



### Kontakt und Anmeldung

### Wir sind für Sie da!

Die Schön Klinik Tagesklinik München ist Teil der Schön Klinik Roseneck, die auf eine jahrzehntelange Erfahrung in der Behandlung von psychosomatischen Erkrankungen blickt.

Unser Behandlungskonzept basiert auf dieser Expertise sowie auf den Leitlinien der Fachgesellschaften und entspricht dem Stand der neuesten Forschungen.

In unserer Tagesklinik nehmen wir Patientinnen und Patienten ab 18 Jahren auf – egal ob sie privat, gesetzlich versichert oder Selbstzahler sind. Die Zuweisung erfolgt durch niedergelassene Ärztinnen und Ärzte, Psychologische Psychotherapeut:innen oder Kliniken.



SCHÖN  
KLINIK  
GRUPPE

Die Schön Klinik Gruppe ist mit derzeit 16 Kliniken sowie 30 ambulanten und tagesklinischen Einrichtungen in Deutschland bzw. Großbritannien die größte familiengeführte Klinikgruppe Deutschlands. Die Schön Klinik Gruppe steht für Qualität und Exzellenz und ist auf die Bereiche Psychosomatik, Orthopädie, Neurologie, Chirurgie, Innere Medizin und Rehabilitation spezialisiert.

[www.schoen-klinik.de](http://www.schoen-klinik.de)



# Psychosomatische Tagesklinik München

Tagesklinische Behandlung  
von psychischen und  
psychosomatischen Erkrankungen

**Schön Klinik Tagesklinik München**  
Einsteinstr. 130 | 81675 München

Beratung und Anmeldung  
**Tel +49 8051 695-2060**

Online-Anmeldung über: [www.schoen-klinik.de/beratung](http://www.schoen-klinik.de/beratung)

Telefonsprechstunde  
**Tel +49 8051 68-100294** (Donnerstag 8–9 Uhr)

[www.schoen-klinik.de/tagesklinik-muenchen](http://www.schoen-klinik.de/tagesklinik-muenchen)



SCHÖN KLINIK  
Roseneck



SCHÖN KLINIK  
Roseneck

## Die Vorteile der Tagesklinik

### Intensiv und lebensnah – eine Therapie, die zu Ihrem Leben passt

Das Besondere an unserer Tagesklinik München ist die enge Verzahnung eines intensiven ganztägigen Therapieangebotes mit Ihrer aktuellen Lebenssituation. Wir beziehen familiäre und soziale Aspekte in Ihre Behandlung mit ein.

Mit der teilstationären Behandlung bieten wir Ihnen die Vorteile eines stationären Klinikaufenthaltes, kombiniert mit den Vorzügen einer ambulanten Therapie: Von Montag bis Freitag erhalten Sie bei uns eine intensive psychotherapeutische Behandlung von erfahrenen Experten und können sich mit anderen Patientinnen und Patienten austauschen. Sie lernen, Ihre persönlichen Ressourcen wieder zu stärken und diese weiterzuentwickeln.

Abends und an den Wochenenden sind Sie zu Hause in Ihrem gewohnten Umfeld und können das Erarbeitete unmittelbar in Ihrem Alltag erproben. Der Kontakt zu Familie und Freunden bleibt erhalten.

Wir bieten Ihnen helle und freundliche Räume, damit Sie sich bei uns wohlfühlen. Auf 750 m<sup>2</sup> befinden sich neben modern ausgestatteten Therapie- und Gruppenräumen auch Aufenthaltsräume, in denen Sie sich in den Pausen erholen und austauschen können.

## Mehr als stationär

### Für wen ist die teilstationäre Behandlung geeignet?

Die Behandlung ist für Sie geeignet, wenn Sie volljährig sind und unter einer Essstörung (Anorexia nervosa, Bulimia nervosa, Binge-Eating-Störung) oder unter Depression/Burn-out-Syndrom leiden.

Da Sie die Abende und Wochenenden im häuslichen Umfeld verbringen, sollte dieses stabilisierend sein, bei Essstörungen die Möglichkeit zum Zubereiten warmer Mahlzeiten bieten und so gelegen sein, dass Sie die tägliche An- und Abfahrt zur Tagesklinik gut bewältigen können.

- Sie sind bereits in ambulanter Behandlung bei einer/einem Therapeutin/Therapeuten und entscheiden, dass die ambulante Therapie nicht ausreicht?
- Ein stationärer Aufenthalt kommt für Sie nicht infrage oder Ihnen ist die Wartezeit zu lange?
- Sie haben einen stationären Aufenthalt beendet und möchten das Erlernte festigen? Eine vollstationäre Behandlung kann verkürzt und Rückfällen in alte Muster unmittelbar begegnet werden.

