Heiligenfeld
Klinik Waldmünchen



Leben lieben

Heiligenfeld Klinik Waldmünchen

Fachkrankenhaus
für Erwachsene zur
psychosomatischen Behandlung



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 Patientinnen und Patienten darin zu unterstützen, mit neuer Kraft und Zuversicht ihren ganz eigenen Weg weiterzugehen.

... als Ausdruck der Liebe zum Leben.

In unseren Texten und Veröffentlichungen beschränken wir uns aus Gründen der Lesbarkeit auf die Verwendung der männlichen und weiblichen Personenbezeichnung. Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass damit keinerlei Wertung verbunden ist und Menschen jeder Geschlechtlichkeit mitgemeint und mitbedacht sind.



„Jeder einzelne Mensch ist uns wichtig.“

Aus den „Heiligenfeld Essenzen“

DIE HEILIGENFELD KLINIK WALDMÜNCHEN

Die Heiligenfeld Klinik Waldmünchen bietet als Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Erwachsenen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen eine ganzheitliche stationäre Behandlung. Seele, Geist und Körper werden in der Therapie als Einheit betrachtet und gleichermaßen angesprochen, mit dem Ziel einer spürbaren und umfassenden Genesung.

Unsere Therapieverfahren entstammen der humanistischen Psychotherapie und integrieren psychodynamische, verhaltenstherapeutische und systemische Vorgehensweisen, ergänzt durch eine Vielzahl kreativ- und körpertherapeutischer Ansätze. Darüber hinaus beziehen wir auch Aspekte der Spiritualität in den Heilungsprozess mit ein.



PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN ÜBERWINDEN

Psychische und psychosomatische Erkrankungen führen häufig dazu, dass die Leistungsfähigkeit nachlässt und die Betroffenen nicht mehr in der Lage sind, ihren Alltagsaufgaben gerecht zu werden – sowohl im beruflichen als auch im privaten Bereich. Ausgeprägte Erschöpfung, tiefgreifende Verzweiflung, gravierende Stimmungsschwankungen oder körperliche Beschwerden sind Beispiele für die Vielfalt psychosomatischer Symptome. Unbehandelt verfestigen sich diese häufig, und der vollständige Verlust von Lebensfreude und Arbeitskraft kann die Folge sein.

In unserer Heiligenfeld Klinik Waldmünchen können unsere Patientinnen und Patienten ihre seelische Gesundheit mithilfe der therapeutischen Gemeinschaft wieder auf einen guten Weg bringen. In den verschiedenen Therapiegruppen und den begleitenden Einzelgesprächen können dysfunktionale Verhaltensmuster wahrgenommen, verstanden und schrittweise verändert werden. Ein individuell abgestimmter Behandlungsplan mit kreativen, körperorientierten, tiefenpsychologischen, systemischen und verhaltenstherapeutischen Therapiemethoden unterstützt unsere Patientinnen und Patienten darin, ihre aktuelle Lebenssituation in neuem Licht zu betrachten und alternative Handlungsansätze in einem geschützten Rahmen zu erproben.

Außerdem können in der Gruppe der Mitpatientinnen und Mitpatienten emotional korrigierende Erfahrungen gemacht werden, die dabei helfen, langfristig ein positiveres Selbstbild aufzubauen und die Selbstwirksamkeit zu stärken.



WAS WIR BEHANDELN

Unser Behandlungsspektrum umfasst nahezu den gesamten Bereich psychischer und psychosomatischer Erkrankungen:

- Depressionen
- Burnout-Folgeerkrankungen
- Angststörungen und Phobien (Panikstörung, Generalisierte Angststörung, Soziale Phobie)
- Posttraumatische Belastungsstörung und Traumafolgestörungen (Stabilisierungsphase)
- Dissoziative Störungen
- Somatoforme Störungen und chronische Schmerzstörungen
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- Störungen der Impulskontrolle
- Zwangsstörungen

Den Beruf im Blick

Die Berücksichtigung der verschiedenen Lebensbereiche unserer Patientinnen und Patienten ist für uns zentraler Bestandteil einer ganzheitlichen Behandlung. Häufig spielen etwa berufliche Faktoren eine wichtige Rolle, die es in der Therapie mit zu beachten gilt. Unser multimodales Setting ist hierfür ideal geeignet.



