



Heiligenfeld

Parkklinik



**„55plus“
Reife und Lebendigkeit**

Stationäre psychosomatische
Therapie



DEM WESENTLICHEN BEACHTUNG SCHENKEN

Älterwerden ist ein Prozess, dem sich niemand entziehen kann. Jeder Moment ist vergänglich, und doch beschäftigen sich die wenigsten Menschen wirklich bewusst mit dieser Tatsache. Der Alltag macht es uns oft allzu leicht, grundlegende Fragen auszublenden. Es kommt jedoch der Augenblick, in dem diese Fragen für das eigene Leben zentral werden.

Wer nach Jahrzehnten aus dem Beruf ausscheidet, erwachsene Kinder loslassen muss oder den*die Lebenspartner*in verliert, erlebt einen Wendepunkt. Betroffene kommen in Kontakt mit ihrer Vergänglichkeit und mit der Frage, wie das weitere Leben gestaltet werden soll.

Die Herausforderung ernstnehmen

Die Wirkung solch grundlegender Veränderungen ist enorm. Plötzlich ist alles anders: der Tagesablauf, die Begegnungen mit anderen Menschen oder die Pläne, die man noch gemeinsam hatte. Schmerz und Trauer sind hierbei normale Reaktionen. Manchmal jedoch gelingt es Betroffenen nicht, die Veränderung allein zu bewältigen. Die Belastung ist zu groß. Psychische oder psychosomatische Erkrankungen können die Folge sein.



UNSER ANGEBOT

In der Parkklinik Heiligenfeld unterstützen wir Sie dabei, neue Perspektiven zu finden. Eine entscheidende Frage dabei lautet: Was gibt mir (wieder) Sinn in meinem Leben? Zugrunde liegen dabei die Prinzipien einer humanistischen Psychologie, die jeden Menschen als fähiges und verantwortungsvolles Individuum begreift.

Unser Behandlungsspektrum umfasst den gesamten Bereich psychischer und psychosomatischer Erkrankungen:

- Depressionen
- Burnout-Folgeerkrankungen
- Angststörungen
- Posttraumatische Belastungsstörung und Traumafolgestörungen
- Dissoziative Störungen
- Somatoforme Störungen
- Persönlichkeitsstörungen inkl. Borderline
- Störungen der Impulskontrolle
- Essstörungen
- Zwangserkrankungen
- Sekundäre Abhängigkeitserkrankungen
- Nichtakute Psychosen

UNSER KONZEPT

Die Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen in den Heiligenfeld Kliniken kann mit drei Worten beschrieben werden: individuell, ganzheitlich und fundiert. Wir legen höchsten Wert auf eine Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, die den wissenschaftlichen Leitlinien folgt und dabei die Individualität jedes Menschen im Blick behält. Das therapeutische Angebot umfasst alle Wochentage, von Montag bis Sonntag. Diese „7-Tage-Therapie“ ermöglicht eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit den persönlichen Themen.

Individuelle Therapie

In Absprache mit Ihrem*Ihrer Bezugstherapeut*in wird Ihr ganz persönlicher Behandlungsplan erstellt. Aus der Vielzahl therapeutischer Angebote wählen Sie zusammen konkret diejenigen aus, die den gemeinsam besprochenen Behandlungszielen entsprechen.

Achtsamkeit erleben

Elemente der Achtsamkeitspraxis sind schon immer fester Bestandteil unseres Behandlungskonzepts. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie in diesem Bereich bereits Erfahrung gesammelt haben oder nicht. Eine Vielzahl von Angeboten ermöglicht Ihnen, Formen der Achtsamkeit im Klinikalltag zu praktizieren.

Ambiente und Ernährung

Die ökologische Bauweise und die ästhetische Gestaltung unserer Gebäude schaffen einen angenehmen Lebensraum. Es stehen Einzelzimmer und Zweibettzimmer mit Badewanne oder Dusche, WC und Telefon zur Verfügung. Die meisten Zimmer sind barrierefrei und über Aufzug zu erreichen.

Unser geschmackvolles, gesundes und vollwertiges Speisenangebot orientiert sich an den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Wir bevorzugen regionale Produkte aus biologischem Anbau, artgerechter Tierhaltung und Produkte aus „gerechtem Handel“. Wir bieten eine Menüwahl auch mit vegetarischer Vollwertkost an; medizinisch angezeigte Diätformen sind jederzeit möglich.



