



Heiligenfeld
Klinik Waldmünchen



Jugendpsychosomatik

Psychosomatische Krankenhaus-
behandlung für Jugendliche

JUNGE MENSCHEN IN KRISEN

Der Übergang vom Teenager zum Erwachsenen stellt eine besondere psychische Herausforderung dar. Den damit verbundenen Entwicklungsaufgaben müssen sich Jugendliche auf ihrem Weg ins Leben stellen – manchmal jedoch kommt es zu Krisen und zu Überforderung.

Alle Eltern finden ihre Kinder zuweilen belastend oder machen sich Sorgen über deren Entwicklung. Alle Kinder fallen irgendwann einmal problematisch auf. Problematische Verhaltensweisen sind keine Ausnahmen, sondern gehören zur Normalität.

Es gibt jedoch Situationen oder Warnzeichen, bei denen Eltern aufmerksam werden sollten. Insbesondere wenn sich das Verhalten von Kindern oder Jugendlichen mit oder ohne erkennbare Ursache plötzlich ändert, kann dies ein Hinweis auf ein ernstzunehmendes Problem sein.



Durch frühzeitiges Erkennen problematischer Entwicklungen können Eltern, Erzieherinnen und Erzieher entgegenwirken, dass Kinder und Jugendliche psychische Probleme entwickeln oder sich bestehende psychische Störungen verstärken.

„Geht's noch oder brauchst du Hilfe?“

Wenn du mit dir selbst oder anderen nicht gut klarkommst, können dir Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten helfen – etwa bei Gefühlen oder Verhaltensweisen, die dir unerklärlich vorkommen oder gegen die du nicht ankommen kannst. Dazu können etwa Ängste, Depressionen, Zwänge, Aggressionen, selbstverletzende Verhaltensweisen oder Essstörungen gehören. Es können aber auch körperliche Symptome sein, wie z. B. Schmerzen, die nicht weggehen, ohne dass eine organische Ursache gefunden werden kann. Außerdem gibt es Erlebnisse wie Gewalt, Mobbing und traumatische Erfahrungen aller Art, mit denen man allein nicht fertig wird. Hier kann Psychotherapie sehr hilfreich sein.



WEGE ZUR THERAPIE

Für Eltern ist es nicht immer einfach, entwicklungsbedingte Krisen und individuelle Eigenheiten von psychischen Störungen zu unterscheiden. Schwierige Phasen sind normal, keine Entwicklung ist geradlinig und Hindernisse helfen beim Erwachsenwerden. Krisen und Konflikte können Kinder und Jugendliche aber auch überfordern. Dann können aus Ängstlichkeit und Bedrückung, Rückzug und Trotz, Widerstand und Wut seelische Erkrankungen entstehen, die eine Behandlung erfordern.

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten können seelische Überlastungen, Störungen und deren Behandlungsbedürftigkeit beurteilen.

Mögliche psychische Erkrankungen/ Behandlungsindikationen

- Depressionen
- Ängste (Trennungsängste, soziale Ängste, Leistungsängste, Sprechängste)
- Phobien (Angst vor vielen Menschen, Angst vor großen Plätzen, Angst vor engen Räumen)
- Posttraumatische Belastungsstörung
- Zwänge
- Selbstverletzende Verhaltensweisen / Borderline
- Aggressives, oppositionelles Verhalten
- Störung des Sozialverhaltens
- Essstörungen (Anorexie, Bulimie)
- Tic-Störungen
- Hyperkinetische Störung / AD(H)S
- Somatisierungsstörung
- Anpassungsstörungen (z. B. bei Trennung oder Scheidung der Eltern)

Kontraindikationen

Akute Psychose, ausgeprägte Autismusstörung, Dissozialität und Kriminalität, akute Suizidalität, Suchterkrankungen





UNSER ANGEBOT – DURCH THERAPIE KRISEN MEISTERN

Wen wir behandeln

Unsere [Heiligenfeld Klinik Waldmünchen](#) bietet als Familienklinik eine stationäre psychosomatische Therapie für Eltern, Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Jugendliche können entweder allein oder gemeinsam mit ihren Eltern und ggf. auch mit ihren Geschwistern behandelt werden.

Mütter und Väter können zusammen mit ihren Kindern stationär aufgenommen und behandelt werden.

Unsere Klinik bietet Leistungen für Patientinnen und Patienten aller Kassen sowie für Privatversicherte, Beihilfeberechtigte und Selbstzahlende. Es stehen spezialisierte Therapeutinnen und Therapeuten für Erwachsenen- sowie Kinder- und Jugendpsychosomatik zur Verfügung.

