



Heiligenfeld

Kliniken



Führungskräfte und Selbstständige

Stationäre psychosomatische
Therapie



Den speziellen Belastungen von Führungskräften und Selbstständigen schenken wir schon seit über 30 Jahren besondere Beachtung.

EINE SCHWIERIGE BALANCE

Arbeit und Leistung stehen für viele Führungskräfte und Selbstständige im Zentrum ihres Lebens. Nicht zu Unrecht, trägt doch eine sinnerfüllende und erfolgreiche Arbeit ganz wesentlich zu Wohlbefinden und Glück bei. Gleichzeitig sind Führungskräfte und Selbstständige heutzutage immer größeren Belastungen ausgesetzt. Dadurch kommen sie häufig an ihre körperlichen und psychischen Grenzen.

Pausenlos im Einsatz?

Werden die eigenen Grenzen dauerhaft missachtet, können Erschöpfungszustände bis hin zu Burnout die Folge sein. Gründe dafür sind:

- Permanente Veränderungen und Neuanforderungen in der Arbeitswelt
- Arbeitsverdichtung mit steigenden Anforderungen
- Steigender Zeit- und Termindruck
- Ständige Erreichbarkeit
- Ängste vor Verlust des Arbeitsplatzes
- Unregelmäßige Arbeitszeiten
- Unvereinbarkeit von Beruf und Privatleben



Neben äußeren Belastungsfaktoren tragen auch persönliche Einstellungen und Verhaltensweisen zur Überforderung bei. Dazu gehören hohe Ideale, eine stetige Verausgabungsbereitschaft, Perfektionismus, Versagensängste oder der Zwang, sich beweisen zu müssen.

WIR UNTERSTÜTZEN SIE!

In den [Heiligenfeld Kliniken](#) finden Sie mit einer psychischen oder psychosomatischen Erkrankung einen Platz, an dem Sie sich besinnen, wieder Kraft schöpfen und Krisen überwinden können.

Behandlungsindikationen (u. a.)

- Depressionen
- Burnout-Symptomatik, Erschöpfungszustände
- Angsterkrankungen
- Somatoforme Störungen und chronische Schmerzstörungen
- Essstörungen
- Suchtverhalten
- Psychosomatische Folgen von Unfairness und Mobbing
- Berufliche und persönliche Identitätskrisen
- Partnerschaftsprobleme und Beziehungsstörungen
- Schwere Krisen im Zusammenhang mit belastenden Veränderungen am Arbeitsplatz

BERUFSSPEZIFISCHES ANGEBOT

Führungskompetenz

Die Spezialgruppe für Führungskräfte und Selbstständige in unserer [Parkklinik Heiligenfeld](#) in Bad Kissingen dient zur eigenen Reflexion und zum Erfahrungsaustausch, aber auch zur sozialen Vernetzung.

In dieser Gruppe besteht die Möglichkeit, sich mit der persönlichen Belastungssituation im beruflichen Alltag auseinanderzusetzen. Spezielle Themen werden vertieft, individuelle Lösungsansätze erarbeitet und Selbstmanagement- sowie Umsetzungskompetenzen gestärkt.

