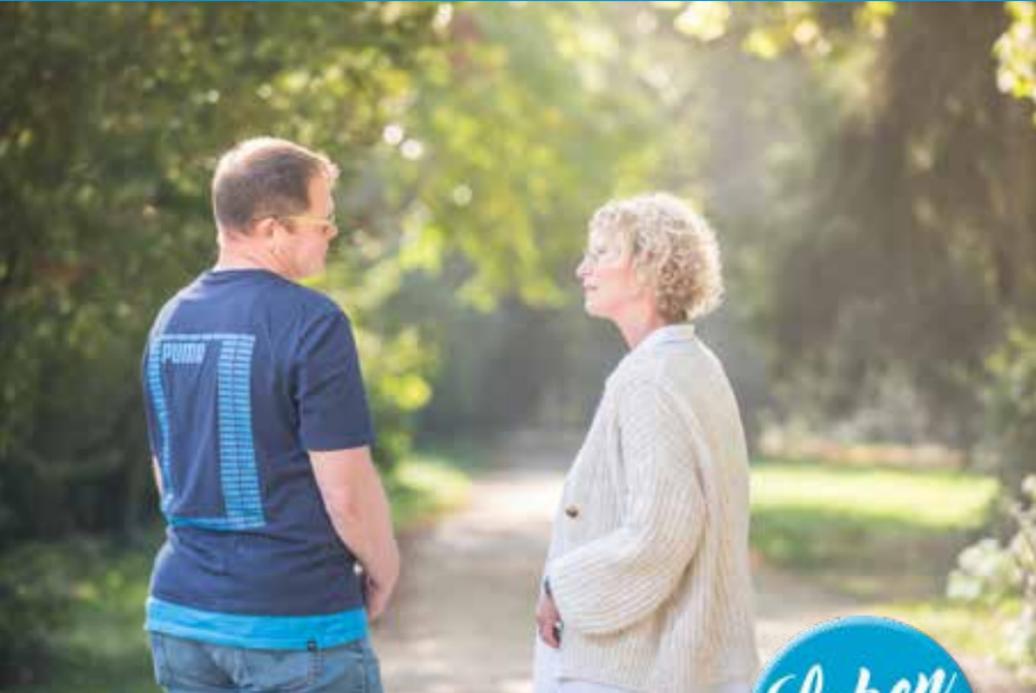




# Heiligenfeld

Kliniken



## Lehrerinnen und Lehrer

Stationäre psychosomatische  
Therapie

# Lehrkräfte

Die psychosomatische Behandlung von Lehrer\*innen ist einer unserer Schwerpunkte – bereits seit über 30 Jahren. Wir wissen um die spezifischen Herausforderungen in diesem Berufsfeld und haben dafür die passenden Angebote.

## LEHRKRÄFTE IM STRESS

Die Arbeit als Lehrer\*in kann enorm erfüllend und sinnstiftend sein, gleichzeitig aber auch eine außergewöhnliche Herausforderung darstellen. Konflikte mit Schüler\*innen, deren Eltern, Spannungen innerhalb des Kollegiums, mit der Schulleitung sowie auch bürokratische Erschwernisse bringen manche Lehrkraft an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Häufig sind unspezifische Symptome wie Schlafstörungen, Appetitlosigkeit oder Gereiztheit ein Zeichen dafür, dass etwas aus dem Gleichgewicht geraten ist. Viele nehmen diese frühen Hinweise nicht wirklich ernst: stressige Phasen kennt schließlich jeder! Doch was ist, wenn sich auch nach Wochen und Monaten nichts an den Belastungen ändert und der Körper immer häufiger nicht "mitspielt"?

~~voll!  
kraftlos?~~

## Wenn der Beruf krank macht ...

Sich einzugestehen, an der eigenen Leistungsgrenze angekommen zu sein, fällt den meisten Menschen schwer. Und gerade hochmotivierte, engagierte und idealistische Lehrkräfte neigen besonders häufig dazu, das eigene Wohlbefinden hintanzustellen. Doch wenn das Überschreiten der Belastungsgrenze die Regel ist, ziehen Körper und Psyche irgendwann selbst die Notbremse.