- Elternteil und Kind (ab 3 Jahren)
- Erwachsene mit Begleitkind (ab 2 Jahren)
- Kinder bzw. Jugendliche von 14 bis 18 Jahren ohne Begleitperson
- Junge Erwachsene und Erwachsene



Jugendliche Patientinnen und Patienten haben oft das Problem, dass sie sich den ohnehin schon herausfordernden Lebensaufgaben des Jugendalters auch noch vor dem Hintergrund einer von Komplikationen und vielfältigen Belastungen geprägten Biografie stellen müssen. Da dies allein sehr schwierig ist, bekommen sie bei uns professionelle Unterstützung, ein stabiles Umfeld und Beziehungsangebote. Dadurch können sie weiterhin an ihrem Ziel festhalten, lebensfrohe, tatkräftige junge Menschen zu werden, die ihr Leben nach eigenen Vorstellungen gestalten können.

Auch Eltern, die sich das für ihre heranwachsenden Kinder wünschen, aber selbst gerade nicht in der Lage sind, diesen als Vorbild auf ihrem Weg adäquat beizustehen, bekommen von uns vielfältige Kommunikations- und Unterstützungsangebote.

Gabe von Psychopharmaka

Im Vordergrund der Behandlung steht bei uns das psychotherapeutische Gespräch. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit, dass abhängig vom Krankheitsbild spezielle Medikamente eingesetzt werden. Dies dient dazu, eine raschere und nachhaltigere Besserung des psychischen Zustandes herbeizuführen.



DIE BEDÜRFNISSE DER JUNGEN MENSCHEN IM BLICK


Die stationäre Behandlung

Die Behandlung in unserer Familienklinik Waldmünchen richtet sich an junge Patientinnen und Patienten, deren Erkrankung besonders schwerwiegend ist und bei denen eine ambulante Therapie nicht ausreicht oder zu keiner Verbesserung führt.

Die Behandlung in der Klinik kann noch einen weiteren Vorteil haben: Jugendliche gewinnen Abstand zu den sie belastenden Konflikten in der Schule oder in der Familie, die eine Behandlung von psychischen Krankheiten erschweren können.

Altersgerechte Behandlung mit strukturierten Therapieplänen

Das Therapieangebot findet an allen sieben Wochentagen statt. Die therapeutische Bezugsgruppe für jugendliche Patientinnen und Patienten ist die dreimal wöchentlich stattfindende Kerngruppe. Hier können in einer unterstützenden und tragenden Atmosphäre aktuelle Problemlagen bearbeitet und Lösungsschritte gefunden werden. Einzelgespräche stützen und steuern das therapeutische Geschehen. Unsere begleitenden Therapien, wie Kunst-,



Bewegungs- und Physiotherapie sind eine wertvolle Ergänzung im Klinikalltag.

Dauer der Behandlung

Wie lange eine Behandlung dauert, hängt vom Schweregrad der Erkrankung sowie von den vereinbarten Therapiezielen ab. Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer beträgt sechs bis acht Wochen.

Therapieziele

Wesentliche Ziele in der Therapie sind der Aufbau von Problemlösefertigkeiten und eine Erhöhung der Selbstkontrolle bzw. der Selbstwirksamkeit. Darüber hinaus zielt die Therapie auf Veränderungen von belastenden Gefühlen, Gedanken und Einstellungen ab.

Die therapeutischen Interventionen sind dem Alter und Entwicklungsstand der jungen Patientinnen und Patienten angepasst. Regelmäßige Gespräche mit den Eltern und anderen Bezugspersonen gehören dazu, um die Veränderungen und Lösungsansätze in das familiäre und schulische Umfeld einzubetten.

UNSER ERFOLGSKONZEPT – DAS WALDMÜNCHNER MODELL

Ganzheitliche Behandlung

In den Heiligenfeld Kliniken verwirklichen wir ein ganzheitliches Behandlungs- und Klinikkonzept. Für uns ist jeder Mensch wichtig, jede einzelne Person mit ihren seelischen und körperlichen Leiden. Wir bemühen uns sowohl um die Heilung unserer Patientinnen und Patienten als auch um das Wohl unserer Mitarbeitenden. Fachkompetenz, soziale Verantwortung und ein herzlicher Umgang miteinander stehen im Gleichgewicht. Wir schaffen eine Atmosphäre, die geprägt ist von den humanistischen Grundprinzipien der Achtsamkeit, des Respekts und der Offenheit.

