Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 68 (2011)
Heft: 1: Exotische Erreger

Artikel: Ausgebrannt? : Wieder zu sich finden!
Autor: Weiner, Christine
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554212

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

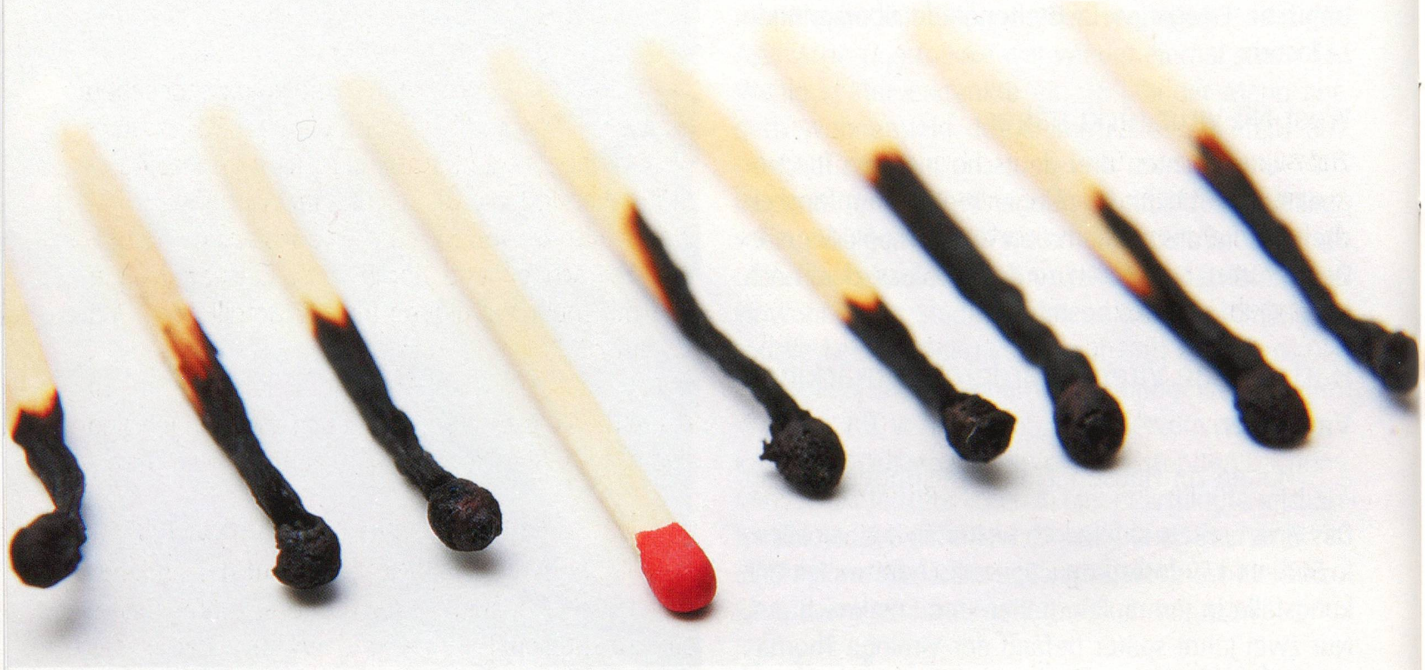
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ausgebrannt?



Wieder zu sich finden!

Eine Privatklinik für Psychosomatik und Psychotherapie im Odenwald bietet ganzheitliche Behandlungen sowie eine Vielzahl von Therapien für Körper und Seele unter einem Dach an.

Christine Weiner

Die sysTelios Klinik liegt im Odenwald und dieser wiederum etwa in der Mitte von Deutschland. Es ist eine gesunde, ruhige Gegend, romantisch durch Wälder und kleine Flüsse belebt. Für viele Menschen, die in diese Klinik kommen, ist sie genau der richtige Ort für Einkehr, andere wiederum finden die Gegend viel zu beschaulich und leise.

