

# hypnosystemische Praxis

sysTelios Fortbildung

## Burn-out als Kompetenz – hypnosystemische Konzepte der Burn-out-Prophylaxe

Dr. med. Gunther Schmidt

Ärztlicher Direktor der sysTelios Klinik

Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

**Samstag, 22. Februar 2020**

10.30 bis 15.00 Uhr

sysTelios Klinik Siedelsbrunn · Am Tannenberg 17 · 69483 Wald-Michelbach

[www.sysTelios.de/fortbildung](http://www.sysTelios.de/fortbildung)

Diese Fortbildung aus unserer Reihe hypnosystemische Praxis richtet sich an ärztlich oder psychotherapeutisch tätige Kolleginnen und Kollegen. Wir haben Fortbildungspunkte bei der Landesärztekammer Hessen beantragt.

### Liebe Kollegin, lieber Kollege,

wer Burn-out erleidet, hat meist eine Biografie mit vielen Kompetenzen und achtenswerten Haltungen. Fast immer handelt es sich um Menschen in fordernden Funktionen mit hoher Verantwortungsbereitschaft und Leistungsorientierung. Gerade Betroffene entwickeln in der modernen Beschleunigungsgesellschaft den Anspruch und Ansporn, stets alle an sie gerichteten Erwartungen zu erfüllen.

Bei ausgeprägt loyaler Ausrichtung auf die Bedürfnisse anderer Menschen und die Erledigung aller Aufgaben empfinden Betroffene sich in der Zwickmühle. Sie meinen, Arbeit, Familie, die eigene Gesundheit und der Wunsch nach sinnvoller Lebensgestaltung ließen sich vermeintlich nur selbstausbeuterisch mit zunehmendem Aufwand meistern – bis die eigenen Kräfte nachlassen.

Überforderungsgefühle, chronischer Stress, psychosomatische Symptombildungen bis hin zur völligen psychischen und körperlichen Erschöpfung können die Folge sein. Denn häufig entscheiden Betroffene

sich unbewusst für Pflichterfüllung und gegen die Bedürfnisse ihres Organismus, der darauf reagiert.

Aus hypnosystemischer Sicht können Symptome eines Burn-out-Prozesses als wertvolle Rückmeldungen aus dem intuitiven Wissen der Betroffenen über ihre Bedürfnisse verstanden und genutzt werden. Ihr Körper kann dabei als Seismograf und kooperativer Partner wertgeschätzt werden, um krankmachende Problemmuster zu erkennen.

Wir stellen theoretische Erkenntnisse und praktische Strategien aus dem hypnosystemischen Interventionsrepertoire vor, wie Betroffene eine gesundheitsförderliche und sinnerfüllende Balance zwischen ihren unterschiedlichen Lebensbereichen entwickeln und nachhaltig aufrechterhalten können. Dazu bieten wir praktische Übungen für die eigene Praxis an.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung

bis zum **10. Februar 2020**

[fortbildung@sysTelios.de](mailto:fortbildung@sysTelios.de)

**sysTelios**  
KLINIK

sysTelios Gesundheitszentrum  
Siedelsbrunn GmbH & Co. KG

Am Tannenberg 17  
69483 Wald-Michelbach  
Deutschland

Tel. +49. 6207. 9249 - 0  
Fax +49. 6207. 9249 - 295  
[mail@sysTelios.de](mailto:mail@sysTelios.de)  
[www.sysTelios.de](http://www.sysTelios.de)

# Seminarprogramm

## Burn-out als Kompetenz – hypnosystemische Konzepte der Burn-out-Prophylaxe

### Interaktive Fortbildung

mit Dr. med. Gunther Schmidt

Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Ärztlicher Direktor der **sysTelios Klinik**

**Samstag, 22. Februar 2020**

**ab 10.00 Uhr**

Eintreffen und Ankommen

**10.30 bis 11.00 Uhr**

Begrüßung und Einführung Dr. Alexander Herr  
Geschäftsführung der **sysTelios Klinik**

**11.00 bis 12.30 Uhr** Interaktiver Themenblock 1

Grundlagen, Annahmen und Interventionsmöglichkeiten der Burn-out-Prophylaxe aus hypnosystemischer Sicht:

u.a. wie Betroffene Erschöpfungszustände und Burn-out-Symptome erleben und diese als Rückmeldungen ihres intuitiven Wissens über ihre Bedürfnisse nutzen können | Vortrag und Einübung in Kleingruppen anhand konkreter Beispiele