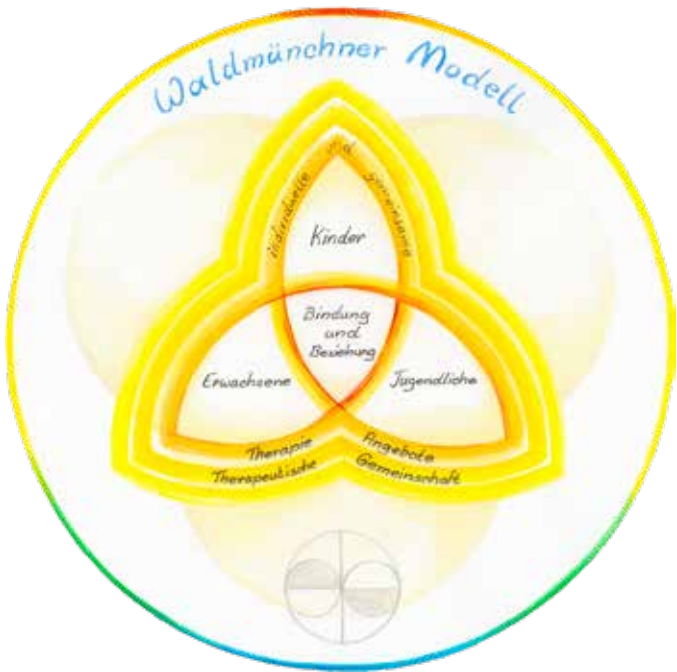
Vor diesem Hintergrund findet auch die Behandlung unserer jugendlichen Patientinnen und Patienten statt. Das Therapieangebot für Jugendliche ist Teil des Waldmünchener Modells der ganzheitlichen Familientherapie.

Zentrale Therapiebausteine – fokussiert auf Bindung und Beziehung

Eltern-Kind-Therapie

Die Eltern-Kind-Therapie mit Fokus auf Bindung und Beziehung umfasst für Jugendliche einerseits die unmittelbare Bearbeitung der Beziehungsthemen zwischen anwesenden Eltern und Jugendlichen und ihrer möglicherweise auch in Therapie befindlichen Geschwister. Andererseits werden die nicht aufgenommenen Familienmitglieder im Rahmen der obligatorischen Familiengespräche miteinbezogen.

Diese Gespräche dienen dazu, die individuelle, in der Therapie angestoßene Entwicklung der jugendlichen Patientinnen und Patienten mit ihren familiären Bezugspersonen und ihrer momentanen Familiensituation in Verbindung zu bringen. Dabei gilt es z. B., entwicklungs-hemmende Interaktionsmuster zu unterbrechen und ein wechselseitiges Anwachsen von entwicklungsfördernder Autonomie innerhalb der Familie anzustoßen.



Das Waldmünchner Modell zeichnet sich durch drei zentrale Bausteine aus:
 Eltern-Kind-Therapie mit Fokus auf Bindung und Beziehung
 Individuelle und gemeinsame Therapieangebote
 Therapeutische Gemeinschaft für Kinder ab 3 Jahren

Individuelle und gemeinsame Therapieangebote

Bezugstherapeutin bzw. Bezugstherapeut und Patientin bzw. Patient erstellen gemeinsam einen individuellen Behandlungsplan, der je nach Therapieverlauf weiter abgestimmt wird. Neben wöchentlichen Einzelgesprächen liegt der Schwerpunkt der Behandlung in der Gruppe.

Therapeutische Gemeinschaft

Jugendliche bilden in unserem Haus zusammen mit den Kindern und den Erwachsenen die therapeutische Gemeinschaft. Diese „Großfamilie auf Zeit“ schafft das gesundmachende Beziehungsfeld, von dem sich unsere jugendlichen Patientinnen und Patienten eingeladen und getragen fühlen können und das ihnen zu neuen, korrigierenden emotionalen und sozialen Erfahrungen verhelfen kann.



Begleitkinder

Das Besondere an unserer Klinik ist, dass wir neben Psychotherapie für Kinder aller Altersklassen und deren Eltern auch eine Betreuung für Kleinkinder anbieten. Während der Therapiezeit der Eltern bzw. eines Elternteils werden die Kinder in unserer Kindertherapiestätte (KITS) betreut. Schulpflichtige Begleitkinder besuchen während des Aufenthalts die alters- und bildungsentsprechende nächstgelegene Schule in Waldmünchen als Gastschüler.

