

## Wege zur Aufnahme

Die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen ist ein Akutkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und führt stationäre Behandlungen für Erwachsene im gesamten Fachgebiet der Psychosomatik durch.

Wenn Sie als **Privat- oder Beihilfeversicherter** an einer Aufnahme in unsere Klinik interessiert sind, vereinbaren Sie bitte zunächst einen Gesprächstermin zur Klärung der Kostenübernahme mit unserem Patientenmanagement. Wenn die Indikation dahingehend geklärt ist, senden Sie uns bitte gesammelt folgende Unterlagen zu:

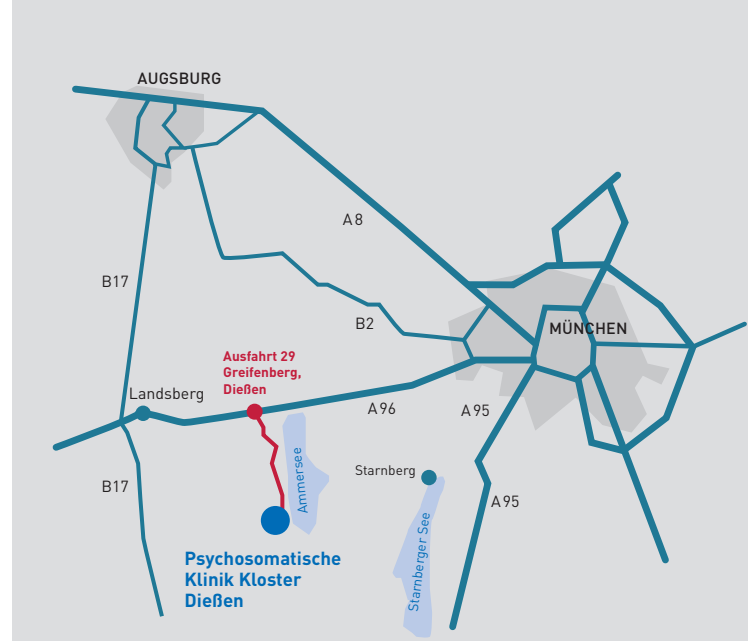
- Anmelde- und Patientenfragebogen (zum Download auf unserer Webseite)
- Vorbefunde relevanter ambulanter und stationärer Vorbehandlungen
- Ggf. Kostenzusage des Kostenträgers

Wenn Sie als **gesetzlich Versicherter** an einer Aufnahme in unserer Klinik interessiert sind, senden Sie uns bitte gesammelt folgende Unterlagen zu:

- Anmelde- und Patientenfragebogen (zum Download auf unserer Webseite)
- Vorbefunde relevanter ambulanter und stationärer Vorbehandlungen
- Aktueller Bericht Ihres einweisenden Arztes/Psychotherapeuten
- Einweisungsschein

Eine Entscheidung über Ihre Aufnahme kann erst anhand der vollständig eingereichten Unterlagen erfolgen.

Bitte beachten Sie, dass wir mit Aufnahme in den Bayerischen Landeskrankenhausplan dazu angehalten sind, vorwiegend Patienten aus Bayern aufzunehmen. Wir bitten um Ihr Verständnis.



## So finden Sie zu uns

### Mit der Bahn

Der Dießener Bahnhof wird regelmäßig von einer Regionalbahn angefahren. Die Buslinie 93 Richtung Obermühlhausen bringt Sie innerhalb von fünf Minuten zur Psychosomatischen Klinik, Haltestelle Klosterhof.

### Mit dem Auto

Nehmen Sie auf der A96 die Ausfahrt 29-Greifenberg und folgen Sie der Beschilderung in Richtung Dießen am Ammersee. An der Klinik stehen Ihnen Parkplätze zur Verfügung.

## Kontakt

Weitere Informationen zu Aufnahme, Wahlleistungen und dem Behandlungsangebot unserer Klinik erhalten Sie von unserem Patientenmanagement oder auf unserer Internetseite.

### Psychosomatische Klinik Kloster Dießen GmbH & Co. KG

Klosterhof 20 · 86911 Dießen  
T 08807 2251-411 · F 0821 78980-1016  
info-diessen@artemed.de

[www.psychosomatik-diessen.de](http://www.psychosomatik-diessen.de)

## ÄRZTE- UND PSYCHOTHERAPEUTEN- GESUNDHEIT

Burnout, Depression, Angsterkrankungen  
und komorbide Störungen



PSYCHOSOMATISCHE KLINIK  
Kloster Dießen

# Liebe Kolleginnen & Kollegen,

bei Ärzten scheint die Punktprävalenz für eine klinisch relevante depressive Störung mit 6-13% und die Lebenszeitprävalenz mit 41-45% deutlich höher als in der Allgemeinbevölkerung zu liegen. Angsterkrankungen, Persönlichkeitsstörungen, ADHS und/oder Substanzmissbrauch treten zudem häufig komorbid auf. Besonders betroffen sind Notfallmediziner, Internisten/Allgemeinmediziner, Neurologen und Psychiater/Psychotherapeuten. Da informelle Konsultationen und Selbstdiagnostik/-therapie sehr häufig stattfinden, begeben sich die Betroffenen oftmals zu spät in Behandlung. Der Rollenwechsel vom Arzt/Psychotherapeuten zum Patienten stellt Behandler wie Betroffene immer wieder vor große Schwierigkeiten. In Deutschland gibt es zudem nur wenige Kliniken, die auf die Behandlung von Ärzten und/oder Psychotherapeuten spezialisiert sind.

Mit unserem Angebot richten wir uns an Ärzte und Psychotherapeuten, die sich im Beruf und/oder Privatleben über ihre Grenzen hinaus verausgabt und überlastet haben. Oftmals haben die Betroffenen den Eindruck, sich in ihrem Beruf und ihrer Berufung nicht mehr wiederzuerkennen und leiden unter Sinnentleerung und Entfremdung. Ziel unserer Arbeit ist es, den „verwundeten Heiler“ wieder in Einklang mit sich selbst zu bringen. Die beruflich hoch kompetente Seite soll dabei um eine selbstfürsorgliche Seite ergänzt werden.

## Mögliche Symptome depressiver Störungen

- Freudlosigkeit, Interessenverlust, Antriebslosigkeit
- Ausgeprägte körperliche und mentale Erschöpfung
- Suizidgedanken
- Selbstzweifel und Zukunftsängste
- Schlafstörungen
- körperliche Schmerzen oder muskuläre Verspannungen
- Erhöhte Reizbarkeit
- Rückzug aus dem sozialen Leben
- Selbstschädigendes Verhalten, z.B. in Form von Selbstmedikation mit Genuss- und Suchtmitteln

## Unser Therapieansatz

Wir gestehen den Ärzten und Psychotherapeuten, die sich bei uns in Behandlung begeben, 100%ig die Patientenrolle zu. Das gesamte an der Behandlung beteiligte Personal wird diesbezüglich regelmäßig geschult und supervidiert. Dabei ist unser Behandlungskonzept geprägt von modernen therapeutischen Ansätzen unterschiedlicher Verfahren, dies basierend auf einem verhaltenstherapeutischen Grundkonzept. Dass dabei neben klassischen Elementen der behavioralen Therapien, wie dem Aufbau von sinnstiftenden antidepressiven Aktivitäten oder dem Training interpersoneller Fertigkeiten, auch neuere Entwicklungen der Verhaltenstherapie, wie CBASP, ACT, DBT und Schematherapie, einfließen, ist für uns selbstverständlich. Die Kontakte in der Einzeltherapie stellen neben unserem intensiven gruppentherapeutischen Angebot das zentrale Element unseres Behandlungskonzepts dar. Hier wird ein Modell für die Entstehung und Aufrechterhaltung der Störung vor dem biografischen Hintergrund entwickelt. Einen weiteren Schwerpunkt der Einzel- wie Gruppentherapie stellt die Wahrnehmung und Regulation von Emotionen dar. Spezifische Belastungsfaktoren, die sich aus dem Arzt-/Therapeutenberuf ergeben, werden in einer zusätzlichen Gruppe aufgegriffen. Dabei geht es z.B. um Themen wie „Verantwortung“ oder „Arzt-/Therapeuten-Ideal“. Auf Wunsch erfolgt online oder in der Klinik ein poststationäres Gruppenangebot.

## Behandlungsziele

- Reduktion des aktuellen seelischen und körperlichen Belastungsniveaus und der Symptome der psychischen Erkrankung
- Erkennen persönlicher Erlebens- und Verhaltensmuster im biografischen Kontext
- Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit
- Verbesserung der Emotionswahrnehmung und -regulation
- Wiedererleben und Stärkung persönlicher Ressourcen und Etablierung von sinnstiftenden und gesunden Verhaltensweisen



OBERÄRZTIN  
DR. MED. MAXI BRAUN

## Bausteine der Therapie

Die hohe klinische Kompetenz unserer Mitarbeiter gepaart mit der Einzigartigkeit des von schöner Natur und lebendiger Kultur umgebenen Klosters ergibt einen hilfreichen Raum für die Therapie unserer Patienten. Die Unterbringung unserer Patienten erfolgt vorwiegend in Einbettzimmern. Die hervorragende Versorgung und die Ruhe des ehemaligen Klosters tragen einen wichtigen Teil zur seelischen Gesundung unserer Patienten bei.

### Im Rahmen eines speziellen Therapieplanes für Ärzte und Psychotherapeuten mit psychischen Störungen kommen folgende Therapiebausteine zum Einsatz:

- Psychologische Testverfahren inklusive Persönlichkeitsdiagnostik
- Individualisierte Psychotherapie im Einzelgespräch
- Störungsspezifische Gruppenpsychotherapie
- Arzt-/Psychotherapeuten-Gruppe mit Rollenspezifischen Themen
- Achtsamkeitsbasierte Verfahren (z.B. Yoga, Meditation)
- Bewegungstherapie & Sport
- Kunsttherapie & Musiktherapie
- Sozialarbeiterische Betreuung und co-therapeutische Bezugspflege
- Kultur-, natur- und tiergestützte Therapie