



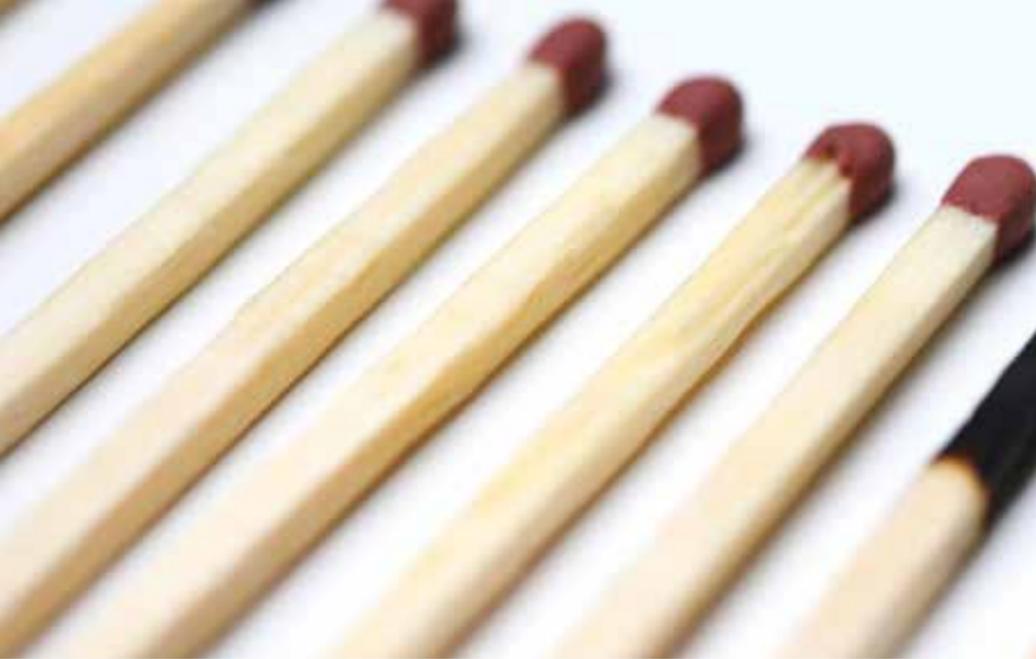
Heiligenfeld

Kliniken



Burnout- Folgeerkrankungen

Stationäre psychosomatische
Therapie



BURNOUT IST MEHR ALS NUR EINE ERSCHÖPFUNG

Für viele Menschen geht der Begriff „Burnout“ mit einem bestimmten Bild einher: Betroffene haben sehr viel gearbeitet, eine Menge geleistet und sind nun an einem Punkt angelangt, an dem sie erschöpft und sprichwörtlich „ausgebrannt“ sind. Sie brauchen jetzt einfach nur Ruhe und Entspannung – dann geht es ihnen bald wieder besser. Oder?

Tatsächlich ist ein Burnout mehr als nur eine Phase der Erschöpfung. Es tritt vor allem dann auf, wenn man den Kontakt zu sich selbst verloren hat, zu den eigenen Bedürfnissen, Zielen und Werten, und zu dem, was eine Orientierung im Leben gibt.

Sind Körper und Psyche nicht mehr in der Lage, die anhaltende Belastung zu kompensieren, kommt es letztlich zum Zusammenbruch, in Form psychischer oder psychosomatischer Erkrankungen: Depression, Angststörungen, somatoforme Schmerzstörungen oder Abhängigkeits-erkrankungen, um die häufigsten zu nennen.



SPEZIFISCHE BEHANDLUNG “Burnout-Folgeerkrankungen“

Das wesentliche Merkmal eines Burnout-Prozesses ist die zunehmende Verausgabung und der Verlust an innerer Orientierung. Betroffenen fällt es immer schwerer, innezuhalten und ihr Verhalten zu hinterfragen. Viele realisieren erst nach einem Zusammenbruch, dass sie den Kontakt zu sich selbst verloren haben.