„Das Leben kann nur in der Schau nach rückwärts verstanden, aber nur in der Schau nach vorwärts gelebt werden.“

Søren Kierkegaard



THERAPIE MIT KÖRPER, GEIST UND SEELE

Wir bieten Ihnen ein breites Spektrum unterschiedlichster Therapien, gemäß unserer ganzheitlichen Ausrichtung. Zugrunde liegt unsere Überzeugung, dass nur eine Behandlung, die Körper, Geist und Seele berücksichtigt, langfristige Ergebnisse bewirken kann. Durch die kreativ- und körpertherapeutischen Angebote kann die Behandlung konkret nach Ihren individuellen Bedürfnissen und Zielen gestaltet werden.

Zu den Angeboten zählen unter anderem:

- Psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern: Wissen um Entstehung und Bewältigung
- Reflexion eigener Überzeugungen, Glaubenssätze und Motive
- Atem- und Körperarbeit
- Kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen
- Familien- und Systemaufstellungen*
- Tiergestützte Therapien (Therapeutisches Reiten, Lamaführen)*
- Kunsttherapeutische Maltherapie
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Sanfte Bewegung in körperwarmem Wasser*
- Verschiedene Sportangebote

* Diese Therapieformen werden nur an bestimmten Standorten angeboten.



Teil einer Gruppe sein

In den Heiligenfeld Kliniken steht das Miteinander im Vordergrund. Die Gemeinschaft aus Therapeut*innen und Mitpatient*innen schafft einen geschützten Raum, in dem Sie Kontakt herstellen und Unterstützung erfahren werden.

Eine besondere Bedeutung besitzt hierbei die sogenannte Kerngruppe, das Herzstück der Therapie in unseren Kliniken. Der Austausch miteinander und die grundlegende Erfahrung, nicht allein zu sein, entlastet und lässt Vertrauen wachsen – in sich selbst und andere.

BRINGEN SIE DOCH IHREN HUND MIT!

Ein spezielles Behandlungsangebot, bei dem Ihr Haustier in die psychosomatische Therapie miteinbezogen wird, finden Sie in unserem Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie in Bad Kissingen. In unserer Klinik in Berlin ist die Mitnahme Ihres Tieres gestattet.



Bitte beachten Sie, dass das kreativtherapeutische Angebot im Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie vom Angebot in den anderen Häusern teilweise abweicht.



„Dankbar sein zu können für das bisher Erreichte ist ein wunderbares Gefühl. Dadurch fällt es mir auch viel leichter, nach vorne zu schauen.“

Patient der Parkklinik Heiligenfeld

SPEZIFISCHE BEHANDLUNG „Reife und Lebendigkeit“

Übergänge sind stets Zeiten der Herausforderung und der Neuorientierung. Sie bedeuten, sich von Vertrautem zu verabschieden und gleichzeitig darüber nachzudenken, wie die entstandene Lücke in Zukunft gefüllt werden kann. Dabei hat jeder Mensch sein ganz eigenes Tempo, in dem dieser Prozess sich vollzieht.

Gleichzeitig tauchen häufig ähnliche Fragen auf:

- Wann ist man bereit, neue Schritte zu gehen?
- Was gilt es noch wertzuschätzen, zu betrauern oder zu verschmerzen?
- Welche Möglichkeiten und Ressourcen stehen weiterhin zur Verfügung?
- Welche neuen Ideen, Vorhaben und Ziele sind vorstellbar?

„Monde und Jahre vergehen, aber ein schöner Moment leuchtet das Leben hindurch.“ Franz Grillparzer

In einer speziellen Therapiegruppe bieten wir unseren Patient*innen die Gelegenheit, sich mit all diesen Fragen intensiv auseinanderzusetzen. Wertschätzung und Dankbarkeit für das Erreichte steht dabei genauso im Fokus wie die Frage nach dem (zukünftigen) Sinn im Leben und die Akzeptanz der nachlassenden körperlich-geistigen Kräfte.