**12.30 bis 13.00 Uhr**

Pause, Austausch, kleiner Snack

**13.00 bis 14.30 Uhr** Interaktiver Themenblock 2

Hypnosystemische Strategien: u.a. der Körper als kooperativer Partner beim Erkennen stressinduzierender und krankmachender Problemmuster, Stärkung von Autonomie und Selbstwirksamkeit bei Betroffenen, Stresssituationen/-reaktionen und Symptome als Kompetenzen und Chancen nutzen, Gestaltung des Alltags als Ritual gesundheitsförderlicher Aufmerksamkeitsfokussierung | Fallbeispiele aus der klinischen Praxis und Reflexion im Plenum

**14.30 bis 15.00 Uhr**

Multilog und Fragenrunde, abschließende Diskussion

### Transparenzinformation

Die Inhalte dieser Veranstaltung werden produkt- und dienstleistungsneutral gestaltet. Teilnahmegebühren werden nicht erhoben. Die Veranstaltung wird durchgeführt von und in der **sysTelios Klinik**, einem Angebot der **sysTelios Gesundheitszentrum Siedelsbrunn GmbH & Co. KG**, Am Tannenbrunn 17, 69483 Wald-Michelbach.

Dr. med. Gunther Schmidt ist wissenschaftlicher Leiter dieser Fortbildung aus der Reihe **hypnosystemische Praxis** sowie Ärztlicher Direktor, Mitgründer und geschäftsführender Gesellschafter der **sysTelios Klinik**. Der wissenschaftliche Leiter sowie die Referentinnen und Referenten legen potenzielle Interessenkonflikte gegenüber den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Fortbildung offen. Es besteht kein Sponsoring der Veranstaltung durch Dritte.

## Ausblick

Wir laden Sie bereits jetzt herzlich ein zu den kommenden Themen und Terminen unserer Fortbildungsreihe **hypnosystemische Praxis**:

**Hirn an Darm, Darm an Hirn – wie wir Stress, Angst und andere Gefühle verdauen und durch hypnosystemische Strategien beeinflussen können**

mit Dr. med. Heidrun Freudenberg

Stellvertretende Chefärztin der **sysTelios Klinik**  
Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

mit Dr. med. Claudia Kockrow

Ärztin und Systemische Therapeutin  
in der **sysTelios Klinik**

**Mittwoch, 13. Mai 2020**

**14.00 bis 18.30 Uhr**

**Hypnosystemische Therapie von Depressionen – von erdrückenden zu sich entfaltenden Welten**

mit Dr. med. Gunther Schmidt

Ärztlicher Direktor der **sysTelios Klinik**

**Mittwoch, 21. Oktober 2020**

**14.00 bis 18.30 Uhr**

Bei der Landesärztekammer Hessen haben wir Fortbildungspunkte beantragt.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Sie können sich bereits jetzt für die Veranstaltungen anmelden bzw. vormerken lassen.

### Über uns

Die **sysTelios Klinik** ist eine private Akutklinik für Psychotherapie und psychosomatische Gesundheitsentwicklung in Siedelsbrunn im Odenwald. Akut- und ambulante Behandlungen sind im akuten Bedarfsfall nahezu ohne Wartezeit möglich. Unser therapeutisches Konzept unter fachärztlicher Leitung ist tiefenpsychologisch fundiert, verhaltenstherapeutisch ergänzt und hypnosystemisch optimiert. Alle Gruppen- und Einzelangebote der Gesprächs-, Körper-, Kunst- und Musikpsychotherapie sind lösungsorientiert und kompetenzaktivierend.

Private Krankenversicherungen und/oder Beihilfestellen übernehmen die Kosten für einen stationären Aufenthalt in der **sysTelios Klinik**. Wir empfehlen die vorherige Einholung einer Kostenzusage. Über die verschiedenen Möglichkeiten der Beantragung beraten wir gern individuell, ebenso bei gesetzlicher Krankenversicherung. Eine stationäre Therapie ist auch für Selbstzahlerinnen und Selbstzahler in finanzieller Eigenleistung möglich.

Mehr Informationen auf [www.sysTelios.de](http://www.sysTelios.de)



**fortbildung@sysTelios.de**