UNSER INTEGRATIVES THERAPIEKONZEPT

Wir bieten ein breites Spektrum therapeutischer Methoden und Verfahren an, basierend auf unserer jahrzehntelangen Erfahrung im Bereich der Psychosomatik. Gemäß unserer ganzheitlichen Ausrichtung gehen Wissensvermittlung, emotionale Aktivierung und Ressourcenförderung für uns Hand in Hand.

Zu den vorwiegend gruppentherapeutischen Angeboten gehören:

- psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern – Wissen um Entstehung und Bewältigung
- Training in Kommunikation und Selbststeuerung
- Atem- und Körperarbeit
- kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen
- kunsttherapeutische Maltherapie / Arbeit mit kreativen Medien
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Heilraum Natur
- verschiedene Sportangebote und Boxsack

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.



GRUPPENPSYCHOTHERAPIE

Zu Beginn Ihrer Therapie werden Sie einer sogenannten „Kerngruppe“ zugeordnet. In dieser Kerngruppe findet während der gesamten Behandlungsdauer eine Gruppentherapie statt. Hier kommen – wie in der Einzeltherapie – verschiedene therapeutische Methoden zum Einsatz. Die Kerngruppe soll Sie in Ihrer Lebendigkeit bestärken, als feste Bezugsgruppe, welche die Öffnung in einer unterstützenden und tragenden Atmosphäre erleichtert. Hier werden korrigierende Erfahrungen möglich, um alte, nicht hilfreiche Verhaltens- und Beziehungsmuster loszulassen.

Die Kerngruppe bildet den idealen Rahmen, um lang unterdrückte Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, Unterstützung zu erleben und annehmen zu lernen. Ebenso geht es darum, die oft verlorene Handlungsfähigkeit zurückzugewinnen. Im sozialen Miteinander können neue Bewältigungsstrategien ausprobiert und geübt werden, um „gut bei sich mit anderen“ zu sein.

Viele erleben es als Herausforderung, sich mit den eigenen Themen und Problemen in der Gruppe zu zeigen. Ebenso ist es häufig anfangs schwierig, für sich selbst Zeit in der Gruppe zu beanspruchen. Dies wird von den Therapeutinnen und Therapeuten verstanden und einfühlsam begleitet. Um eine hohe Qualität aufrechtzuerhalten, wird die Gruppentherapie beständig supervidiert.



Achtsamkeit und Meditation

Als Vorreiter auf dem Gebiet einer ganzheitlichen Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie sind Spiritualität und Achtsamkeitspraxis für uns zentrale Bestandteile der Behandlung. 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 Ihnen die Möglichkeit, Ihren 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 „Achtsamkeitstraining"
- ein jederzeit zugänglicher „Raum der Stille" für Meditation, Besinnung und Gebet
- eine tägliche Zeit der Stille zur Selbstreflexion, teilweise auch Mittagessen in Stille
- geleitete Entspannungsgruppen
- viermal jährlich ein „Tag der Stille"





DER THERAPEUTISCHE RAHMEN

Wir legen größten Wert auf eine therapeutische Begleitung unserer Patientinnen und Patienten, die den wiederzuentdeckenden individuellen Bedürfnissen genauso entspricht wie auch dem grundlegenden Wunsch nach Austausch und Kontakt innerhalb einer Gemeinschaft. Wir Menschen sind autonome und gleichzeitig sozial-bezogene 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. Tragfähige Ziele werden zu neuen Lebensressourcen. Gesundheitsorientierung soll Krankheitsbehandlung ergänzen.

Ihre Bezugstherapeutin bzw. Ihr Bezugstherapeut ist für Sie eine zentrale Person während Ihres Aufenthalts bei uns. Gemeinsam werden die konkreten Ziele für die Therapie besprochen, der Behandlungsplan erstellt und regelmäßig die Wirksamkeit der therapeutischen Angebote überprüft. Psychotherapeutische Einzelgespräche dienen der vertieften Auseinandersetzung mit individuellen Themen und der Fokusbildung sowie auch der Vor- oder Nachbereitung der Arbeit in der Kerngruppentherapie.



Die Behandlung gemeinsam gestalten

Es ist uns ein zentrales Anliegen, unseren Patientinnen und Patienten „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 „vorzuschreiben“, sondern gemeinsam den Weg zu gehen und den Fokus auf die individuellen Bedürfnisse, Herausforderungen und Ressourcen zu legen.

