



Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

als Chefärztinnen und Chefärzte der psychosomatischen Heiligenfeld Kliniken ist es uns ein zentrales Anliegen, für unsere Patientinnen und Patienten vertrauensvolle Ansprechpartner zu sein. Dabei spielt für uns auch die Offenheit für spirituelle Themen und Fragen eine wichtige Rolle. Gerade im Bereich der Psychotherapie hat sich in den letzten Jahren immer deutlicher gezeigt, wie heilsam es sein kann, den eigenen Blick zu weiten. Für uns in den Heiligenfeld Kliniken gehören die Frage nach „dem großen Ganzen“, die Suche nach Sinn und die Hinwendung zur Spiritualität schon immer zum Therapiekonzept. Und wir legen bereits von Anfang an großen Wert auf die Kraft der therapeutischen Gemeinschaft - gerade weil für uns Menschen vertrauensvolle Beziehungen enorm wichtig sind. Unser Newsletter widmet sich diesen und weiteren Themen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

„Leben lieben“ in den Heiligenfeld Kliniken

von René Greiner, Psychologe der Heiligenfeld Kliniken

„Freundlichkeit in Worten schafft Vertrauen. Freundlichkeit im Denken schafft Tiefe. Freundlichkeit im Geben schafft Liebe.“ – Diese Worte des chinesischen Philosophen Laotse beschreiben vieles von dem, was uns in den Heiligenfeld Kliniken wichtig ist. In der Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen spielen Vertrauen, Tiefe und – ja, auch die Liebe – eine Rolle. Viele der Menschen, die zu uns kommen, tragen seelische Verletzungen in sich. Sie erleben sich als blockiert und kraftlos. Wie kann eine Therapie in unseren Kliniken hier helfen?

Dem Einzigartigen Raum zur Entfaltung geben ...

Jeder Mensch hat seine Geschichte, seine Erfahrungen, Gedanken, Begegnungen, Ideen und Visionen, Wünsche und Sehnsüchte. Momente höchsten Glücks und tiefer Traurigkeit; seine einzigartige Weise, das zu gestalten, was wir Leben nennen.



Wir unterstützen unsere Patient*innen darin, ihre Liebe zum Leben (wieder) zu entdecken. Ganz im Sinne der humanistischen Psychotherapie betonen wir die Potenziale und Stärken eines jeden

Menschen. Sinn im Leben zu finden, authentischer in Beziehungen zu sein und Krisen konstruktiv zu bewältigen: All das sind wesentliche Ziele in der Begleitung unserer Patient*innen.

Spitzenmediziner in den Heiligenfeld Kliniken

Das gefragte Ratgebermagazin FOCUS GESUNDHEIT hat die große Ärzteliste 2022 mit Deutschlands TOP-Medizinern veröffentlicht.

Dr. med. Hans-Peter Selmaier, Chefarzt der Parkklinik Heiligenfeld und stellv. Ärztl. Direktor, erhielt die Auszeichnung im Fachbereich Psychosomatik.

„Ich übe meinen Beruf so aus, wie ich ihn erlernt habe, mit Menschlichkeit und Sympathie für jeden einzelnen Patienten und jede einzelne Patientin.“



Podcast Spitzen- mediziner:

Erfahren Sie mehr im Interview mit unserem Chefarzt und stellv. Ärztl. Direktor Dr. med. Hans-Peter Selmaier



Kurpark von Bad Kissingen

Hochsensibilität im Fokus

Erweitertes Behandlungsangebot in der Parkklinik Heiligenfeld

Seit 2016 schenken wir hochsensiblen Menschen mit psychosomatischen Erkrankungen in unserer Parkklinik Heiligenfeld besondere Beachtung. Jetzt haben wir unser Behandlungskonzept nochmals überarbeitet und deutlich ausgebaut. Neben zwei neuen Kerngruppen für Menschen mit Hochsensibilität haben wir die Indikationsgruppenzeit verdoppelt. Zusätzlich bieten wir die Möglichkeit einer Sprechstunde, um individuelle Fragen und Anliegen im persönlichen Gespräch klären zu können. All diese Angebote sind in den umfangreichen kreativtherapeutischen Behandlungsplan eingebettet.