Therapeutische Gemeinschaft – jung und alt

Das in unseren Kliniken gelebte Konzept der therapeutischen Gemeinschaft ist ein wichtiger Rahmen für die Genesung unserer Patient*innen. Hier kommen Menschen aller Altersstufen zusammen, tauschen sich aus und bereichern das therapeutische Feld durch ihre unterschiedliche Lebenserfahrung. Ebenso ist die Gemeinschaft ein wesentliches Element unserer milieu- und soziotherapeutischen Arbeit.



DER ERFOLG DER BEHANDLUNG: FÜHL- UND MESSBAR

Dass wir von der Wirksamkeit unseres therapeutischen Konzepts überzeugt sind, ist das eine – dies auch durch interne und externe Qualitätssicherungen bestätigt zu sehen das andere. Seit vielen Jahren lassen wir die Prozesse und Abläufe in unseren Kliniken regelmäßig überprüfen, zuletzt im Jahr 2018 im Rahmen der KTQ-Zertifizierung („Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“), mit einem Spitzenergebnis von **über 90 Prozent** der maximal erreichbaren Punkte.

Zusammen mit dem Universitätsklinikum Regensburg beurteilen wir fortlaufend die Resultate unserer therapeutischen Arbeit. Ebenso bitten wir auch unsere Patient*innen, eine Einschätzung des Behandlungserfolgs vorzunehmen. Dabei zeigen sich neben einer deutlichen Besserung des Krankheitsverständnisses und einer spürbaren Linderung der psychischen und körperlichen Symptome vor allem positive Auswirkungen auf das Selbstwelterleben, auf die Zukunftseinstellung sowie insgesamt auf das seelische Wohlbefinden.

Die zuweisenden Ärzt*innen und Psychotherapeut*innen bestätigen dieses Ergebnis: **89 Prozent** erleben bei ihren Patient*innen eine Besserung der psychophysischen Symptomatik durch die Behandlung in unseren Kliniken.

KURZZEITTHERAPIE

Wenn aus beruflichen, privaten oder sonstigen Gründen kein längerer Klinikaufenthalt in Anspruch genommen werden kann, bieten wir die Möglichkeit zu einer stationären psychosomatischen Kurzzeittherapie. Innerhalb von zwei bis vier Wochen soll es zu einer Stabilisierung und Regeneration kommen sowie erste individuelle Lösungs- und Bewältigungsstrategien entwickelt werden.

Rahmenbedingungen der Behandlung

- Dauer: zwei bis vier Wochen, vollstationär
- Therapiedichte: mindestens 20 bis 30 Std./Woche
- Therapieangebot: Montag bis Sonntag

Ziele der psychosomatischen Kurzzeittherapie

- Stabilisierung und Regeneration durch den Rückzug aus dem Alltag
- Entwicklung von ersten Lösungs- und Bewältigungsstrategien
- Erlernen von Methoden, um im Alltag mit Belastungen besser umzugehen
- die eigene Resilienz stärken
- Lebensziele definieren und stärken

Die Klinikgruppe Heiligenfeld bietet für Privatversicherte und Selbstzahler*innen an zwei verschiedenen Standorten eine stationäre Kurzzeittherapie an:

Parkklinik Heiligenfeld

Privatklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen in Bad Kissingen

Heiligenfeld Klinik Berlin

Privatklinik und Tagesklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen



SOZIALBERATUNG UND NACHSORGE

Alles Wichtige für die Zeit danach

Für viele Menschen ist ein Klinikaufenthalt eine intensive Zeit der Veränderung und Neuorientierung. Häufig entsteht der deutliche Wunsch, einiges ab sofort anders zu machen. Doch wie genau kann das gelingen? Und welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Bereits in den letzten Wochen des Klinikaufenthalts sprechen Sie mit Ihrem*Ihrer Bezugstherapeut*in, aber auch in verschiedenen Gruppenangeboten, über „die Zeit danach“. Und auch, wenn Sie bereits wieder nach Hause zurückgekehrt sind, steht Ihnen eine Vielzahl an Hilfsangeboten zur Verfügung. Damit das, was Sie in der Klinik begonnen haben, im Alltag Früchte trägt.