Themenfelder

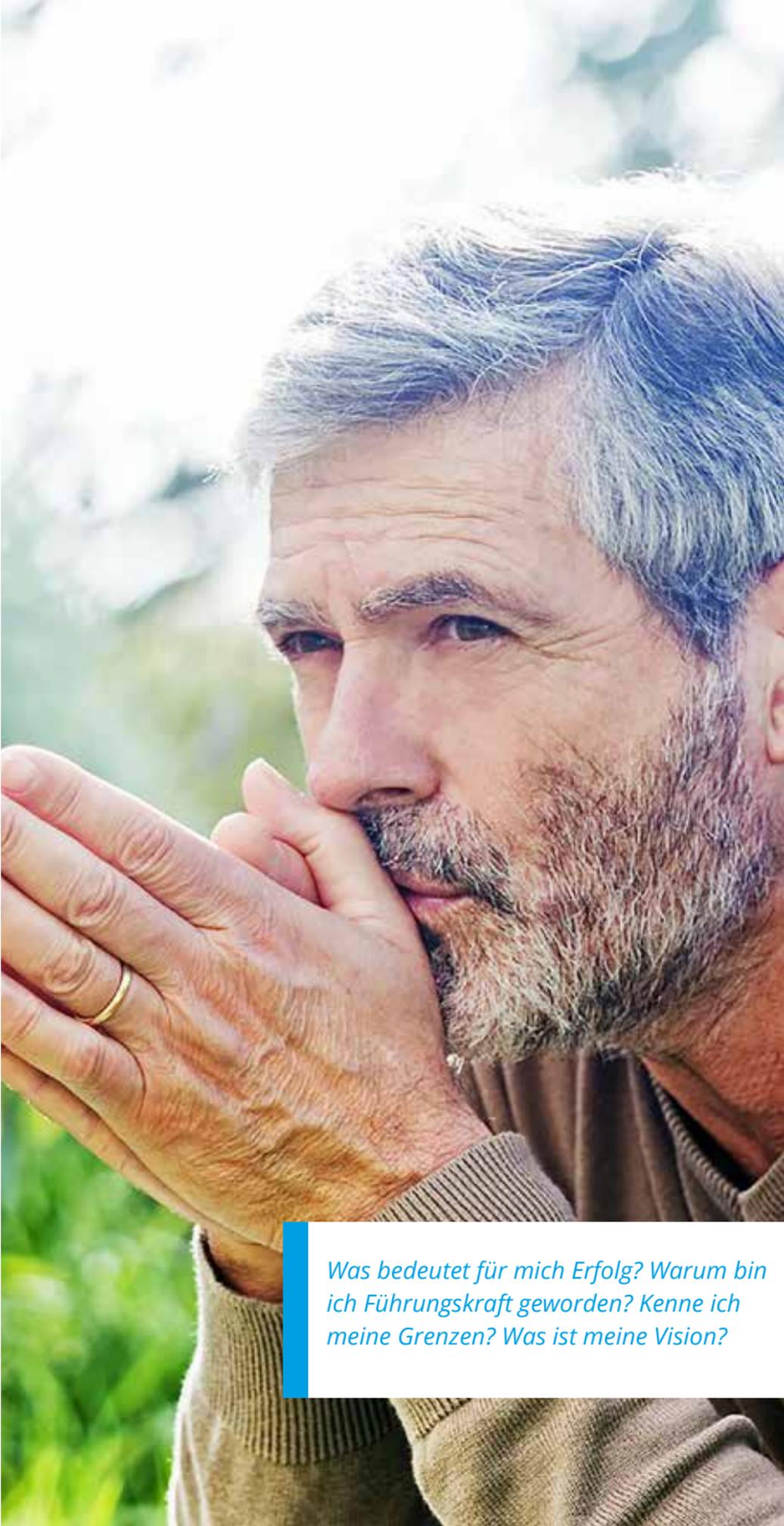
- Führen - was ist das?
- Führungsqualität
- Methoden und Werkzeuge
- Berufliche Identität
- Führung und Kommunikation - Selbstführung und Führung anderer
- Bewältigungsstrategien - Stressmodelle, Burnout-Prävention, Entspannung und Erholung
- Life-Balance - Beruf, Familie, Freizeit
- Arbeitsbiographie, Sinn der Arbeit
- Vision des Lebens / Vision der Arbeit
- Sehnsucht nach dem Wesentlichen



Für Führungskräfte und Selbstständige 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.

waldmuenchen.heiligenfeld.de



Was bedeutet für mich Erfolg? Warum bin ich Führungskraft geworden? Kenne ich meine Grenzen? Was ist meine Vision?



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 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

Die Wirksamkeit unserer Arbeit wird durch interne und externe Qualitätssicherungen bestätigt. 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.

Über **90 Prozent** unserer zuweisenden Ärzt*innen und Psychotherapeut*innen erleben bei ihren Patient*innen eine Besserung der psychophysischen Symptomatik durch die Behandlung in unseren Kliniken.

SOZIALBERATUNG UND NACHSORGE

Während des Aufenthaltes bieten wir Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung und zur eventuellen beruflichen Neuorientierung an.

Alles Wichtige für die Zeit danach

Wenn Sie wieder nach Hause zurückgekehrt sind, steht Ihnen eine Vielzahl an Hilfsangeboten zur Verfügung. Wir unterstützen Sie u. a. in folgender Weise:

- Auf Wunsch Zusammenarbeit mit dem*der weiterbehandelnden ambulanten Therapeut*in
- Therapeutisch geleitete Nachsorgegruppen
- Regionale Vernetzung in Selbsthilfegruppen
- Die Möglichkeit, Seminare und Workshops in der Akademie Heiligenfeld zu besuchen

14-TÄGIGE KURZZEITTHERAPIE

Wenn Sie aus beruflichen, privaten oder sonstigen Gründen keinen längeren Klinikaufenthalt in Anspruch nehmen können, bieten wir Ihnen in unserer **Parklinik Heiligenfeld** die Möglichkeit zu einer stationären psychosomatischen Kurzzeittherapie.