Die Offenheit für innovative Therapiekonzepte hat uns als Heiligenfeld Kliniken schon immer ausgezeichnet. Gerade bezogen auf Hochsensibilität finden sich zahlreiche Überschneidungen zur Spiritualität, die ebenfalls einen Schwerpunkt unserer Arbeit bildet.

Nachgefragt!

Was bedeutet die Erweiterung des Behandlungsangebots für hochsensible Personen ganz konkret? In unserer Podcast-Reihe sprechen wir mit Dr. med. Hans-Peter Selmaier, Frank Rihm (kreativtherapeutischer Leiter der Heiligenfeld Kliniken) und anderen über die Neuerungen und über die verschiedenen Facetten der Hochsensibilität.



hsp.heiligenfeld.de

Wir unterstützen Sie!

Uns ist es wichtig, Ihnen die Aufnahme in unsere Kliniken so einfach wie möglich zu machen. Deshalb unterstützen wir Sie gerne im gesamten Aufnahmeprozess. Über den nebenstehenden QR-Code oder die angegebene Webadresse erhalten Sie alle wichtigen Informationen und können Unterlagen anfordern. Natürlich sind wir auch telefonisch für Sie da!

0971 84-4444

heiligenfeld.de/aufnahme





Garten der Parkklinik Heiligenfeld

Leben mit Hochsensibilität

Ein Erfahrungsbericht

Andrea war Patientin in der Parkklinik Heiligenfeld. Sie ist 56 Jahre alt, Pfarrerin in einer Kirchengemeinde, verheiratet und hat drei erwachsene Kinder. Im Interview berichtet sie davon, welchen Einfluss die Hochsensibilität auf ihr Leben hat.

Sie besitzen das Persönlichkeitsmerkmal Hochsensibilität. Wie fühlt sich das für Sie an?

Ich kann den Menschen „in die Seele schauen“. Ich spüre die Emotionen meines Gegenübers, ich kann manches sehen, was für mein Gegenüber selbst noch nicht klar ist oder was sich derjenige noch nicht eingestehen kann. (...) Das Erstaunliche ist, dass meine Intuition und mein Bauchgefühl auch bei Menschen, mit denen ich verbunden bin, über Entfernung funktionieren kann. (...)

Wie haben Sie Ihre Hochsensibilität bemerkt?

Das ist mir erst in meinen Fünfigern deutlich geworden. Ich habe diese Fähig-

keiten lange als völlig normal erlebt, habe sie im beruflichen und auch im familiären Kontext gut genutzt. Erst meine Ärztin hat mich auf diese Spur gebracht. (...) Als sie dann nach einem langen dienstlichen Konflikt eine stationäre Therapie für nötig hielt und mir die Heiligenfeld Kliniken mit Hinweis auf das Programm für kirchliche Mitarbeiter*innen empfohlen hat, hat mich das Programm für Hochsensibilität auf der Homepage überzeugt. Ich war mir schnell sicher, dass mir dieses Programm weiterhelfen wird. (...)

Auf welche Schwierigkeiten stoßen Sie im Alltag, etwa im Beruf oder in Beziehungen?

Ich erlebe in meinem Beruf manchmal eine Häufung von „schweren Geschichten“. Wenn ich dann meinem Bedürfnis nach Ruhe nicht nachkomme, kann ich in eine Überforderung geraten. (...)

Das vollständige Interview finden Sie als Video auf unserer Heiligenfeld-Website, unter hsp.heiligenfeld.de

Vorstellung

„Ich habe den Anspruch, dass die Patient*innen einmal gelächelt haben, wenn sie bei mir zum Gespräch waren.“

Dr. med. Stefanie Mutz-Humrich ist stellv. Chefärztin der Parkklinik Heiligenfeld in Bad Kissingen. Sie ist Fachärztin für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Neben dem Gebiet der Depressionen und Suchterkrankungen ist sie auf die Behandlung von traumatisierten Patient*innen spezialisiert und arbeitet diesbezüglich mit der TRIMB-Therapiemethode.