Wie nun dieser Ort empfunden wird, bleibt jedem einzelnen Patienten überlassen, denn, anders als viele andere Krankenhäuser, mischt sich die sysTelios Klinik nicht in den Geschmack ihrer Patienten ein, weiss nichts besser und agiert nicht von oben herab. Ganz im Gegenteil: Ein grosses Ziel der Klinik ist es, dass die Patienten wieder zu sich finden und damit auch zu ihrer eigenen Meinung und ihrem individuellen Weg. Es gibt Essens-, aber keine Tischzeiten, Regeln, aber kein Hinterherkontrollieren, Therapeuten und Ärzte, aber keine «Halbgötter in Weiss». Es gibt keine Patienten, sondern Experten, weshalb diese dann auch immer als «Klienten» bezeichnet werden: Die Klienten sind hier die Experten für ihre Gesundheit, für ihr eigenes Glück – und sie geben die Schritte vor, die es in diese Richtung braucht, statt von Ärzten und Therapeuten festgelegte Lösungen anzustreben.

Die Indikationen und Zielgruppen

Vor dreieinhalb Jahren wurde die sysTelios Klinik eröffnet, und schon muss sie anbauen, denn die Wartelisten sind lang, mehr Platz wird dringend

benötigt. In die Klinik kommen Menschen mit verschiedenen Traumata, Stress-Symptomen, Angstzuständen, Depressionen, Erschöpfung, Burn-out und anderen Problemen. Menschen, die gerne und viel arbeiten, sich aufopfern, sich um die Familie, um ein Unternehmen, um Schüler kümmern und die (meist für das Wohlergehen anderer) die eigenen Belastungsgrenzen überschritten haben. Sie kommen aus freien Stücken, weil sie nicht mehr weiter wissen. Ärzte, Lehrer, Banker oder auch Mütter, die das, was man heute «Familienmanagement» nennt, einfach nicht mehr schaffen.

Typischerweise handelt es sich um Menschen, die es «gut machen» wollen und sich dabei oft selbst ausbeuten und überfordern. In der sysTelios Klinik beginnen sie, ihre erlebte Wirklichkeit neu zu betrachten, und lernen, dass sie das Potenzial haben, sich ein neues Leben zu gestalten. Das Klinik-Team ist dabei fachkundige Begleitung und entwickelt sich in diesem Prozess auch selbst immer weiter.

Die innovative Organisation

«Ich habe viele Jahre andere Kliniken beraten und als Supervisor begleitet, und fand es sehr schmerzlich, dass ich immer wieder auf Mitarbeiter traf, die in achtungsvoller, kompetenzorientierter Weise arbeiten wollten, aber stets an Grenzen und starre Klinikbedingungen stiessen», berichtet Dr. med. Gunther Schmidt von einem wichtigen Anstoss, ein neues Kliniksystem zu erfinden. «Ich erlebte Hierarchien, in denen von oben nach unten durchdiktiert wurde. Diese Art der Führung erzeugt Stress und Angst im Team, was dann häufig an Patienten und Klienten weitergegeben wird.»

Eine allzu strenge Hierarchie führt Schmidts Erfahrung nach indirekt zu einer Entwertung der Klienten, da diese oft als defizitär, unfähig und krank angesehen werden. Wenn dies geschieht, wird der Patient aber nicht mehr als die gleichrangige, kompetente Autorität behandelt, die Dr. Schmidt in ihm sieht.

«Ich wollte beweisen, dass es auch anders geht – effektiv, schnell und damit auch kostengünstiger und mit mehr Würdigung für alle Beteiligten.» Mit Mechthild Reinhard und Carsten Till hat er zwei Gefährten im gleichen Geiste gefunden, die mit ihm zusammen dieses Werk erfolgreich angegangen sind und es gemeinsam mit ihrem Team verwirklichen.

