



„Wandel als Chance“, das gilt in diesen Tagen auch für die Entwicklung der Gezeiten Haus-Gruppe. Nach dem Austritt von Klaus Ettl, der mit seinem Einsatz und Impulsen dazu beigetragen hat, die zurückliegenden Krisenjahre erfolgreich zu bewältigen, arbeitet das neue Geschäftsführungs-Duo Kai Grundmann und Torsten Brinkmann derzeit intensiv an der Weiterentwicklung der Gezeiten Häuser.

„Wir entwickeln gerade den Wirtschaftsplan für 2024, aus dem sich die Maßnahmenplanung des kommenden Jahres ableiten wird“, erzählt Kai. Es ist uns in dieser Phase wichtig, strategische Weichenstellungen vorzunehmen, um die hohe Qualität der nichtmedizinischen Dienste sicherzustellen.“ Jetzt gehe es gezielt darum, den Schwung aus den Belegungszahlen und den bewährten Gezeiten Haus-Spirit für die nächste Phase des Wandels zu nutzen.

Der Fokus liegt klar auf NRW

Das Jahr 2023 sei aus Nachfragesicht ein gutes Jahr gewesen, berichtet Kai. So konnte auf Schloss Eichholz sowie

in den Kliniken in Bonn und Oberhausen eine Belegung von knapp 85 Prozent erreicht werden, ein Wert, der für die Zukunft optimistisch stimmt. Hinzu kam der erfolgreiche „Neustart“ der Kinder- und Jugendpsychiatrie am Standort Eichholz. In Oberhausen werde der für 2024 geplante Umzug für zusätzliche Impulse sorgen. Etwas schwieriger war die Situation in Wendgräben, hier habe sich vor allem die räumliche Distanz zu den anderen Kliniken zunehmend als nachteilig erwiesen. Daher sei nun entschieden worden, das Haus ab 1. Januar 2024 als eigenständige Klinik mit einer Geschäftsführerin vor Ort, einem neuen Namen und eigenem

Konzept weiterzuführen. Kai unterstreicht: „Das ist ein wichtiger Schritt für den Standort Wendgräben, aber auch für die NRW-Standorte, da sich die regionalen Kräfte stärker auf die Standorte Bonn, Eichholz und Oberhausen konzentrieren können.“ Vor diesem Hintergrund soll die Kooperation mit der psychosomatischen Privatklinik Via Mentis in Düsseldorf weiter intensiviert werden.

Stabilität für die gesamte Gruppe

Auch in Sachen Personal ist einiges in Bewegung geraten, und das auf allen Ebenen. Torsten Brinkmann, der seit einigen Jahren unter anderem als kaufmännischer Geschäftsführer für

die Via Mentis tätig ist, wird künftig in enger Zusammenarbeit mit Kai die Geschäftsführung der Gezeiten Haus-Gruppe bilden. Beide sind sich der damit verbundenen Herausforderung bewusst und möchten die administrativen Bereiche noch konsequenter und klarer aufstellen. Ziel ist, dass die medizinischen Bereiche ihre Exzellenz noch weiter herausstellen und eine durchschnittliche Jahresbelegung von 90 Prozent bewältigen können. Dazu Torsten: „Unser übergreifendes Ziel ist die weitere Konsolidierung und Entwicklung der Gruppe durch strukturelle und systemische Maßnahmen. Wir wollen Prozesse und Strukturen verschlanken und das Gezeiten Haus-Gefühl perspektivisch mit neuem Leben füllen. Mit allem, was wir tun, wollen wir die Organisation in ihrer Gesamtheit stärken.“

Ein attraktiver Arbeitgeber

Ein Ziel für 2024 ist auch die weitere Annäherung an marktübliche Gehälter und Zusatzleistungen (zum Beispiel die betriebliche Altersvorsorge). „Damit schaffen wir auch auf dieser Ebene Stabilität für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und sorgen zugleich dafür, dass wir als Arbeitgeber wettbewerbsfähig und attraktiv bleiben“, betonen Kai und Torsten unisono.

„Wir schätzen das Potenzial der Klinik-Gruppe als sehr groß ein. Jede Veränderung bringt Chancen mit sich: Wir nutzen sie.“

(Kai Grundmann und Torsten Brinkmann, Geschäftsführer Gezeiten Haus-Gruppe)



Kai Grundmann steht für Kontinuität und viel Erfahrung mit der Gezeiten Haus-Kultur. Der studierte Volkswirt ist bereits seit 2010 im Gezeiten Haus beschäftigt und kennt das Unternehmen wie kaum ein anderer. Über die Aufgaben als Assistent der Geschäftsführung sowie langjähriger Prokurist hat er tiefe Einblicke in die Unternehmensstruktur gewonnen. Kai ist 41 Jahre alt und lebt mit seiner Familie in Köln.



