



Privatlinik Wyss

Feuer und Flamme - ausgebrannt? Wege aus dem Burnout

Das Gruppenangebot richtet sich an Menschen, die aufgrund ihrer Arbeitssituation in einen chronischen Erschöpfungszustand geraten sind. Es dient sowohl der ambulanten Behandlung eines Burnout's als auch der Weiterbehandlung nach einem stationären Aufenthalt.

Ziel der Behandlung ist die Verbesserung des persönlichen Stressmanagements durch die Analyse von Bewältigungsstrategien und Lösungsmöglichkeiten für aktuell belastende Situationen und Reaktionen.

Die Behandlung beinhaltet folgende Themen:

- Wissensvermittlung zu Stressmanagement
- Analyse des Verhaltens in belastenden Situationen
- Einüben neuer Verhaltensweisen
- Entspannungsverfahren und Körperwahrnehmung

Teilnahmebedingungen:

Regelmässige Teilnahme an den Gruppengesprächen und der Körpertherapie während mindestens 8 Wochen

Zeit: Gruppengespräche und Körpertherapie wechseln sich wöchentlich ab. Die Durchführungszeiten sind dem Flyer „Aktuelle Termine“ zu entnehmen.

Ort: Die **Gruppengespräche** finden im Psychiatrischen Dienst der Privatlinik Wyss am Hirslanden Salem-Spital (Haus Blumenberg) in Bern statt. Die **Körpertherapie** wird in der Privatlinik Wyss in Münchenbuchsee durchgeführt.

Kosten: Kostenübernahme durch die Krankenkasse bei ärztlicher Verordnung

Psychiatrischer Dienst der Privatlinik Wyss
am Hirslanden Salem-Spital, Bern

Tel. 031 337 80 60
Fax 031 337 80 61



09.08