psychischer und sozialer Ebene können Symptombildungen und leidvolle Prozesse zur Folge haben.

Unser Therapieangebot in der **sysTelios Klinik** richtet sich auch an Jugendliche und junge Erwachsene ab 16 bis einschließlich 20 Jahren, die von speziell ausgebildeten Jugendtherapeutinnen begleitet werden. Wir unterstützen die jungen Klientinnen, eigene Kompetenzen ziel- und lösungsorientiert zu aktivieren und zu nutzen. Während des Aufenthalts sind sie in unsere regulären, generationenübergreifenden therapeutischen Bezugsgruppen integriert.

Das ermöglicht zum Beispiel eine Vielfalt der Perspektiven. Wir sagen dazu: Synergie der Generationen. Um den altersspezifischen Anliegen der Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu entsprechen, bieten wir zusätzlich ein wöchentliches Gruppenangebot, das von Klientinnen bis zum Alter von 25 Jahren genutzt werden kann.

Dem Bedürfnis der Jugendlichen und jungen Erwachsenen nach Autonomie und Selbstbestimmung begegnen wir auf Augenhöhe, sehen sie als „Expertinnen für sich selbst“. Um die Einbeziehung des Heimatkontextes zu stärken, bieten wir regelmäßig gemeinsame Gespräche mit Bezugspersonen an. So können wir junge Klientinnen dabei unterstützen, eine für sie hilfreiche Balance zwischen Autonomie und Bezogenheit zu finden. Im Vorfeld einer stationären Aufnahme in der **sysTelios Klinik** führen wir mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen immer ein persönliches Vorgespräch.



„Ich lerne gerade, dass ich
am Ende des Tages jemand bin,
mit dem ich gerne zusammen bin.“

A. H., Klientin

Mit welchen Belastungen kommen Jugendliche und junge Erwachsene in die sysTelios Klinik?

Beziehungskonflikte, Angst- und Panikstörungen, Depressionen, familiäre Konflikte, übermäßige Internet- und Mediennutzung, Sinnkrisen, Somatisierungsstörungen, Schlafstörungen, schädlicher Substanzgebrauch als sekundäre Diagnose, Persönlichkeitsentwicklungsstörungen, Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsprobleme (ADS/ADHS), Essstörungen, Zwangsstörungen, posttraumatische Belastungsstörungen

»Ich finde, die jugendlichen Klientinnen bringen Authentizität, Ehrlichkeit, aber auch gesunde Skepsis in die Gruppenarbeit mit ein. Sie stellen auch unkonventionelle Fragen, die wir Älteren nicht mehr stellen. Für mich ist die jugendpsychosomatische Arbeit dadurch wie ein Entwicklungsmotor für unsere Klinik.«

»Umgekehrt weiß ich von jugendlichen Klientinnen, dass sie im generationenübergreifenden Kontext der Gruppe ein positives Bild vom Erwachsenwerden erleben können, von Freiheit und von positiver Eigenverantwortung.«

»Mit einer psychischen Diagnose wirst du schnell in eine Schublade gesteckt, sagte mir mal ein junger Klient. Aber wir fragen zuerst: ›Was ist deine Vision, wofür bist du hier?‹«

»Wenn Symptomatik als Ausdruck der eigenen Kompetenz erkannt wird, kann es gelingen, gemeinsam eine Zukunftsperspektive zu entwickeln, die mehr Lust auf das eigene Leben macht.«





Zusatzangebote

Neben unseren obligatorischen Therapieangeboten bieten wir in der **sysTelios Klinik** eine breite Vielfalt an Zusatzangeboten, die frei wählbar und kostenfrei sind. Die Klientinnen und Klienten haben die Möglichkeit, sie ergänzend zu ihrem therapeutischen Prozess als abwechslungsreiche und wertvolle Begleitung zu nutzen – ganz nach ihren individuellen Bedürfnissen.

