



# Heiligenfeld

Kliniken



## Traumafolgestörungen

Stationäre psychosomatische  
Therapie



## WENN DER TRAGENDE BODEN RISSE BEKOMMT

Von einem Trauma spricht man, wenn Menschen katastrophalen, das eigene Leben oder die körperliche Unversehrtheit bedrohenden oder verletzenden Ereignissen ausgesetzt waren. Solche Erfahrungen hinterlassen bildlich gesprochen „tiefe Spuren“ bei den Betroffenen und haben häufig massive Auswirkungen auf deren weiteres Leben.

Misslingt die Verarbeitung des Erlebten, kann eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) die Folge sein. Charakteristische Symptome sind (u. a.):

- Permanente Erinnerung an das Ereignis und inneres Wiedererleben, Alpträume und Flashbacks
- Erhöhte körperlich-seelische Anspannung, Schreckhaftigkeit, Konzentrations- und/oder Schlafstörungen
- Vermeidungsverhalten gegenüber allen Reizen, die mit dem traumatischen Ereignis in Zusammenhang stehen
- Deutlich negative Auswirkungen auf Stimmung, Gedanken und Erwartungen an die Zukunft

Auch anderen psychischen Erkrankungen – etwa einer Depression, Angststörung oder somatoformen Störung – kann ursächlich ein Trauma zugrunde liegen.



## **SPEZIFISCHE BEHANDLUNG** **„Trauma und Wachstum“**

Opfer einer Gewalttat, eines Unfalls oder einer Naturkatastrophe geworden zu sein, hinterlässt Spuren. Häufig fühlen Betroffene sich isoliert, wie „abgeschnitten“ von ihrer Umwelt, und erleben massive Scham- und Schuldgefühle. Hier ist eine störungsspezifische Therapie entscheidend, um den Besonderheiten des Krankheitsbildes wirksam begegnen zu können.

**In den Heiligenfeld Kliniken bieten wir Ihnen einen Ort, an dem Sie wieder Vertrauen zurückgewinnen können – in die Welt, in andere Menschen und in sich selbst.**

### **Teil einer Gruppe sein**

In unseren Kliniken steht das Miteinander im Vordergrund. Die therapeutische Gemeinschaft bildet einen geschützten Raum, in dem Sie Kontakt herstellen und Unterstützung erfahren werden. Eine besondere Bedeutung besitzt hierbei die sogenannte Kerngruppe, das Herzstück der Therapie in unseren Kliniken. 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. Zugrunde liegt unsere Überzeugung, 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 – Wissen um Entstehung und Bewältigung
- 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

Unser geschmackvolles, gesundes und vollwertiges Speisenangebot orientiert sich an den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Wir bevorzugen regionale Produkte aus biologischem Anbau, artgerechter Tierhaltung und Produkte aus fairem Handel. Wir bieten eine Menüwahl auch mit vegetarischer Vollwertkost an; medizinisch angezeigte Diätformen sind jederzeit möglich.



*„Am Anfang habe ich mich trotz der Gemeinschaft isoliert gefühlt. Doch Schritt für Schritt ist es mir gelungen, wieder eine Verbindung zu meinen Mitmenschen aufzubauen.“*

Patientin 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 Selbstwörterleben, auf die Zukunftseinstellung sowie insgesamt auf das seelische Wohlbefinden.

### Poststationäres Angebot

- Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung, zum Beamtenrecht und zur eventuellen beruflichen Neuorientierung
- Transfergruppe zur Entlassungsvorbereitung
- Treffen ehemaliger Patientinnen und Patienten sowie regionale Vernetzung in Selbsthilfegruppen
- Therapeutisch geleitete Nachsorgegruppen
- Die 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 einem stationären Aufenthalt in einer unserer Kliniken?

Vor einem Klinikaufenthalt gilt es eine Menge 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 Zentralen Aufnahmemanagements 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](https://ausgezeichnet.heiligenfeld.de)