Torsten Brinkmann bringt aus seiner Aufgabe als Geschäftsführer u.a. der Via Mentis Düsseldorf und Vita Nova Bad Salzuflen langjährige Expertise im Segment Privatklinik mit. Dieses Know-how wird er auch in die Geschäftsführung der Gezeiten Haus-Gruppe einbringen, insbesondere zu kaufmännischen Fragestellungen. Der 54-jährige Volkswirt und Unternehmer lebt mit seiner Familie in Münster.

EDITORIAL



Liebe Kolleg*innen, das Jahr 2023 hat spürbare Veränderungen mit sich gebracht. Langjährige Kolleg*innen haben das Gezeiten Haus verlassen, gleichzeitig sind tolle neue Menschen zu uns gestoßen. Wir alle schauen nun gemeinsam nach vorne und sind gespannt, welche Entwicklungen uns in 2024 begleiten werden. Unsere Titelgeschichte erläutert daher die geplanten Vorhaben des neuen Geschäftsführungsteams, das sich seit einigen Wochen durch regelmäßige Abstimmungstermine kennenlernt. Das zunehmend wachsende Einsatzspektrum von EMDR beleuchten wir im Interview mit Peter Liebermann, der beim Fachtag Bonn referierte. Auch unsere Kinder- und Jugendklinik greift den EMDR-Trend auf. So erzählen wir, warum EMDR auch für junge Menschen eine Bereicherung in der Therapie bedeutet und wie wir das Verfahren bereits bei uns anwenden. Außerdem stellen wir Euch einen neuen Kollegen aus der Kinder- und Jugendklinik vor. Das Gewinnspiel zum Thema Tee rundet die aktuelle Ausgabe ab – wir hoffen auf eine rege Teilnahme und viele richtige Antworten. Jetzt wünsche ich Euch allen erst einmal ein friedvolles und frohes Weihnachtsfest und einen guten Start in das neue Jahr.

Herzlichst, Eure *Elena Allert*

EINEN HILFREICHEN UMGANG MIT BELASTUNGEN FINDEN

Auch wenn es bereits zahlreiche ambulante Einrichtungen gibt, in denen EMDR mit Kindern und Jugendlichen praktiziert wird, so ist dies im klinischen Bereich doch bislang eher selten. Vor diesem Hintergrund betritt die Kinder- und Jugendpsychiatrie auf Schloss Eichholz mit der Entscheidung, EMDR als Therapieform bei Kindern und Jugendlichen anzuwenden, Neuland. Seit Juni dieses Jahres kommt die Methode hier zum Einsatz.

„Für uns als Kinder- und Jugendklinik ist es wichtig, unser Methodenspektrum bei spezifischen Störungsbildern immer mehr auszuweiten. EMDR ergänzt die Methoden, die wir bereits nutzen. Das ist für unsere Arbeit und vor allem für unsere Patient*innen sehr bereichernd“, sagt Angelika Rieck, die gemeinsam mit Leonie Drees als Chefärztin für die Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie auf Schloss Eichholz verantwortlich ist.

EMDR als Baustein des Therapiekonzepts

Besonders geeignet sei die Methode bei der Behandlung psychosomatisch erkrankter Kinder und Jugendlicher. Vor dem Hintergrund, dass viele von ihnen sich schwer damit tun, die eigenen Emotionen wahrzunehmen und auszudrücken, unterstütze EMDR die Kinder und Jugendlichen darin, einen hilfreichen Umgang mit belastenden Erinnerungen oder Gedanken an die Zukunft zu finden. Ziel der Therapie sei es, die individuelle Lern- und Krankengeschichte unter besonderer Berücksichtigung belastender Lebensereignisse aufzuarbeiten.