Dr. med. Stefanie Mutz-Humrich
Stellv. Chefärztin
Parkklinik Heiligenfeld

parkklinik.heiligenfeld.de

Naturtherapie

In unseren Kliniken spielt der Bezug zur Natur schon immer eine bedeutende Rolle – vom therapeutischen Angebot bis hin zur Architektur und der Lage der Kliniken „im Grünen“. Alicia Schulmeyer, Kreativtherapeutin in der Heiligenfeld Klinik Waldmünchen, beschreibt in einem Interview, wie wir ganz selbstverständlich den Naturaspekt in unser Behandlungsangebot integrieren.



Ihre Ansprechpartner*innen

Wir geben unsere über 30-jährige Erfahrung in der schulischen Gesundheitsförderung an Sie weiter.

Unsere Gesundheitsreferent*innen sind für Sie erste Ansprechpersonen zu Fragen rund um das Thema „Prävention und Gesundheit“. Außerdem informieren wir Sie über unser Behandlungsangebot.



Corinna Schumm
0971 84-4303



Markus Schmöger
0971 84-4304

gesundheitsreferent@
heiligenfeld.de



V. l. n. r.: Dr. med. Stephan Kamolz (Chefarzt Rosengartenklinik Heiligenfeld),
Dr. med. Heinz-Josef Beine (Chefarzt Heiligenfeld Klinik Uffenheim),
Nelly Orlandini-Hagenhoff (Chefärztin Heiligenfeld Klinik Bad Wörishofen),
Artan Laska (Chefarzt Heiligenfeld Klinik Waldmünchen),
Dr. med. Hans-Peter Selmaier (Chefarzt Parkklinik Heiligenfeld, stellv. Ärztl. Direktor),
Dr. med. Stefanie Mutz-Humrich (stellv. Chefärztin Parkklinik Heiligenfeld)

Dafür stehen wir

Chefärzt*innen in den Heiligenfeldkliniken

„Leben lieben“: Das ist unser Motto in den Heiligenfeld Kliniken und eine Botschaft, der wir uns auch im Kontakt mit unseren Patient*innen verpflichtet fühlen. Doch was heißt das genau?

In der Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen achten wir insbesondere darauf, unserem Gegenüber individuell und auf Augenhöhe zu begegnen. Selbstverständlich hat jeder Mensch seine ganz eigene Geschichte, seine persönlichen Verletzungen, die es zu sehen und anzuerkennen gilt. Und genauso besitzen wir alle ureigene Potenziale, die es uns ermöglichen, unser Leben aktiv und selbstbestimmt zu gestalten.

Der ganzheitliche Therapieansatz, den wir in den Heiligenfeld Kliniken verfolgen,

ist hier besonders hilfreich. In einer vertrauensvollen Atmosphäre können alte Verletzungen aufgearbeitet und emotional heilsame Erfahrungen gemacht werden. Das kreativtherapeutische Angebot ist ressourcenorientiert und stärkt die individuellen Gestaltungsmöglichkeiten.

Individuelle Therapie auf Augenhöhe: Darauf legen wir besonderen Wert!

Daneben spielt auch die Therapeutische Gemeinschaft eine wesentliche Rolle. Im Miteinander erfahren unsere Patient*innen Halt und können gleichzeitig lernen, aus ihrer Mitte heraus in Kontakt zu treten. Die Behandlung in unseren Kliniken spannt somit ein weites Feld auf, in dem Potenziale (wieder) geweckt werden können.

In den Heiligenfeld Kliniken setzen wir therapeutische Standards in der stationären psychosomatischen Behandlung und in der somatischen Rehabilitation. Bezüglich Therapievelfalt, 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*

„Leben lieben“ in seiner Vielfalt trägt uns!



