Heiligenfeld
Kliniken

Leben lieben

Burnout-Folgeerkrankungen

Stationäre psychosomatische Therapie

BURNOUT IST MEHR ALS NUR EINE ERSCHÖPFUNG

Für viele Menschen geht der Begriff „Burnout“ mit einem inneren 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. Er 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 einem 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 Abhängigkeitserkrankungen, 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 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 berücksichtigt, langfristige Ergebnisse bewirken kann. Durch die kreativ- und körpertherapeutischen Angebote kann die Behandlung nach Ihren individuellen Bedürfnissen und Zielen gestaltet werden.

Zu den Therapien zählen unter anderem:

- Psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern: Wissen um Entstehung und Bewältigung
- Atem- und Körperarbeit
- Familien- und Systemaufstellungen
- Tiergestützte Therapien (Therapeutisches Reiten, Lamaführen)*
- Kunsttherapeutische Maltherapie
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme
- Verschiedene Sportangebote

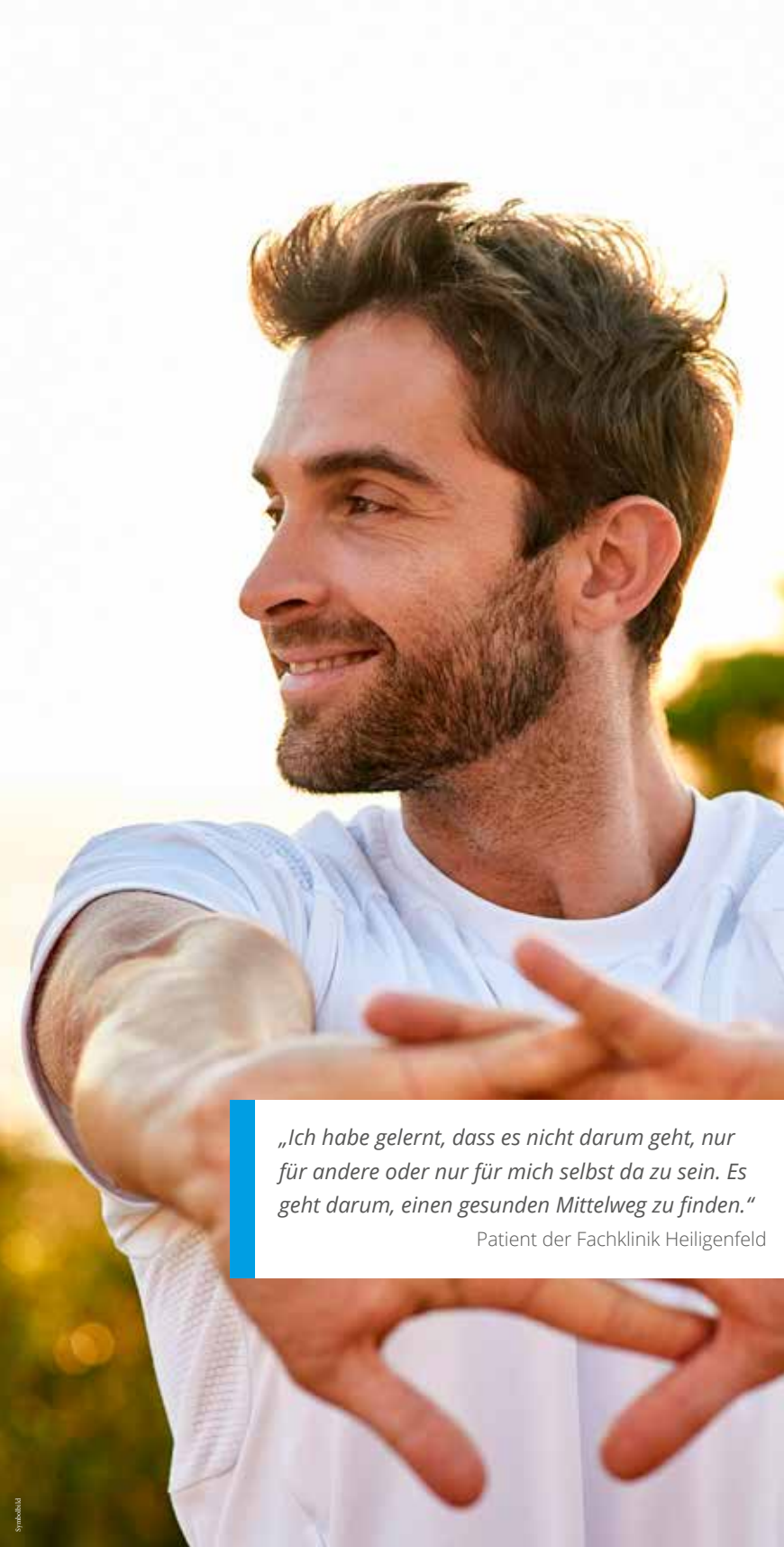
Achtsamkeit erleben

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.

* *Diese Therapieform wird nur an bestimmten Standorten angeboten.*



„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

Symbolbild

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

- 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
Zentr. Aufnahmemanagement
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 weiterempfehlen!**

Heiligenfeld
Kliniken

Heiligenfeld GmbH
Altenbergweg 6 | 97688 Bad Kissingen
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 2023
www.deutschlands-kundenchampions.de

EMAS
GEPRÜFTES UMWELTMANAGEMENT

Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de

Version: 232
Fotos: adobe Stock; freepik.de; Fotografie Hinz;
Heiligenfeld GmbH