Um EMDR als Baustein des therapeutischen Gesamtansatzes auf Schloss Eichholz zu etablieren, arbeiten Angelika, Leonie und ihr Team eng mit Dr. Arne Hofmann, dem Gründer des EMDR-Institutes® Deutschland zusammen. Hofmann hat bereits seit 1992 Erfahrungen im Aufbau und der



Leitung verschiedener Modell-Einrichtungen für psychisch traumatisierte Patient*innen, er ist Mitglied der deutschen Leitlinienkommission für Posttraumatische Belastungsstörungen und lehrt, forscht, und publiziert international. Angelika ist überzeugt: „Mit der Weiterbildung unserer Mitarbeiter*innen sind wir beim EMDR-Institut® in den besten Händen. Perspektivisch planen wir mit acht EMDRIA-zertifizierten Therapeut*innen. Das ist mehr als die Hälfte des gesamten KiJu-Teams.“

Positive Erfahrungen in der Praxis

Lia Humer zählt zu den Therapeutinnen, die bereits einen Teil der Weiterbildung durchlaufen haben. Die 30-jährige Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin und Leitende Psychologin integriert EMDR heute schon in ihre Arbeit und ist froh um die zusätzlichen Möglichkeiten, die in der Behandlung ihrer Patient*innen entstehen. „Ich bin sehr beeindruckt, wie wirksam die Methode ist. Bei den meisten Patient*innen, bei denen wir EMDR eingesetzt haben, hat dies zu einer enormen Entlastung beigetragen. Das konnte ich mir in der Form vorher gar nicht vorstellen.“

Die Patient*innen, mit denen Lia arbeitet, sind 13 Jahre alt oder älter. Sie alle bringen belastende Erinnerungen mit, zum Beispiel an Momente, in denen sie sich ängstlich, traurig, hilflos, einsam, wütend, abgelehnt oder ohnmächtig gefühlt haben. Lebenserfahrungen, die immer noch sehr vieles auslösen, obwohl sie lange zurückliegen. Genau in solchen Fällen könne EMDR eine enorme Wirkung erzielen, berichtet Lia. Für sie ist es ein Weg, der zukünftig noch sehr interessant sein werde, wobei bei den jugendlichen Patient*innen auf Schloss Eichholz die Stimulation in der Regel über Augenbewegungen erfolge. Vor allem jüngere Kinder oder Kinder im Säuglingsalter könnten prinzipiell aber auch über ein abwechselndes Tippen auf die Handrücken des Kindes oder mittels akustischer Töne über einen Kopfhörer stimuliert werden. Dies spielt auf Schloss Eichholz bislang aufgrund der älteren Zielgruppe keine Rolle, es zeigt aber, dass je nach Alter und Situation jeweils das Verfahren ausgewählt werden kann, das für das Kind oder den Jugendlichen passend und angenehm ist.

EMDR ENTWICKELT SICH STÄNDIG WEITER

Peter Liebermann ist einer der Gründerväter des Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) in Deutschland. Der von der klinischen Psychologin Francine Shapiro Anfang der 1990er-Jahre entwickelte Ansatz basiert darauf, dass jeder Mensch über eine natürliche Fähigkeit zur Informationsverarbeitung verfügt, mit deren Hilfe er belastende Erfahrungen verarbeiten kann. Anlässlich des Fachtages „Somatoforme Störungen – wenn die Seele schmerzt“ in Bonn sprachen wir mit Peter Liebermann über die verschiedenen Anwendungsbereiche von EMDR, zum Beispiel bei Stressfolgeerkrankungen und Depressionen.

Sie haben 2016 auf einer Tagung der Fachgesellschaft EMDRIA Deutschland die Frage gestellt: „25 Jahre EMDR – müssen wir etwas ändern?“ Während die Methode anfangs zur Bearbeitung traumatischer Erinnerungen eingesetzt wurde, ist das Spektrum der Möglichkeiten heute immer größer geworden. Passt die Frage von damals noch?

Für mich ist EMDR ein transdiagnostischer Ansatz. Das heißt, es geht nicht darum, ob es ein spezielles

Krankheitsbild oder eine bestimmte Störung gibt, bei der wir die Methode anwenden. Wir schauen dabei auf die Erfahrungen, die Menschen gemacht haben und die dazu geführt haben, dass sie das, was in der Vergangenheit war, heute nicht ausreichend distanziert erleben. Das bezeichnen wir als pathogene Erinnerungen. Neben traumatischen Erfahrungen können das auch Demütigungssituationen, Depressionen oder die Folgen von Stress und körperlichem Schmerz sein.

