

GAP – Gesund am Arbeitsplatz



Therapiekonzept

Ein Angebot des
Zentrums für Gesundheit am Arbeitsplatz
in den

Blietal Kliniken
Blieskastel

*Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2000
und den Qualitätsgrundsätzen der
Deutschen Gesellschaft für Medizinische Rehabilitation*

© MediClin AG, August 2003

1. Auflage

Fachredaktion:

Dipl. Soz. Arb. Brigitte Persch

Dipl. Psych. Eva-Maria Meiser

und das Team der

Klinik für Psychosomatische Medizin

Bliestal Kliniken

Auf dem Bellem

66440 Blieskastel

info@bliestal.mediclin.de

www.mediclin.de

Projektmanagement:

Z/Öffentlichkeitsarbeit, Offenburg

Gestaltung:

LinusContent, Frankfurt am Main

Inhalt

■ Einleitung	2
Zusammenarbeit verschiedener Fachbereiche	3
Individuelles Behandlungsprogramm	3
Prinzip der variablen Aufenthaltsdauer	3
■ Aufgabengebiet	4
Allgemeine Indikationen	4
Spezielle Indikationen	4
■ Konzept	5
Problemanalyse	5
Diagnostik	5
Zielbestimmung	5
Planung	6
Beratung	6
Training	6
Psychotherapie	6
Verhaltenstherapie	6
Tiefenpsychologisch orientierte Therapie	6
Gesundheitsberatung/Fitness	6
■ Bausteine	7
Spezielle Behandlungsmodule	7
Behandlungsprogramme	7
■ Kontakt	9
Weitere Informationen und Ansprechpartner	9
Über die Blietal Kliniken	9

Einleitung



Neben dem Privatleben leistet der Arbeitsalltag einen wichtigen Beitrag zur Lebensgestaltung der meisten Menschen. Eine enge Verbindung besteht auch zwischen Arbeitswelt und Gesundheit.

In der modernen Dienstleistungsgesellschaft sind an die Stelle der Beanspruchung durch körperliche Arbeit neue Faktoren gerückt, die einen ebenso hohen Einfluss auf Gesundheit und Produktivität haben.

Wachsende Leistungsanforderungen, Einsatz neuer Technologien und Rationalisierungsmaßnahmen führen zu starker Verunsicherung und psychischer Belastung der Arbeitnehmer.

Folge davon sind psychische und psychovegetative Reaktionen bis hin zu schweren psychosomatischen Erkrankungen.

Depressionen, Ängste, chronische Schmerzen und soziale Isolation können im Zusammenhang mit Belastungen am Arbeitsplatz gesehen werden. Umgekehrt werden diese Phänomene, wenn sie nicht behandelt werden, selbst zur Belastung im Beruf. Diese Spirale des Kräfteverlustes gilt es zu unterbrechen.

Das medizinische und psychologische Angebot unserer Klinik ist auf die Behandlung solch komplexer Symptomatiken zugeschnitten. Der Tätigkeitsbereich des Zentrums für Gesundheit am Arbeitsplatz umfasst darüber hinaus Beratung, Vermittlung und Training. Ebenfalls bieten wir die Möglichkeit von Schulungen und Training zur Vorbeugung beruflicher Probleme und zur Steigerung der Effektivität im Berufsleben an.

GAP – Gesund am Arbeitsplatz – steht somit für eine Bündelung von Kapazitäten, Expertise und Maßnahmen, die sich gegenseitig verstärken.

Die Grundlagen des GAP:

- Zusammenarbeit verschiedener Fachbereiche
- Aufbau eines individuellen Behandlungsprogramms
- Prinzip der variablen Aufenthaltsdauer

Zusammenarbeit verschiedener Fachbereiche

Der Vorteil der Bliestal Kliniken liegt vor allem in einem fachlich fundierten interdisziplinären Konzept von Psychosomatik, Neurologie, Innerer Medizin und Orthopädie. Hier kann auf jahrelange positive Erfahrungen zurückgegriffen werden.

Individuelles Behandlungsprogramm

Durch die Anwendung unterschiedlicher Therapieverfahren (Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch orientierte Therapie, ...) ist es möglich, für jeden Betroffenen ein maßgeschneidertes Behandlungsprogramm zu erstellen.

