



# Heiligenfeld

Klinik Uffenheim



## Heiligenfeld Klinik Uffenheim

Fachkrankenhaus  
für Psychosomatische Medizin  
und Psychotherapie



# 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 UFFENHEIM**

Die Heiligenfeld Klinik Uffenheim ist zur Erweiterung der Behandlungsplätze gesetzlich versicherter Patient\*innen 2014 gegründet worden. Sie liegt in der idyllischen Provinzstadt Uffenheim mit ihrer beschaulichen Altstadt. Die Natur unmittelbar in Kliniknähe bietet weite Spazierwege und in der ländlichen Umgebung gibt es vielfältige Erholungsangebote.

Wie alle Häuser der Klinikgruppe bietet auch die Heiligenfeld Klinik Uffenheim ein ganzheitliches Therapiekonzept, in dem Körper, Geist und Seele als Einheit betrachtet werden. Die Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen erfolgt unter Berücksichtigung der individuellen Lebensgeschichte und der gegenwärtigen Herausforderungen, aber genauso auch der Fähigkeiten und Ressourcen jedes Menschen.

Es ist uns ein zentrales Anliegen, unsere Patient\*innen darin zu unterstützen, (wieder) einen Zugang zu ihren Bedürfnissen, ihren persönlichen Zielen und Werten, letztlich zu ihrem Innersten zu finden.



## 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
- Dissoziative Störungen
- Somatoforme Störungen und chronische Schmerzstörungen
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- Störungen der Impulskontrolle
- Essstörungen
- Zwangserkrankungen
- Sekundäre Abhängigkeitserkrankungen
- Nichtakute Psychosen

Eine fundierte Psychosomatische Medizin und Psychotherapie auf tiefenpsychologischer Grundlage, wirksam ergänzt durch verhaltenstherapeutische, systemische, körperorientierte sowie achtsamkeitsbasierte Methoden bedeutet psychotherapeutisches Arbeiten nach aktuellsten Erkenntnissen.



## Unsere Schwerpunkte

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

- Ärzt\*innen und Therapeut\*innen
- Studierende / Junge Erwachsene
- Menschen in helfenden und sozialen Berufen
- Menschen in religiösen und spirituellen Krisen

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?



## 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 stationären 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

Über Probleme zu reden kann eine enorme Entlastung darstellen. Gleichzeitig wissen wir auch um die Grenzen einer Psychotherapie, die ausschließlich auf der Gesprächsebene verbleibt.

Von Anfang an war es uns deshalb 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
- Atem- und Körperarbeit
- Kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen
- Familien- und Systemaufstellungen im Rahmen der Kerngruppentherapie
- Kunsttherapeutische Maltherapie, Arbeit mit kreativen Medien
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme
- Theatertherapie
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Gartengruppe
- Verschiedene Sportangebote wie Walking, Nordic Walking und Boxesack

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 kreativtherapeutischen Gruppen „Achtsamkeitstraining“ und „Heilsame Spiritualität“
- eine regelmäßige Einführung in die stille Meditation und mehrmals wöchentlich gemeinsames Meditieren am Morgen
- geführte Meditationen im 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 Tagebuchschreiben oder zur Übung therapeutischer Aufgaben, teilweise auch Mittagessen in Stille
- geleitete Entspannungsgruppen
- 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

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 jeder und jedes Einzelnen.

## Therapie-Leitlinien

Die Behandlungsstruktur folgt den klinischen Leitlinien und Behandlungspfaden, die sich aus der allgemeinen Diagnosestellung (nach ICD-10) ergeben. Diese Leitlinien wurden für alle wesentlichen psychischen und psychosomatischen Erkrankungen in Übereinstimmung mit den evidenzbasierten Leitlinien der wissenschaftlichen Fachgesellschaften klinikintern entwickelt und für eine stationäre Behandlung spezifiziert.

## Qualitätssicherung

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.



## BEHANDLUNGSPROGRAMME

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

### 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.

### Kriseninterventionsgruppe

Zur Krisenintervention werden Menschen mit akuten psychischen Erkrankungen aufgenommen. Sie dient zur unmittelbaren Stützung, zur Entlastung aus dem Alltag und zur Orientierung auf den weiteren Heilungsweg.