Der Fokus bei EMDR liegt ja weniger auf der Behandlung der Symptomatik, die Grundidee orientiert sich vielmehr an den dahinterliegenden Erfahrungen, die diese Symptome entstehen lassen. Wenn es uns gelingen würde, diese Erfahrungen zu fokussieren und für den Lösungsprozess wieder in Gang zu bringen, dann verlieren sich auch die Symptome. Es gibt beispielsweise Menschen, die haben aufgrund in der Kindheit gemachter Erfahrungen die als Schutz dienende Haltung, sich nie wieder kontrollieren lassen zu wollen. Kommen sie in eine Situation, in der das angetriggert wird, reagieren sie pa-



Gezeiten Haus 

Fachtag 2023

PROGRAMM

Stressfolgeerkrankungen und Depressionen

Somatoforme Störungen – wenn die Seele schmerzt



nisch, weil sie Ängste entwickeln und sich dagegen wehren. Ihnen diese Ängste und Negativerfahrungen zu nehmen, darum geht es. In diesem Sinne löst EMDR natürlich keine körperlich bedingten Krankheitsbilder auf, es trägt möglicherweise aber dazu bei, dass Menschen in adäquater Weise damit umzugehen lernen.

Wenn Sie zum Beispiel einmal in einer Prüfungssituation einen Blackout hatten, dann gehen Sie immer wieder ängstlich an vergleichbare Situationen heran. Es kann dann durchaus passieren, dass die nächste Prüfung ebenfalls schwierig wird – und irgendwann haben Sie das Gefühl, keine Prüfungen mehr machen zu können. Sie entwickeln eine massive Prüfungsangst und möglicherweise sogar Panikattacken in prüfungsähnlichen Situationen. Das hat im Prinzip damit zu tun, dass Sie sich nicht ausreichend von der negativen Erfahrung, die Sie früher einmal gemacht haben, distanzieren konnten. Und genau hier setzen wir an.



Wie weit reicht das Spektrum von EMDR denn heute? Und wo stehen wir in Deutschland?

Was die offizielle Anerkennung betrifft, sind wir in anderen Ländern deutlich weiter als in Deutschland. Dort ist es schon länger üblich, EMDR bei Angststörungen, Depressionen und vergleichbaren Krankheitsbildern einzusetzen. Inzwischen gibt es auch Studien zur Anwendung bei Tinnitus-Erkrankungen. Wir haben sehr viele Nachweise, dass EMDR bei unterschiedlichsten Störungsbildern hilfreich sein kann, um die entstandenen Negativerfahrungen wieder zu integrieren.

Deutschland hat ein sehr spezifisches System, um zu prüfen, wann ein therapeutischer Ansatz zum Einsatz kommt. Wir sehen zum Beispiel, dass andere Länder bei gleicher Studienlage schon längst die sozialrechtliche Anerkennung für die Anwendung von EMDR bei Kindern und Jugendlichen erteilt haben. Hier wurde lange Zeit argumentiert, dass die vorhandenen Studien die Kriterien nicht erfüllen, aber auch in diesem Bereich ist heute vieles in Bewegung gekommen. Trotzdem ist es irritierend zu sehen, wie lange es dauert, wenn bereits vor zehn Jahren in einem aufwendigen

Prüfprozess die Weltgesundheitsorganisation (WHO) konstatiert, dass EMDR und traumafokussierte Verhaltenstherapie die beiden einzigen Ansätze sind, die bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen empfohlen werden. Wie das in der Praxis aussehen kann, zeigt unter anderem das Beispiel der Kinder- und Jugendpsychiatrie auf Schloss Eichholz, die seit Juni 2023 mit der Methode arbeitet.

Was bedeutet diese Entwicklung – aus der Nische Traumatherapie zu „EMDR für alle“?

„EMDR für alle“ kann man durchaus so sagen. Es gibt mittlerweile mehrere Übersichtsarbeiten, deren Ergebnisse zeigen, dass die Methode beim gesamten Spektrum psychischer Erkrankungen sinnvoll genutzt werden kann und auch hilfreich ist im Umgang mit körperlichen Erkrankungen. In Studien, die unterschiedliche therapeutische Ansätze miteinander vergleichen, zeigt sich zudem, wie effektiv EMDR ist. Es gibt also gute Gründe, die Methode aktiv einzubeziehen, insbesondere dann, wenn ich mit anderen therapeutischen Ansätzen nicht weiterkomme.

Wie zeigt sich die Vielfalt der Anwendungsmöglichkeiten in der Praxis – zum Beispiel in der Ausgestaltung der Methodik?