Im geschützten Raum Neues ausprobieren

Kreativtherapie im Fokus

Die Heiligenfeld Kliniken stehen seit über 30 Jahren für eine interdisziplinäre und ganzheitliche Behandlung von psychischen und psychosomatischen Erkrankungen. Dabei werden die Themen Spiritualität und Kreativität seit der Gründung im Jahr 1990 miteinbezogen. Die Themen Achtsamkeit und Entschleunigung spielen eine besonders wichtige Rolle, um in der Therapie zum eigenen Wesenskern vorzudringen. Die positive Wirkung des Innehaltens und der bewussten Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt, jenseits von Bewertung, Urteil und Kritik, wurden vielfach untersucht und bestätigt.

Körper- und kreativtherapeutische Angebote spielen eine wesentliche Rolle in der Behandlung.

Um die gesprächsorientierten Einzel- und Gruppentherapien auf sinnvolle Weise zu erweitern, werden in den Heiligenfeld Kliniken neben unterschiedlichen Formen

des Achtsamkeitstrainings verschiedene kreativtherapeutische Angebote in das Behandlungskonzept integriert. Dazu gehören unter anderem die Rhythmus- und Tanztherapie, Mal- und Gestaltungstherapie oder die Systemische Therapie. Der „Heilraum Natur“ bildet in der Naturtherapie einen weiteren Schwerpunkt der Kreativtherapie.

„Wir sind davon überzeugt, dass dadurch neue Erfahrungsräume eröffnet werden und ein anderer Zugang zu den eigenen Gefühlen gefunden werden kann“, erklärt Frank Rihm, Leiter der Kreativtherapie in den Heiligenfeld Kliniken. „Die Kreativtherapie bietet unseren Patient*innen eine Anregung zum geschützten Erproben neuer Wege. Wir bieten in der Kreativtherapie verschiedene Formen an, so dass für jede*n das individuell Passende dabei ist. Der Kreativtherapiebereich nimmt im Stundenplan unserer Patient*innen eine prominente Rolle ein“, so Frank Rihm.

**EPH-Award:
1. Platz für die
Heiligenfeld
Kliniken**

Die „Europäische Union Privater Krankenhäuser“ vergab in diesem Jahr zum ersten Mal Auszeichnungen für innovative und herausragende Projekte im Gesundheitssektor – und wir in den Heiligenfeld Kliniken konnten uns über die Top-Platzierung in der Kategorie „Berichterstattung des Jahres“ freuen.

Mit unserem „Corona-Burnout-Journal“, welches die massiven Belastungen durch die Corona-Pandemie aufzeigt und gleichzeitig Unterstützungsangebote benennt, konnten wir die Jury überzeugen.



Abb. Michael Lang –
Geschäftsführer und
Iris Vollert –
Leitung Marketing

ausgezeichnet.heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de

Kooperation mit dem Universitätsklinikum Regensburg

Im Bereich von Forschung und Wissenschaft finanzieren die Heiligenfeld Kliniken seit 2011 eine Stiftungsprofessur an der Universität Regensburg, die u. a. auch die wissenschaftliche Evaluation und Erforschung der Arbeit der Heiligenfeld Kliniken begleitet. In Bezug auf die Therapiekonzepte bedeutet dies, dass Heiligenfeld über Analysen Aufschlüsse darüber erhält, wie sich das ganzheitliche integrative Therapieangebot auswirkt und wie erfolgreich diese Therapien sind. Die Forschungsprojekte von Prof. Dr. Thilo Hinterberger verbinden die modernen Neurowissenschaften mit der Physik, Psychologie, Philosophie und den Themen der Gesellschaft.



Prof. Dr. rer. nat. Thilo Hinterberger ist Physiker, Neuro- und Bewusstseinswissenschaftler.