Behandlungsteam

Die Behandlung erfolgt durch ein Team, das sich aus verschiedenen Berufsgruppen zusammensetzt. Es steht den Patientinnen und Patienten mit Rat und Tat zur Seite.

- Ärztinnen und Ärzte
- Psychologinnen und Psychologen
- Psychotherapeutinnen und -therapeuten
- Kreativtherapeutinnen und -therapeuten (Bewegungs-, Kunst- und Musiktherapie)
- Sozialpädagoginnen und -pädagogen
- Erzieherinnen und Erzieher
- Physiotherapeutinnen und -therapeuten
- Gesundheits- und Krankenpflegerinnen und -pfleger

Leitlinien und Qualitätsmanagement

Die Behandlungsstruktur folgt den klinischen Leitlinien und Behandlungspfaden, die sich aus der allgemeinen Diagnosestellung ergeben. Unsere Therapien werden auf der Grundlage interner Leitlinien und mit Hilfe eines IT-gestützten Behandlungssystems durchgeführt und überwacht.

Die Klinik verfügt über ein KTQ-zertifiziertes Qualitätsmanagement-System nach BAR-Kriterien, das von externen Gutachterinnen und Gutachtern regelmäßig geprüft und rezertifiziert wird.

Sozialdienst und Nachsorge

Wer in sozialen, wirtschaftlichen und sozialrechtlichen Dingen Hilfe benötigt, bekommt diese von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Sozialdienstes. Unsere Patientinnen und Patienten erhalten umfangreiche Beratung und Unterstützung – auch im Umgang mit Behörden und Ämtern.

KURZZEITTHERAPIE

Dieses auch Kriseninterventionsgruppe genannte Angebot stellt einen Teil der integrierten regionalen psychosomatischen Versorgung dar. Das Konzept beruht auf stabilisierenden und entlastenden Interventionsstrategien. Seelische und körperliche Belastungsfaktoren werden ebenso berücksichtigt wie soziale, familiäre, berufliche oder Entwicklungsstressoren. Dabei beschränkt sich die Behandlung auf den Fokus, der zur Auslösung der Krise geführt hat.

Es werden hauptsächlich Patientinnen und Patienten aus unserer Region behandelt. Die maximale Behandlungsdauer beträgt 14 Tage und die Aufnahme ist kurzfristig möglich.



KÜNSTLERISCHE THERAPIEANGEBOTE, MEDITATION UND BEWEGUNG

Unsere begleitenden Therapien sind eine wertvolle Ergänzung im Klinikalltag.

Therapieangebote für Jugendliche innerhalb ihrer Altersgruppe

- Soziale Kompetenz
- Lernen lernen
- Kunsttherapie

Gemeinsame Therapieangebote für Jugendliche und Erwachsene

- Selbststeuerung
- Körpertherapien
- Beziehung und Kommunikation
- Musik- und Rhythmustherapie
- Heilraum Natur
- Tanz- und Bewegungstherapie u. v. m.

Die jugendlichen Patientinnen und Patienten sind darüber hinaus auch am Wochenende an das Pflegepersonal angebunden. In der therapiefreien Zeit steht ihnen ein eigener Aufenthaltsraum (das „Jugendlichen-Wohnzimmer“) zur Verfügung.





UNSERE FAMILIENKLINIK IN WALDMÜNCHEN

Hier bekommen Kinder, Jugendliche und Familien, die von psychischen Erkrankungen betroffen sind, genau die Unterstützung, die sie brauchen, und die bestmögliche Versorgung. Wir bieten eine altersgerechte Therapie für die großen und die kleinen Patientinnen und Patienten und beziehen die Familienmitglieder mit ein, um negative Kreisläufe zu durchbrechen. Unser therapeutischer Rahmen vermittelt Akzeptanz und Geborgenheit.

Lage

Im wunderschön gelegenen Luftkurort Waldmünchen mit seiner großartigen Wald- und Seenlandschaft befindet sich unsere Familienklinik. Waldmünchen ist eine Kleinstadt in der Oberpfalz, im Bayerischen Wald, in der Nähe der tschechischen Grenze.



Küche & Ernährung



Unsere
mit dem

RAL-Gütezeichen und Bio-Siegel zertifizierte Küche verwöhnt mit einem vielfältigen und ernährungsphysiologisch ausgewogenen Angebot. Wir bieten überwiegend vegetarische Menüwahl und Vollwertkost sowie frische, reichhaltige Büfets mit Auswahl an Wurst, Käse und verschiedenen Brotaufstrichen. Obst steht täglich zur Verfügung.