Eine haltgebende und schützende therapeutische Beziehung mit Einzelgesprächen unter Wahrung größtmöglicher Selbstverantwortung und Autonomie der Patient\*innen prägen in der Behandlung das therapeutische Grundverständnis. Die maximale Behandlungsdauer beträgt 14 Tage, die Aufnahme ist kurzfristig.

Die Kriseninterventionsgruppe stellt einen Teil integrierter regionaler psychosomatischer Versorgung dar. Wir behandeln ausschließlich Patient\*innen unserer Region (Uffenheim, Neustadt a. d. Aisch, Bad Windsheim, Kitzingen und Würzburg).





## Angehörigenarbeit

Für Familienmitglieder, Partner\*innen und Freund\*innen geht die psychische Erkrankung eines nahestehenden Menschen zumindest mit Verunsicherung einher. Es taucht mitunter die Frage auf, wie mit ihm\*ihr umzugehen ist, was Angehörige tun und vor allem, was sie falsch machen können. Da zu sein, ohne zu bevormunden und Trost zu spenden, ohne sich selbst zu verausgaben bedeutet eine Gratwanderung.

Auch die liebevolle Zuwendung eines Menschen kann für psychisch erkrankte Personen nicht immer aushaltbar sein, sondern unter Umständen sogar Misstrauen wecken oder Angst machen. Manchmal steht die psychische Belastung in einem Zusammenhang mit familiären oder kollegialen Konflikten. In der Therapie wird dann deutlich, dass eine spürbare und langanhaltende Linderung der Beschwerden nur durch ein gemeinsames Gespräch erreicht werden kann, um eine Beziehungsklärung zu erleichtern. In den regelmäßig stattfindenden Angehörigentagen haben die Bezugspersonen unserer Patienten\*innen die Möglichkeit, das Therapiekonzept und die Klinik kennenzulernen und sich in einem therapeutischen Rahmen auszutauschen.

Im Rahmen der Angehörigenarbeit bieten wir unseren Patienten\*innen verschiedene Möglichkeiten, Familienmitglieder, Partner\*innen, Freund\*innen oder Kolleg\*innen und Vorgesetzte in die Therapie mit einzubeziehen.

## Nachsorge

Die Zeit in der Klinik stellt für unsere Patienten\*innen eine intensive und bereichernde Erfahrung dar. Bereits vor der Entlassung nehmen diese an den Transfergruppen teil, um mögliche Probleme im Übergang in den häuslichen und beruflichen Alltag zu bearbeiten. Bereits von der Klinik aus wird der Kontakt zum\*zur weiterbehandelnden ambulanten Therapeuten\*in oder zu einer Nachsorgeeinrichtung hergestellt.



## AMBIENTE UND ERNÄHRUNG

Wir sind der Auffassung, dass für eine wirksame Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen nicht nur die richtigen Methoden und Therapieverfahren anzuwenden sind. Auch das Umfeld, in dem sich unsere Patient\*innen während ihres Klinikaufenthalts bewegen, spielt unserer Ansicht nach eine entscheidende Rolle.

Dem Grundgedanken der Ganzheitlichkeit folgend, legen wir großen Wert darauf, ein „Feld der Heilung“ zu schaffen, in dem alle Aspekte der Therapie ihren Platz haben – von der äußeren und inneren Architektur des Klinikgebäudes über die Möglichkeit zu Rückzug oder Gemeinschaft durch die Gestaltung der Patient\*innenzimmer und der Therapieräume bis hin zur Auswahl der Speisen. Die Heiligenfeld Klinik Uffenheim soll – wie auch alle weiteren Heiligenfeld Kliniken – ein Ort sein, an dem Wohlbefinden, die Möglichkeit zur Einkehr und tief gehender Psychotherapie genauso gegeben ist wie zur Entfaltung, Weiterentwicklung und Selbstverwirklichung.