Es gibt das Grundkonzept von Francine Shapiro, das Adaptive Informationsverarbeitungsmodell, das individuell – bezogen auf die jeweilige Patientensituation – verschiedene „Spielarten“ ermöglicht. Dabei geht es zum Beispiel darum, wann eine Be-

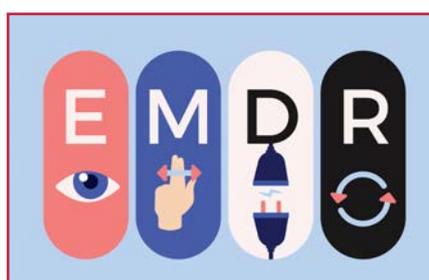
arbeitung pathogener Erinnerungen schon möglich ist und in welchem Ausmaß ich ressourcenstärkend arbeiten muss. EMDR hat seine Regeln, gleichwohl gibt es individuelle Behandlungspläne. Das ist für mich ein Vorteil der Methode.

Ich bin grundsätzlich kein Freund davon, für jede spezielle Behandlungssituation einen spezifischen Ablauf zu entwickeln. Vielmehr sollten wir auf die Dinge, die uns in der jeweiligen Therapiesituation wichtig erscheinen, Rücksicht nehmen. Jede Regel wird immer eine Ausnahme haben, aber ich muss nicht aus jeder Ausnahme eine neue Regel machen. – Wir wissen inzwischen auch besser, wie wir Patient*innen so auf die Bearbeitung der negativen Erfahrungen vorbereiten, dass es ihnen leichter fällt, sich auf die für sie wichtigen Themen einzulassen zu können.

Prinzipiell gibt es den allein selig machenden Ansatz in der Psychotherapie nicht. Mit EMDR haben wir eine sehr gute Methode, die wir in unterschiedlichen Bereichen einsetzen können. Wie es das Wesen von Psychotherapie ist, entwickelt diese sich permanent weiter und konfrontiert uns immer wieder mit Fragen, für die wir neue Lösungen brauchen, gerade auch im Zusammenspiel mit anderen therapeutischen Konzepten.

Peter Liebermann ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie mit eigener Praxis in Leverkusen. Er ist Gründungsmitglied des wissenschaftlichen Fachverbandes EMDRIA und Senior Trainer der EMDR Trainer Kooperation. Im Rahmen des Fachtags referierte er zum Thema „Körper, Schmerz und pathogene Erinnerungen – der therapeutische Nutzen von EMDR“.

Einen ausführlichen Bericht zum Fachtag findet Ihr unter <https://www.gezeitenhaus.de/aktuelles/>



KREATIVITÄT IST BALANCE UND MEIN WEG

Seit Mitte Juni ist Keith Rios als Kung Fu-, Tai Chi- und Qi Gong-Lehrer sowie TCM-Therapeut in der Kinder- und Jugendklinik im Gezeiten Haus Schloss Eichholz tätig. Sein Weg zu uns ist gekennzeichnet durch viele Stationen des Lehrens und Lernens. Wir fragten nach, was ihn antreibt und welche Erfahrungen und Erkenntnisse er den Kindern und Jugendlichen hier bei uns gerne mitgeben möchte.

Keiths Erfahrungsreise begann bereits im Alter von zehn Jahren, als sein Vater ihn regelmäßig unterrichtete und ihm die ersten Grundlagen körperlicher und mentaler Kampfkunsttechniken vermittelte. Bis zum 20. Lebensjahr verfolgte er neben dem Studium von Mathematik, Design und Englisch konsequent den Weg der Kampfkunst und trainierte hart. Dennoch verspürte er den Wunsch, sein Leben zu verändern und machte sich daher auf einen neuen Weg. Rückblickend sagt er über diese Zeit: „Ich wusste damals

nicht, was ich wirklich wollte, nur, dass ich meinen Weg finden will. So kam mir die Idee, einfach noch einmal bei Null zu starten. Und das erschien mir in einem anderen Land als Brasilien leichter.“

