

Erschöpfungskompetenz



Von schmerzlich *hilfreichen Ressourcen*

Der menschliche Organismus ist nicht auf Dauerbetrieb unter Spannung ausgelegt. Auf körperlicher Ebene ist uns das durchaus bewusst. Nach sportlicher Anstrengung nehmen wir körperliche Ermüdung und Erschöpfung oft sogar als wohltuend wahr. Erschöpfung auf psychischer Ebene bewerten wir dagegen schnell als Unzulänglichkeit oder Unvermögen. Dabei zeigt sich auch hier die natürliche Erschöpfungskompetenz des Körpers, der Erschöpfungssignale aussendet, um uns vor Überanstrengung zu schützen.

Aus hypnosystemischer Sicht sind Überforderungsgefühle, dauerhaftes Stresserleben und psychosomatische Symptombildungen niemals Ausdruck persönlicher Schwäche. Die seelischen und körperlichen Symptome können vielmehr als wertvolle Rückmeldungen aus dem intuitiven Wissen der Betroffenen über dahinterliegende Bedürfnisse verstanden, gewürdigt und für den individuellen therapeutischen Entwicklungsprozess genutzt werden.

In der **sysTelios Klinik** bieten wir Klientinnen und Klienten den therapeutischen Rahmen, schlummernde Ressourcen wiederzuentdecken und als Schöpfungskompetenz für sich zu nutzen. Wir unterstützen sie, ihre Beschwerden in kraftvolle Leistungsfähigkeit mit kluger Achtsamkeit für den Schutz ihrer Gesundheit zu transformieren, um wieder in Balance mit den Bedürfnissen ihres Organismus und ein gesundheitsförderliches Sinnerleben zu gelangen.

Die **sysTelios Klinik** ist eine private Akutklinik für psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Unser therapeutisches Konzept ist fachärztlich geleitet. In hypnosystemischer Herangehensweise verbinden wir lösungsorientierte systemische Therapiekonzepte und Modelle der kompetenzaktivierenden Hypnotherapie mit tiefenpsychologisch fundierten und verhaltenstherapeutisch ergänzenden Verfahren.

Private Krankenversicherungen und/oder Beihilfestellen übernehmen die Kosten für einen stationären Aufenthalt. Wir empfehlen die vorherige Einholung einer Kostenzusage. Über die verschiedenen Möglichkeiten der Beantragung beraten wir gern individuell. Eine stationäre Therapie ist auch für selbstzahlende Klientinnen und Klienten möglich.

www.sysTelios.de/aufnahme



sysTelios Gesundheitszentrum
Siedelsbrunn GmbH & Co. KG

Am Tannenberg 17
69483 Wald-Michelbach
Deutschland

Tel. +49.6207.9249-0
aufnahme@sysTelios.de
www.sysTelios.de