Hierzu zählen Übungsangebote zur Stärkung der inneren Beobachterposition wie Achtsamkeit, intuitives Bogenschießen, Klangtrance, Körpermusik und Tai-Chi sowie unsere vielfältigen Bewegungsangebote wie Aquafitness, Laufen,

Yoga, Mountainbiken und Sportspiele. Darüber hinaus bieten wir konzeptvertiefende und interaktive Gesprächsrunden an, beispielsweise zum hypnosystemischen Selbstmanagement und zur prozessorientierten Selbstorganisation.

Die Zusatzangebote bilden die vielfältigen Kompetenzen unseres Teams ab. Vielfach sind sie auch auf Anregung von Klientinnen und Klienten entstanden. Dadurch können wir ein therapiebegleitendes Programm anbieten, das sich flexibel und bedarfsgerecht weiterentwickelt.

Mehr Infos auf www.sysTelios.de/zusatzangebote

Kinderbetreuung

In der **sysTelios Klinik** haben wir uns auf die Bedürfnisse von Müttern und Vätern eingestellt, die zu uns kommen möchten. Kinder als Begleitperson sind herzlich willkommen und vom Säuglingsalter an bei uns gut aufgehoben. Unser erfahrenes und qualifiziertes Kindergruppenteam kümmert sich liebevoll und individuell um die Kinder von Klientinnen und Klienten, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Für Grundschul Kinder besteht eine Kooperation mit einer lokalen Modellschule für individuelle Lernformen.

Indem sie ihr Kind gut betreut wissen, möchten wir Mütter und Väter während des stationären Aufenthalts unterstützen, ihre Aufmerksamkeit auf den therapeutischen Prozess lenken zu können. Ihr Kind findet bei uns einen geschützten Raum für Erholung und Freude, für Entdeckungen und Erfahrungen, für emotionales und kognitives Wachstum. So möchten wir einen Rahmen bieten, in dem der gemeinsame Aufenthalt mit Kind als stärkend erlebt werden kann.

Mehr Informationen auf www.sysTelios.de/kinderbetreuung



»Komm, wir
machen erst
mal Pause.«



Friskeküche

Wir verstehen die **sysTelios Klinik** als einen gesundheitsförderlichen Raum für Klientinnen und Mitarbeiterinnen. Das prägt auch die „essen-ziellen“ Angebote unseres Hauses. Gesund, vielfältig und abwechslungsreich ist deshalb unser Speisenangebot. Wichtigste Zutaten: vorwiegend saisonale und regionale Produkte, Kreativität und Leidenschaft für vegetarische, nicht-vegetarische und auch vegane Gerichte – ganz im Sinne einer ausgewogenen Ernährung.

Zu unserem täglichen Angebot gehören vegetarische Speisen und eine reiche Auswahl an frischen Salaten, wechselnd ergänzt um Fleisch- und Fischgerichte. Frisches Obst und eine Vielfalt an Mineralwasser, Saft, Tee und Kaffee stehen ganztätig zur freien Verfügung.

Unser Küchenteam entscheidet tagesaktuell über das Menü, auch unter dem Gesichtspunkt der Herkunft und ökologischen Nachhaltigkeit der verwendeten Produkte. Das eröffnet Raum für neue Ideen und Spontaneität. Tiefgekühltes, Vorgefertigtes oder Geschmacksverstärkendes kommt uns nicht in die Küche. Alle Speisen und auch Grundzubereitungen wie Soßen und Dressings werden von uns frisch zubereitet.

Bei medizinischer Notwendigkeit, zum Beispiel bei spezifischen Unverträglichkeiten, nehmen wir gern Rücksicht auf individuelle Bedürfnisse. Es hat sich bewährt, bereits beim medizinischen Aufnahmegespräch die relevanten Absprachen zu treffen.





