



## **Pressemitteilung**

01.09.2011

### **Burnout und Tinnitus**

**Pressemitteilung von: Carsten Schranz proaktiv-coach©**

Seit September 2010 bietet das Unternehmen mit Sitz in Nürnberg für Betroffene mit chronischem Tinnitus und/oder Hörgeräteversorgung eine ambulante Hörtherapie an, basierend auf erprobte Übungen der SCHÖN KLINIK Bad Arolsen. Burnout und Tinnitus können unmittelbar zusammenhängen. Soweit alle medizinischen und technischen Möglichkeiten ausgeschöpft sind, kann bei chronischem Tinnitus auch von einem Symptom gesprochen werden. Die beginnende Erschöpfungsspirale wird begleitet von psychosomatischen Erkrankungen und somatoformen Erscheinungen. Antriebslosigkeit, Angespanntheit, Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen, Appetitlosigkeit, Zukunftsängste, Perfektionismus etc. münden zwischenzeitlich zu oft im sogenannten Burnout-Syndrom, verbunden mit schweren Depressionen. Verlust sozialer Kontakte, Verlust des Arbeitsplatzes und der Weg in die Berufsunfähigkeit können schwere Folgen sein. Professionelle Hörtherapie setzt genau dort an. Sie verbindet Hör-, Achtsamkeits-, Körperwahrnehmungs- und Entspannungstraining. Weiterhin umfassen die Sitzungen notwendige Verhaltensveränderungen, damit die persönliche Erschöpfung zukünftig rechtzeitig erkannt und mit Alltagsmaßnahmen gegengesteuert werden kann. Auch die Angehörigenberatung kann ein wichtiger Baustein im Laufe der Therapie sein. Ein wesentlicher Erfolgsfaktor ist, nicht in einer Praxis zu sitzen, sondern in der unmittelbaren Umgebung und in der Natur mit den Betroffenen zu arbeiten. Dieses ermöglicht die schnelle Umsetzung im Alltag, damit zügig eine verbesserte Lebensqualität festzustellen ist.



Carsten Schranz proaktiv-coach©  
Hörtherapeut & Coach  
Zuckmayerweg 28  
90471 Nürnberg

Telefon: 0911/8177859  
Telefax: 0911/3929960

www.proaktiv-coach.de  
E-Mail: info@proaktiv-coach.de

Das Unternehmen fördert seit geraumer Zeit den Marketingverein Metropolregion Nürnberg, die Deutsche Tinnitus-Liga e.V. (DTL) und den Deutscher Schwerhörigenbund e.V. (DSB). Seit 2010 stehen für betroffene Menschen mit Ohrgeräuschen und/oder Gehörminderung umfangreiche klinikbasierte - ambulante Therapien - zur Auswahl. Der Fokus liegt auf Hörtherapie & Gutes Hören. Weiterhin werden Personalverantwortliche in Unternehmen zum Thema Burnout-Prävention unterstützt.