In unseren Kliniken sind wir auf die Behandlung von Burnout-Folgeerkrankungen spezialisiert. Bewährte Elemente aus der Psychotherapie, ergänzt durch achtsamkeitsbasierte sowie kreativ- und körpertherapeutische Verfahren helfen Ihnen dabei, wieder in Kontakt mit sich selbst zu kommen.

Teil einer Gruppe sein

Bei uns steht das Miteinander im Vordergrund. Die therapeutische Gemeinschaft bildet einen geschützten Raum, in dem Sie Kontakt herstellen können und Unterstützung erfahren. Der Austausch miteinander und die grundlegende Erfahrung, nicht allein zu sein, entlastet und lässt Vertrauen wachsen – in sich selbst und andere.

THERAPIE MIT KÖRPER, GEIST UND SEELE

Wir bieten Ihnen ein breites Spektrum unterschiedlichster Therapien, gemäß unserer ganzheitlichen Ausrichtung. Denn wir sind davon überzeugt, dass nur eine Behandlung, die Körper, Geist und Seele gleichermaßen berücksichtigt, langfristige Ergebnisse bewirken kann.

Zu unseren kreativ- und körpertherapeutischen Angeboten gehören unter anderem

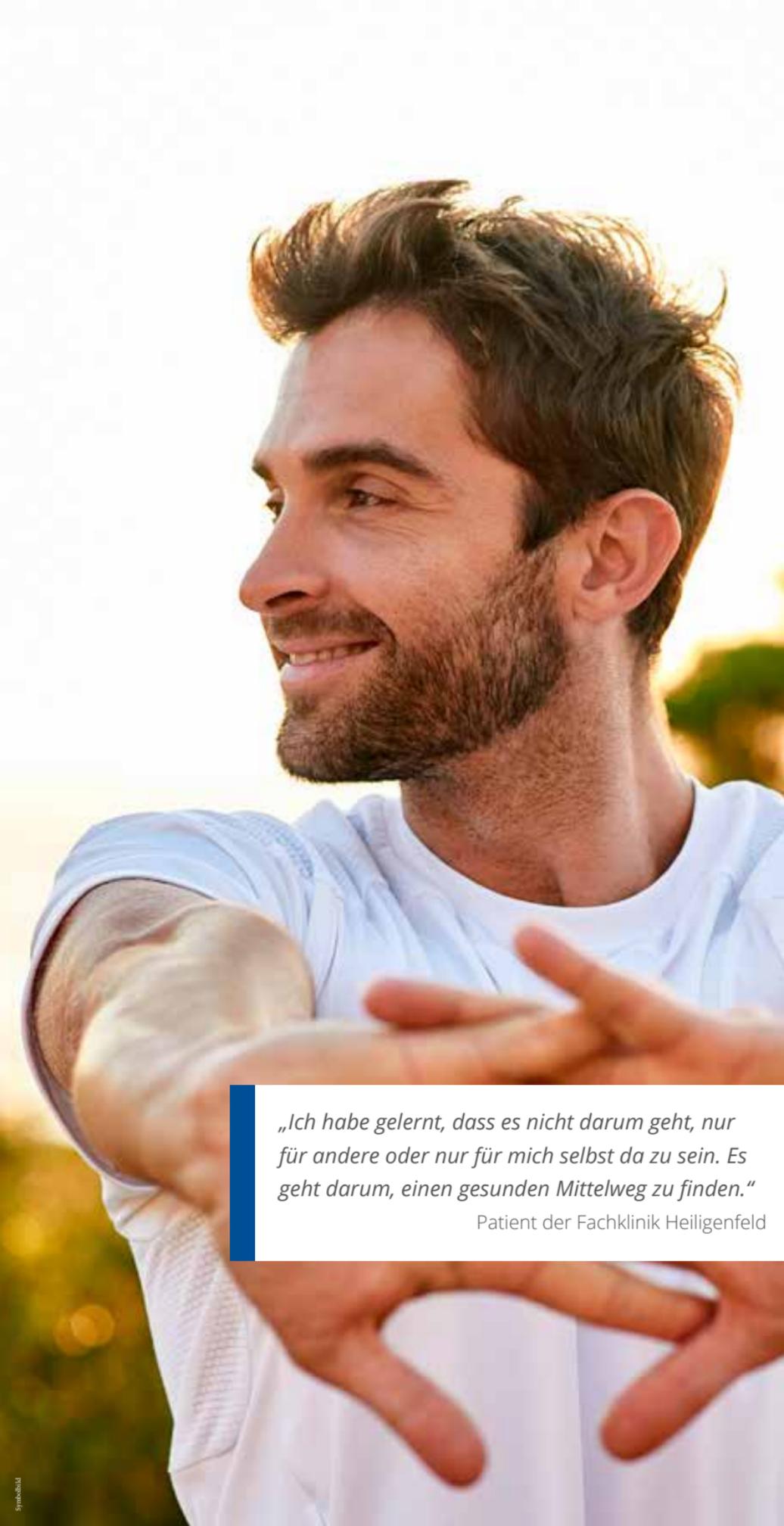
- psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern,
- Atem- und Körperarbeit,
- Familien- und Systemaufstellungen,
- kunsttherapeutische Maltherapie,
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme,
- verschiedene Sportangebote.