Aus Briefen von Klientinnen und Klienten

„Ein herzliches Dankeschön für die supergute Verpflegung. Auch dadurch habe ich mich hier sehr wohl gefühlt. Ein Wunder, dass ich nicht zugenommen habe.“

„Die Gaumen- und Sinnesgenüsse, die ich in den vergangenen Wochen bei Ihnen erlebt habe, sind kaum zu beschreiben. Die liebevollen Frühstücksbuffets mit frisch geschnittenem Obst am frühen Morgen, die vielen abwechslungsreichen, kreativen Salate und

geschmackvollen vegetarischen Köstlichkeiten, das Abendessen, das immer eine neue Überraschung bereithielt, und die immer freundliche und hilfsbereite Anwesenheit – ein Schlaraffenland auf Erden. Ich danke Ihnen von Herzen.“

„Wie heißt es so schön? Liebe geht durch den Magen. Dafür sage ich herzlichen Dank. Jede Mahlzeit war ein Augen- und Gaumenschmaus. Es hat sowohl meinem Körper als auch meiner Seele gut getan.“



»Als Küchenteam der sysTelios Klinik kümmern wir uns täglich mit viel Liebe und Freude um die Organisation und Zubereitung der Mahlzeiten. Eine Freude, die wohl auch zu schmecken ist und immer wieder auf verschiedenen Wegen zu uns zurückkommt.«



Team 8
Team 7

Werbung
Marketingprogramm

Marketingplan - AG

Video AG

Forschung - SNS

AKQVISE-AG

Digi-Team

Werbung
Marketingprogramm

Marketingplan - AG

Video AG

Forschung - SNS

AKQVISE-AG

Digi-Team

Werbung
Marketingprogramm

Marketingplan - AG

Video AG

Forschung - SNS

AKQVISE-AG

Digi-Team

Werbung
Marketingprogramm

Marketingplan - AG

Video AG

Forschung - SNS

AKQVISE-AG

Digi-Team

Selbstorganisation

Wertschätzend, kooperativ und auf Augenhöhe – mit dieser Haltung begegnen wir den Klientinnen und Klienten in der **sysTelios Klinik**. Sie ist Grundlage unseres therapeutischen Konzepts und unserer Organisationskultur. Ebenso begegnen wir einander als Teammitglieder.

Organisationen können aufgrund ihrer komplexen Wechselwirkungsprozesse als dynamische, sich selbst organisierende Systeme verstanden werden. Ihre Gestaltung hat dabei auch immer Auswirkungen auf die Menschen in der Organisation und bildet so eine relevante Umwelt.

Deshalb ist es für uns folgerichtig, Organisationsstruktur und -abläufe in der **sysTelios Klinik** so zu gestalten, dass die mitwirkenden Menschen ihre individuellen Kompetenzen optimal entfalten können.

Autonomie und Selbststeuerung, Selbstwirksamkeit und Gestaltungsfreiheit sind für uns Grundpfeiler sinnerfüllter und gesundheitsförderlicher Entwicklungsprozesse – im individuellen therapeutischen Kontext ebenso wie im organisationalen. In der **sysTelios Klinik** leben wir den Organisationsentwicklungsprozess als kontinuierliche gemeinsame Aufgabe aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Unsere weitgehend hierarchiefreie Selbstorganisation ermöglicht bedarfsgerechte flexible Prozesse mit einem Höchstmaß an Partizipation und Legitimation – ganz im Dienste unserer Ziele. Alle therapeutischen Prozesse sind dabei stets ärztlich geplant, geleitet und validiert.

Weitere Infos auf www.sysTelios.de/selbstorganisation

»Manchmal denke ich: Hätten wir eine Struktur wie andere Kliniken, mit einer Leitung, die alles weitgehend zentral bestimmt, müssten wir nicht so viele Runden drehen, bis eine Entscheidung steht ... und dann bin ich wieder froh, dass es bei uns anders ist.«

»Ja, das kenne ich. Selbstorganisation bedeutet eben auch, dass der Weg bis zur Entscheidung durchaus herausfordernd und langwierig sein kann. Alle Teammitglieder können ihre Anliegen, Bedürfnisse und Vorstellungen gleichberechtigt in den Prozess einbringen. Und das, so erlebe ich es, gelingt in den Kleinteams wie im Großteam. Das Gute daran: Lösungen werden von uns gemeinsam entwickelt, umgesetzt und getragen. Letztlich dauert der Gesamtprozess nicht länger als in hierarchisch strukturierten Organisationen.«