## Behandlungsindikationen

- Depression
- Burnout-Folgeerkrankungen
- Angststörungen
- Akute und chronische Belastungsreaktionen, Traumafolgestörungen
- Psychosomatische Folgen von Konflikten und Mobbing
- Somatoforme Störungen und chronische Schmerzstörungen
- Dissoziative Störungen
- Essstörungen
- Zwangserkrankungen
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen
- Beginnende stoffgebundene Abhängigkeitserkrankungen
- Verbitterung und Posttraumatische Verbitterungsstörung
- Berufliche und persönliche Identitätskrisen

## SPEZIFISCHES ANGEBOT

### Den Beruf im Blick

Eine Krise kann jeden treffen und die Auslöser sind zahlreich. Manchmal jedoch liegt ein besonderer Schwerpunkt auf der beruflichen Situation. In der [Parkklinik Heiligenfeld](#) in Bad Kissingen bieten wir Lehrer\*innen eine spezielle Gruppe, in der die Herausforderungen des Berufes konkret aufgegriffen werden.

*Warum habe ich mich dafür entschieden, Lehrer\*in zu werden? Was hat mich motiviert? Und was belastet mich? Wie gehe ich mit Stress um? Wie schaffe ich es, selbstbewusst zu kommunizieren, eigene Grenzen zu erkennen und diese meinem Gegenüber zu signalisieren? Wie kann ich im Schulalltag gut für mich sorgen? usw.*

Ziel des spezifischen Angebots ist es, sich mit den Belastungen von Lehrkräften gezielt auseinanderzusetzen. Und gemeinsam nach Möglichkeiten zu suchen, die eigene Gesundheit zu stärken und zu schützen. Ein Schwerpunkt in den [Heiligenfeld Kliniken](#) liegt dabei auf den Themen Achtsamkeit und Selbstfürsorge.

### Wenn Fragen offenbleiben

Natürlich wird es immer wieder auch Anliegen geben, die in der Gruppe nicht abschließend bearbeitet werden können. Hier braucht es einen individuelleren Austausch. Die wöchentlich stattfindende „Lehrer\*innen-Sprechstunde“ ist dafür der ideale Rahmen. Neben einer tiefergehenden Beschäftigung mit ihren konkreten Themen erhalten Lehrkräfte hier auch hilfreiche Informationen und Anregungen für die Zeit nach dem Klinikaufenthalt.



#### **Für Lehrer\*innen mit Kindern**

Für Eltern mit einer Familienproblematik, Überlastungserscheinungen aus der Alleinerziehung oder Trennungsspannungen bietet unsere **Familienklinik in Waldmünchen** ein systematisches Konzept mit Kinderbetreuung und -therapie.



*„In Heiligenfeld habe ich erfahren, wie wertvoll das  
Miteinander sein kann. Jeder begegnet sich hier wie  
selbstverständlich von Mensch zu Mensch.“*

Patientin der Parkklinik Heiligenfeld



## 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 konkret nach Ihren individuellen Bedürfnissen und Zielen gestaltet werden.

### Zu den Angeboten zählen unter anderem:

- Psychoedukative Gruppen zu verschiedenen Krankheitsbildern: Wissen um Entstehung und Bewältigung
- Reflexion eigener Überzeugungen, Glaubenssätze und Motive
- Atem- und Körperarbeit
- Kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen
- Familien- und Systemaufstellungen\*
- Tiergestützte Therapien (Therapeutisches Reiten, Lamaführen)\*
- Kunsttherapeutische Maltherapie
- Arbeiten mit Rhythmus und Stimme
- Achtsamkeitspraxis und Meditation
- Sanfte Bewegung in körperwarmem Wasser\*
- Verschiedene Sportangebote

\* Diese Therapieformen werden nur an bestimmten Standorten angeboten.



## Teil einer Gruppe sein

In den [Heiligenfeld Kliniken](#) steht das Miteinander im Vordergrund. Die Gemeinschaft aus Therapeut\*innen und Mitpatient\*innen schafft 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.

