



**Heiligenfeld**  
Klinik Waldmünchen



# Jugendpsychosomatik

Psychosomatische Krankenhausbehandlung  
für Jugendliche

## JUNGE MENSCHEN IN KRISEN

Der Übergang vom Teenager zum Erwachsenen stellt eine besondere psychische Herausforderung für junge Menschen dar, was zu Überforderung und Krisen führen kann. Diesen herausfordernden Entwicklungsaufgaben müssen sich Jugendliche auf ihrem Weg ins Leben stellen.

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 ernst zu nehmendes Problem sein. Durch frühzeitiges Erkennen von problematischen



Entwicklungen können Eltern, Erzieher\*innen und Betreuer\*innen 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 Psychotherapeut\*innen helfen. Gefühle oder Verhaltensweisen können dir unerklärlich vorkommen oder du hast den Eindruck dagegen nicht anzukommen, wie z. B. bei Stress, Ängsten, Depressionen, Unruhe, Aggressionen, selbstverletzenden Verhaltensweisen oder Essstörungen. Es können aber auch körperliche Symptome sein, wie z. B. Schmerzen, die nicht weggehen und bei denen der/die Arzt/Ärztin keine Erkrankung feststellen kann. Außerdem gibt es Erlebnisse wie Gewalt, Mobbing und traumatische Erfahrungen aller Art, mit denen man nicht fertig wird. Hier kann Psychotherapie hilfreich sein.



## WEGE ZUR THERAPIE

Für Eltern ist es nicht immer einfach, entwicklungsbedingte Krisen und individuelle Eigenheiten von Kindern und Jugendlichen von psychischen Störungen beziehungsweise Erkrankungen zu unterscheiden. Schwierige Phasen sind normal. Keine Entwicklung ist einfach geradlinig. 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.

Psychotherapeut\*innen können seelische Überlastungen und Störungen und deren Behandlungsbedürftigkeit beurteilen.

## Symptome

Anlass für ein Gespräch können folgende Krankheitsbilder sein:

- Depressionen
- Ängste (Trennungsängste, soziale Ängste, Leistungsängste, Sprechängste)
- Übermäßige Schüchternheit, die dazu führt, soziale Kontakte zu vermeiden
- Phobien (Angst vor vielen Menschen, Angst vor großen Plätzen, Platzangst)
- Zwänge
- Selbstverletzende Verhaltensweisen
- Aggressives, oppositionelles Verhalten
- Essstörungen (Anorexie, Bulimie)
- Tic-Störungen
- Hyperkinetische Störung/AD(H)S
- Anpassungsstörungen (z. B. bei Scheidung/Trennung der Eltern)



Bekommen diese Verhaltensweisen aufgrund ihrer Ausprägung Krankheitswert, finden sich u. a. folgende medizinische Diagnosen, mit denen wir jugendliche Patient\*innen aufnehmen:

### **Indikationen**

- Depression, emotionale Störung
- Angststörung
- Posttraumatische Belastungsstörung
- Borderline
- Störung des Sozialverhaltens
- Essstörung
- Zwangsstörung
- Somatisierungsstörung

### **Kontraindikationen**

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

## Alles, nur nicht aufgeben

Die Heiligenfeld Klinik Waldmünchen bietet als Familienklinik eine stationäre psychosomatische Therapie für Eltern, Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Jugendliche können entweder alleine oder gemeinsam mit ihren Eltern und ggf. auch mit ihren Geschwistern behandelt werden. In dieser Zusammensetzung bildet die therapeutische Gemeinschaft unseres Hauses die Beziehungssituation einer Familie ab. Die jugendlichen Patient\*innen haben somit einen für unser Haus unverzichtbaren Platz und finden in dieser „Großfamilie auf Zeit“ Einbindung und Führung.

## UNSER ANGEBOT – DURCH THERAPIE KRISEN MEISTERN

### Wen wir behandeln

Mütter und Väter können zusammen mit ihren Kindern stationär aufgenommen und behandelt werden. Unsere Klinik bietet Leistungen für Patient\*innen aller Kassen sowie für Privatpatient\*innen, Beihilfeberechtigte und Selbstzahler\*innen. Es stehen spezialisierte Therapeut\*innen 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

### Was wir behandeln

Grundsätzlich können in der Klinik alle kinder- und jugendpsychiatrischen Störungsbilder behandelt werden, für die ein stationäres Versorgungsangebot angezeigt ist. Dazu gehören beispielsweise Entwicklungsstörungen, hyperkinetische Störungen und Aufmerksamkeitsdefizitsyn-drome, Störungen des Sozialverhaltens und aggressives Verhalten, Schulphobie/Schulverweigerung und emotionale oder psychosomatische Störungen.



Die jugendlichen Patient\*innen in unserer Klinik 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, und können dadurch weiterhin an ihrem Ziel festhalten, lebensfrohe, tatkräftige junge Menschen zu werden, die ihr Leben nach eigenen Vorstellungen gestalten können.

Auch die Eltern, die sich das für ihre erwachsen werdenden Kinder wünschen, aber selbst gerade nicht in der Lage dazu 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. Das dient dazu, eine raschere und nachhaltigere Besserung des psychischen Zustandes herbeizuführen.



## **DIE BEDÜRFNISSE DER JUNGEN MENSCHEN IM BLICK**

### **Die stationäre Behandlung**

Die Behandlung in der Familienklinik Waldmünchen richtet sich an junge Patient\*innen, wenn ihre Erkrankung besonders schwerwiegend ist und eine ambulante Therapie nicht ausreicht oder zu keinen Verbesserungen 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**

An sieben Tagen findet das Therapieangebot für Jugendliche statt. Die Bezugsgruppe für jugendliche Patient\*innen ist die dreimal wöchentlich stattfindende Kerngruppe, die von einem/einer Bezugstherapeut\*in und einem/einer Kreativtherapeut\*in geleitet wird.

In der Gruppentherapie können in einer unterstützenden und tragenden Atmosphäre aktuelle Problemlagen bearbeitet und Lösungsschritte gefunden werden.





*„Meine Sorgen und Nöte kann ich hier, in der Familienklinik Waldmünchen, jemandem anvertrauen, der mir hilft.“*

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 ab und welche Therapieziele wir vereinbaren. Die durchschnittliche Aufenthaltsdauer beträgt sechs bis acht Wochen.

## **Therapieziele**

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

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

# UNSER ERFOLGSKONZEPT – DAS WALDMÜNCHNER MODELL

## Ganzheitliche Behandlung

Die Heiligenfeld Kliniken verwirklichen ein ganzheitliches Behandlungs- und Klinikkonzept. Für uns ist jeder Mensch wichtig, jede einzelne Person mit ihren körperlichen und seelischen Leiden. Wir bemühen uns sowohl um die Heilung unserer Patient\*innen als auch um das Wohl unserer Mitarbeiter\*innen. Fachkompetenz, soziale Verantwortung und ein herzlicher Umgang miteinander stehen im Gleichgewicht. Wir bieten unseren Patient\*innen und unseren Mitarbeiter\*innen einen besonderen Ort – eine Atmosphäre, die geprägt ist von den humanistischen Grundprinzipien der Achtsamkeit, des Respekts und der Offenheit.

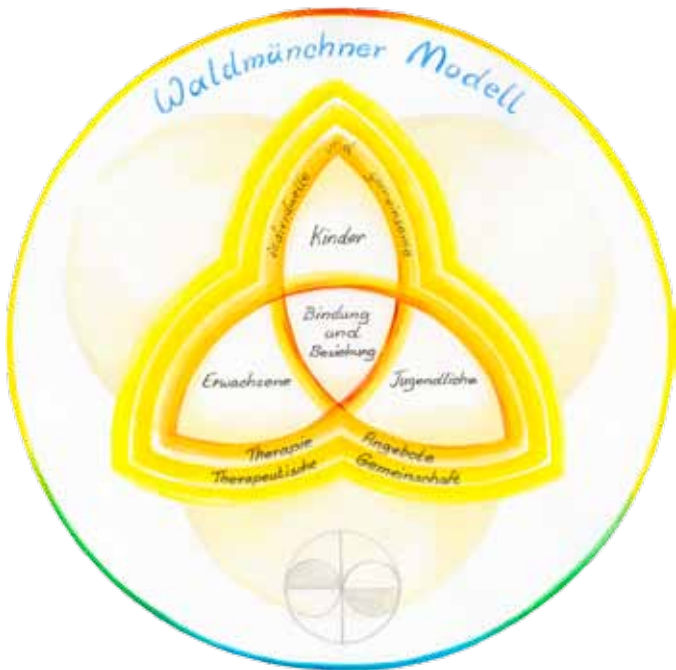
Vor diesem Hintergrund findet auch die Behandlung unserer jugendlichen Patient\*innen statt. Das Therapieangebot für Jugendliche ist Teil des Waldmünchner Modells der ganzheitlichen Familientherapie.

## 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 mit einbezogen.

Diese Gespräche dienen dazu, die individuelle, in der Therapie angestoßene Entwicklung der jugendlichen Patient\*innen mit ihren familiären Bezugspersonen und ihrer momentanen Familiensituation in Verbindung zu bringen. Dort gilt es z. B., entwicklungshemmende



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

Interaktionsmuster zu unterbrechen und ein wechselseitiges Anwachsen von entwicklungsfördernder Autonomie innerhalb der Familie anzustoßen.

### Individuelle und gemeinsame Therapieangebote

Der/die Bezugstherapeut\*in erstellt zusammen mit dem/der Patient\*in 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“ bietet das gesund machende Beziehungsangebot, von dem sich unsere jugendlichen Patient\*innen eingeladen und getragen fühlen können, und das ihnen zu neuen, korrigierenden emotionalen und sozialen Erfahrungen verhelfen kann.



## Begleitkinder

Das Besondere an unserem Haus in Waldmünchen 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 sie in der Kindertherapie-stätte als Begleitkinder betreut. Schulpflichtige Begleitkinder besuchen während des Aufenthalts die alters- und bildungsentsprechende nächstgelegene Schule in Waldmünchen als Gastschüler.

## Behandlungsteam

Die Behandlung erfolgt durch das Team der Waldmüchner Klinik, das sich aus verschiedenen Berufsgruppen zusammensetzt. Es steht den Patient\*innen und den Familien mit Rat und Tat zur Seite.

- Ärzt\*innen
- Psycholog\*innen
- Psychotherapeut\*innen
- Kreativtherapeut\*innen (Bewegungs-, Kunst- und Musiktherapie)
- Sozialarbeiter\*innen und Sozialpädagog\*innen
- Erzieher\*innen
- Physiotherapeut\*innen
- Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen

## Leitlinien und Qualitätsmanagement

Die Behandlungsstruktur folgt den klinischen Leitlinien und Behandlungspfaden, die sich aus der allgemeinen Diagnosestellung (nach ICD 10) ergeben. Unsere Behandlungen werden auf der Grundlage interner Leitlinien und mit Hilfe eines EDV-gestützten Behandlungssystems (Behandlungspfade) durchgeführt und überwacht.

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

## Sozialdienst und Nachsorge

Auch nach der Therapie wird kein/keine Patient\*in allein gelassen. Uns ist ein reibungsloser Übergang aus der Klinik in Familie und Alltag wichtig. Wer in sozialen, wirtschaftlichen und sozialrechtlichen Dingen Hilfe benötigt, bekommt diese von den Mitarbeiter\*innen des Sozialdienstes. Unsere jungen Patient\*innen und deren Familien erhalten umfangreiche Beratung und Unterstützung – auch im Umgang mit Behörden und Ämtern. Bei Interesse besprechen wir mit ihnen in einem für sie kostenlosen und unverbindlichen Beratungsgespräch unser individuelles Angebot.

## Kurzzeittherapie

Dieses auch Kriseninterventionsgruppe genannte Angebot stellt einen Teil der integrierten regionalen psychosomatischen Versorgung dar. Das Konzept beruht auf einem biopsychosozialen Krankheitsverständnis und auf stabilisierenden und entlastenden Interventionsstrategien. Körperliche und seelische 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 Patient\*innen aus unserer Region behandelt. Die maximale Behandlungsdauer beträgt hierbei 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
- Kickboxen

### Gemeinsame Therapieangebote für Jugendliche und Erwachsene

- Selbststeuerung
- Körpertherapien
- Beziehung und Kommunikation
- Musik- und Rhythmustherapie u. v. m.

Die jugendlichen Patient\*innen sind darüber hinaus auch am Wochenende an das Pflegepersonal angebunden. In der therapiefreien Zeit steht ihnen ein eigener Aufenthaltsraum (das Jugendlichen-Wohnzimmer) zur Verfügung.





SEELISCHE WUNDEN HEILEN,  
AM BESTEN IN GESCHÜTZTER  
ATMOSPHERE

## DIE HEILIGENFELDER FAMILIENKLINIK IN WALDMÜNCHEN

Hier bekommen psychisch kranke Kinder, Jugendliche und Familien genau die Unterstützung, die sie brauchen, und die bestmögliche Versorgung. Wir bieten eine altersgerechte Therapie für die großen und die kleinen Patient\*innen und beziehen die Familienmitglieder mit ein, um negative Kreisläufe zu durchbrechen.

Da wir auch Eltern helfen, sind wir gut gerüstet für die Aufnahme von Müttern und Vätern mit Kindern. Unser therapeutischer Rahmen vermittelt Akzeptanz und Geborgenheit.

### Lage

Im wunderschön gelegenen Luftkurort Waldmünchen mit seiner großartigen Wald- und Seenlandschaft liegt die Heiligenfelder 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 an sowie frische, reichhaltige Büfets mit Auswahl an Wurst, Käse und verschiedenen Brotaufstrichen. Obst bieten wir täglich an.

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

## Ausstattung

Die Klinik bietet Raum für 120 Patient\*innen sowie Begleitpersonen.

- Ein- und Zweibettzimmer
- Apartments für Familien
- Dusche, WC und Telefon
- Patientenbibliothek
- Speisesaal
- Fitnessraum
- Wohnzimmer für Erwachsene und Jugendliche für Spiele und Austausch
- Freizeit- und Bewegungsräume
- Outdoor-Spielfeld
- Meditationsraum
- Wasch-, Trockenräume

# AUFNAHME UND KOSTENÜBERNAHME

Zur Aufnahme in unsere Klinik (Prozedere, Antragsformulierung) beraten wir Sie gerne persönlich unter Tel.: 09972 308-0. In der Heiligenfeld Klinik Waldmünchen führen wir Krankenhausbehandlungen (nach § 39 SGB V) durch. Auch Privatversicherte und/oder Beihilfeberechtigte behandeln wir in unserer Klinik.

Für die Aufnahme benötigen wir folgende Unterlagen:

- einen aktuellen ärztlichen oder therapeutischen Befundbericht (erhältlich bei Ihrem/Ihrer Arzt/Ärztin oder Therapeut\*in)
- Entlassberichte früherer psychosomatischer/psychiatrischer Klinikaufenthalte (der letzten 5 Jahre)
- einen Selbstdarstellungsbogen (erhältlich auf telefonische Anfrage oder unter [www.heiligenfeld.de/Downloads](http://www.heiligenfeld.de/Downloads))
- Aufnahmeantrag (nur bei Privatpatient\*innen, erhältlich über das Aufnahmemanagement oder unter [www.heiligenfeld.de](http://www.heiligenfeld.de))
- eine Kostenübernahmeerklärung im Original, ausgestellt auf die Heiligenfeld Klinik Waldmünchen (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 Selbstzahler\*in zu uns kommen möchten, wird vor der Aufnahme eine Vorauszahlung für den Zeitraum von zwei Wochen fällig.

Patient\*innen aus Luxemburg, Österreich, Belgien oder anderen deutschsprachigen EU-Ländern (auch 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 Klinik Waldmünchen  
Aufnahmemanagement  
Krankenhausstraße 3  
93449 Waldmünchen

Tel. 09972 308-0  
Fax 09972 308-115  
[waldmuenchen@heiligenfeld.de](mailto:waldmuenchen@heiligenfeld.de)



Mo. - Do. 8:00 - 16:30 Uhr  
Fr. 8:00 - 14:00 Uhr

**CHRISTINA STURM**

*Leitung*

*Aufnahmemanagement*

### Lernen Sie uns kennen!

Für betroffene Familien bieten wir nach Absprache gerne Klinikbesichtigungen an. Nach vorheriger Anmeldung sind therapeutische Einzeltermine im Rahmen des Kennenlern-Tages möglich.



### FAQ – Häufig gestellte Fragen

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

Sie finden die FAQs online auf unserer Webseite:

<https://faq-waldmuenchen.heiligenfeld.de>

# HEILIGENFELD KLINIK WALDMÜNCHEN

Heiligenfeld Klinik Waldmünchen GmbH

Krankenhausstraße 3 | 93449 Waldmünchen

T 09972 308-0 | F 09972 308-115

waldmuenchen@heiligenfeld.de

[www.heiligenfeld.de](http://www.heiligenfeld.de)



Alle Auszeichnungen: [ausgezeichnet.heiligenfeld.de](http://ausgezeichnet.heiligenfeld.de)