

PRIVATKLINIK  
WYSS

Integriertes  
Gruppenprogramm  
für Patienten/  
Patientinnen mit

**Burnout-Syndrom**



## Wenn Sie

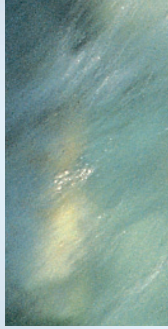
- an psychischen und/oder körperlichen Nebenwirkungen ständiger Arbeitsüberlastung (wie Depressionen, häufige Gereiztheit oder Anspannung, Schlafstörungen, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Entscheidungsunfähigkeit) leiden
- trotz zunehmender Anstrengungen das Gefühl haben, weniger leistungsfähig zu sein
- zunehmend resignieren, weil Sie denken, doch nichts mehr bewirken oder verändern zu können
- sich zunehmend vom Freundeskreis oder aus Freizeitaktivitäten zurückziehen

## kann dieses Programm Ihnen helfen

- mit Stress besser umzugehen
- Ihrer Depression entgegenzuwirken
- sich vermehrt und entschiedener abzugrenzen
- Ihre Konzentrations- und Gedächtnisstörungen zu vermindern
- ein ausgeglicheneres Gleichgewicht zwischen Arbeit und Freizeit zu erreichen

## Das Programm beinhaltet

- individuelle Psychotherapie mit zwei 45-minütigen Sitzungen pro Woche bei einem Arzt / einer Ärztin bzw. einem Psychologen / einer Psychologin sowie individuelle Bezugspersonenpflege
- vier- bis sechswöchige Gruppenpsychotherapie mit zwei 90-minütigen Sitzungen zum thematischen Schwerpunkt Stressmanagement
- Körpertherapie in Gruppen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und Entspannung
- Musik- und Kunsttherapie in Gruppen zur Förderung nicht-verbaler Ausdrucksformen
- Fitnessförderung durch Walking und andere sportliche Aktivitäten



## **Sie können in das Programm aufgenommen werden**

- über eine Anmeldung durch Ihren Hausarzt / Ihre Hausärztin oder Ihren ambulanten Therapeuten / Ihre ambulante Therapeutin
- über ein unverbindliches Vorgespräch mit uns
- wenn Sie über eine Spitalzusatzversicherung verfügen, wobei für Einwohner / Einwohnerinnen des Kantons Bern die Grundversicherung ausreicht

Zur Burnout-Therapie gehört eine umfassende Rückfallprophylaxe. Deshalb ist auch die rechtzeitige Vorbereitung der ambulanten Weiterbehandlung wichtig.

**Weitere Informationen zu diesem Programm erhalten Sie unter Telefon 031 868 33 33.**



## Privatklinik Wyss

Die Privatklinik Wyss betreut schon seit 1845 psychiatrisch erkrankte Patientinnen und Patienten: Heute verfügt die Klinik über 90 Betten, die auf mehrere, zum Dorfstil passende Häuser verteilt sind. Die offen geführten Abteilungen sind von einem grossen Park mit mehreren öffentlich zugänglichen Tiergehegen umgeben.

Die Klinik bietet professionelle und individuell abgestimmte Therapiemöglichkeiten an für Patientinnen und Patienten mit psychischen Erkrankungen, insbesondere Abhängigkeitserkrankungen, Angst- und Zwangserkrankungen, Depressionen, Unsicherheit in der sozialen Kompetenz oder Burnout. Ihnen stehen vielseitig ausgebildete Therapeuten und Therapeutinnen und eine qualifizierte Bezugspersonenpflege zur Verfügung. Ziel der Behandlung ist, Gesundheit und individuelle Ressourcen zu fördern, zu erhalten und die Lebensqualität wiederherzustellen, welche eine Rückkehr in das angestammte soziale Umfeld ermöglicht.

Die therapeutischen Konzepte der Privatklinik Wyss sind auf Kriseninterventions- und integrierte stationäre psychiatrisch-psychotherapeutische Behandlungen ausgerichtet. Die Angebote umfassen neben individueller Einzel-, Paar- und Familientherapie auch spezifische, diagnoseorientierte gruppentherapeutische Programme. Die individuellen Behandlungsziele werden mit den Patientinnen und Patienten vereinbart. Die Angehörigen werden ebenso wie die bisherigen und weiteren ambulanten Therapeuten und Therapeutinnen miteinbezogen.

Die kreativtherapeutischen Angebote umfassen kunsthandwerkliche Ateliers, Körper-, Bewegungs- und Physiotherapie sowie Kunst-, Mal- und Musiktherapie, Rollenspiel und Psychodrama.

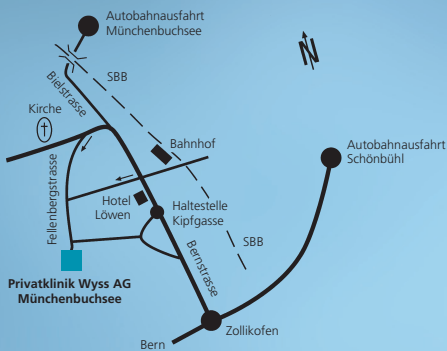


PRIVATKLINIK  
WYSS

Privatlinik Wyss AG 3053 Münchenbuchsee

Tel 031 868 33 33 Fax 031 868 34 00 E-mail: [info@privatlinik-wyss.ch](mailto:info@privatlinik-wyss.ch)

Internet: [www.privatlinik-wyss.ch](http://www.privatlinik-wyss.ch)



**Wie erreichen Sie die Privatlinik Wyss AG:**

**Auto**

Autobahn Bern-Biel  
Ausfahrt Münchenbuchsee

**Bahn SBB/Linie Bern-Biel**

Station Münchenbuchsee

**Regionalverkehr Bern-Solothurn (RBS)**

Bern HB-Zollikofen, umsteigen in Bus M (RBS)  
bis Haltestelle Kipfgasse