»Entscheidungen werden bei uns ja meistens dezentral getroffen. Da sind Transparenz und Kommunikation immens wichtig. Und vor allem Vertrauen. Mechthild Reinhard spricht in diesem Zusammenhang vom »Vertrauen ins Vertrauen«, das hier gelebt wird. Es bedeutet auch, dass wir die so getroffenen Entscheidungen auch gemeinsam verantworten.«

»Diese Verantwortung ermöglicht wiederum große Freiheiten und viel Gestaltungsspielraum, um sich mit seinen individuellen Fähigkeiten und Neigungen weit über die eigentlichen Tätigkeiten und Rollen einzubringen. Unsere Haustechniker sind dafür ein sehr schönes Beispiel ...«

Ich scheine ein Verb zu sein.

Richard Buckminster Fuller



„Freude ist gespürtes Leben.“

Michael Horatzuk

»Ich finde es gut, dass ich mich über meine Tätigkeit als Haustechniker hinaus hier als Mensch einbringen kann, der in seiner Freizeit sehr gerne Sport macht. Jede Woche biete ich Mountainbiken für unsere Klientinnen und Klienten an. Da bekomme ich viele positive und begeisterte Feedbacks von Menschen, die hier vielleicht zum ersten Mal wieder in Bewegung kommen. Ich habe dadurch auch mehr Kontakt zu den Klientinnen und zu dem, was sie bewegt. Ich kann das, was ich liebe, mit ihnen teilen. Das tut auch mir gut.«

»Als ich Aquafitness für mich persönlich entdeckt habe, war das mein Wiedereinstieg in den Sport. Ich habe mich dann für eine entsprechende Ausbildung entschieden, die anspruchsvoll war und mich gefordert hat. Eine Gruppe anzuleiten, war der nächste große Schritt, der mir viel gebracht hat. Mittlerweile sind meine Aquafitness-Kurse ein fester Bestandteil unseres Wochenprogramms und für viele Klientinnen und Klienten eine gute Gelegenheit, sportliche Betätigungen wieder aufleben zu lassen. Was mich besonders freut, ist die Wertschätzung als Mensch, die ich dabei erfahre.«

»Der gemeinsame Sport mit den Klientinnen ist ein Geben und Nehmen. Bewegung in der Natur, an frischer Luft ist die beste Medizin und gerade in einer psychosomatischen Klinik sehr wichtig. Die Gegend um Siedelsbrunn bietet ideale Bedingungen zum Aktivwerden, zum Abschalten und Regenerieren.«



Regeneration

Klientinnen und Klienten erleben in den Phasen oder Situationen, die sie als besonders belastend empfinden, häufig intensive körperliche Ermüdung oder seelisch-geistige Erschöpfung. In der **sysTelios Klinik** bieten wir vielfältige Chancen, damit Körper und Geist von Beginn des stationären Aufenthalts an regenerieren können.

Für eine nachhaltige Wirkung ist es aus unserer Sicht besonders wichtig, während des therapeutischen Prozesses die Regenerationsfähigkeit der Klientinnen und Klienten zu stärken. Hierfür bieten wir ihnen die Möglichkeit, unterschiedliche Regenerationsformen auszuprobieren und etwas Passendes für sich zu finden.

Intensive therapeutische Zusammenarbeit und selbstorganisierende Prozesse benötigen ebenfalls Raum für Regeneration. Die Lage der Klinik, mitten in der Natur, bietet dazu ideale Voraussetzungen.







Biophilia

Die Natur ist seit Menschengedenken eine Quelle der Kraft. Schon ein Spaziergang im Grünen oder leichte Gartenarbeit haben positive Wirkung auf das seelische und körperliche Erleben. Ein Aufenthalt im Wald, als Raum vielfältiger Lebendigkeit von Flora und Fauna, wird von vielen Menschen intuitiv als wohltuend empfunden. Dieses auch als Biophilia-Effekt beschriebene Phänomen beruht auf den physiologischen Wirkungen von Pflanzen auf den menschlichen Organismus.

