

Klinik ChiemseeWinkel Seebruck Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie







## Herzlich willkommen in der Klinik ChiemseeWinkel

Psychotherapie gehört zu den wirksamsten Therapieformen in der Medizin. In den letzten 10 – 15 Jahren haben unter anderem Kenntnisse der modernen Neurobiologie unser Wissen über psychische Störungen und therapeutische Möglichkeiten erheblich vertieft. Neue empirisch gut gesicherte störungsspezifische Leitlinien wurden entwickelt und werden bei uns individuell umgesetzt.

Wir verstehen das Krankenhaus als einen besonders beschaffenen Raum, der Heilung ermöglichen soll. Für unsere Mitarbeiter ist die Klinik ein besonderer Arbeitsplatz, der auch Raum zur persönlichen Entwicklung gibt. Jedes Teammitglied und jeder Patient tragen dazu bei, die heilsame Klinikatmosphäre von Respekt, Toleranz und Wertschätzung zu fördern. Die Klinik ist auch ein in die Region ausstrahlender Leuchtturm z. B. über unser Fort- und Weiterbildungsprogramm. Therapieschulenübergreifend werden unsere Therapiekonzepte ständig weiterentwickelt und evaluiert.

Unsere jahrzehntelange Erfahrung in der Psychosomatik stellen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Seit fast 30 Jahren liegt es uns am Herzen, die Lebensqualität der uns aufsuchenden Menschen zu verbessern. Fundiertes Wissen und unsere reiche Erfahrung in der Psychosomatik helfen uns dabei ebenso wie unsere Liebe zu den Menschen. Wenn Sie von Depressionen, Arbeitsplatzkonflikten, Burnout-Syndrom, Stresserkrankungen oder somatoformen Störungen betroffen sind, können wir Ihnen mit der Klinik ChiemseeWinkel einen geschützten Ort für Ihre Heilung anbieten.





## Perfekter Ort zur Neuorientierung

Unser Haus mit See- und Bergblick verwöhnt Sie auf Vier-Sterne-Plus-Niveau.

Die Klinik ChiemseeWinkel steht auf einem 6.400 Quadratmeter großen Seegrundstück. Es liegt direkt am Chiemsee, hat direkten Seezugang und einen eigenen kleinen Anlegesteg.

## Überschaubar und persönlich

Die Klinik ChiemseeWinkel bietet Ihnen für Ihre Genesung geschützten Raum.

Mit 50 Zimmern bietet Ihnen die psychosomatische Klinik ChiemseeWinkel mit ihrer überschaubaren Größe Raum für Ihre nachhaltige Genesung. Die heilsame Atmosphäre unseres Hauses ist von Respekt, Toleranz und Wertschätzung geprägt. Wir begegnen Ihnen – und auch uns untereinander – mit achtsamer Zuwendung und respektieren dabei stets Ihre Privatsphäre.

In zum Wohlfühlen einladenden Therapieräumen führen wir unsere bewährten Konzepte bei Angst, Depression, Burnout, Traumatisierung und für ältere Menschen individualisiert in kleinem, geborgenem Rahmen durch. Dies ist auch der perfekte Ort für unsere Gruppen mit spezifischen Schwerpunkten, z. B. für Führungskräfte oder bei Arbeitsplatzkonflikten.

Stefan Düvelmeyer, Geschäftsführer



Dr. Axel Müller, Chefarzt



### Immer nah bei den Menschen

Chefarzt und Behandlerteam - erfahren, kompetent und zugewandt.

Dr. Axel Müller löst als Chefarzt in der psychosomatischen Klinik ChiemseeWinkel Dr. Franz Pfitzer ab. Dr. Müller ist Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie.

"Stationäre Psychosomatik bedeutet für mich multimodale, multiprofessionelle integrative Teamarbeit, das heißt, die gute Zusammenarbeit vieler psychotherapeutischer Spezialisten ist entscheidend. In zum Wohlfühlen einladenden Therapieräumen führen wir unsere bewährten Konzepte bei Angst, Depression, Burnout, Traumatisierung und für ältere Menschen individualisiert in kleinem, geborgenem Rahmen durch. Dies ist auch der perfekte Ort für unsere Erlebnistherapien und Indikativgruppen, wie zum Beispiel gewaltfreie Kommunikation und Training sozialer Kompetenzen", so Dr. Müller. "Die therapeutische Gemeinschaft ist Teil unseres Konzeptes, um eingeschliffene krankheitsbedingte Muster von Rückzug und Vermeidung zu verändern und wieder Neugier, Lebensfreude und Lebendigkeit wahrzunehmen."





