

Kurparkklinik  
**Dr. Lauterbach-Klinik GmbH**  
Heinrich-Mann-Straße 5  
36448 Bad Liebenstein

Tel.: 03 69 61 / 79-0  
Fax: 03 69 61 / 79-400

info@dr-lauterbach-klinik.de



Kurparkklinik  
**Dr. Lauterbach-Klinik GmbH**

Rehabilitationsklinik für  
**MBOR PSYCHOSOMATIK**  
(Medizinisch-beruflich  
orientierte Rehabilitation)

## WELCHE BEDEUTUNG HAT ARBEIT FÜR MEINE GESUNDHEIT?

Gesundheit und Arbeit stehen in einem engen Zusammenhang. Einerseits weist das Erwerbsleben gesundheitsfördernde Ressourcen auf: materielle und soziale Sicherheit, Identitätsbildung, soziale Anerkennung, Sinnstiftung und ein soziales Zugehörigkeitsgefühl.

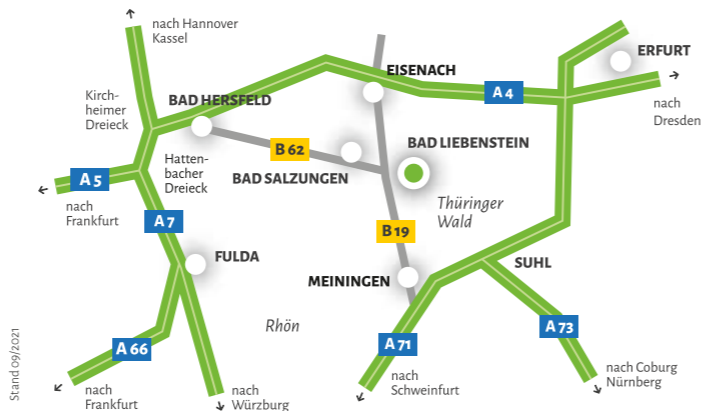
Andererseits unterliegen Arbeit und Beruf einem Prozess ständigen Wandels, der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer vor erhebliche Anforderungen sowie physische und psychische Belastungen stellt. Viele Berufstätige erleben dadurch gesundheitsrelevante Stresssituationen in ihrer Arbeit. Das wirkt sich sowohl auf Körperfunktionen und auf die psychische Belastbarkeit, als auch auf allgemeine Kontextfaktoren – die für die Aufrechterhaltung der Gesundheit wichtig sind – aus.

In der Medizinisch-beruflich orientierten Rehabilitation (MBOR) werden berufsrelevante, positive persönliche Fähigkeiten ins Zentrum der Aufmerksamkeit gerückt:

- Fähigkeit zur eigenständigen Selbststrukturierung, auch in Anpassung an neue Kontextbedingungen
  - Positive subjektive Einstellung zur beruflichen Zukunft
  - Selbstwirksamkeit im Gesundheitsverhalten
  - Erlebte positive berufsbezogene Emotionen wie Arbeitszufriedenheit und Erfolg
  - Gesunder Umgang mit psychischen Belastungen
  - Belastbarkeit
  - Flexibilität
  - Abgrenzungsfähigkeit
  - Fähigkeit zur Stressbewältigung und Konfliktmanagement
- sowie
- psychische Resilienz und Resistenz

Sie erreichen die Klinik über die Autobahnen

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <b>aus Richtung Frankfurt:</b><br>A4 Richtung Dresden<br>Abfahrt Friedewald<br>Richtung Bad Salzungen/<br>Bad Liebenstein | <b>aus Richtung Dresden:</b><br>A4 Richtung Frankfurt/a.M.<br>Abfahrt Waltershausen<br>Richtung Bad Liebenstein | <b>aus Richtung Coburg:</b><br>B89 bis Meiningen<br>B19 Richtung Eisenach<br>Richtung Bad Liebenstein |
|---|---|---|



Ihre Gesundheit  
liegt uns am Herzen

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten!

Die Medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation, auch MBOR genannt, ist ein zusätzliches Angebot der gesetzlichen Rentenversicherung und bezeichnet eine Rehabilitation, die in Diagnostik und Therapie schwerpunktmäßig beruflich orientiert ist.

Sie ist wichtig für die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden mit spezifischen beruflichen Belastungen am bisherigen oder angestrebten Arbeitsplatz. Während Ihrer Rehabilitation erarbeiten wir mit Ihnen Strategien zur Bewältigung dieser Probleme und besprechen deren praktische Umsetzung nach der Rehabilitation.

Wir wünschen Ihnen schon jetzt einen guten Rehabilitationsverlauf in unserer »Klinik mit Herz«!

Ihr

MBOR-Team

Ihre Gesundheit  
liegt uns am Herzen

## DIAGNOSTIK

Vorliegende arbeitsplatzbezogene Belastungen oder besondere berufliche Problemlagen und somit die Indikation einer medizinisch berufsorientierten Rehabilitation werden mittels Fragebogen vorab festgestellt.