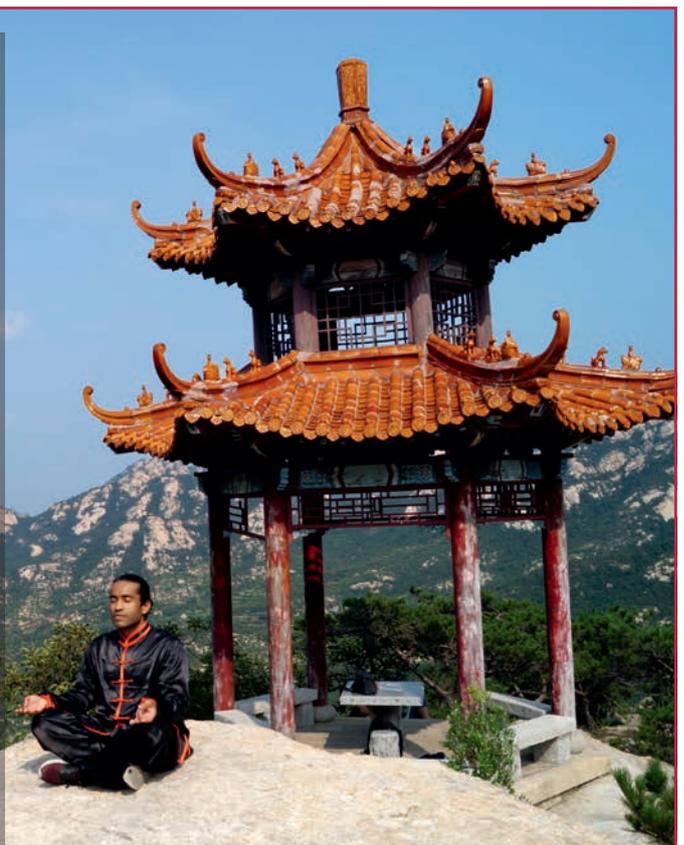
Keith entschied sich nach eingehenden Überlegungen dazu, den Neustart in Deutschland zu wagen. Doch seine Suche ging weiter und brachte ihn schließlich nach Asien. Sein innerer Drang, noch mehr zu verstehen und die komplexen Zusammenhänge von Körper und Psyche der Menschen zu deuten, machten ihn zu einem Schüler einiger besonderer Meister. Diese unterrichteten und beflügelten ihn und so entdeckte er in dieser Zeit unter anderem auch die ursprüngliche Einheit von Kung Fu und TCM. Endlich fand er, wonach er strebte: Die konkrete Umsetzung der alten Weisheiten in einen praktischen Nutzen. Keith dazu: „Heute trennen wir die Dinge gerne, als wären es unterschiedliche Themen,

aber früher gehörte dieses Wissen zusammen, das hat mich inspiriert.“ So machte es für ihn Sinn, auch den letzten Schritt seines Ausbildungswegs zu gehen und sich schließlich in TCM ausbilden zu lassen.

Parallel verfolgte er weitere kreative Projekte, zum Beispiel die Herausgabe eines Buches mit dem Titel: „ZenZinho - the way of the zen warrior“, das er als Illustrator und Autor gemeinsam mit seinem langjährigen Weggefährten Rodrigo A. Roxo 2020 veröffentlichte. Es ist das Ergebnis einer langen Reise durch die Erkenntniswelt, gepaart mit dem Wunsch, sein gesammeltes Wissen auf leicht verständliche Weise an junge Menschen weiterzugeben. Keith wörtlich: „Ich wollte nicht, dass all das Wissen verloren geht und so kam uns die Idee, anstelle des Schreibens komplexer Texte, die für Kinder uninteressant und schwer zu verstehen sind, eine Art Comic zu kreieren. Meine Erfahrung aus der Zeit der Zeichen-

LEBENSSTATIONEN VON SIFU KEITH RIOS DE NASCIMENTO

Keith wird 1977 in England geboren und zieht dreijährig mit seinen Eltern nach Brasilien, wo er bis zum 20. Lebensjahr bleibt. Er gehört zur sechsten Generation der Nachkommen des Choy Lee Fut (CLF) Kung Fu-Stils, einem der am weitesten verbreiteten Stile außerhalb Chinas. Nachdem er Judo von seinem Vater gelernt hatte, trainierte er auch Taekwondo, Muay Thai (Thaiboxen) sowie Hung Gar Kung Fu und begann schließlich 1994 in Rio de Janeiro mit dem Training des Choy Lee Fut Kung Fu-Stils. Im Jahr 2001 kam er erstmals nach Deutschland, um an der Universität zu studieren. Er absolvierte zwei Semester Grafikdesign am SAE Creative Media Institute und drei Semester Japanisch und Chinesisch an der Universität Köln. Gleichzeitig arbeitete er als Botschafter der Kampfkünste und begann, das Choy Lee Fut Kung Fu der Poon Sing Linie in Deutschland zu verbreiten. Motiviert durch die Leidenschaft für die Kampfkunst und den Wunsch, seine Fähigkeiten stets weiterzuentwickeln, reist er 2013 nach Hongkong, wo er auf diverse Schulen und Großmeister trifft, die ihn ausbilden. Schließlich kommt er 2016 nach Deutschland zurück und erwirbt bis 2022 in mehreren Schritten seinen Abschluss in chinesischer Medizin am Shen Men Institut Düsseldorf. Keith ist verheiratet und hat einen Sohn. Seit Juni 2023 arbeitet er im Gezeiten Haus.





