



LIBERMENTA
Kliniken



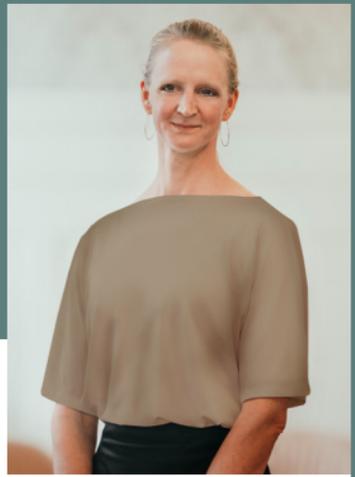
Pro Sports

ABTEILUNG FÜR SPORTPSYCHIATRIE

Zur psychischen Regeneration
von Leistungssportlern

DR. PETRA DALLMANN

Fachärztin für Psychiatrie
und Psychotherapie,
Chefärztin und Leiterin der
Abteilung Sportpsychiatrie
Libermenta Klinik
Schloss Freudental



„Als Medizinerin und ehemalige Leistungssportlerin weiß ich genau, dass Körper und Seele gleichermaßen intakt sein müssen, um im Sport erfolgreich sein zu können und um die Freude am Sport zu erhalten. In der Betreuung von Sportlern lag aber sehr lange der Fokus nur auf der physischen Leistungsfähigkeit und nicht ausreichend auf der psychischen! Oftmals waren und sind Scham, Stigmatisierungs- und Versagensängste, finanzielle Aspekte oder Konkurrenzdruck große Faktoren des ‚Nicht-darüber-Redens‘! Mittlerweile findet glücklicherweise ein aktives Umdenken statt und Sportler, aber auch deren Umfeld, können über psychische Beschwerden offener sprechen. Für mich ist es eine Herzensangelegenheit, diese Entstigmatisierung weiter voranzutreiben und eine sichere Anlaufstelle zu schaffen, an der Betroffene eine auf ihre speziellen Bedürfnisse abgestimmte Therapie erfahren dürfen – so wie in Schloss Freudental. Nicht nur das medizinische sowie therapeutische Team, die Trainingsstätten und Behandlungsmöglichkeiten, sondern auch das Ernährungskonzept bieten dort Athleten mit seelischer Belastung die optimalen Voraussetzungen zur Rehabilitation.“

FAKTENCHECK: ZUR PERSON

- ✦ Ehemalige Leistungssportlerin, Weltmeisterin und Olympiamedaillengewinnerin im Freistilschwimmen
- ✦ Sportpsychotherapeutin am Olympiastützpunkt Rhein-Neckar
- ✦ Leitung der Sprechstunde für Leistungssportler, Psychiatrische Universitätsklinik Heidelberg
- ✦ Mitbegründerin des Projekts ATHLETES IN MIND für psychische Gesundheit im Leistungssport
- ✦ Mitglied DGPPN-Referat Sportpsychiatrie- und psychotherapie

LIBERMENTA PRO SPORTS

Für Körper und Seele

FÜR WEN?

Unser exklusives Pro Sports Programm wurde für die Bedürfnisse von Spitzen- und Leistungssportlern mit psychischen Erkrankungen wie Depression, Burnout, Anpassungs-, Ess-, Angst- oder Traumafolgestörungen entwickelt. Verletzungen, das Karriereende, sportliche Misserfolge, öffentlicher Druck oder Belastungen im privaten Umfeld können beispielsweise Auslöser dafür sein. Ob präventiv oder im Akutfall, ob geplant begleitend zu einer körperlichen Rehabilitation oder zur angeleiteten Wiederein- bzw. Ausgliederung aus dem Sport – wir unterstützen Athleten auf dem Weg aus der persönlichen Krise und helfen zurück zu mehr Lebensqualität.



FAKTENCHECK: STATISTIK

Mehr als 40% aller Erwachsenen in Deutschland leiden mindestens einmal in ihrem Leben an einer psychischen Erkrankung!

VON WEM?

Unser Expertenteam besteht aus hochqualifizierten Medizinern sowie Psycho- und Sporttherapeuten, die teilweise selbst aus dem Leistungssport kommen und über umfangreiche Erfahrungen in der Diagnostik, Therapie- und Trainingsplanerstellung verfügen. Dadurch können wir auch leistungsorientierten Athleten ein bedürfnisspezifisches Behandlungsprogramm erstellen und es ihnen so ermöglichen, auf höchstem Niveau fit zu bleiben und wieder Freude am Sport, ggf. auch durch gezielte Trainingspausen oder alternative Bewegungsangebote, zu empfinden.

THERAPIEFORMEN

Individuell und nach Maß

Wir betrachten Körper und Seele als Einheit und behandeln unsere Patienten und deren Leiden ganzheitlich. Aus diesem Grund ist für uns eine intensive Diagnostik die Basis einer erfolgreichen Therapie. Neben der psychologischen Untersuchung legen wir großen Wert auf die physische Diagnostik, die je nach Bedarf mittels Laboranalyse, EKG oder ggf. EEG schnell und eigenständig direkt vor Ort erfolgt. Ob stationär oder im Rahmen eines tagesklinischen Aufenthaltes – in enger Zusammenarbeit mit dem Patienten stimmen wir jeden Therapieschritt auf die individuellen Bedürfnisse ab und ergänzen die sporttherapeutischen Einheiten gezielt durch:

- ✦ **Psychotherapie**
- ✦ **Kunst- & Musiktherapie**
- ✦ **Ernährungstherapie**
- ✦ **Konzentrierte Bewegungstherapie**
- ✦ **Entspannungsverfahren & Yoga**
- ✦ **Pharmakotherapie**
- ✦ **Naturtherapie**

In enger Zusammenarbeit mit Experten der Sporthochschule Köln und des Olympiastützpunktes Rheinland haben wir unser exklusives „Natural Soul Sports“-Konzept entwickelt, bei dem vor allem die Bewegung im Naturraum im Zentrum der sporttherapeutischen Maßnahmen steht. Begleitet wird das aktive Therapieprogramm durch unser „hausgemachtes“ Ernährungskonzept „Natural Soul Kitchen“, das aufgrund neuester ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse entwickelt und durch unsere kulinarischen Therapeuten – unsere Küchenchefs – speziell auf die Bedürfnisse unserer Patienten abgestimmt wurde.