Themen können sein:

- Subjektiv fragliche Rückkehr zum bisherigen Arbeitsplatz
- Subjektive Einschränkungen des beruflichen Leistungsvermögens
- Beitrag der beruflichen Situation zu aktuellen gesundheitlichen Belastungen
- Subjektiv hohe Stärke der beruflichen Belastung
- Eigenes Interesse an Bearbeitung beruflicher Themen

In unserer Klinik werden Sie eingangs durch ein multiprofessionelles Team aus Chef-, Ober- und Stationsärztinnen und -ärzten, Psycho-, Ergo-, Physio- und Sporttherapeut/-innen sowie Sozialpädagogen/-innen aufgenommen. Mit Ihnen gemeinsam werden diagnostisch Ihre vorhandenen Fähigkeiten und Anforderungen



des Arbeitsplatzes gegenübergestellt, um ein für Sie individuelles und unterstützendes Behandlungsprogramm mit gezielter Förderung zum Umgang mit beruflichen Belastungen, optimierter Ausübung ihres Berufs oder angestrebten Arbeitsplatzes und Gesunderhaltung zusammen zu stellen.

## THERAPIEANGEBOTE

Zur Bearbeitung Ihrer arbeitsplatzbezogenen Belastungen in der Rehabilitation wird Ihnen Ihr Behandler/Ihre Behandlerin eine passende Kombination empfehlen.

Exemplarisch haben wir folgende medizinisch berufsorientierte Therapien für Sie:

### MBOR-Gruppe Resilienz im Beruf

Gezielte Förderung der Fähigkeit zu Belastbarkeit und innerer Stärke um mit berufsbezogenen psychischen Belastungen und Problemlagen besser umzugehen. Wiedererlangung des Vertrauens in die eigene körperliche, psychische und soziale Funktionstüchtigkeit.

### MBOR-Gruppe Soziale Kompetenz im Beruf

Erlernen von selbstsicherem Verhalten im beruflichen Kontext und trainieren von entsprechenden Bewältigungs-

techniken z. B. Konfliktbewältigungskompetenz, adäquate Abgrenzung im Berufsleben. Selbstsicherheits-Training für die verbesserte Umsetzung eigener Bedürfnisse in sozialen Interaktionen.

### MBOR-Gruppe Arbeitsplatztraining

Für das Erlernen von Strategien, mit der motorische und psychischen Beanspruchung am Büroarbeitsplatz gesunderhaltend und ergonomisch umzugehen.

### MBOR-Gruppe Soziale Arbeit

zur beruflichen Perspektive und wirtschaftlichen Sicherung. Erarbeitung von praktischen Lösungsansätzen für die individuelle berufsbezogene sozialrechtliche Problemsituation.



Weitere Anwendungen der Abteilung Psychosomatik mit berufsrelevanten Inhalten ohne ausschließlich berufsbezogenen Charakter:

- Burn Out Gruppe
- Gruppe zum Umgang mit dysfunktionalen Gedanken

- Depressionsgruppe
- Schmerzbewältigungstraining
- Geschlechtsspezifische Gruppen
- Hirnleistungstraining
- Ergotherapeutische und sporttherapeutische Angebote
- Musik- und Kreativtherapie
- Bogenschießen

## WIE ES NACH DER REHABILITATION WEITERGEHT

Während der Rehabilitation in der Kurparkklinik Dr. Lauterbach entwickeln Sie mit unserem MBOR-Behandlungsteam Fähigkeiten und Strategien zum Umgang mit beruflichen Belastungen.

Manche Rehabilitandinnen und Rehabilitanden benötigen dennoch über die Rehabilitation hinaus Unterstützung. Diese bahnt das MBOR-Team im Bedarfsfall mit Ihnen gemeinsam an.

Themen wie Nachsorgebehandlungen (bspw. Psy-RENA), stufenweise Wiedereingliederung oder Prüfung von LTA-Maßnahmen (Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben) sind hier relevant.

Das Sozialberatungsteam der Kurparkklinik Dr. Lauterbach-Klinik hilft Ihnen, das passende Angebot zu finden.

## ANSPRECHPARTNER

Sollten Sie Fragen zu Ihrer medizinisch berufsorientierten Rehabilitation in unserer Klinik haben, wenden Sie sich bitte an das Chefarzt-Sekretariat Psychosomatik.

Sie erreichen unser Sekretariat unter der Rufnummer 03 69 61 - 79 424.



## SIE HABEN FRAGEN?

*Wir sind gern für Sie da.*

Tel.: 036961 79-0  
info@dr-lauterbach-klinik.de

www.dr-lauterbach-klinik.de

*Ihre Gesundheit  
liegt uns am Herzen*