## BRINGEN SIE DOCH IHREN HUND MIT!

Ein spezielles Behandlungsangebot, bei dem Ihr Haustier in die psychosomatische Therapie miteinbezogen wird, finden Sie in unserem Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie in Bad Kissingen. In unseren Kliniken in Berlin und Uffenheim ist die Mitnahme Ihres Tieres gestattet.



Bitte beachten Sie, dass das kreativtherapeutische Angebot im Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie vom Angebot in den anderen Häusern teilweise abweicht.



## DER ERFOLG DER BEHANDLUNG: FÜHL- UND MESSBAR

Dass wir von der Wirksamkeit unseres therapeutischen Konzepts überzeugt sind, ist das eine – dies auch durch interne und externe Qualitätssicherungen bestätigt zu sehen das andere. Seit vielen Jahren lassen wir die Prozesse und Abläufe in unseren Kliniken regelmäßig überprüfen, zuletzt im Jahr 2021 im Rahmen der KTQ-Zertifizierung („Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“). Hierbei erzielten wir erneut ein klar überdurchschnittliches Ergebnis in Punkto Qualitätsmanagement – mit **86,3 Prozent** im Krankenhaus- und **89,1 Prozent** im Reha-Bereich.

Zusammen mit dem Universitätsklinikum Regensburg beurteilen wir fortlaufend die Resultate unserer therapeutischen Arbeit. Ebenso bitten wir auch unsere Patient\*innen, 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.

Die zuweisenden Ärzt\*innen und Psychotherapeut\*innen bestätigen dieses Ergebnis. Über **90 Prozent** berichten von einer Besserung des psychischen Befindens ihrer Patient\*innen durch die Behandlung in unseren Kliniken.