DIE VERBINDUNG VON SHAOLIN KUNG FU UND TRADITIONELLER CHINESISCHER MEDIZIN

Die Geschichte der Verbindung zwischen Shaolin Kung Fu und TCM ist lang. Sie geht auf den buddhistischen Meister Bodhidharma zurück, der vermutlich im 6. Jahrhundert nach China kam und sowohl Kung Fu-Übungen als auch medizinische Techniken einführte. Er lehrte die Mönche im Shaolin Tempel in Yunnan, wie man Kung Fu-Übungen und Atemtechniken zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Gesundheit einsetzt. Die Mönche glauben, dass die Kombination von Kung Fu-Übungen und TCM-Praktiken die Gesundheit und das Wohlbefinden verbessert, indem sie die Energie im Körper reguliert und die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert. Heute bietet der Shaolin Tempel auch Kurse und Workshops in TCM-Praktiken sowie Shaolin Kung Fu an, sowohl für Mönche als auch für Besucher*innen. Es gibt zudem eine Abteilung im Tempel, die sich auf die Anwendung von TCM-Praktiken konzentriert.

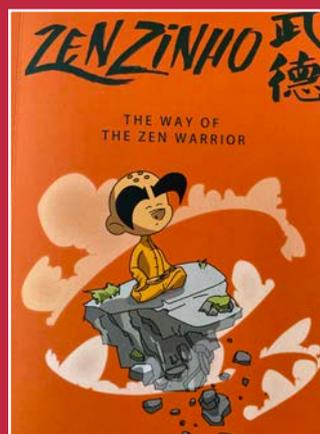
trickfilmerei half uns dabei und so entstand ZenZinHo.“ Eine Geschichte, die er in Zukunft ebenfalls noch weitererzählen möchte.

Mittlerweile vermittelt Keith sein Wissen persönlich an junge Menschen und zwar in Form von Gruppen- und Einzelangeboten in der Kinder- und Jugendklinik auf Schloss Eichholz. Er freut sich sehr darüber, das Gelernte anzuwenden und seine Erfahrungen zu teilen. Die Kinder und Jugendlichen profitieren seiner Meinung nach davon, zumal ihm wichtig ist, zu zeigen, dass es keine Standardangebote sind. „Es gibt kein Kung Fu für alle, jedes Kind braucht etwas anderes, so richte ich auch die individuellen Übungen aus“, betont Keith. Für einige sei es eine Überwindung, andere wiederum zeigten direkt Begeisterung. Wesentlich sei für ihn bei dieser Form der Körperarbeit die Wahrnehmung der authentischen

Körpersprache. Über sie vermag er seine Patient*innen besser zu „erfassen“, es helfe ihm auch bei der Anwendung weiterer Körpertherapien wie zum Beispiel Tuina, Taping oder Elektroakupunktur.

Über sich sagt Keith: „Ich bin ein TCM-Mensch“. Damit meint er, dass er stets versucht, in Balance zu blei-

ben und sich gerne zwischen Yin und Yang wiederfindet. Dies sei in jüngeren Jahren nicht der Fall gewesen, da habe er vieles übertrieben, besonders das Training. Jetzt aber sei es ihm sehr wichtig, das Gleichgewicht zu halten und – wenn möglich – den Mittelweg zu wählen. Denn das fühle sich für ihn am besten an!



ZITAT AUS DEM BUCH

Who we are
Who are you? asks the teacher.
What do you mean, teacher?
it's me, zenzinho!
But i see two, not one ...
I do not understand, there is no one else here!
I insist that i see two people.
One is who you really are and the other is who you want to become.
The day you become one, you will have won your most difficult battle.

Der Buchtipp: „Psychologische Sicherheit“, ein Buch von Birgit Schumacher

Im Buch von Birgit Schumacher lernen wir, warum psychologische Sicherheit so wichtig für Entwicklung, Wachstum und letztendlich auch unser Wohlbefinden und unsere Zufriedenheit ist. Dabei geht die Autorin, die als Wirtschaftsmediatorin und Coach arbeitet, auch auf die neurobiologischen, psychologischen und systemischen Hintergründe des Konzepts ein, sodass die Leser*innen ein tiefes Verständnis für die Entstehung und Förderung von psychologischer Sicherheit entwickeln können. Schumacher beleuchtet zum einen, was hinter unserem neurobiologischen Bedürfnis nach Sicherheit steht, zum anderen aber auch, wie wir selbst Unsicherheit bei uns wahrnehmen können.