## Damit es Ihnen bald besser geht

Wir arbeiten für Sie und mit Ihnen - fachlich hochkompetent und empathisch-engagiert.

"Heilen durch Beziehung": Dies ist unser Grundverständnis von tiefenpsychologischer Psychotherapie. Gemeinsam mit Ihnen versuchen wir zu erarbeiten, zu welchen Lebensund Entwicklungsaufgaben Sie Ihre Krankheit oder Krise herausfordern. Grundsätzlich gilt dabei: Je intensiver Sie sich auf das Zusammenwirken mit uns einlassen können, desto umfassender und nachhaltiger wird sich Ihr Heilungsprozess gestalten.

Unser Ziel ist eine umfassende und individuell auf Sie und Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Behandlung. In einem mit 50 Plätzen bewusst überschaubar gehaltenen, geschützten Rahmen können wir Sie nicht nur kurzfristig aufnehmen, sondern uns auch auf vertrauensvoller Basis intensiv kennenlernen. Dazu gehört auch, dass wir gemeinsam mit Ihnen eine für Sie "maßgeschneiderte Therapie" zusammenstellen.

Während Ihres gesamten Aufenthaltes und natürlich auch über Ihren ganzen Behandlungsprozess sind Ihr Einzeltherapeut und das Behandlerteam stets für Sie und Ihre Fragen da. Individuell, persönlich und vertraulich begleiten wir Ihren Therapieprozess. Dabei ist die Atmosphäre unserer Arbeit geprägt von Kompetenz, Menschlichkeit und Zuwendung. Diese zugewandte Haltung finden Sie auch in unseren anderen Häusern. Wir beraten Sie im Chefarztsekretariat und in unserer Aufnahmeberatung umfassend: von der Indikationsprüfung über Hilfestellung bei der Klärung der Kostenübernahme bis hin zu praktischen Fragen zu Ihrem Aufenthalt.





## Unser Behandlungskonzept: innovativ, integrativ und individuell

Unser tiefenpsychologisch fundiertes Behandlungskonzept stimmen wir genau auf Sie ab.

"Verstehe dich selbst besser und verhalte dich günstiger" – Unter diesem Leitmotiv steht unser seit vielen Jahren erfolgreiches, beständig weiterentwickeltes integratives Behandlungskonzept: Dabei erfasst unser psychodynamisch-tiefenpsychologisches Verständnis Sie und Ihr Problem vor dem Hintergrund Ihrer ganz persönlichen Lebensgeschichte. Darauf basierend stimmen wir unsere therapeutische Arbeit individuell auf Sie zugeschnitten ab. Diese umfasst verhaltenstherapeutische Problembewältigungsstrategien, erlebniszentrierte Verfahren und eine Aktivierung von Ressourcen, die wir vor allem als Beziehungsressourcen verstehen.

Denn wenn Sie sich selbst, relevante Beziehungen und die Beschwerden in Ihrem Zusammenhang besser verstehen und verändern können, wird es Ihnen bald und nachhaltig besser gehen. Dies fällt Ihnen umso leichter, je tiefer Sie wieder einen Zugang zu Ihren Gefühlen und Ihrem Körper finden. Hierbei hilft Ihnen unser integratives Therapiekonzept, bestehend aus Erlebnistherapien (Musiktherapie, Kunsttherapie, Tanztherapie, interaktioneller Gruppentherapie) sowie drei ärztlich-psychologischen Einzeltherapien pro Woche. In persönlicher und absolut vertraulicher Atmosphäre bieten wir Ihnen einen geschützten Raum für Ihre Neuorientierung.





## Unsere Behandlungsschwerpunkte

Unser Therapieangebot umfasst den gesamten Bereich von Psychosomatik und Psychotherapie.

