

## Rehabilitationsziele

- Psychische Stabilisierung
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung
- Verbesserung der Selbstakzeptanz und des Selbstwertgefühls
- Reduzierung von körperlichen Krankheitssymptomen
- Verbesserung der eigenen Kompetenz
- Verbesserung des Kommunikationsverhaltens
- Verbesserung der Beziehungsfähigkeit
- Aufbau von Problemlösungsstrategien
- Optimierung der Krankheitsbewältigung
- Bearbeitung unbewusster innerer Konflikte

Unser Ziel ist es, betroffene Menschen zu stabilisieren und wieder in ihr privates und berufliches Leben einzugliedern.

Wir arbeiten mit den

- gesetzlichen Krankenkassen,
- der Rentenversicherung Rheinland
- den Berufsgenossenschaften,
- der Landesunfallversicherung
- und den privaten Krankenkassen zusammen.

## Anmeldung

Zunächst muss geklärt werden, ob für Sie die ganztägige ambulante psychosomatische Rehabilitation eine geeignete Behandlungsform ist. Um offene Fragen vorab zu klären können Sie in unserer Klinik einen Gesprächstermin vereinbaren. Wenden sie sich bitte an Frau Heidler  
Tel.: **02 41 / 99 79 51 70**

oder schicken Sie uns eine E-Mail an:  
**anmeldung@nrk-aachen.de**

Sobald der Antrag bewilligt ist, werden Sie benachrichtigt und Sie erhalten einen Aufnahmetermin.

## Tagesklinik für psychosomatische Rehabilitation

Peliserkerstraße 71

52068 Aachen

Tel: 02 41 / 99 79 50

Fax: 02 41 / 99 79 520

Mail: info@nrk-aachen.de  
anmeldung@nrk-aachen.de

Web: www.nrk-aachen.de

## Tagesklinik für psychosomatische Rehabilitation



## Ambulante psychosomatische Rehabilitation

Psychische und psychosomatische Erkrankungen sind inzwischen die häufigste gesundheitliche Ursache für Berufsunfähigkeit und Frühberentung. Sie spiegeln eine aktuelle gesellschaftliche und gesundheitliche Entwicklung wieder.

Steigender Leistungsdruck, Gefährdung des Arbeitsplatzes und private Krisen führen zum Beispiel zu Burn Out Syndromen, Ängsten, Überforderung bei Mobbing, Depressionen mit psychischen und körperlichen Beschwerden.

Die Genehmigung für eine ambulante Rehabilitation erfolgt zumeist für einen Zeitraum von mehreren Wochen. Die Rehabilitanden nehmen tagsüber für 6 Stunden an einem intensiven Therapieprogramm teil und integrieren ihre Erfahrungen in den Alltag. Im Anschluss an diese intensive Behandlungsphase besteht die Möglichkeit der Weiterbehandlung durch ein Nachsorgeprogramm welches sich i. d. R. in Form einer wöchentlichen Gruppentherapie über 6-12 Monate erstreckt.

## Therapien

Unsere therapeutische Vorgehensweise:

**„Psychodynamisch verstehen, systemisch denken und verhaltenstherapeutisch behandeln.“**

- Einzeltherapie und Gruppentherapien
- Themenzentrierte Gruppenangebote
- Störungsspezifische Gruppenangebote
- Soziales Kompetenztraining
- Trainingsgruppen für emotionale Kompetenz
- Problemlösungsgruppen
- Stressbewältigungsgruppe
- Adipositas Gruppe
- Körperwahrnehmungsgruppe
- Entspannungsverfahren
- Seminare und Vorträge
- Sozialberatung
- Angehörigengesprächsgruppe
- Ergo- und Gestalttherapie
- Arbeitstherapie, Belastungserprobung
- Sport- und Bewegungstherapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Physiotherapie
- Kunsttherapie, Musiktherapie
- Lichttherapie
- Rehabilitationsnachsorge

## Behandlungsspektrum

In unserem ambulanten psychosomatischen Rehabilitationszentrum behandeln wir unter anderem folgende Krankheiten:

- Depressive Erkrankungen
- Somatisierungsstörungen
- Psychosomatische Störungen bei Mobbing
- Psychosomatische Störungen bei Burn out
- Chronische Schmerzsymptome
- Beziehungsstörungen
- Schlafstörungen
- Panikstörungen
- Generalisierte Angststörungen
- Anpassungsstörungen

Bei Fragen zu weiteren Indikationen wenden Sie sich bitte per E-Mail an: [anmeldung@nrk-aachen.de](mailto:anmeldung@nrk-aachen.de)