Demnach kommunizieren Bäume eines Walds miteinander über Botenstoffe, sogenannte Terpene, die eine positive Wirkung auf das menschliche Immunsystem entfalten. Auch der Blick von einer als geschützt erlebten Beobachterposition aus in die Weite einer reich strukturierten Landschaft bietet gesundheitsförderliche Effekte. Diese Wirkmechanismen sind Gegenstand aktueller Forschung.

Die Lage der **sysTelios Klinik** im Herzen des Vorderen Odenwalds ist prädestiniert für Biophilia-Aspekte. Unmittelbar am Saum eines ausgedehnten Waldgebiets gelegen, bietet sich ein weiter Blick über die sanfte Hügellandschaft um Siedelsbrunn. Der nahe Wald lädt ein zu Naturerfahrungen, zum Ruhe- und Ausgleichfinden, zu Bewegung und sportlichen Aktivitäten – ganz im Sinne einer gesundheitsförderlichen Entwicklung.




Architektur mit Weitblick

Wir haben die **sysTelios Klinik** 2007 in Siedelsbrunn eröffnet und 2011 erweitert. Sie besteht aus drei Häusern mit jeweils rund 30 Klientⁱⁿnenzimmern. Siedelsbrunn liegt inmitten des Vorderen Odenwalds und wurde erstmals im Hochmittelalter besiedelt. Heute ist es ein Ortsteil der Gemeinde Wald-Michelbach und gilt im deutschsprachigen Raum als Wiege der Umsetzung hypnosystemischer Konzepte im stationären Setting einer psychosomatischen Klinik.

Die Architektur und die ökologisch nachhaltige Bauweise der **sysTelios Klinik** sind Teil unseres Konzepts. Im Mittelpunkt stehen die Menschen und ihre Bedürfnisse – übersetzt in Lebensräume mit einer hellen, offenen und bewusst zurückhaltenden Gestaltung. Klare Formen und ein modernes Design bilden den Rahmen, sich von einer sicheren Beobach-

terposition aus auf das Wesentliche zu konzentrieren. Die Innenraumgestaltung will keine fertige Atmosphäre vorgeben. Sie lädt ein, eigene Stimmungen auszudrücken, und unterstützt Individuation in Bezogenheit.

Der Einklang von Architektur und Natur ist uns wichtig. Auch mit der floralen Kreativarbeit holen wir die Natur ins Haus und stellen so eine Verbindung zwischen innen und außen her. Alle Räume sind hell und lichtdurchflutet. Wand- und Deckenflächen sind neutral in Weiß gestaltet. Klientⁱⁿnenzimmer, Gemeinschafts- und Therapieräume sind mit Parkett ausgestattet. Die Möblierung der Klientⁱⁿnenzimmer, als Rückzugsort und Gestaltungsraum, ist modular und multifunktional. Sie kann von den Klientinnen und Klienten teilweise neu arrangiert werden.



Mit unserem Energiekonzept setzen wir auf Nachhaltigkeit und Energieeffizienz. Der Wärmeenergiebedarf des Gebäudes ist dank besonders guter Dämmung auf Passivhaus-Niveau sehr gering. Als einer der ersten Gesundheitsbauten in Deutschland wurde die **sysTelios Klinik** von der Deutschen Gesellschaft für Nachhaltiges Bauen (DGNB) mit der Qualitätsstufe Silber ausgezeichnet. Unsere Fotovoltaikanlage erzeugt pro Jahr rund 17.000 kWh Strom aus Sonnenenergie. Auf diese Weise können jährlich rund 12.000 kg CO₂-Ausstoß vermieden werden.

Weitere Informationen zur Architektur auf:
www.sysTelios.de/architektur · www.struempfel-architekten.de



Organisation Ihres Aufenthalts

Um Ihren stationären Aufenthalt in der **sysTelios Klinik** gut vorbereiten zu können, bitten wir Sie, sich mit uns in Verbindung zu setzen. Wir beraten Sie gern individuell bezüglich aller notwendigen Schritte bis zur Aufnahme. Damit wir Sie in die vorläufige Belegplanung aufnehmen können, benötigen wir den ausgefüllten Formbogen und den Eigenbericht, in dem Sie um die schriftliche Beantwortung einiger persönlicher Fragen gebeten werden. Dadurch erhalten wir bereits vor Beginn des Klinikaufenthalts ein erstes Verständnis für Ihre Anliegen, Potenziale und Ressourcen.