Prinzip der variablen Aufenthaltsdauer

Die Behandlung erfolgt bedarfsorientiert in einem Drei-Stufen-Programm:

Wochen

1	Diagnostik und Beratung
1-2	Diagnostik und Training
2-6	Diagnostik und Behandlung



Aufgabengebiet

Unser Angebot kann zur Schulung bei allgemeinen arbeitsplatzbezogenen Problemen genutzt oder auf spezielle Problemstellungen abgestimmt werden. Neben Seminaren zur effektiven Gestaltung des Arbeitsalltags offeriert unser Konzept grundsätzlich jedem Berufstätigen in Notlagen Orientierungshilfe, Training und individuelle Bewältigungsstrategien für mit dem Arbeitsplatz verbundene Problemsituationen.



Allgemeine Indikationen

- Arbeitsplatzprobleme allgemein (ICD 10: Z56)
- Mobbing (ICD 10: Z60.4)

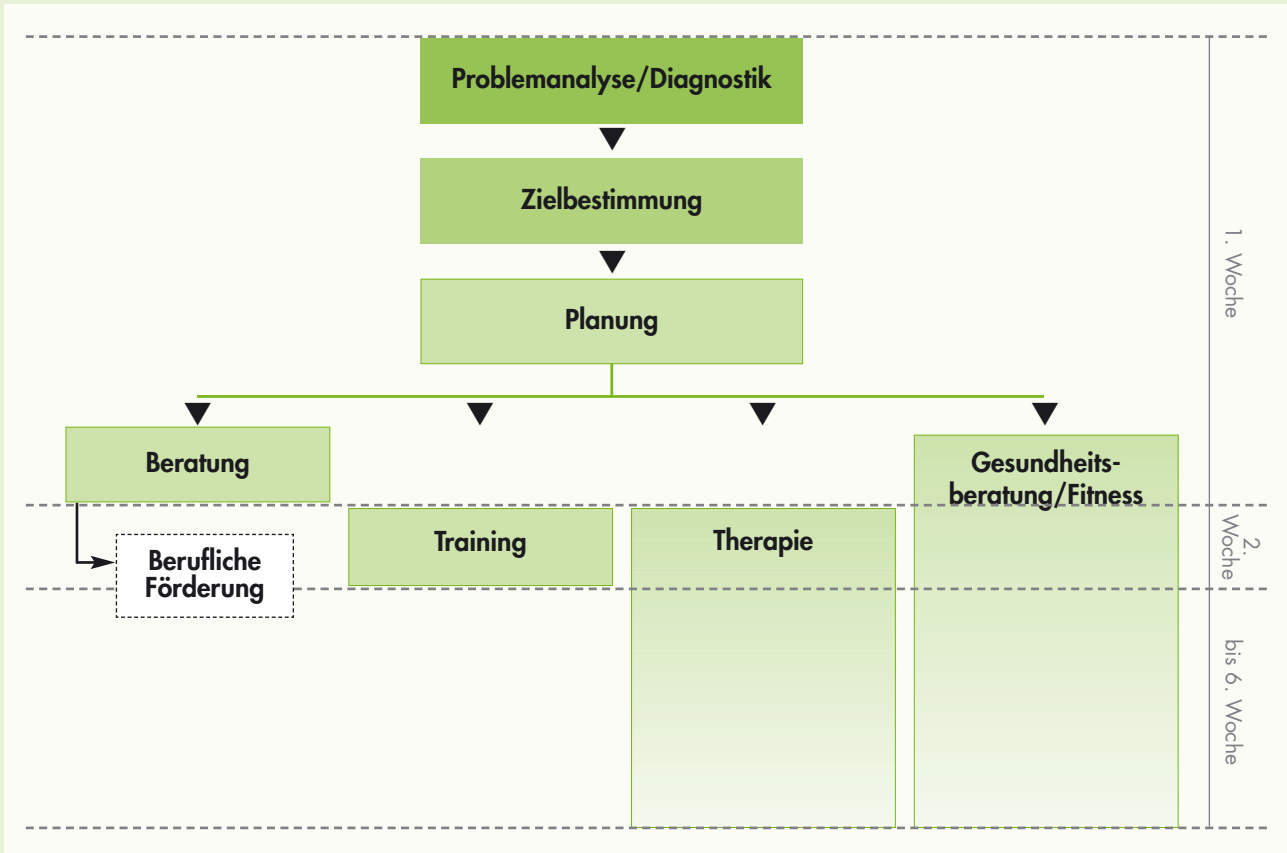
Spezielle Indikationen

- Soziale Isolation und Kontaktstörung (ICD 10: F40.1)
- Ängstlichkeit und Depressivität (ICD 10: F43.2)
- Funktionelle Störungen (ICD 10: F45.0)
- Somatoforme Schmerzstörung (ICD 10: F45.4)
- Aktivierung von Neurosen/ Persönlichkeitsstörungen (ICD 10: F)
- Burn-out (ICD 10: Z 73.0)

(nach: Tenth Revision of the International Classification of Diseases)

Konzept

Das Angebot gliedert sich in folgende Bereiche:



Problemanalyse

In ausführlichen Gesprächen werden die berufliche Situation des Betroffenen in Zusammenhang mit seiner Biografie sowie anderen Lebensbereichen analysiert und angestrebte Veränderungen definiert.