- Psychische Störungen wie Depressionen, Angst- und Panikstörungen, Zwänge
- Störungen der Organfunktionen (psychosomatische Störungen, funktionelle Störungen, die oft schon lange bestehen)
- Akute und chronische Belastungsreaktionen und Burnout-Syndrome
- Bindungs- und Beziehungsstörungen, einschließlich arbeitsplatzbezogener Konflikte
- Psychotherapie bei älteren Menschen
- Krisen und traumatische Reaktionen nach Unfällen, Verlusterfahrungen, schweren Krankheiten oder Operationen
- Lebenskrisen, Sinnkrisen, Beziehungskrisen, berufliche und persönliche Identitätskrisen.

## Behandlungsprogramme

Je nach Art und Schwere der Erkrankung und der zeitlichen Möglichkeiten unserer Patienten bieten wir zwei verschiedene Behandlungssettings an.

#### Stationäre integrative Psychotherapie

Psychische und psychosomatische Erkrankungen entwickeln sich meist über eine lange Zeit, daher ist in der Regel – um eine durchgreifende Verbesserung im Denken, Erleben und Verhalten erzielen zu können – eine Behandlungsdauer von mindestens sechs Wochen erforderlich.

#### Intensiv-Kurzzeittherapie

Wir bieten eine Intensiv-Kurzzeittherapie an, die in der Regel drei Wochen dauert. Sie bietet die Chance der Standortbestimmung und Neuorientierung bei beruflichen oder privaten Krisen, die häufig mit Schlafstörungen, Erschöpfung und anderen psychosomatischen Symptomen einhergehen.

Neben der psychophysischen Regeneration bietet die Intensiv-Kurzzeittherapie die Chance der Ressourcenaktivierung, eines verbesserten Selbstmanagements und einer lösungsorientierten Problembewältigung.



# Gemeinsam neue Seiten entdecken wie wirkt stationäre Psychotherapie?

Stationäre Psychotherapie bietet nicht nur Abstand vom häuslichen und beruflichen Umfeld, sondern auch einen geschützten Raum, in dem in besonderer Weise das Fühlen und Erleben aktiviert werden kann. Im Rahmen eines integrativen Behandlungskonzeptes können gezielt verschiedene Therapieverfahren kombiniert werden. Die integrative Behandlung erfolgt durch ein multiprofessionelles Team aus Ärzten, Psychologen, Sozialpädagogen, pflegerischen Co-Therapeuten, Krankengymnasten sowie Therapeuten für Kunsttherapie, Tanztherapie und Musiktherapie.

Die verschiedenen Therapien werden in Hinblick auf die gemeinsam erarbeiteten Therapieziele individuell mit Ihnen abgestimmt.

## Die therapeutische Gemeinschaft

Die therapeutische Gemeinschaft ist Teil unseres Konzeptes, um eingeschliffene krankheitsbedingte Muster von Rückzug und Vermeidung zu verändern und wieder Neugier, Lebensfreude und Lebendigkeit wahrzunehmen. Dies umfasst im Einzelnen:

- Ein Paten-System erleichtert das innere Ankommen
- Willkommens- und Abschiedsgruppen
- Vorträge zu Themen wie Krankheit, Stress, Depression, Burnout, Behandlungskonzept, Spiritualität und Sinn
- Regelmäßiges sportliches Bewegungsangebot
- Angebote zur Wahrnehmungsförderung
- Therapie und Freizeitangebote wie Radtouren, geführte Bergtouren etc. am Wochenende
- Patientenbeteiligung bei Verbesserungs- und Beschwerdemanagement





## Erlebnistherapien

Unser integratives Konzept sieht die Teilnahme an mindestens einer der unten genannten Erlebnistherapien vor.