Im nächsten Schritt findet ein telefonisches oder persönliches Vorgespräch mit einem Mitglied unseres therapeutischen Teams statt. Hierbei besteht die Möglichkeit, Fragen zu stellen und die Kooperationsmodalitäten für die Therapie zu klären. Nach dem Vorgespräch und nach Klärung der

Kostenübernahme setzt sich unser Organisationsteam mit Ihnen in Verbindung, um einen Aufnahmetermin zu vereinbaren.

Die **sysTelios Klinik** ist eine private Akutklinik. In der Regel setzen die Kostenträger (private Krankenversicherungen, Beihilfestellen) vor einem stationären Aufenthalt die Inanspruchnahme ambulanter therapeutischer Maßnahmen voraus. Eine Aufnahme ist möglich bei Akuteinweisung oder bei vorheriger Kostenzusage durch die private Krankenversicherung und/oder die Beihilfestelle. Gesetzlich Versicherte beraten wir gern individuell. Eine stationäre Therapie ist auch auf Basis finanzieller Eigenleistung für Selbstzahlerinnen und Selbstzahler möglich.

Formulare zum Herunterladen, die Sie für die Aufnahme benötigen:
www.sysTelios.de/formbogen · www.sysTelios.de/eigenbericht



Wir beraten Sie gern persönlich

Sie erreichen unser Aufnahme-
Team telefonisch
von Montag bis Freitag
zwischen 8.00 und 16.30 Uhr
(ausgenommen an Feiertagen).

Außerhalb dieser Zeiten
nimmt unser Empfang Ihren
Rückrufwunsch gern entgegen.

Telefon +49 6207 9249-0
aufnahme@sysTelios.de



Qualitätserleben

In der **sysTelios Klinik** haben wir ein deutlich weiter gefasstes Verständnis von Qualität und Qualitätssicherung, als dies im klinischen Alltag verbreitet ist. Qualität und Erfolg einer Maßnahme werden in der stationären Psychotherapie üblicherweise durch Vorher-nachher-Vergleiche ermittelt, zum Beispiel mithilfe von Prä-post-Fragebögen und ergänzenden Befragungen zur Zufriedenheit von Patientinnen und Patienten. Das machen wir selbstverständlich auch. Aus unserer Sicht wird dies aber dem komplexen therapeutischen Prozess, der sehr dynamisch und nichtlinear verlaufen kann, nur ansatzweise gerecht.

In Bezug auf unsere Arbeit verstehen wir Qualität als ein ständiges Schaffen von Bedingungen, unter denen sich die Wahrscheinlichkeit eines Behandlungserfolgs erhöht. Was Erfolg ist, definieren nicht wir als Institution. Die Klientinnen und Klienten definieren ihn selbst anhand ihrer jeweils angestrebten und erreichten Ziele. Gemeinsam mit den Klientinnen und Klienten versuchen wir, ein individuelles „Management für ein zielorientiertes und kontextbezogenes Qualitätserleben“ zu generieren.

Als lernende Organisation nutzen wir Rückmeldungen, um uns weiterzuentwickeln. Feedback-Schleifen und Prozessreflexionen auf Augenhöhe sind für uns wertvolle Instrumente der Qualitätssicherung, in die wir die Klientinnen und Klienten aktiv einbinden. Dies geschieht sowohl in der therapeutischen Gruppen- und Einzelarbeit als auch in den Prozessreflexionen zu Therapie und Organisation. Die Klientinnen und Klienten haben so die Möglichkeit, unmittelbar auf die Qualitätsentwicklung einzuwirken.

Eines der Werkzeuge, die wir projektbezogen einsetzen, ist das **Synergetische Navigations-System (SNS)**, ein individualisiertes, computergestütztes Verfahren, mit dem Klientinnen und Klienten tagesaktuell Veränderungen im eigenen Erleben erfassen.