Dazu gibt es alltagsnahe Praxisbeispiele, die dabei helfen, den theoretischen Rahmen in die eigene Lebensrealität zu übertragen – zum Beispiel, wenn es um das Potenzial von Mitarbeitenden geht, die sich nicht trauen, souverän das Wort zu ergreifen und in Verantwortung zu gehen, oder die aus Angst vor dem Scheitern eine große Idee lieber für sich behalten. Hier lädt das Buch zum Mitdenken und Experimentieren ein, es liefert einen neuen Lösungsrahmen und zeigt, wie man ein Umfeld psychologischer Sicherheit für Teams oder Organisationen erschaffen kann. Birgit Schumacher: Psychologische Sicherheit - Das Entwicklungselixier für persönliches Wachstum, Teams und Organisationen, Business Village 2023



KURZMELDUNGEN

Woche der seelischen Gesundheit: Imagekampagne brachte tolles Feedback

Die KölnBonner Woche der Seelischen Gesundheit ist mittlerweile fester Bestandteil unseres Aktionsplans im Oktober jeden Jahres. Mit zwei kostenfreien Veranstaltungsangeboten waren wir neben vielen anderen Unternehmen der Region auch 2023 aktiv dabei. So gab es sowohl einen Webtalk zum Thema Angst als auch einen Schnupperkurs Qi Gong. Begleitet wurde all dies von täglichen

Posts in unseren Social Media-Kanälen. Der Erfolg kann sich sehen lassen, denn die Beteiligung an den Angeboten war richtig gut und auch das Feedback sehr erfreulich.

Lebendiger Dialog: Einweiser-Marketing startete in Oberhausen

Am 27. September fand das erste Gezeiten Haus Einweiser-Dinner in Oberhausen zum Thema „Seele programmiert Körper – Austausch zur klassischen Psychosomatik“ mit unserem dortigen Chefarzt Professor Dr. Walter Machtemes statt. In kleiner Runde gab es intensive Gespräche über Gezeiten Haus-Spezifika sowie aktuelle Entwicklungen in der Gesundheitsbranche. Darüber hinaus fanden aber auch Alltagsthemen ihren Platz, denn beim Netzwerken zählt

natürlich auch die persönliche Seite. Das Dinner war ein gelungener Auftakt für die neue Formatreihe „Einweiser-Dialog“, weitere Termine – auch in den anderen Häusern – sollen folgen.

Ab Januar 2024: Schloss Wendgräben richtet sich neu aus

Unser Standort in Wendgräben wird nach aktueller Planung zum 1. Januar 2024 unter neuer Flagge mit Geschäftsführerin Christine Metzging und Chefarzt Dr. Jens Wildberg weitergeführt. Die Namensfindung der Klinik ist noch in Arbeit, auch auf das neue Logo des Hauses sind wir gespannt. Insgesamt geht es darum, schrittweise die bislang engen prozessualen und strukturellen Verflechtungen mit der Gezeiten Haus-Gruppe zu lösen.



IMPRESSUM

Redaktion: Elena Ettlin,
Leiterin Unternehmenskommunikation

Text: Elena Ettlin, Manfred Kasper,
Büro für Journalismus und PR

Gestaltung: gRZ, Bernd Schneider

Bildnachweis: Business Village – Verlag für die Wirtschaft, Gezeiten Haus, istock, Keith Rios, Via Mentis Klinik Düsseldorf

MACH MIT BEI UNSEREM GEWINNSPIEL!

In unserem Gewinnspiel verlosen wir eine Tee-Meditationsbox! Der Weg zum Glück ist dabei leicht: Einfach mitmachen und ein wunderschönes Geschenk erhalten, indem Ihr folgende drei Fragen richtig beantwortet:

1. Wie wird blauer Tee bezeichnet?
2. Welcher Tee gilt allgemein als sehr hochwertig und sehr gesund?
3. Aus welcher Region stammt ursprünglich der Oolong Tee?

Bitte sendet Eure Antworten mit dem Betreff „Gewinnspiel“ an interne-kommunikation@gezeitenhaus.de. Der Gewinn wird im Januar unter allen Teilnehmer*innen mit drei richtigen Antworten verlost.