Konkret unterstützen wir Sie u. a. in folgender Weise:

- Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung und zum Beamtenrecht
- Transfergruppe zur Entlassvorbereitung
- Auf Wunsch Zusammenarbeit mit dem*der weiterbehandelnden ambulanten Therapeut*in
- Treffen ehemaliger Patient*innen sowie regionale Vernetzung in Selbsthilfegruppen
- Therapeutisch geleitete Nachsorgegruppen
- Die Möglichkeit, Seminare und Workshops in der Akademie Heiligenfeld zu besuchen
- Einladung zum Sommerfest der jeweiligen Klinik



UNSERE KLINIKEN

Parkklinik Heiligenfeld • Bad Kissingen

Privatklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

Fachklinik Heiligenfeld • Bad Kissingen

Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Rosengarten Klinik Heiligenfeld • Bad Kissingen

Fachklinik für psychosomatische Rehabilitation

Heiligenfeld Klinik Uffenheim

Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Heiligenfeld Klinik Waldmünchen

Fachkrankenhaus für Familien, Eltern, Kinder, Jugendliche und Erwachsene zur psychosomatischen Behandlung

Heiligenfeld Klinik Berlin

Privatklinik und Tagesklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

Luitpoldklinik Heiligenfeld • Bad Kissingen

Fachklinik für somatische Rehabilitation (Orthopädie und Unfallchirurgie, Innere Medizin, Onkologie und Uroonkologie)

WIR SIND FÜR SIE DA!

Haben Sie Fragen zu einem stationären Aufenthalt in der Parkklinik Heiligenfeld?

Vor einem Klinikaufenthalt gilt es eine Menge zu regeln und zu organisieren – beruflich und privat, aber natürlich auch im Hinblick auf Ihre Versicherung und die Übernahme der Behandlungskosten. Unser Zentrales Aufnahmemanagement hilft Ihnen hier gerne und unterstützt Sie beim Aufnahmeprozess – sicher und professionell. Lassen Sie sich unverbindlich beraten.

Kostenträger

Private Krankenversicherung, Beihilfe, Selbstzahler

Kennenlern-Tag

Die besondere Atmosphäre der Parkklinik Heiligenfeld erleben Sie am besten an unserem Kennenlern-Tag für Interessent*innen. Dieser findet in der Regel alle zwei Wochen dienstags von 10:45 Uhr bis ca. 12:45 Uhr statt. Ihre Anmeldung nehmen unsere Mitarbeiter*innen gerne unter der 0971 84-4444 entgegen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Kontakt | Zentrales Aufnahmemanagement

Heiligenfeld GmbH
Zentr. Aufnahmemanagement
Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen

Mo. - Do. 7:30 - 18:00 Uhr
Fr. 7:30 - 15:00 Uhr

Tel. 0971 84-4444
info@heiligenfeld.de



ANKE STOLLBERGER
*Leitung Zentrales
Aufnahmemanagement*

DIE KLINIKGRUPPE HEILIGENFELD

Leben lieben

Unter dem Dach „Heiligenfeld“ vereinen wir sechs Fachkliniken mit dem Schwerpunkt Psychosomatische Medizin. Zugehörig ist auch eine Klinik für orthopädisch-unfallchirurgische, internistische, onkologische und uroonkologische Rehabilitation. Unser Hauptsitz befindet sich in Bad Kissingen.

Wir verfügen über eine Gesamtkapazität von 860 Betten und sind an vier Standorten präsent: Bad Kissingen (Unterfranken), Uffenheim (Mittelfranken), Waldmünchen (Oberpfalz) und Berlin. Für das Unternehmen Heiligenfeld arbeiten rund 950 Mitarbeiter*innen.

Wir behandeln Erwachsene, Kinder, Jugendliche und Familien. Privat- und gesetzlich Versicherte finden bei uns einen Platz .

Großen Wert legen wir auf ein respektvolles und achtsames Miteinander im Kontakt mit unseren Patient*innen und Mitarbeiter*innen. Dafür wurden wir bereits vielfach ausgezeichnet.

Zu unseren wichtigsten Kooperationspartnern gehören niedergelassene Allgemein- und Fachärzt*innen, Psychotherapeut*innen sowie zuweisende und nachsorgende Beratungs- und Fachstellen.

94%

**unserer
Patient*innen
würden uns weiter-
empfehlen!**

PARKKLINIK HEILIGENFELD

Heiligenfeld GmbH

Bismarckstr. 40 - 44 | 97688 Bad Kissingen

T 0971 84-4444 | F 0971 84-4195 | info@heiligenfeld.de

www.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de