Daraus resultierende Prozessvisualisierungen ermöglichen Klientinnen und Therapeutinnen weitere Erkenntnisse, die unmittelbar für die Therapiegestaltung genutzt werden können.



»Ich komme gerade aus einem Feedback-Gespräch mit einer Klientin. Gemeinsam haben wir den Therapieprozessverlauf anhand der Diagramme des Synergetischen Navigations-Systems analysiert. Dabei wurde deutlich: Der therapeutische Prozess ist kein lineares Geschehen, sondern ein hochkomplexer, dynamischer Wechselwirkungsprozess vieler individueller Einflussvariablen.«

»Ja, die Möglichkeit, gemeinsam mit den Klientinnen auf die Prozesskurven eines Zeitraums von mehreren Wochen zu schauen, relevante Unterschiede im individuellen Erleben und bedeutsame Zeitpunkte im Therapieverlauf herauszuarbeiten und diese Informationen dann für die weitere Therapieplanung zu nutzen, wird von den Klientinnen oft als sehr unterstützend erlebt.«

»Sinnbezug und Zieldienlichkeit des Klinikaufenthalts können mit dem SNS zusätzlich auf einer Metaebene reflektiert werden. Das trägt einerseits zu einer Stärkung der eigenen Beobachterposition bei und bietet andererseits Raum, unterschiedliche Perspektiven und Bedeutungsgebungen bezüglich des Therapieverlaufs abzugleichen.«

»Den Klientinnen wird dabei häufig klar, dass es um das Schaffen günstiger innerer und äußerer Bedingungen geht, um die Wahrscheinlichkeit für eine gesunde Antwort des Organismus auf herausfordernde Situationen zu erhöhen.«

Mehr Informationen auf: www.sysTelios.de/qualitaetserleben



Reise ins Ich – ein inneres Resümee

»Morgen zurück nach Hause. Unglaublich, wie schnell die Zeit vergangen ist. Als ich hier ankam: müde, erschöpft, fast mutlos. Einfach nur froh über den Abstand. Jetzt habe ich einen Weg vor Augen. Freue mich fast schon auf die Herausforderungen, die auf mich warten. Auf das, was kommen mag. Bin auch aufgeregt. Aber gut gerüstet für die nächsten Schritte.

Ich dachte: Um dem Hamsterrad zu entkommen, muss ich mein ganzes Leben umkrempeln. Aber manchmal sind es schon kleine Veränderungen, die den Unterschied machen, der größer nicht sein könnte. Ich muss das Ruder nicht komplett herumreißen. Wenn ich meinen Kurs um zwei, drei Grad verändere, komme ich auf lange Sicht ganz woanders hin.

Es war wichtig, wieder Zugang zu mir, zu meinen Gefühlen, zu meinem Körper zu finden. Ihn zu schätzen. Eine andere Haltung einzunehmen. Nicht immer nur angenehm. Aber sehr oft sinnvoll. Nicht schönreden, nicht wegmachen, nicht ignorieren. Mir offen begegnen. Neugierig, aufmerksam und forschend.

Mir wurde deutlich, wie unterschiedlich man auf die Dinge blicken kann. Dafür waren die Gemeinschaft und die Begegnungen hier so wichtig. Auch mit mir selbst. Offenheit und Ehrlichkeit. Und mittendrin ich. In so vielen Facetten. Innehalten. Fragen über Fragen: Um was geht es mir wirklich? Was will ich von mir und von meinem Leben?

Ziele haben, aber keine haben müssen. Ziele setzen, um mich in Bewegung zu bringen. Mit Vertrauen in das, was gerade ist. Endlich wieder eine Wahl haben. Tun und auch nicht tun. Erfahren, erleben und gestalten: in meiner eigenen Art. Eben ganz ich – auf der Reise zu mir selbst ...«

Lesen Sie hier mehr: www.sysTelios.de/reise-zu-mir



Transfer

Nach unserem Verständnis beginnt der Entwicklungsprozess der Klientinnen und Klienten bereits weit vor dem Klinikaufenthalt. Während des Aufenthalts in der **sysTelios Klinik** tritt er in eine besonders intensive, therapeutische Phase, die wir als Übergangsritual verstehen. Daran anschließend setzt sich der Entwicklungsprozess im Heimatkontext fort. Wir legen daher von Beginn des stationären Aufenthalts an großes Augenmerk auf die Bedeutung von Veränderungen und deren Auswirkungen auf die individuell relevanten Kontexte der Klientinnen und Klienten.