Meditationsraum der Parkklinik Heiligenfeld

Spiritualität in der Psychotherapie

Analyse mit dem Universitätsklinikum Regensburg

Achtsamkeit heißt Achten

Für die Heiligenfeld Kliniken stellt die Spiritualität eine wesentliche Dimension des Menschseins dar und besitzt ein wertvolles Heilungspotenzial. In der Psychotherapie integrieren wir die Themen Achtsamkeit und Spiritualität im Rahmen offener Angebote. Welchen Einfluss das Zugehörigkeitsgefühl zu einem größeren Ganzen und die Spiritualität auf die Therapie von psychischen und psychosomatischen Erkrankungen hat, wurde im Rahmen einer Analyse der Uniklinik Regensburg untersucht. Leiter der Analyse ist Prof. Dr. Thilo Hinterberger.

Herr Prof. Hinterberger, Sie haben in einer umfangreichen wissenschaftlichen Evaluation die Wechselwirkungen und Einflüsse zwischen Spiritualität und Psychosomatik untersucht. Was sind die zentralen Ergebnisse der Analyse?

Wir haben über 8000 Patient*innen der Heiligenfeld Kliniken der letzten 10 Jahre in der Analyse berücksichtigt, an denen wir verschiedene Fragebogen zur Spiritualität jeweils bei Aufnahme und Entlassung erhoben haben. Diese beinhalteten verschiedene Aspekte des transpersonalen Vertrauens und spiritueller Lebenshaltungen. Interessiert hat mich insbesondere der Zusammenhang zwischen Spiritualität und den psychosomatischen Symptombelastungen sowie der sogenannten Lebenskompetenzen. Im Ergebnis zeigte sich jedoch insgesamt nur ein schwacher Zusammenhang, so dass die Frage interessant wurde, welche der verschiedenen Aussagen in den Fragebogen bezüglich Spiritualität einen stärkeren und welche vielleicht keinen Einfluss auf die psychische Gesundheit haben. Und

Zu neuer Kraft finden!

Wir unterstützen Lehrerinnen und Lehrer mit unserer über 30-jährigen Erfahrung und Kompetenz darin, die Herausforderungen und Belastungen ihres Berufes zu verarbeiten. Unser Angebot soll dabei helfen, trotz des Dienstes an der Gemeinschaft das eigene Wohlbefinden nicht aus den Augen zu verlieren.

Erfahren Sie mehr unter lehrkraftvoll.heiligenfeld.de





hier zeigten sich tatsächlich Unterschiede. Das innere Erleben von Vertrauen und Zuversicht sowie einer Verbundenheit mit dem größeren Ganzen geht mit einer geringeren Symptombelastung und besseren Lebenskompetenzen einher, wohingegen es kaum einen Einfluss hat, ob jemand religiös ist, an Gott glaubt oder an ein Leben nach dem Tod.

Welches Ergebnis hat Sie am meisten überrascht?

Es scheint also, dass ein tiefes Vertrauen und das Gefühl der Verbundenheit die salutogenen Aspekte der Spiritualität bilden. Das ist zwar nicht wirklich überraschend, aber es ist faszinierend zu sehen, dass dies die therapeutischen Ansätze und das Konzept von Heiligenfeld insgesamt bestätigt. Denn hier geht es wesentlich um Gemeinschaft und Verbundenheit sowie die Stärkung der personalen Kompetenzen. Vielleicht überraschender, aber ebenso verständlich ist, dass die weltanschaulichen Aspekte der Spiritualität und die kognitiven Konstrukte, an die sich Menschen oft allzu gerne klammern, offensichtlich keinen Beitrag zur psychischen Gesundheit leisten,

manchmal sogar eher noch hinderlich sein können. Dennoch werden gerade diese Aspekte als transpersonal, also über das Ich hinausgehend, bezeichnet. Dagegen sind Vertrauen und das Gefühl der Verbundenheit personale Eigenschaften. Man könnte also die vielleicht provokative und doch einleuchtende These wagen, dass es nicht die transpersonalen, sondern die personalen Aspekte der Spiritualität sind, die mit der eigenen Gesundheit zu tun haben. Das Transpersonale hingegen hat andere Funktionen wie beispielsweise das Ethische.

Wir leben in einer Zeit der Krisen. Wie können wir – als Individuen und als Gesellschaft – krisenresilienter werden?