Beim Speisenangebot legen wir höchsten Wert auf eine gesundheitsfördernde Ernährung, die sich nach den Vorgaben der D-A-CH-Ernährungsverbände richtet und vollwertig und ökologisch orientiert ist. Ein regionaler Anbau saisonaler Lebensmittel ist uns ebenso wichtig wie auch eine artgerechte Tierhaltung und nachhaltige Fischbewirtschaftung. Eine vegetarische Ernährung ist für unsere Patient\*innen während ihres Aufenthalts selbstverständlich möglich.





## UFFENHEIM

Uffenheim ist eine Kleinstadt mit ca. 6.200 Einwohner\*innen. Sie ist Wirtschafts-, Verwaltungs- und Kulturzentrum des Gollachgaus und gehört zum Landkreis Neustadt an der Aisch - Bad Windsheim.

Die zentrale Lage im Einzugsbereich von Steigerwald und Frankenhöhe ermöglicht eine schnelle Erreichbarkeit der attraktiven Städtchen Rothenburg ob der Tauber, Bad Windsheim und Ansbach sowie der Städte Würzburg und Nürnberg.

Zahlreiche Feste und Märkte sorgen in Uffenheim für gute Stimmung. Auf dem Wochenmarkt findet man immer freitags alles, was man für das tägliche Leben braucht. Das Walpurgisfest ist das Traditionsfest in Uffenheim. Es findet jährlich von Ende April bis Anfang Mai statt. Der Festbetrieb mit Fahrgeschäften und das Festzelt laden zum Verweilen ein.

Gut gekennzeichnete Rad- und Wanderwege ermöglichen Ausflüge im gesamten Weinparadies Franken, wo traditionelle und internationale Gastronomie zum Verweilen und Genießen einladen. Zu empfehlen ist die Erkundung von Kultur und Geschichte am Jakobsweg und in der Umgebung. Weitere Radwanderwege sind z. B. der Mühlenwanderweg im Ifftal, der Rebsortenlehrpfad Bullenheim sowie der Kelten-Erlebnisweg.



## 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

### **Psychosomatische Privatklinik Bad Grönenbach**

Privatkrankenhaus 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.

### Kostenträger

Vorrangiger Kostenträger für eine stationäre **Krankenhausbehandlung** (§39 SGB V) in der Heiligenfeld Klinik Uffenheim ist Ihre gesetzliche Krankenkasse. Diese Maßnahme muss nicht im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse beantragt werden. Senden Sie uns einfach zusammen mit den übrigen Aufnahmeunterlagen die von Ihrem behandelnden Arzt ausgestellte **Krankenhaus-Einweisung** (sog. „Verordnung von Krankenhausbehandlung“).

### Eigenanteile

Bei einer stationären Krankenhausbehandlung wird seitens des Kostenträgers ein Eigenanteil i. H. v. 10,00 € pro Tag für maximal 28 Tage im Kalenderjahr erhoben. Diesen Betrag zahlen Sie direkt in der Klinik.

## Zentrales Aufnahmemanagement

Heiligenfeld Kliniken  
Altenbergweg 6  
97688 Bad Kissingen

Tel. 0971 84-0  
info@heiligenfeld.de



**ANKE STOLLBERGER**

*Leitung Zentrales  
Aufnahmemanagement*

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



### 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-uffenheim.heiligenfeld.de>

## DIE KLINIKGRUPPE HEILIGENFELD

# Leben lieben

Unter dem Dach „Heiligenfeld“ vereinen wir insgesamt acht Kliniken. Neben der Heiligenfeld Klinik Uffenheim gehören hierzu sechs 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 860 Betten und sind an fünf Standorten präsent: Bad Kissingen in Unterfranken, Waldmünchen in der Oberpfalz, Uffenheim in Mittelfranken, Bad Grönenbach im Allgäu 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.

# 92 %

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

# HEILIGENFELD KLINIK UFFENHEIM

Heiligenfeld Klinik Uffenheim GmbH

Krankenhausstr. 1 | 97215 Uffenheim

T 0971 84-0 | F 0971 84-4195 | [info@heiligenfeld.de](mailto:info@heiligenfeld.de)

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



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