Begeisterte und kompetente Mitarbeiter

Die Klientinnen und Klienten und auf der anderen Seite das Team, also die Ärzte, Therapeuten, Köche, das Putzpersonal – alle sind wichtig, damit das «Konzept sysTelios» funktioniert, alle sind in die Feedbackschleifen eingebunden, jeder spricht mit jedem. Für die Richtigkeit dieses Ansatzes spricht nicht zuletzt die Tatsache, dass Gunther Schmidt von Anfang an keinerlei Schwierigkeit hatte, begeisterte und kompetente Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu finden. In den vergangenen 20 Jahren hat Schmidt sehr viele Ärzte und Therapeuten weiter- und ausgebildet, für seine Philosophie des Miteinanders begeistert und damit für sich selbst eine Art «Mitarbeiterpool» ge-

Klare Formen aussen sowie ein modernes und freundliches Design im Innern zeichnen den Klinikbau aus.

schaffen. Es gab und gibt jede Menge Interessenten für die Mitarbeit in der sysTelios Klinik – ein schönes Kompliment und eine eindrucksvolle Bestätigung für Gunther Schmidts Arbeit.

Die psychosomatische Idee

Ein Mann mit unglaublich viel Energie, einer, der brennt, aber von Burn-out keine Spur. Dr. med. Gunther Schmidt strotzt geradezu vor Kraft. «Ich liebe meine Aufgaben», ist Schmidts schlichte Erklärung für diese «Power», und es wird klar, dass es ihm darum geht, auch bei den Patienten die in ihnen schlummernden Kräfte wieder zu aktivieren.

Dazu werden in der Klinik Methoden aus dem so genannten hypnotherapeutisch-systemischen Konzept genutzt. Das bedeutet nicht Tiefschlaf, sondern dass die Klienten zunächst dabei unterstützt werden, das bisherige Erleben, welches unbewusst zum Problem beigetragen hat, aus einer geschützten Beobachter-Haltung heraus zu rekonstruieren.

So können sie mit Würde und Kompetenz-Erleben verstehen, was bisher zum unbewussten «Drehbuch» ihres «Problemfilms» beigetragen hat, und es wird ihnen Beistand geleistet, zu erfolgreichen Autoren ihres «Lösungsfilms» zu werden. Dafür werden sie wirksam in Kontakt gebracht mit erfolgreichen Erlebnismustern in ihrem bisher unbewussten «Erlebnisrepertoire», in dem alle nützlichen Erfahrungen ihres Lebens gespeichert sind, auch Kraft gebende und ausgleichende Worte und Bilder. «Die Menschen werden relativ schnell zu Betrachtern ihres eigenen Erlebens. Von dort aus können sie sich dann auch eigenständig in andere Richtungen weiter bewegen.»

Das breit gefächerte Therapieangebot

Der fachliche Hintergrund dieser therapeutischen Arbeit ist unter anderem in der Hirnforschung zu finden. In dieser Disziplin wird immer wieder bewiesen, dass Erleben nicht statisch fest gelegt ist, sondern ständig neu erzeugt wird, unter anderem durch die Art und Weise, die eigene Aufmerksamkeit auf allen Sinnesebenen in eine bestimmte, hilfreiche Richtung zu lenken. In der sysTelios Klinik bekommen die Patienten Wissen an die Hand, aber auch die Erfahrung, dass sie sehr schnell ihre eigenen kompetenten Helfer werden können. «Wir helfen den Gästen unserer Klinik, sich wieder zu spüren», fasst Gunther Schmidt das Ziel seiner Arbeit zusammen.

Pro Patient finden etwa drei Einzelgespräche in der Woche statt, aber auch körper- und kunsttherapeutische Stunden sowie tägliche Gruppenangebote stehen auf dem Programm. Zudem gehören Musik- und Physiotherapie, Körpertherapie nach Feldenkrais, kompetenzaktivierendes Bogenschiessen, diverse Sportarten, Naturheilverfahren und Ernährungstherapie zum Angebot.

Von zwei Dachterrassen aus hat man einen weiten Blick in die herrliche Natur des Vorderen Odenwalds.

Die schön gestalteten Innenräume vermitteln eher die Atmoshäre eines Wellness-Hotels als einer Klinik.

Das Konzept

Die sysTelios Klinik verfolgt ein grundlegend anderes Konzept als herkömmliche Kliniken. Schon die Aufnahme eines Patienten ist ein einzigartiger Prozess, sowohl auf das Team als auch auf den Klienten bezogen. «Wenn wir davon ausgehen, dass in den Klienten alle nötigen Kompetenzen schon ‹schlummern›, dann müssen wir die Klienten auf mehreren Ebenen behandeln. Einerseits gehen wir achtungsvoll und empathisch mit ihren Problemen um, gleichzeitig sehen wir sie aber auch als ihre eigenen Experten und begegnen ihnen deshalb auf Augenhöhe.»