#### Dazu gehören:

- Musiktherapie
- Kunsttherapie
- Tanztherapie

Bei den Erlebnistherapien handelt es sich um spezialisierte psychotherapeutische Verfahren, die – jedes in seiner spezifischen Art – die nonverbalen Ausdrucksmöglichkeiten des Menschen nutzen, anregen und entwickeln. Während verbale Verfahren, wie die Einzeltherapie, vor allem die sprachdominante linke Hirnhälfte nutzen, aktivieren die Erlebnistherapien in besonderer Weise das intuitive und kreative Potenzial der rechten Hirnhälfte. In den Erlebnistherapien können Sie sich in Ihrem Empfinden, Wollen und Denken wahrnehmen und entfalten, frühere Erfahrungen aktualisieren und integrieren und neue Sichtweisen, Verhaltensweisen bzw. Bewegungsmöglichkeiten entwickeln. In einer Abschlussrunde können Sie Ihre Erfahrungen teilen und reflektieren. Es sind keinerlei tänzerische, künstlerische oder musikalische Voraussetzungen notwendig.

#### Meditation und Achtsamkeit

Achtsamkeit ist nach unserem Verständnis eine grundlegende Haltung, bei der wir lernen, den im Leben häufig aktivierten "Autopiloten" abzuschalten und unsere Aufmerksamkeit gezielt zu fokussieren. In der Meditation wird die Wahrnehmung für unwillkürlich auftretende Gedanken, Gefühle und Körperwahrnehmungen geschult. Mit diesen Wahrnehmungen freundlich umgehen zu lernen, stellt bei einer Vielzahl psychischer Störungen wie Depressionen, Ängsten und Traumafolgestörungen einen wesentlichen therapeutischen Fortschritt dar, der es dann leichter macht, aktiv und gezielt auf andere Gedanken, Wahrnehmungen oder Gefühle zu fokussieren.

Darüber hinaus bieten wir Qi Gong und als Entspannungsverfahren die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson an.





### Patientenzentrierung

Dr. Franz Pfitzer, bis Mitte 2022 Chefarzt, war aktiv daran beteiligt, dass die Klinik St. Irmingard in Prien als erstes Krankenhaus in Deutschland "gesundheitsförderndes Krankenhaus" im Sinne der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wurde. Die in der Chiemsee-Erklärung fixierten Grundprinzipien von Patientenzentrierung, Mitarbeiterzentrierung und regionaler Vernetzung werden weiterhin gelebt.

Wir betrachten unsere Patienten als kompetente Mitgestalter ihrer eigenen Therapie. Minderung von Leid, Zunahme von Fähigkeiten zum Selbstmanagement, Ressourcenaktivierung und Empowerment im Sinne der WHO sind wichtige Bestandteile unserer therapeutischen Grundhaltung. Wir arbeiten daher auch mit Selbsthilfegruppen zusammen.

Im Rahmen unseres Meinungsmanagements werden Verbesserungsvorschläge, Kritik oder Wünsche zeitnah aufgegriffen und beantwortet. Ein solcher kontinuierlicher Verbesserungsprozess entspricht unserem Verständnis von Qualitätsmanagement und Patientenzentrierung in der Psychotherapie.

#### Wissenschaftliche Evaluation

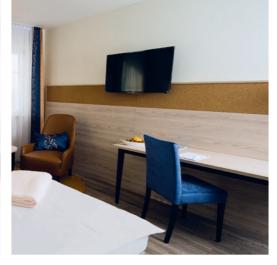
Unsere Behandlungsergebnisse werden dokumentiert und ständig überprüft. Mit dem IQP (Institut für Qualitätsentwicklung in der Psychosomatik und Psychotherapie) steht uns hierfür ein unabhängiges multizentrisches Evaluationsinstitut zur Verfügung, ferner verfügt die Klinik über ein umfassendes Qualitätsmanagement, um eine hohe Behandlungsqualität zu gewährleisten. Unsere Behandlungsplanung berücksichtigt die evidenzbasierten wissenschaftlichen Leitlinien, wir arbeiten auch aktiv in verschiedenen wissenschaftlichen Fachgesellschaften mit.





## IHR ZIMMER | 4-STERNE-Plus-NIVEAU

Alle Zimmer sind im exklusiven Design, in hochwertigster Ausstattung und mit liebevollen Details gestaltet.





## Ihr Restaurant | Exklusives Ambiente

Unser sonniges Wintergarten-Restaurant bietet Ihnen täglich frisch zubereitete Menüs.









## Weil Leib und Seele zusammengehören

Unsere Küche verwöhnt Sie alpenländisch-mediterran.