KOMPETENZZENTRUM für Sportpsychiatrie



SCHLOSS FREUDENTAL

Hochmodern, komfortabel, stilvoll und auf bestem 4*-Hotelniveau – die mehr als 60 Zimmer und die gemütlichen Lounges, gastronomischen Bereiche und Relax- oder Wellnesszonen bieten auch außerhalb der Therapiesitzungen alles, was unsere Patienten zur Regeneration benötigen.

In der Libermenta Klinik Schloss Freudental bieten wir neben allen menschlichen und fachlichen Komponenten auch den notwendigen Freiraum für unser „sportliches“ Therapie-Konzept. Modernste Sportstätten samt Geräten und Diagnostik, eine große Parkanlage mit Waldgebiet, Gärten und Seen, eine eigene Kletterwand sowie zahlreiche Kooperationen mit umliegenden Sportvereinen und -zentren bieten Sportlern bis hin in den internationalen Spitzensport die perfekten Voraussetzungen des Trainierens und des Rehabilitierens, aber auch des Wohlfühlens, Geborgenseins und der Anonymität.



Erfahren Sie mehr über unsere Behandlungsmöglichkeiten und Standorte auf www.libermenta.com oder telefonisch unter **+49 7143 3308 80**.

Die Psychotherapie steht im Zentrum unseres Behandlungsansatzes. Ergänzt werden das psychodynamische und die fundierten tiefenpsychologischen wie auch verhaltenstherapeutischen Verfahren durch weitere, elementare Bausteine, die zusammengesetzt die optimalen Voraussetzungen für eine erfolgreiche Therapie bieten. Unter der Leitung unserer erfahrenen Chefärzte kümmert sich unser medizinisches Expertenteam, bestehend aus bestens ausgebildeten Ärzten, Psycho-, Sport- und Körpertherapeuten um die psychische sowie physische Behandlung vor Ort. Spezialisiert sind wir vor allem in der Therapie von:

- ✦ **Burnout**
- ✦ **Depression**
- ✦ **Traumafolgeerkrankungen**
- ✦ **Psychosomatische Erkrankungen**
- ✦ **ADHS**
- ✦ **Essstörungen**
- ✦ **Sekundäre Suchterkrankungen**
- ✦ **Bipolare Erkrankungen**

MARKUS BAUR

Leitung Sport & Ernährung,
Libermenta Kliniken;
Handballweltmeister 2007

„Leistungsdruck und das ‚Funktionierenmüssen‘ sind für viele Sportler tägliche Begleiter. Ob während bzw. nach einer Verletzungsphase oder nach sportlichen bzw. privaten Rückschlägen – Athleten haben oft große Hemmungen, über ihre seelische Situation zu sprechen. Dabei kann sportliche Leistung nur dann stattfinden, wenn die seelische Leistungsfähigkeit gewährleistet ist. Manchmal benötigt man einfach – wie bei der körperlichen Rehabilitation – professionelle Unterstützung, um Krisen zu bewältigen. Beste Voraussetzungen dafür sowie Respekt, Verständnis und Wertschätzung für ihre Person und Situation finden betroffene Leistungssportler bei unseren Experten für Sport und Medizin.“







LIBERMENTA Kliniken

In den privaten Akutkliniken für psychodynamische Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Sportpsychiatrie in Erftstadt bei Köln, Tremsbüttel bei Hamburg und Freudental bei Stuttgart erlernen Menschen in akutem seelischen Krisenzustand mit Hilfe unseres individuellen Behandlungsangebots, ihr Leben wieder zu erleben. An all unseren Standorten bieten wir Menschen mit psychischem Leidensdruck die besten Voraussetzungen, diesen zu lindern und Stabilität, Normalität und Lebensqualität wiederzuerlangen. Unsere Ärzte und Therapeuten behandeln dort ausnahmslos nach medizinisch ganzheitlichen Methoden auf höchstem wissenschaftlichen Niveau.

Auf Schloss Freudental bieten wir darüber hinaus in unserer integrierten Abteilung für Sportpsychiatrie ein einzigartiges, ganzheitliches, spezielles Behandlungskonzept für psychisch erkrankte Leistungs- und Profisportler.

INFOS, SERVICE & KONTAKT

Wir behandeln in unseren Privatkliniken Privatpatienten, Beihilfeberechtigte, privat Zusatzversicherte und Selbstzahler ab einem Mindestalter von 18 Jahren stationär oder in der Tagesklinik. Wir begleiten unsere Patienten als Koordinator zwischen den Versicherungen, ambulanten Ärzten und allen anderen Instanzen. Informationen zur Klinikgruppe, den Aufnahmevoraussetzungen und -verfahren erhalten Sie unter **libermenta.com** oder telefonisch unter **+49 7143 3308 80**.

Informationen für Ärzte und Therapeuten erhalten Sie auch per Newsletter. Hier geht es zur Anmeldung via QR-Code:

