



Heiligenfeld

Klinik Berlin



Heiligenfeld Klinik Berlin

Privatklinik und Tagesklinik
für psychische und psychosomatische
Erkrankungen



Leben lieben

Dem Einzigartigen Raum zur Entfaltung geben ...

Jeder Mensch hat seine Geschichte, seine Erfahrungen, Gedanken, Begegnungen, Ideen und Visionen, Wünsche und Sehnsüchte, Momente höchsten Glücks und tiefer Traurigkeit; seine einzigartige Weise, das zu gestalten, was wir **Leben** nennen.

Seit 1990 ist es uns in den Heiligenfeld Kliniken ein zentrales Anliegen, das Individuelle und Besondere eines jeden Menschen wertzuschätzen und in die Behandlung seelischer und körperlicher Leiden miteinzubeziehen.

Leben lieben bedeutet für uns, das Leben in seiner Fülle anzunehmen und auch unsere Patient*innen darin zu unterstützen, mit neuer Kraft und Zuversicht ihren ganz eigenen Weg weiterzugehen.

... als Ausdruck der Liebe zum Leben.

Individuelle Wertschätzung heißt für uns auch, alle Geschlechter gleichermaßen in unseren Veröffentlichungen anzusprechen. Durch die Verwendung des Sternchens * möchten wir dies verdeutlichen.



„Unser Umgang miteinander und mit den Patient*innen ist geprägt durch Herzlichkeit, Respekt, Achtung, Wertschätzung füreinander, Mitgefühl und Mitmenschlichkeit ...“

Aus den „Heiligenfelder Essenzen“

DIE HEILIGENFELD KLINIK BERLIN

Die Heiligenfeld Klinik Berlin befindet sich in einem denkmalgeschützten Gebäude auf dem Gelände des Unfallkrankenhauses Berlin (ukb). Sie ist ein besonderer Ort, um Krisen zu bewältigen und Konflikte zu lösen. Hier können Belastungen, Verluste und auch Traumata verarbeitet und das Herz wieder für das Leben geöffnet werden.

Ausgehend von einem ganzheitlichen Menschenbild bezieht das therapeutische Handeln alle Ebenen des Menschen und seines Erlebens ein: die erkrankte Seele, den Körper, die geistig-spirituelle Ebene, die sozialen Beziehungen sowie eventuell bestehende berufliche Problemfelder. Die Begegnung mit den Patient*innen erfolgt in Würdigung ihrer ganzen Person, in tiefer Menschlichkeit und Achtsamkeit.

Durch die Lage der Klinik im Landschaftspark Wuhlgarten und der damit gegebenen unmittelbaren Nähe zu einem der größten zusammenhängenden Grüngürtel Berlins bieten wir inmitten der Großstadt einen Ort der Ruhe und Erholung.



WAS WIR BEHANDELN

Unser Behandlungsspektrum umfasst den gesamten Bereich psychischer und psychosomatischer Erkrankungen. Zugrunde liegen dabei die Prinzipien einer humanistischen Psychologie, die jeden Menschen als fähiges und verantwortungsvolles Individuum begreift.

Zu den von uns behandelten Krankheitsbildern gehören:

- Depressionen
- Folgeerkrankungen von Burnout, Konflikten und Mobbing am Arbeitsplatz
- Angststörungen und Phobien (Panikstörung, Generalisierte Angststörung, Soziale Phobie)
- Posttraumatische Belastungsstörung und Traumafolgestörungen
- Posttraumatisches Verbitterungssyndrom
- Somatoforme Störungen und chronische Schmerzstörungen
- Psychische Faktoren und Verhaltenseinflüsse bei körperlichen Erkrankungen wie Diabetes mellitus, Arterielle Hypertonie, chronisch-entzündliche Darmerkrankungen, Asthma bronchiale
- ADS/ADHS bei Erwachsenen
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- Verhaltensüchte (Internet- und Computerspielsucht, Pathologisches Kaufen)
- Essstörungen (Bulimie, Binge-Eating-Disorder, Adipositas)
- Zwangserkrankungen
- Nichtorganische Schlafstörungen
- Beginnende stoffgebundene Abhängigkeitserkrankungen

Schulenübergreifend kommen neben der Tiefenpsychologie und der Verhaltenstherapie gestalttherapeutische, systemische, körperpsychotherapeutische und achtsamkeitsbasierte Methoden zum Einsatz.



Unsere Schwerpunkte

Verschiedene Berufs- und Personengruppen werden bei uns fokussiert behandelt. Unser multimodales Therapie-Setting bietet den optimalen Rahmen, um spezifische Belastungen zu bearbeiten. Besonders geeignet ist unser Angebot für:

- Lehrer*innen
- Beamt*innen in der öffentlichen Verwaltung
- Führungskräfte und Selbstständige
- Beamt*innen im Vollzugsdienst
- Ärzt*innen und Therapeut*innen
- Studierende / Junge Erwachsene
- Lokführer*innen
- Einsatzkräfte (Polizei, Feuerwehr, Bundeswehr)

Wir betrachten unsere Patient*innen als selbstständige und eigenverantwortliche Menschen, die wir darin unterstützen, ihr Leben an den persönlichen Vorstellungen und Werten zu orientieren. Krisen können auch als Gelegenheit verstanden werden, innezuhalten und das eigene Leben zu hinterfragen: Was schmerzt mich? Und was möchte ich ändern?

CORONA-RESILIENZ

Die Corona-Krise stellt uns alle vor große Herausforderungen. Mit einem speziellen Behandlungsangebot wollen wir hierauf passende Antworten geben. Neben Angstbewältigung und Ressourcenstärkung geht es insbesondere um die Förderung der Widerstandsfähigkeit im Angesicht der Krise.



DER THERAPEUTISCHE RAHMEN

Wir legen größten Wert auf eine therapeutische Begleitung unserer Patient*innen, die den individuellen Bedürfnissen genauso entspricht wie auch dem grundlegenden Wunsch nach Austausch und Kontakt innerhalb einer Gemeinschaft. Wir Menschen sind soziale Wesen, und oftmals bewirkt gerade das Miteinander und die gegenseitige Ermutigung, dass deutliche Schritte hin zu mehr Wohlbefinden und Zuversicht ins Leben gegangen werden können.

Der*die Bezugstherapeut*in ist für unsere Patient*innen eine zentrale Person während des Aufenthalts. Zusammen mit ihm*ihr werden die konkreten Ziele in der Therapie besprochen, der Behandlungsplan erstellt und regelmäßig die Wirksamkeit der therapeutischen Angebote überprüft. Psychotherapeutische Einzelgespräche dienen der vertieften Auseinandersetzung mit den individuellen Themen sowie auch der Vor- oder Nachbereitung der Arbeit in der Kerngruppentherapie. Diese findet dreimal wöchentlich in einem eigenen festen Gruppenraum statt, dauert jeweils 100 Minuten und bildet den eigentlichen „Kern“ der Therapie.

Insgesamt ergeben sich drei Beziehungsebenen:

- die Beziehung zum*zur behandelnden ärztlichen bzw. psychologischen Therapeut*in
- die Beziehungen auf der therapeutischen Ebene der Kerngruppe
- die Beziehungen der Patient*innen untereinander



DAS INTEGRATIVE BEHANDLUNGSKONZEPT

Von Anfang an war es uns ein Anliegen, ein ganzes Spektrum therapeutischer Methoden und Verfahren anzubieten, mit denen sowohl der Komplexität jedes einzelnen Menschen als auch den individuellen Themen- und Problemfeldern umfassend begegnet werden kann:

- Psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern – Wissen um Entstehung und Bewältigung
- Reflexion eigener Überzeugungen, Glaubenssätze und Motive
- Training in Kommunikation und Selbststeuerung (Übungen zur Regulation von belastenden Gedanken und Gefühlen)
- Lebensführung (Steigerung von Wohlbefinden und Zufriedenheit)
- Kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen
- Familien- und Systemaufstellungen
- Kunsttherapeutische Maltherapie
- Rhythmustherapie
- Tanz- und Bewegungstherapie
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Sanfte Bewegung in körperwarmem Wasser, angelehnt an das „Watsu“
- Verschiedene Sportangebote
- Physiotherapie

Malen, Arbeiten mit Ton, Musik und Rhythmus werden eingesetzt, um den Ausdruck unbewusster Prozesse zu fördern und kreative Impulse zu wecken. Die verschiedenen körpertherapeutischen Angebote wirken sich strukturierend auf das Körpererleben aus und erhöhen das Körperbewusstsein. Systemische Ansätze können zu tieferem Verstehen und zur Lösung unheilvoller Verstrickungen beitragen.



Achtsamkeit und Meditation

Wir verstanden uns von Anfang an als Vorreiter auf dem Gebiet einer ganzheitlichen Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie. Dabei war die Rolle der Spiritualität und Achtsamkeitspraxis im Therapiealltag für uns schon immer zentral – lange bevor diese Denkweise im generellen Psychotherapieverständnis sowie auch in anderen psychosomatischen Kliniken Einzug hielt. Nach unserer Auffassung kann ein psychisch erkrankter Mensch nur dann wieder vollständig zu sich finden, wenn alle Aspekte seines Seins in der Therapie berücksichtigt werden: die Beziehung zu sich selbst, zu anderen Menschen und zum „Großen Ganzen“.

Verschiedene Angebote geben unseren Patient*innen die Möglichkeit, den Tagesablauf durch Momente der Stille und Besinnung zu bereichern. Dabei bedeutet „zur Ruhe kommen“ für uns mehr als nur die Hektik des Alltags hinter sich zu lassen. Die Möglichkeiten der Meditation unterstützen den therapeutischen Prozess und helfen dabei, mehr zu sich zu finden. Dadurch wird eine Tiefe erreicht, in der bestehende Probleme grundlegender und nachhaltiger bearbeitet und gelöst werden können.

Zu den Angeboten gehören unter anderem:

- die kreativtherapeutische Gruppe „Achtsamkeitspraxis“
- geführte Meditationen im täglichen Wechsel zum Kennenlernen und Ausprobieren verschiedener Meditationstechniken
- ein jederzeit zugänglicher „Raum der Stille“ für Meditation, Besinnung und Gebet
- tägliche Zeit der Stille zur Selbstreflexion, zum Tagebuch schreiben oder zur Übung therapeutischer Aufgaben, teilweise auch Mittagessen in Stille
- geleitete Entspannungsgruppen
- tiergestützte Achtsamkeit mit Lamas
- Naturerleben in Achtsamkeit
- viermal jährlich ein „Tag der Stille“





7-Tage-Therapie

Das therapeutische Angebot umfasst alle Wochentage, von Montag bis Sonntag. Dabei werden am Wochenende vor allem diejenigen Themen gezielt behandelt, denen wir eine besondere Bedeutung im Genesungsprozess beimessen: Selbststeuerung, die Gestaltung von Beziehungen sowie die Förderung von Kreativität und Lebensfreude.

Patient*innenorientierung

In unserer psychotherapeutischen Arbeit rücken wir das Leben als solches in den Mittelpunkt. Gefördert werden soll die Fähigkeit, das Leben anzunehmen und es aktiv zu gestalten, mit einer Bewusstheit dafür, dass dies vor allem Eigenverantwortung erfordert.

Es ist uns ein zentrales Anliegen, unseren Patient*innen „auf Augenhöhe“ zu begegnen. Wir möchten informieren, motivieren und ermutigen, denn Veränderungen haben nur dann wirklich Aussicht auf Erfolg, wenn ihnen ein persönlicher Antrieb zugrunde liegt. Deshalb ist es uns wichtig, Therapie nicht „vorschreiben“, sondern gemeinsam den Weg zu gehen, mit einem Fokus auf den individuellen Bedürfnissen, Herausforderungen und Ressourcen.

Qualitätssicherung

Dass wir von der Wirksamkeit unseres therapeutischen Konzepts überzeugt sind, ist das eine – dies auch durch Rückmeldungen unserer Patient*innen sowie durch externe und interne Qualitätssicherungen bestätigt zu sehen das andere. Seit vielen Jahren lassen wir die Prozesse, Abläufe und Leitlinien in unseren Kliniken regelmäßig überprüfen, zuletzt im Jahr 2018 im Rahmen der sog. KTQ-Zertifizierung („Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“) mit einem Spitzenergebnis von über 90 Prozent der maximal erreichbaren Punkte. Damit belegten wir Platz 1 unter allen an diesem Verfahren teilnehmenden Krankenhäusern.



BEHANDLUNGSPROGRAMME

In der Heiligenfeld Klinik Berlin bieten wir unseren Patient*innen sowohl eine umfassende stationäre Psychotherapie als auch die Möglichkeit einer zeitlich begrenzteren Behandlung im Rahmen unserer Kurzzeittherapie.

Umfassende stationäre Psychotherapie

Eine umfassende stationäre Psychotherapie ist angezeigt bei allen wesentlichen psychischen und psychosomatischen Erkrankungen. Nach diversen wissenschaftlichen Studien sind mindestens sechs Wochen Behandlung erforderlich, um einen tiefer gehenden und nachhaltigen Therapieeffekt zu erzielen.

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. Dabei steht die aktuelle Belastungssituation im Fokus.

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



TAGESKLINIK FÜR PSYCHOSOMATIK UND PSYCHOTHERAPIE

In der Heiligenfeld Klinik Berlin bieten wir Menschen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen neben einer vollstationären Therapie auch die Möglichkeit einer tagesklinischen Behandlung. Ein multimodales Therapiekonzept, das gesprächsorientierte und nonverbale Ansätze miteinander verbindet, ermöglicht eine tief gehende Behandlung. Belastungen können bewältigt und Ressourcen gestärkt werden, basierend auf der 30-jährigen Erfahrung der Heiligenfeld Kliniken im Bereich Psychosomatik und Psychotherapie.

Der tagesklinische Ansatz schafft eine maximale Verbindung aus wirksamer psychosomatischer Behandlung und Alltagsnähe. Die Patient*innen sind von Montag bis Freitag in einen intensiven therapeutischen Prozess eingebunden und verbringen gleichzeitig die Abende und Wochenenden in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung. Die therapeutischen Impulse können so direkt in den Alltag mitgenommen werden.

Im Unterschied zu einer ambulanten Behandlung bietet unser teilstationäres Setting ein Vielfaches an Intensität und Dichte in Diagnostik und Therapie. Ein sichernder Rahmen unterstützt Veränderungen, getragen durch eine familiäre und persönliche Atmosphäre in unserem Haus.

Das Behandlungsspektrum umfasst alle Indikationen, die auch im Rahmen der vollstationären Therapie berücksichtigt werden.

berlin.heiligenfeld.de/tagesklinik



Konzept

In unserer Tagesklinik stehen 20 Behandlungsplätze für Privatversicherte und Selbstzahler*innen zur Verfügung. Das vielfältige Therapieangebot umfasst gesprächs- und körperorientierte Verfahren genauso wie kunst- und kreativtherapeutische sowie achtsamkeitsbasierte Elemente, im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes, der Körper, Geist und Seele als Einheit betrachtet.

Neben der einzelpsychotherapeutischen Begleitung unserer Patient*innen liegt ein Schwerpunkt der Behandlung auf der [therapeutischen Gemeinschaft](#) – ein zentraler Wirkfaktor der Therapie in allen Heiligenfeld Kliniken. Gerade in der Großstadt erleben viele Menschen ein Gefühl der Einsamkeit und Isolation, oft auch verbunden mit der Vorstellung, alle Probleme aus eigener Kraft lösen zu müssen. In einer solchen Situation kann ein vertrauensvoller Austausch und die Erfahrung von Verständnis und Unterstützung ungemein wertvoll sein und neue Perspektiven eröffnen.

Behandlungsziele

Psychotherapie ist ein komplexer Prozess, durch den Veränderungen auf ganz unterschiedlichen Ebenen angestoßen werden können. Zu den wesentlichen Zielen unserer tagesklinischen Behandlung gehören:

- Körperlich-geistige Stabilisierung und Linderung der Beschwerden
- Verbesserung des Krankheitsverständnisses und ggf. Stärkung der Veränderungsmotivation
- Ressourcenaktivierung und Förderung der Selbstwirksamkeit
- Vorbereitung einer ambulanten Weiterbehandlung



BERLIN

Berlin, die Hauptstadt der Bundesrepublik Deutschland – Metropole und eine der beliebtesten Städte weltweit. 30 Jahre nach dem Mauerfall und der Wiedervereinigung präsentiert sich Berlin weltoffen, kreativ, künstlerisch und kulturell voller Reichtum. In ihrer fast 800-jährigen Geschichte stand die Stadt wiederholt im Zentrum der Weltpolitik – heute bietet sie etwa 3,7 Mio. Einwohner*innen aus fast 200 Nationen ein Zuhause.

Die einstige Teilung in Ost- und Westberlin ist weitestgehend überwunden. Berlin wächst mehr und mehr zusammen, als eine Stadt, die vor allem junge Leute und Kulturinteressierte aus der ganzen Welt anzieht. Die größte Stadt Deutschlands zeigt sich zukunftsorientiert und lebendig, daneben ebenso umweltbewusst. Berlin ist grün. In unmittelbarer Umgebung der Klinik gibt es viele Naherholungsmöglichkeiten (Wuhletal, Gärten der Welt/IGA-Gelände, Müggelsee). Neben den Flüssen Spree und Havel befinden sich im Stadtgebiet zahlreiche Seen und Wälder. Das Nahverkehrs- und Schienennetz bietet schnelle und flexible Mobilität, so dass viele Berliner*innen gänzlich auf ein eigenes Auto verzichten.

Berlin ist ständig in Bewegung, verändert sich, entwickelt sich weiter. Keine andere europäische Stadt bewegt sich in diesem Tempo voran. Die enorme Vielfalt und der Reichtum an Kunst und Kultur, Musik, Literatur, weltberühmter Architektur und Historie machen Berlin zu einer Stadt, die man schlichtweg gesehen haben muss. Auch unsere Patient*innen nutzen zu ihrer Genesung die vielfältigen Angebote der Stadt, die über den öffentlichen Nahverkehr gut erreichbar sind.



UNSERE KLINIKEN

Parklinik 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)



KONTAKT | BERATUNG

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.

Aufnahme und Kostenübernahme

Die Heiligenfeld Klinik Berlin ist eine „gemischte Krankenanstalt“, da neben akuten Krankenhausbehandlungen auch Rehabilitationsmaßnahmen durchgeführt werden. Für Privatversicherte und Beihilfeberechtigte führen wir allerdings ausschließlich stationäre psychosomatische Krankenhausbehandlungen durch.

Kostenträger sind die privaten Krankenversicherungen, Beihilfestellen sowie die Berufsgenossenschaften. Darüber hinaus können Sie auch als Selbstzahler*in in unsere Klinik kommen.

Sie möchten die Heiligenfeld Klinik Berlin vorab kennenlernen?

Die Besichtigung unserer Heiligenfeld Klinik Berlin ist nach persönlicher Absprache gerne möglich. Bitte kontaktieren Sie für die Terminvereinbarung unser Zentrales Aufnahmemanagement unter der Telefonnummer 0971 84-4444.

Zentrales Aufnahmemanagement

Heiligenfeld Kliniken
Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen

Tel. 0971 84-4444
info@heiligenfeld.de

Mo. - Do. 07:30 - 18:00 Uhr
Fr. 07:30 - 15:00 Uhr



ANKE STOLLBERGER
*Leitung Zentrales
Aufnahmemanagement*



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-berlin.heiligenfeld.de>

DIE KLINIKGRUPPE HEILIGENFELD

Leben lieben

Unter dem Dach „Heiligenfeld“ vereinen wir insgesamt sieben Kliniken. Neben der Heiligenfeld Klinik Berlin gehören hierzu fünf weitere Fachkliniken mit dem Schwerpunkt Psychosomatische Medizin sowie eine Klinik für somatische Rehabilitation. Unser Hauptsitz befindet sich in Bad Kissingen.

Wir verfügen über eine Gesamtkapazität von 820 Betten und sind an vier Standorten präsent: Bad Kissingen in Unterfranken, Waldmünchen in der Oberpfalz, Uffenheim in Mittelfranken 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 sowie unseren Mitarbeiter*innen. Dafür wurden wir bereits vielfach ausgezeichnet.

Federführende Kostenträger unserer Kliniken sind die gesetzlichen und privaten Krankenversicherungen, die Beihilfestellen sowie die Heilfürsorge, die Deutsche Rentenversicherung und Sozialhilfeträger.

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!**

HEILIGENFELD KLINIK BERLIN

Heiligenfeld Kliniken GmbH

Brebacher Weg 15 - Haus 19 | 12683 Berlin

T 030 58619-0 | F 0971 84-4195 | berlin@heiligenfeld.de

berlin.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de