Qualitätssicherung

Dass wir von der Wirksamkeit unseres therapeutischen Konzepts überzeugt sind, ist das eine – dies auch durch Rückmeldungen unserer Patientinnen und Patienten 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 2024 im Rahmen der KTQ-Zertifizierung („Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“). Hierbei erzielten wir erneut ein klar überdurchschnittliches Ergebnis in Punkto Qualitätsmanagement.





Angehörigenarbeit

Psychische Erkrankungen führen häufig zu Verunsicherung – bei den Betroffenen selbst, aber auch im familiären Umfeld und im Freundeskreis. Was kann man tun, wie kann man unterstützen? Niemand möchte etwas falsch machen. Da zu sein, ohne zu bevormunden und Trost zu spenden, ohne sich selbst zu verausgaben, bedeutet eine Gratwanderung.

Manchmal steht die psychische Belastung auch 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.

Im Rahmen der Angehörigenarbeit bieten wir unseren Patientinnen und Patienten verschiedene Möglichkeiten, Personen aus ihrem Umfeld in die Therapie miteinzubeziehen.

Nachsorge

Psychotherapie ist ein Prozess der Veränderung, der natürlich auch nach der stationären Behandlung weitergeht. Dabei ist es nicht immer einfach, die in der Klinik erzielten Fortschritte im Alltag zu bewahren und weiterzuentwickeln. Uns ist es wichtig, Sie auch nach dem Klinikaufenthalt optimal zu unterstützen. Unsere Nachsorgeangebote geben gerade – aber nicht nur – in den ersten Wochen Halt und helfen Ihnen dabei, sich langfristig gut um sich zu kümmern.

Zu den Angeboten gehören unter anderem:

- Transferprozess zur Vorbereitung der Rückkehr in den Alltag
- Nachsorgegespräch mit Ihrem Bezugstherapeuten bzw. Ihrer Bezugstherapeutin
- sozialpädagogische Beratung zur Nachsorge über Telefon oder E-Mail
- deutschlandweites Netzwerk aus Heiligenfeld Nachsorge- und Selbsthilfegruppen



AMBIENTE UND ERNÄHRUNG

Für eine wirksame Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen sind nicht nur die richtigen Methoden anzuwenden. Auch das Umfeld spielt 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 Zimmer und der Therapieräume bis hin zur Auswahl der Speisen. Die Heiligenfeld Klinik Waldmünchen soll ein Ort sein, an dem Wohlbefinden, die Möglichkeit zur Einkehr und tiefgehender Psychotherapie genauso gegeben ist wie zur Entfaltung, Weiterentwicklung und Selbstverwirklichung.

Beim Speisenangebot legen wir größten Wert auf eine gesundheitsfördernde, vollwertige und ökologisch orientierte Ernährung mit vegetarischem Schwerpunkt. Wir berücksichtigen die Empfehlungen der D-A-CH-Ernährungsverbände, kaufen regional ein und achten auf saisonalen Anbau, eine artgerechte Tierhaltung und nachhaltige Fischbewirtschaftung. Auch eine vegane Ernährung ist bei uns selbstverständlich möglich.

Das RAL-Gütezeichen und das BIO-Siegel erhielt die Heiligenfeld Klinik Waldmünchen für geprüfte Qualität, aktiven Verbraucherschutz und für die Verwendung von Bio-Lebensmitteln.

BIO nach EG-Öko-Verordnung

RAL GÜTEZEICHEN Kompetenz richtig Essen



WALDMÜNCHEN

Waldmünchen liegt im südlichen Oberpfälzer Wald am Oberlauf des Flusses Schwarzach, der hier zum Perlsee aufgestaut ist. Die Stadt gehört zum Landkreis Cham und zählt rund 7.000 Einwohnerinnen und Einwohner.

Als aktive und attraktive Grenzstadt zu Böhmen hat Waldmünchen eine über 1000-jährige Geschichte. Die mittelalterliche Struktur der Innenstadt blieb in der Straßen- und Platzeinteilung bis heute erhalten.

Waldmünchen ist außerdem staatlich anerkannter Luftkurort. Dem Waldreichtum in der Mittelgebirgslage verdankt die Gegend ihre wohltuende Luft und das angenehme Klima. Gut markierte Wanderwege inmitten unberührter Natur stehen zum Wandern, Nordic Walking und Radfahren im Waldmünchner Urlaubsland zur Verfügung. Im Winter begeistern Schneeschuhtouren und Wanderungen durch die wunderschöne Landschaft.