Aus unserer langjährigen Erfahrung wissen wir, dass der Schritt aus dem geschützten Rahmen der Klinik in den Heimatkontext für Klientinnen und Klienten eine große Chance bietet, aber auch eine Herausforderung darstellen und mit Sorgen und Befürchtungen verbunden sein kann. Für einen gelingenden und kraftvollen Transfer in die Zeit nach einem stationären Aufenthalt haben wir Angebote geschaffen, die es den Klientinnen und Klienten ermöglichen, das Entwickelte zu erhalten und die Nachhaltigkeit des Therapieprozesses zu unterstützen.

Weitere Informationen auf www.sysTelios.de/unser-modell



Impressum

Herausgeber

sysTelios Gesundheitszentrum
Siedelsbrunn GmbH & Co. KG
Am Tannenbergr 17
69483 Wald-Michelbach
Ortsteil Siedelsbrunn
Deutschland

Telefon +49 6207 9249-0

Fax +49 6207 9249-295

mail@sysTelios.de

www.sysTelios.de

Diese Broschüre entstand
in Kooperation des Teams
der **sysTelios Klinik** mit

berlingeschwister für
Kommunikation & Gestaltung,
Wiebke Enwaldt & Lars Fiedler GbR,
Berlin

Verantwortlich für den Inhalt

Mechthild Reinhard,
Dr. med. Gunther Schmidt

Gestaltung

Wiebke Enwaldt

Redaktion

Thomas Stahl, Dr. Alexander Herr,
Lars Fiedler

Fotos

Phil Dera, Berlin

Litho

Drangsal.Services, Berlin

Druck

Oktoberdruck, Berlin

Gedruckt auf Recycling-Papier
Circleoffset Premium White
aus 100 % Altpapier, FSC Recycled
Credit zertifiziert und mit EU Ecolabel
ausgezeichnet

Stand

4., aktualisierte Auflage,
April 2021

© **sysTelios** 2016 bis 2021

Alle Rechte vorbehalten.



»Was meinst du? Konnten wir den Leserinnen und Lesern einen lebensnahen Einblick in die sysTelios Klinik geben? In unsere Haltung, in unser therapeutisches Konzept und wie das aus unserer Sicht alles zusammenpasst?«

»Ja, ich denke schon. Sie haben auch viele der Menschen kennengelernt, die unser Haus mit Leben füllen. Aber: Individuelles Erleben ist bekanntlich von außen nicht steuerbar. Wir können nur Angebote machen, die unsere Erfahrung und Begeisterung für die Arbeit verdeutlichen. Was dann jede und jeder für sich daraus macht, liegt nicht in unserer Hand.«

»Wir versuchen in unserer täglichen Arbeit mit viel Hingabe und Engagement alles uns Mögliche, um gemeinsam mit den Klientinnen das Bestmögliche zu erreichen. Dabei ist es genauso wichtig, sich immer wieder der eigenen Grenzen bewusst zu werden und mit diesen ebenfalls wohlwollend oder sogar demütig umzugehen. Alles im Leben ist endlich ...«

»... auch diese Broschüre. Ich bin zuversichtlich, dass wir viele Aspekte aufzeigen konnten, weshalb wir mit Überzeugung sagen: **Wir leben Gesundheit neu.**«

»Herzlichst, das Team der sysTelios Klinik in Siedelsbrunn.«





sysTelios Klinik

Am Tannenbergr 17
69483 Wald-Michelbach
Ortsteil Siedelsbrunn
Deutschland

Telefon +49 6207 9249-0

Fax +49 6207 9249-295

mail@sysTelios.de

www.sysTelios.de