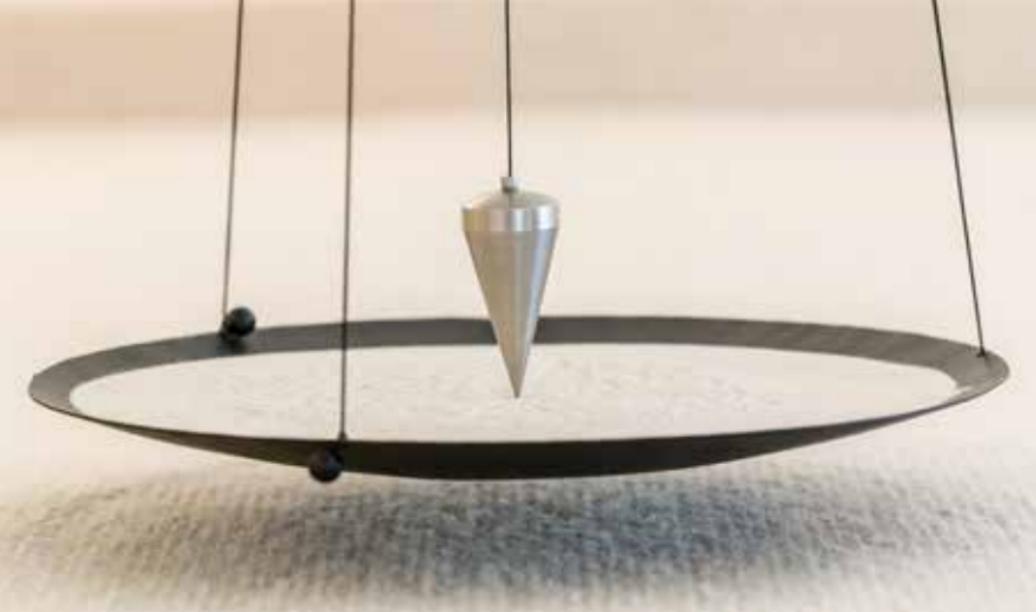
KRISEN MEISTERN

Die stationäre Kurzzeittherapie hilft Ihnen dabei, Abstand zu gewinnen und aktuelle Probleme gezielt zu bearbeiten. Für eine Dauer von 14 Tagen können Sie durch die Distanz zu Ihrem gewohnten Berufs- und Lebensumfeld frische Energie tanken. Selbstwirksamkeit, Selbstfürsorge und Selbstvertrauen sind dabei zentrale Aspekte!

Eine intensive Behandlung

- Primäre Einzelpsychotherapie: Vier Gespräche pro Woche à 50 Minuten mit dem*der Bezugstherapeut*in
- Einzelgespräche mit Chefarzt, Oberarzt*ärztin und Kreativtherapeut*in
- Ausgewählte kreativtherapeutische Gruppenangebote zu den Themen Selbstführung, Achtsamkeit und Meditation, Kreativität und Ressourcen
- Ein breites Angebot an sportlichen Aktivitäten: Walking, Nordic Walking, Stretching, Medizinische Trainingstherapie u. a.
- Physiotherapeutische Behandlungen, Massagen und Wellness

Das Angebot der Kurzzeittherapie bringt Sie wieder ins Gleichgewicht. Die fokussierte Behandlung stärkt Ihre persönliche Resilienz und sorgt dafür, dass Sie auch in einer Krise handlungsfähig bleiben.



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

Privatklinik, 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 Aufnahme



PRÄVENTION: GESUNDHEIT STÄRKEN

Unsere Kompetenz

Wir geben unsere über 30-jährige Erfahrung in der betrieblichen Gesundheitsförderung an Sie weiter. Planen Sie in Ihrem Unternehmen oder in Kooperation eine Veranstaltung? Wir unterstützen Sie gerne 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

Kontakt zu uns

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



Rufen Sie an oder schreiben Sie eine Mail.

CORINNA SCHUMM

Gesundheitsreferentin

Tel. 0971 84-4303

corinna.schumm@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, Wertorientierung 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 wertorientierte 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
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
www.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de