Zur Problemanalyse gehört auch ein medizinischer Check-up, in dem alle vorhandenen medizinischen Unterlagen gesichtet und bewertet werden.

Diagnostik

Die Diagnostik umfasst folgende Standards:

- Bestandsaufnahme aller Qualifikationen
- Berufs- und Krankheitsanamnese
- psychologische Tests und Assessment Center

Diese werden im Einzelfall durch Zusatzuntersuchungen ergänzt.

Zielbestimmung

Zur Erfolgsmessung und für die konkrete Arbeit wird mit dem Betroffenen ein realistisches Ziel, d.h. eine angestrebte Veränderung der Situation bestimmt.

Planung

Nach der Diagnostik wird gemeinsam über das weitere Vorgehen entschieden. Das Konzept stellt dafür mehrere Optionen zur Verfügung.

Beratung

In unserem Zentrum steht ein Team aus Ärzten, Diplom-Sozialarbeitern und Diplom-Psychologen zur Beratung in beruflichen, sozialrechtlichen, medizinischen und psychologischen Fragen bereit.

Training

Beim Training liegt der Schwerpunkt auf dem Erwerb und der Auffrischung allgemeiner Kompetenzen wie: Selbstbewusstsein, Elaborationsfähigkeit, Durchhaltevermögen, Konfliktbewältigung, Zeitmanagement, Problemlösungsfähigkeit, Stressbewältigung, zielorientiertes Handeln, Führungsqualitäten sowie der Bewältigung spezieller Situationen und Anforderungen wie Bewerbungsgespräche, Vorträge, Führungsgespräche etc.

Psychotherapie

Sollte im Verlauf der Planungsphase die Notwendigkeit einer psychotherapeutischen Mitbehandlung deutlich werden, bietet unser Zentrum eine Synthese individueller und arbeitsorientierter Psychotherapie.

Verhaltenstherapie

- Vermittlung relevanter Informationen
- Analyse der zugrunde liegenden Situation
- Erarbeitung vorhandener interner wie externer Ressourcen
- Aufdeckung und Veränderung in der Biografie erlernter dysfunktionaler Verhaltens- und Denkmuster
- Erarbeitung von Strategien zur Problembewältigung

Tiefenpsychologisch orientierte Therapie

- Aufdecken von Zusammenhängen zwischen der aktuellen Problemsituation und biografischen Belastungsfaktoren
- Erarbeiten neuer Konfliktlösungen
- Erarbeiten psychosomatischer Zusammenhänge, Desomatisierung

Gesundheitsberatung/Fitness

Eine qualifizierte individuelle Gesundheitsberatung auf der Basis aller in der Diagnostik gesammelten Fakten ist u.a. wichtig für zukünftige Berufschancen und stellt einen wesentlichen Teil unserer Arbeit dar. Unter dem gleichen Aspekt wird ein körperliches Aufbautraining angeboten.



Bausteine



Spezielle Behandlungsmodule

Aus folgenden spezifischen Modulen wird mit dem Patienten ein individuelles Behandlungsprogramm erstellt:

Modul 1	Selbstsicherheitstraining
Modul 2	Bewerbungstraining
Modul 3	Konfliktmanagement
Modul 4	Zeitmanagement
Modul 5	Stressbewältigung
Modul 6	Bewältigungsstrategien
Modul 7	Verhaltenstherapeutische Basisgruppen
Modul 8	Spezielle psychotherapeutische Gruppen (Angst, Depression, Arbeitsplatzgruppe)
Modul 9	Ressourcenorientierte Therapie
Modul 10	Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie
Modul 11	Einzeltherapie
Modul 12	Berufsorientierung
Modul 13	Kreativtherapie
Modul 14	Körperliches Aufbautraining
Modul 15	Gesundheitsberatung

Behandlungsprogramme

Die individuellen Behandlungsprogramme können beispielsweise wie folgt zusammengestellt sein:

ICD 10: F40.1

Soziale Isolation und Kontaktstörung

- Selbstsicherheitstraining
- Verhaltenstherapeutische Basisgruppe
- Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie
- Kreativtherapie
- Körperliches Aufbautraining
- Gesundheitsberatung
- Einzeltherapie

ICD 10: F43.2

Ängstlichkeit und Depressivität

- Konfliktmanagement
- Bewältigungsstrategien
- Verhaltenstherapeutische Basisgruppe
- Spezielle psychotherapeutische Gruppe (Angst, Depression, Arbeitsplatz...)
- Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie
- Kreativtherapie
- Einzeltherapie

ICD 10: F45.0

Funktionelle Störungen

- Konfliktmanagement
- Stressbewältigung
- Bewältigungsstrategien
- Verhaltenstherapeutische Basisgruppe
- Spezielle psychotherapeutische Gruppe
- Ressourcenorientierte Therapie
- Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie
- Kreativtherapie
- Körperliches Aufbautraining
- Einzeltherapie

ICD 10: F45.4

Somatoforme Schmerzstörung

Es besteht ein eigenes Konzept zur Behandlung somatoformer Schmerzstörungen.

ICD 10: F

Aktivierung von Neurosen/Persönlichkeitsstörungen

- Selbstsicherheitstraining
- Bewerbungstraining
- Konfliktmanagement
- Zeitmanagement
- Stressbewältigung
- Bewältigungsstrategien
- Verhaltenstherapeutische Basisgruppe
- Spezielle psychotherapeutische Gruppe
- Ressourcenorientierte Therapie
- Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie

- Berufsorientierung
- Kreativtherapie
- Körperliches Aufbautraining
- Gesundheitsberatung
- Einzeltherapie

ICD 10: Z 73.0

Burn-out

- Konfliktmanagement
- Zeitmanagement
- Stressbewältigung
- Bewältigungsstrategien
- Verhaltenstherapeutische Basisgruppe
- Spezielle psychotherapeutische Gruppe
- Ressourcenorientierte Therapie
- Tiefenpsychologisch orientierte Gruppentherapie
- Kreativtherapie
- Körperliches Aufbautraining
- Gesundheitsberatung
- Einzeltherapie

Burn-out bei LehrerInnen

Es besteht ein eigenes Konzept zur Behandlung des Burn-out-Syndroms bei LehrerInnen.

Zusätzliche Angebote

- Sozialberatung
- Ernährungsberatung
- Gesundheitsvorträge
- Raucherentwöhnung

Kontakt

Weitere Informationen und Ansprechpartner

Um unsere Angebote näher kennen zu lernen, können Sie:

- auf unserer Homepage www.mediclin.de recherchieren
- uns eine E-Mail schicken:
persch@bliestal.mediclin.de
- uns ein Fax schicken:
0 68 42/54-23 20

- sich telefonisch beraten lassen:
 - Dipl. Soz. Arb. Brigitte Persch
 - Dipl. Psych. Eva-Maria Meiser
 - Dipl. Psych. Rolf Gillmann
Ansprechpartner für das Angebot
LehrerInnen

Bliestal Kliniken
Klinik für Psychosomatische Medizin
Telefon 0 68 42/54-22 57

Über die Bliestal Kliniken

Die Bliestal Kliniken sind ein diagnostisch und therapeutisch großzügig ausgestattetes Rehabilitations-Klinikum mit einem interdisziplinären Versorgungskonzept, an dem neben dem Fachbereich Psychotherapeutische Medizin die Orthopädie und die Innere Medizin beteiligt sind.



Bei einem breit gefächerten Indikationsspektrum dieser drei Fachbereiche können hier Menschen mit Mehrfacherkrankungen in optimaler Weise fachübergreifend behandelt werden. Die umfassende Ausstattung, die ein Reha-Zentrum dieser Größe in allen Therapieabteilungen bietet, erlaubt ein Therapieprogramm, das sehr präzise auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt werden kann.

Als Hochleistungszentrum auf dem Gebiet der medizinischen Rehabilitation sind die Bliestal Kliniken Kooperationspartner von universitären Einrichtungen und rehabilitationswissenschaftlichen Forschungsverbänden.

Die Klinikanlage befindet sich am Rande der Barockstadt Blieskastel auf einer kleinen Anhöhe in einer der Erholung und Entspannung förderlichen Umgebung. Blieskastel selbst liegt verkehrsgünstig zwischen Saarbrücken und Homburg/Saar.

Die Präsenz der MediClin