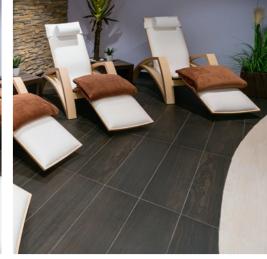
Ausgewogenen und abwechslungsreichen Genuss versprechen Ihnen unser Küchenchef und sein Team während Ihres gesamten Aufenthaltes: Vom Frühstück bis zum Abendessen zaubert die Küche aus frischen, regionalen Produkten immer wieder neue wohlschmeckende Gaumenfreuden. Lassen Sie sich die Vielfalt unserer qualitativ hochwertigen alpenländischmediterranen Küche auf der Zunge zergehen – und erleben Sie die perfekte Verbindung zwischen sinnlichem Essgenuss und gesunder ausgewogener Kost.











### Service und Freizeitaktivitäten

Von der ersten Kontaktaufnahme mit unserem Sekretariat/Servicetelefon bis zum Ende Ihres Aufenthaltes wird unser persönlicher Service für Sie erkennbar sein.

#### Unsere Rezeption informiert Sie gerne über unsere Angebote:

- WLAN
- Kaffee und Kuchen
- Sportliche und Freizeitaktivitäten
- Leihfahrräder
- Kontakte zu Segelschulen und Sportvereinen
- Informationen zu kulturellen Veranstaltungen im Chiemgau wie den Opernfestspielen Immling oder Schlosskonzerten Herrenchiemsee

#### Für Ihre Freizeitaktivitäten stehen u. a. zur Verfügung:

- Fitnessraum
- Meditationsraum
- Musikraum mit Flügel
- Sauna & Infrarotkabine
- Gemeinsames Singen
- Geführte Wanderungen





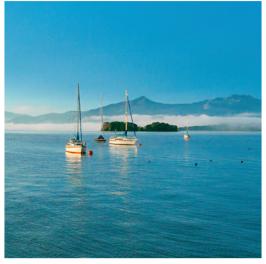
## Ob Natur pur, Kunst oder Kultur

Die Lage der Klinik ChiemseeWinkel ist ideal für Ruhesuchende - und Entdecker.

Blaue Seen, Berge oder Moorlandschaften: Im Chiemgau wird die Natur ebenso gepflegt wie die Liebe zur Heimat, zu Kunst und Kultur. Inmitten dieses Idylls liegt der Chiemsee, an dessen Nordrand die Privatklinik ChiemseeWinkel, die Sie jederzeit gerne willkommen heißt.

Unser attraktiv und fernab jeden Trubels gelegener Standort ist ideal für Ausflüge aller Art: Fast vor der Tür laden das Römermuseum Seebruck, die "Seeoner Seen" und das älteste Naturschutzgebiet Bayerns, die Eggstätt-Hemhofer-Seenplatte, zu einer Besichtigung ein. Auf den berühmten Inseln im Chiemsee gibt es nicht nur das Benediktinerinnenkloster Frauenwörth und Schloss Herrenchiemsee zu entdecken.







Impressum

Konzept:

Herausgeber: Klinik ChiemseeWinkel

Seebruck GmbH

Geschäftsführung: Stefan Düvelmeyer, Dietolf Hämel

Chefarzt: Dr. Axel Müller

Gesundheitswelt Chiemgau AG

Satz und Druck: Studio Terme GmbH

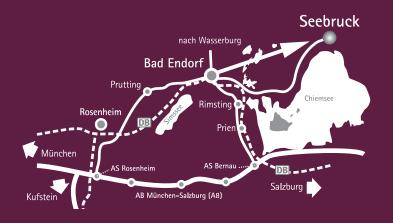
Gesundheitswelt Chiemgau AG,

Klinik ChiemseeWinkel

Florian Werner

Änderungen vorbehalten. Stand September 2022







#### Klinik ChiemseeWinkel Seebruck GmbH

Römerstraße 17 • D-83358 Seeon-Seebruck Beratung und Aufnahme-Telefon: 08667/87930-80 E-Mail-Kontakt Chefarzt: sek@klinik-chiemseewinkel.de