Gerne berücksichtigt unsere Küchenleitung soweit wie möglich die Essenswünsche der Kinder.

Ausstattung

Die Klinik bietet Raum für 120 Patientinnen und Patienten sowie Begleitpersonen.

- Ein- und Zweibettzimmer
- Apartments für Familien
- Dusche, WC und Telefon
- Bibliothek
- Fitnessraum
- Wohnzimmer für Erwachsene und Jugendliche
- Freizeit- und Bewegungsräume
- Outdoor-Spielfeld
- Meditationsraum
- Wasch-/Trockenräume
- Outdoor Erlebnisspielplatz für die ganze Familie

AUFNAHME UND KOSTENÜBERNAHME

In unserer [Heiligenfeld Klinik Waldmünchen](#) führen wir Krankenhausbehandlungen (nach § 39 SGB V) durch. Zur Aufnahme (Prozedere, Antragsformulierung) beraten wir Sie gerne persönlich unter der Rufnummer 09972 308-0. Auch Privatversicherte, Beihilfeberechtigte und Selbstzahlende behandeln wir in unserer Klinik.

Für die Aufnahme benötigen wir folgende Unterlagen:

- einen aktuellen ärztlichen oder therapeutischen Befundbericht
- Entlassberichte früherer psychosomatischer/psychiatrischer Klinikaufenthalte (der letzten 5 Jahre)
- einen Selbstdarstellungsbogen (erhältlich auf telefonische Anfrage oder unter www.heiligenfeld.de/downloads)
- Aufnahmeantrag (nur bei Privatversicherten, erhältlich über das Aufnahmemanagement oder unter www.heiligenfeld.de/downloads)
- eine Kostenübernahmeerklärung im Original, ausgestellt auf die [Heiligenfeld Klinik Waldmünchen](#) (Hinweis: Mit Einweisungsschein ist eine Vorabklärung mit der Krankenkasse nicht erforderlich)
- Angaben über evtl. private Zusatzversicherungen
- eine schriftliche Einverständniserklärung aller Sorgeberechtigten (Formular im Selbstdarstellungsbogen enthalten)
- bei Zusammenarbeit mit dem Jugendamt Berichte bzw. die vereinbarten Hilfeplanmaßnahmen

Wenn Sie als Selbstzahlerin bzw. Selbstzahler zu uns kommen möchten, wird vor der Aufnahme eine Vorauszahlung für den Zeitraum von zwei Wochen fällig.

Patientinnen und Patienten aus Luxemburg, Österreich, Belgien oder anderen deutschsprachigen EU-Ländern sowie der Schweiz werden nach Antrag und Befund mit der Genehmigung der Krankenkasse für Auslandsbehandlungen (S2-Formular) problemlos bei uns aufgenommen.

KONTAKT / BERATUNG

Wer eine psychosomatische Behandlung braucht, hat viele Fragen. Unser Aufnahmemanagement hilft Ihnen gerne weiter und unterstützt Sie beim Aufnahmeprozess – sicher und professionell. Lassen Sie sich unverbindlich beraten.

Aufnahmemanagement

Heiligenfeld GmbH
Klinik Waldmünchen
Aufnahmemanagement
Krankenhausstraße 3
93449 Waldmünchen

Tel. 09972 308-0
Fax 09972 308-115
waldmuenchen@heiligenfeld.de



CHRISTINA STURM

Leitung

Aufnahmemanagement

Mo. - Do.: 08:00 - 16:30 Uhr
Fr.: 08:00 - 14:00 Uhr

Lernen Sie uns kennen!

Für interessierte Familien, Einzelpersonen, einweisende Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und -therapeuten sowie Beratungsstellen bieten wir nach vorheriger Anmeldung gerne Klinikbesichtigungen an.

FAQ – Häufig gestellte Fragen



In unserem FAQ-Bereich haben wir für Sie Antworten zu den am häufigsten auftretenden Fragen zusammengestellt.

Sie finden die FAQs online auf unserer Webseite: <https://faq-waldmuenchen.heiligenfeld.de>



Heiligenfeld

Klinik Waldmünchen

Heiligenfeld GmbH
Krankenhausstraße 3 | 93449 Waldmünchen
T 09972 308-0 | F -115 | waldmuenchen@heiligenfeld.de
waldmuenchen.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de