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.

Ernährung

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.



„Ich habe gelernt, dass es nicht darum geht, nur für andere oder nur für mich selbst da zu sein. Es geht darum, einen gesunden Mittelweg zu finden.“

Patient der Fachklinik Heiligenfeld



QUALITÄT UND NACHSORGE

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

Poststationäres Angebot

Es ist uns wichtig, Sie auch über die Zeit des Klinikaufenthalts hinaus bestmöglich zu unterstützen, unter anderem in Form von

- Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung, zum Beamtenrecht und zur eventuellen beruflichen Neuorientierung,
- Transfergruppen zur Entlassungsvorbereitung,
- Treffen ehemaliger Patientinnen und Patienten sowie regionaler Vernetzung in Selbsthilfegruppen,
- therapeutisch geleiteten Nachsorgegruppen,
- der Möglichkeit, Seminare und Workshops in der Akademie Heiligenfeld zu besuchen,
- Einladung zum Sommerfest der jeweiligen Klinik.

WIR SIND FÜR SIE DA!

Haben Sie Fragen zu einer stationären Behandlung in einer unserer Kliniken?

Vor einem Klinikaufenthalt gibt es viel zu regeln und zu organisieren – beruflich und privat, aber genauso auch im Hinblick auf die anstehende Behandlung. Ob nun Krankenhausaufenthalt oder stationäre Rehabilitation, ob gesetzliche oder private Krankenversicherung: Es tauchen Fragen auf, die Sie am besten mit einer kompetenten Ansprechperson klären sollten.

Unser Team des Patientenservice Aufnahme hilft Ihnen hier gerne weiter: professionell, persönlich, unverbindlich!

Informationen zur Aufnahme

Heiligenfeld Kliniken
Patientenservice Aufnahme
Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen

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

Privatversicherte/
Selbstzahlende:
Tel. 0971 84-4444
info@heiligenfeld.de

Gesetzlich Versicherte:
Tel. 0971 84-0
info@heiligenfeld.de



ANKE STOLLBERGER
*Leitung Patientenservice
Aufnahme*

94%

**unserer Patientinnen
und Patienten
würden uns weiter-
empfehlen!**



Heiligenfeld Kliniken

Heiligenfeld GmbH
Altenbergweg 6 | 97688 Bad Kissingen
T 0971 84-0 | F 0971 84-4195 | info@heiligenfeld.de
www.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de