Niedergelassene, psychotherapeutisch tätige Ärztinnen und Ärzte, Fachärztinnen und Fachärzte sowie Psychologische Psychotherapeut:innen können in die Tagesklinik einweisen.

## Was erwartet Sie in der Tagesklinik?

### Erfolgreiche Psychotherapie – so individuell, wie Sie es sind!

Ihre Therapien finden über mehrere Wochen von Montag bis Freitag zwischen 8 und 16 Uhr statt und bieten neben einer intensiven Behandlung Tagesstruktur, Anregungen, soziale Kontakte, Bewegung und vieles mehr.

Die Therapie ist kognitiv-verhaltenstherapeutisch ausgerichtet. Wir bieten Ihnen von der Einzel- und Gruppentherapie über Kunsttherapie bis hin zur Bewegungs- und Entspannungstherapie verschiedene Behandlungselemente an. Störungsspezifische Gruppentherapien sind ein wichtiger Baustein in Ihrem Behandlungsplan. Unser qualifiziertes Team von Fachärztinnen und -ärzten, Psychologischen Psychotherapeut:innen, Kunst- und Bewegungstherapeut:innen sowie therapeutisch ausgebildeten Pflegekräften stimmt sich in regelmäßigen Teamsitzungen über Ihre individuelle Therapieplanung ab und tauscht sich über Behandlungsfortschritte aus. So können weitere Lösungsansätze entwickelt und effektiv zu Ihrem Wohle umgesetzt werden.

 Morgenrunde	 Einzeltherapie	 Facharztvisiten	 Gespräch Skillsgruppe
 Lösungsorientierte Gruppentherapie	 Indikativgruppe Depressionsbewältigung	 Indikativgruppe Essstörungsbewältigung	 Lehrküche
 Bewegungstherapie	 Gestaltungstherapie	 Sozialtherapeutische Beratung	 Akzeptanz- und Commitmenttherapie
 Soziale Kompetenz	 Entspannungstherapiegruppe	 Gemeinsames Frühstück und Mittagessen	 Abschlussrunde



## Essstörungen

### Zurück zu einem gesunden Essverhalten

Ob zu wenig, zu viel oder maßlos – mit Essen bzw. Nicht-Essen können Sie vermeintlich vieles kompensieren. Wenn Gefühle von Angst, Unsicherheit oder Wut überhand nehmen und sich negativ auf Ihr Essverhalten auswirken, kann das schnell außer Kontrolle geraten.

In der Schön Klinik Tagesklinik München kennen wir uns mit der Behandlung von Essstörungen aus. Wir verfügen über spezialisierte Therapiekonzepte und erstellen einen individuellen Behandlungsplan, um das Ziel einer langfristig stabilen Veränderung Ihres Essverhaltens zu ermöglichen. Damit Sie wieder ein gesundes Essverhalten lernen können, ist die ökotrophologische Begleitung von Einkauf, Kochen und Mahlzeiten ein wichtiger Bestandteil Ihrer Therapie. Begleitende Maßnahmen wie Kunst- und Entspannungstherapie helfen Ihnen, Ihre Gefühle besser zu verstehen und sich zu erholen.

## Depression

### Ihre Seele wieder stärken

Neben Niedergeschlagenheit, Traurigkeit, Lustlosigkeit oder Antriebslosigkeit gehen Depressionen mit einer Reihe weiterer Symptome wie Ängsten, Schlafstörungen oder Appetitlosigkeit einher. Halten die Symptome länger als zwei Wochen fast durchgehend an und führen sie zu einer deutlichen Beeinträchtigung im alltäglichen Leben, dann sollten Sie sich in Behandlung begeben.

Mithilfe von Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie erfahren Sie bei uns, wie Sie sich aus dem Teufelskreis von negativen Gedanken und Verhaltensmustern befreien, diese durch positive ersetzen und so Probleme leichter lösen können. Gleichzeitig haben Sie die Möglichkeit sich mit anderen auszutauschen und so Fertigkeiten miteinander einzuüben. Auch Bewegungstherapie und Achtsamkeitstraining als Teil der Behandlung helfen – soweit nötig – dabei, ein besseres Selbstwert- und Körpergefühl zu entwickeln und zukünftig selbstsicherer durchs Leben zu gehen.