Ich denke, dass eine große Chance in einer Spiritualität liegt, die in der Lage ist, einerseits eine versöhnte Verbundenheit mit der Welt, den Mitmenschen und den widrigen Umständen zu ermöglichen und gleichzeitig Raum für die mentale Distanzierung lässt, so dass wir den Blick für die Möglichkeiten und die Vielfalt an Perspektiven nicht verlieren.

spirituell.heiligenfeld.de

Podcast-Reihe "Spiritualität"

Was ist Spiritualität?
Was ist die Seele?
Wie wichtig ist es für uns Menschen, einen Sinn im Leben zu finden?

Im Bereich der Psychotherapie ist man schnell mit zentralen Fragen konfrontiert. Unsere Themenreihe liefert Antworten! Mit unserer Podcast-Reihe bringen wir Ihnen das komplexe Feld der Spiritualität näher. Hören Sie rein, machen Sie mit und entwickeln Sie Schritt für Schritt ein tieferes Verständnis für das, was uns als Menschen überschreitet.



blog.heiligenfeld.de



Spiritualität in den Heiligenfeld Kliniken

Unser therapeutischer Ansatz berücksichtigt neben der körperlichen und der geistigen sowie der Beziehungsebene das, „was uns als Menschen überschreitet. Wir bieten unseren Patient*innen einen Raum, in dem sie sich ganz selbstverständlich mit existenziellen Fragen und Anliegen zeigen und auseinandersetzen können. Erleben Sie – in Form von Texten, Videos und Blog-Beiträgen – wie Spiritualität unsere tägliche Arbeit durchdringt, welche Angebote es gibt und welches Grundverständnis uns als Heiligenfeld Kliniken letztendlich auszeichnet.

spirituell.heiligenfeld.de





Poesie-Mobil-Tour „Leben lieben“

Eine Zeit des Wandels und des Übergangs: So bezeichnet Dr. Joachim Galuska, Mitgründer der Heiligenfeld Kliniken, unsere aktuelle Weltlage. Ihm und seiner Frau, der Lyrikerin und Schriftkünstlerin Uta Galuska, ist es vor diesem Hintergrund ein zentrales Anliegen, Bewusstsein zu schaffen – für zentrale Themen unseres Miteinanders und der Art, wie wir in Zukunft leben wollen.

Bereits im letzten Jahr fuhren sie mit einem umgebauten Feuerwehrauto durch Bayern, machten Halt in Leipzig, Brandenburg und Berlin, um auf die seelischen Belastungen infolge der Corona-Pandemie aufmerksam zu machen. Und auch in 2022 waren sie wieder unterwegs, diesmal unter dem Motto „Leben lieben“. Im Gespräch mit Menschen aus Wirtschaft, Politik, Kunst und Kultur tauschten sie sich zu den verschiedensten Fragen aus.

Gedacht war die Tour auch als Vorbereitung auf den 2023 stattfindenden Heiligenfelder Kongress. „Leben lieben“ als Titelthema lädt alle Interessierten dazu ein, in Vorträgen, Workshops und persönlichen Gesprächen gemeinsame Antworten auf die Fragen unserer Zeit zu finden.

heiligenfeld.de/posiemobil

Kongress „Leben lieben“
11. bis 14. Mai 2023

Der Heiligenfelder Kongress „Leben lieben“ findet im historischen Regentenbau und den Heiligenfeld Kliniken in der UNESCO Weltbestadt Bad Kissingen statt.
Melden Sie sich jetzt an:

0971 84-4600
www.kongress-heiligenfeld.de

Neue Heiligenfeld Klinik in Bad Wörishofen Eröffnung im November 2022

Das Therapiekonzept ist – wie in allen Heiligenfeld Kliniken – ganzheitlich und beziehungsorientiert. Wir betrachten Körper, Geist und Seele als Einheit. In unserer psychosomatischen Behandlung berücksichtigen wir die individuelle Lebensgeschichte und gegenwärtige Herausforderungen, aber genauso auch die Fähigkeiten und Ressourcen jedes Menschen.



badwoerishofen.heiligenfeld.de