Im Klinikablauf bedeutet das für das gesamte Team, den Patienten immer klarzumachen, dass sie für die gewünschten Ergebnisse und Ziele selbst verantwortlich sind und bleibens. Um diese Selbstbestimmung zu unterstützen, müssen die therapeutischen Angebote vielfältig und transparent sein. Die Klienten werden ermutigt und unterstützt, diese kritisch für sich zu prüfen, so dass sie immer wieder darin gefördert werden, die steuernde Autorität für ihr eigenes Leben zu sein. Die Therapeuten ordnen sich dieser persönlichen Richtung unter; die Behandlung wird so zur Kooperation unter Gleichgestellten.

Auf Augenhöhe begegnen sich auch alle im Team, denn man kann Menschen nur dann in dieser Art begleiten, wenn auch die Umgebung entsprechend ist. So respektiert Gunther Schmidt als Klinikleiter und Geschäftsführer die vielfältigen Kompetenzen in seinem Team. «Die Mitarbeiter der Klinik sind autonome Wesen und keine Vollzugsbeamten», fasst Schmidt seinen Führungsstil zusammen. «Sie sollen ihre eigenen Sichtweisen in Selbstorganisation in die Teamarbeit einbringen.»

Die Hierarchie der Klinik ist sehr flach. Ideen werden diskutiert, Konzepte abgewogen. Das Kommunizieren von Schwierigkeiten und so genannten «Fehlern» wird im Team zum gemeinsamen Gewinn gemacht. «Das ermutigt die Leute sehr», sagt Gunther Schmidt. Im Vordergrund steht eine klare Zielsetzung – dass es den Patienten immer besser geht.

Erfahrungsberichte

Die Klienten bestätigen die positive Wirkung dieses Konzepts. Die häufigste Rückmeldung lautet in etwa so: «Noch nie habe ich mich so gewürdigt und geachtet gefühlt und wurde derart als kompetente Autorität für mein Leben behandelt wie hier. Ich habe auch genau darauf geachtet, ob das im Team ebenso gehalten wird und wie die Leitung sich verhält, und offensichtlich wird das stimmig umgesetzt.»

INFO KLINIK

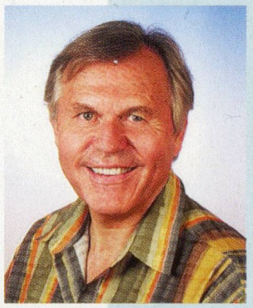
Das sysTelios Gesundheitszentrum liegt in Siedelsbrunn, einem Ortsteil von Wald-Michelbach im Vorderen Odenwald östlich von Weinheim/Bergstrasse.

sysTelios Gesundheitszentrum
Am Tannenberg 17
DE-69483 Wald-Michelbach
Tel. +49 6207 9249-0
Fax +49 6207 9249-295
mail@sysTelios.de
www.sysTelios.de

Eingeladen sind Menschen, die belastungsbedingt eine Auszeit zur Regeneration und Neuorientierung brauchen oder die sich mit Belastungen auseinandersetzen wollen, die als seelische oder körperliche Krankheit diagnostiziert wurden.

Die Indikationen beziehen sich auf das Gesamtgebiet der psychosomatischen Erkrankungen sowie körperliche Erkrankungen, die durch psychische Massnahmen sehr gelindert werden können.

INFO KLINIKLEITUNG



Dr. Gunther Schmidt, Jahrgang 1945, ist Diplom-Volkswirt und Facharzt für psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Seit 2007 wirkt er als ärztlicher Leiter der Privatklinik für Psychosomatik und Psychotherapie des sysTelios-Gesundheitszentrums Siedelsbrunn. Daneben ist er als Coach und Berater in der Organisationsentwicklung, als Dozent, Autor und Direktor des Milton-Erickson-Instituts in Heidelberg tätig.