Heiligenfeld
Kliniken

UNSERE KLINIKEN

Parkklinik Heiligenfeld Bad Kissingen
Privatklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

Fachklinik Heiligenfeld Bad Kissingen
Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Rosengartenklinik Heiligenfeld Bad Kissingen
Fachklinik für psychosomatische Rehabilitation

Luitpoldklinik Heiligenfeld Bad Kissingen
Fachklinik für somatische Rehabilitation (Orthopädie und Unfallchirurgie, Innere Medizin, Onkologie und Uroonkologie)

Heiligenfeld Klinik Berlin
Privatklinik, Fachklinik und Tagesklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

Heiligenfeld Klinik Uffenheim
Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Heiligenfeld Klinik Waldmünchen
Fachkrankenhaus für Erwachsene zur psychosomatischen Behandlung

Heiligenfeld Klinik Bad Wörishofen – Klinik für Erwachsene
Privatklinik und Fachklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Heiligenfeld Klinik Bad Wörishofen – Familienklinik
Fachklinik für Familien, Eltern, Kinder und Jugendliche zur psychosomatischen Behandlung



KONTAKT | BERATUNG

Vor einem Klinikaufenthalt gibt es viel zu regeln und zu organisieren – beruflich und privat, aber natürlich auch im Hinblick auf Ihre Versicherung und die Übernahme der Behandlungskosten. Unser Patientenservice Aufnahme 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 Waldmünchen 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 ärztlicher Seite ausgestellte **Krankenhauseinweisung** (sog. „Verordnung von Krankenhausbehandlung“).

Eigenanteile

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

Informationen zur Aufnahme

Heiligenfeld Kliniken
Patientenservice Aufnahme
Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen

Tel. 0971 84-0
info@heiligenfeld.de

Mo. - Do.:	08:00 - 17:00 Uhr
Fr.:	08:00 - 14:30 Uhr



ANKE STOLLBERGER
Leitung Patientenservice Aufnahme

FAQ – Häufig gestellte Fragen

In unserem FAQ-Bereich haben wir für Sie Antworten zu den am häufigsten auftretenden Fragen zusammengestellt. Sie finden die FAQ online auf unserer Webseite:
https://faq-waldmuenchen.heiligenfeld.de

DIE HEILIGENFELD KLINIKEN

Leben lieben

In den Heiligenfeld Kliniken setzen wir therapeutische Standards in der stationären psychosomatischen Behandlung. Die von uns gelebte Verbindung aus Therapievielfalt, Werteorientierung, Spiritualität und Ganzheitlichkeit macht uns einzigartig und somit genau zum richtigen Ort für Sie. In einer haltgebenden therapeutischen Gemeinschaft entsteht ein innerer und äußerer Raum für Heilung.
„Leben lieben“ in seiner Vielfalt trägt uns!

Wir sind ein vielfach ausgezeichnetes Familienunternehmen und die handelnden Personen stehen für eine werteorientierte Unternehmensphilosophie. Unser erfahrenes, hochkompetentes und erfolgreiches Mitarbeiterteam setzt sich in allen Bereichen voll und ganz für Sie und Ihren Heilungsprozess ein, mit dem Ziel, wieder ein gesundes, lebenswertes und selbstbestimmtes Leben führen zu können.

94 % | **unserer Patientinnen und Patienten würden uns weiterempfehlen!**

Heiligenfeld
Klinik Waldmünchen

Heiligenfeld GmbH
Krankenhausstraße 3 | 93449 Waldmünchen
T 0971 84-0 | F 0971 84-4195 | info@heiligenfeld.de
www.heiligenfeld.de

Beste Arbeitgeber™ Deutschland Great Place To Work. 2004 2007 2011 2014 2017 2020 2023

Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen · KTQ-Zertifikat ·

DEUTSCHLANDS KUNDENCHAMPIONS 2026 www.deutschlands-kundenchampions.de Heiligenfeld GmbH GESAMTSIEGER in der Kategorie B2C | 250 – 999 Mitarbeiter

EMAS GEPRÜFTES UMWELTMANAGEMENT

Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de

Version: 262
Fotos: adobe stock, freepik.de, pixabay; Heiligenfeld GmbH; Fotografie Hinz; Paintografie Franz Bauer