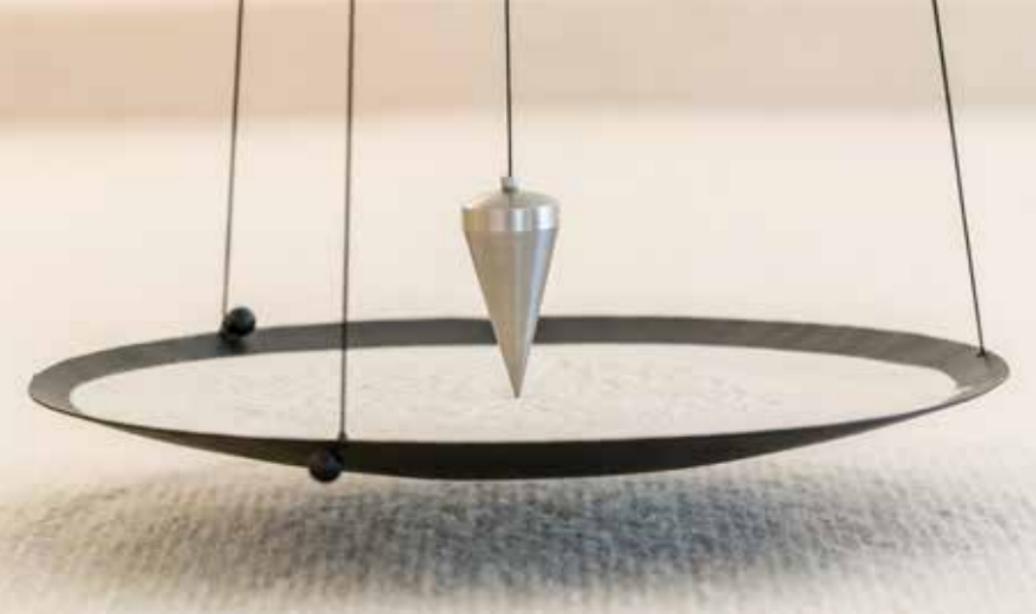


## SOZIALBERATUNG UND NACHSORGE

Für viele Menschen ist ein Klinikaufenthalt eine intensive Zeit der Veränderung und Neuorientierung. Häufig entsteht der deutliche Wunsch, einiges ab sofort anders zu machen. Doch wie genau kann das gelingen? Und welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Bereits in den letzten Wochen des Klinikaufenthalts sprechen Sie mit Ihrem\*Ihrer Bezugstherapeut\*in, aber auch in verschiedenen Gruppenangeboten, über „die Zeit danach“. Und auch, wenn Sie bereits wieder nach Hause zurückgekehrt sind, steht Ihnen eine Vielzahl an Hilfsangeboten zur Verfügung. Damit das, was Sie in der Klinik begonnen haben, im Alltag Früchte trägt.

### **Konkret unterstützen wir Sie u. a. in folgender Weise:**

- Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung, zum Beamtenrecht und zur eventuellen beruflichen Neuorientierung
- Transfergruppe zur Entlassvorbereitung
- Auf Wunsch Zusammenarbeit mit dem\*der weiterbehandelnden ambulanten Therapeut\*in
- Treffen ehemaliger Patient\*innen 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



## DAS ZEICHNET UNS AUS

### Individuelle Therapie

In Absprache mit Ihrem\*Ihrer Bezugstherapeut\*in wird Ihr ganz persönlicher Behandlungsplan erstellt. Aus der Vielzahl therapeutischer Angebote wählen Sie gemeinsam diejenigen aus, die den besprochenen Behandlungszielen entsprechen.

### Achtsamkeit erleben

Elemente der Achtsamkeitspraxis sind 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.





## 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**

Fachklinik und Tagesklinik für psychische und psychosomatische Erkrankungen

### **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 Bad Wörishofen**

Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

# 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 einem\*einer kompetenten Ansprechpartner\*in 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/  
Selbstzahler\*innen:  
Tel. 0971 84-4444  
info@heiligenfeld.de

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



**ANKE STOLLBERGER**

*Leitung Zentrales  
Aufnahmemanagement*



## PRÄVENTION: GESUNDHEIT STÄRKEN

### Unsere Kompetenz

Wir geben unsere über 30-jährige Erfahrung in der schulischen Gesundheitsförderung an Sie weiter. Planen Sie in Ihrem Schulverbund eine Veranstaltung? Wir unterstützen Sie inhaltlich bei der Konzeptionierung und Durchführung.

### Gesundheitsbildung

Die Akademie Heiligenfeld ist unsere Bildungseinrichtung und hält ein breites Angebot an Seminaren, Workshops und Symposien bereit. Dabei greift sie auf ein umfangreiches Netzwerk erfahrener und namhafter Referent\*innen zurück. Mehr dazu finden Sie unter:  
[akademie-heiligenfeld.de](http://akademie-heiligenfeld.de)

### Kontakt zu uns

Unsere Gesundheitsreferent\*innen sind für Sie erste Ansprechpersonen zu Fragen rund um das Thema „Prävention und Gesundheit“.

### Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:



**CORINNA SCHUMM**

Tel. 0971 84-4303

**MARKUS SCHMÖGER**

Tel. 0971 84-4304

[gesundheitsreferent@heiligenfeld.de](mailto:gesundheitsreferent@heiligenfeld.de)

## DIE HEILIGENFELD KLINIKEN

# *Leben lieben*

In den Heiligenfeld Kliniken setzen wir therapeutische Standards in der stationären psychosomatischen Behandlung und der somatischen Rehabilitation. Bezüglich Therapieviefalt, Werteorientierung und Ganzheitlichkeit sind unsere Kliniken einzigartig und somit genau der richtige Ort für Sie. In einer haltgebenden Gemeinschaft können Krisen bewältigt und Perspektiven geschaffen werden.

„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 das Ziel ein, Sie in Ihrer Heilung zu unterstützen, damit Ihnen ein gesundes und lebenswertes Leben wieder möglich ist.

# 94%

unserer  
Patient\*innen  
würden uns weiter-  
empfehlen!



# Heiligenfeld Kliniken

Heiligenfeld GmbH  
Altenbergweg 6 | 97688 Bad Kissingen  
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)