



Heiligenfeld



# Abhängigkeits- erkrankungen

Stationäre psychosomatische  
Therapie

## DIE WICHTIGKEIT VON BEZIEHUNGEN

Wir Menschen sind soziale Wesen, und das Bedürfnis nach Kontakt und Austausch ist tief in uns verankert. Wir brauchen das Miteinander und streben nach erfüllenden Beziehungen, die uns Halt geben. Fühlen wir uns hingegen allein, ausgegrenzt oder gar isoliert, schmerzt uns das. Wo zwischenmenschliche Unterstützung fehlt, neigen wir mitunter dazu, Erleichterung und Hilfe auf andere Art und Weise zu suchen.

### Wenn Halt fehlt

Der Konsum von Alkohol und Tabak ist in den meisten westlichen Ländern akzeptiert oder gar eine Selbstverständlichkeit. Riskanter oder schädlicher Gebrauch wird bagatellisiert, und Abhängigkeiten werden in den meisten Fällen mit gescheiterten Lebensrealitäten am Rande der Gesellschaft gleichgesetzt. Fakt ist jedoch: Probleme mit Alkohol, Tabak, illegalen Drogen, Medikamenten oder auch Verhaltensstörungen mit Suchtcharakter sind nicht nur ein individuelles, sondern auch eine gesamtgesellschaftliche Herausforderung.

Wir sehen Abhängigkeiten unter Berücksichtigung genetischer und familiärer Bedingungen vor allem als ein Beziehungs- oder Bindungsproblem. Fehlen haltgebende, wohltuende und empathische zwischenmenschliche Beziehungen, steigt die Suchtgefahr, während der Sinn des Lebens verloren geht.



## Die Freiheit geht verloren

Wann von einer **Abhängigkeit** gesprochen wird, definieren festgelegte Kriterien, herausgegeben von der Weltgesundheitsorganisation (hier bezogen auf den abhängigen Konsum psychotroper Substanzen):

- Ein deutliches Verlangen oder sogar ein Zwang, die Substanz konsumieren zu müssen.
- Eingeschränkte Kontrollierbarkeit, was die Menge der Substanz sowie Beginn und Ende des Konsums betrifft.
- Körperliche Entzugssymptome bei Nichtkonsum.
- Die Entwicklung einer Toleranz gegenüber der Wirkung der Substanz.
- Andere Interessen und Aktivitäten werden zugunsten des Substanzkonsums vernachlässigt; der Konsum erhält Priorität.
- Schädliche Folgen des Konsums führen nicht dazu, dass dieser unterlassen wird.

In den Heiligenfeld Kliniken behandeln wir Abhängigkeitserkrankungen ganzheitlich und spezifisch. Die leitliniengerechte Therapie der jeweiligen Abhängigkeit ist eingebunden in unsere zentrale Grundausrichtung der therapeutischen Gemeinschaft. Beziehungs- und Bindungsarbeit fördern gelingende zwischenmenschliche Interaktion und helfen so, die Spirale der Sucht zu durchbrechen. Das Leben der Betroffenen gewinnt wieder Sinn und Orientierung.

## UNSER KONZEPT

Die Behandlung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen in den Heiligenfeld Kliniken kann mit drei Worten beschrieben werden: individuell, ganzheitlich und fundiert. Wir legen höchsten Wert auf eine Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, die den wissenschaftlichen Leitlinien folgt und dabei die Individualität jedes Patienten im Blick behält. Das therapeutische Angebot umfasst alle Wochentage, von Montag bis Sonntag. Diese „7-Tage-Therapie“ ermöglicht eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit den persönlichen Themen.

## Individuelle Therapie

In Absprache mit Ihrem Bezugsarzt oder -psychologen wird Ihr ganz persönlicher Behandlungsplan erstellt. Aus der Vielzahl therapeutischer Angebote wählen Sie zusammen konkret diejenigen aus, die den gemeinsam besprochenen Behandlungszielen entsprechen.


## 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.

## Ambiente und Ernährung

Die ökologische Bauweise und die ästhetische Gestaltung unserer Gebäude schaffen einen angenehmen Lebensraum. Es stehen Ihnen Einzelzimmer und Zweibettzimmer mit Badewanne oder Dusche, WC und Telefon zur Verfügung. Die meisten Zimmer sind barrierefrei und über Aufzug zu erreichen.

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 „gerechtem Handel“. Wir bieten eine Menüwahl auch mit vegetarischer Vollwertkost an; medizinisch angezeigte Diätformen sind jederzeit möglich.



*„Es muss von Herzen kommen, was auf Herzen wirken soll.“*

Johann Wolfgang von Goethe



## 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, Ausdrucksmalen
- Rhythmustherapie, Arbeit mit der Stimme
- Sanfte Bewegung in körperwarmem Wasser\*
- Verschiedene Sportangebote wie Jogging und Fitnessraum zum selbstständigen Trainieren\*

\* Diese Therapieformen werden nur an bestimmten Standorten angeboten.



## Teil einer Gruppe sein

In den Heiligenfeld Kliniken steht das Miteinander im Vordergrund. Die Gemeinschaft aus Therapeuten und Mitpatienten 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 Bad Grönenbach und Berlin 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.



*„Erst jetzt erkenne ich rückblickend, welche Rolle die Sucht in meinem Leben gespielt hat. Natürlich ist es leichter, andere auf Abstand zu halten. Aber zu spüren, was echte menschliche Nähe bewirken kann, ist unglaublich wertvoll.“*

Patient der Parklinik Heiligenfeld



## SPEZIFISCHE BEHANDLUNG „Abhängigkeitserkrankungen“

Unserem Verständnis nach resultieren Abhängigkeitserkrankungen aus einer Bindungs- oder Beziehungsproblematik. Wir Menschen brauchen einander, von Anfang an, und frühe Bindungserfahrungen haben Auswirkungen darauf, wie wir mit Stress und Belastungen in unserem weiteren Leben umgehen. Dabei geht es sowohl um die eigene Fähigkeit zur Emotionsregulation und Selbststeuerung als auch darum, wie wir Beziehungen wahrnehmen und gestalten.

*Unser ressourcenorientierter Therapieansatz rückt den Menschen als soziales Wesen in den Mittelpunkt. Wir unterstützen unsere Patienten darin, die bisherige Funktion des Suchtmittels zu verstehen und ausgehend hiervon nach geeigneteren Möglichkeiten zur Befriedigung der zugrunde liegenden Bedürfnisse zu suchen. Beziehungs- und Bindungsarbeit bilden dabei eine zentrale Säule.*

Die Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen in den Heiligenfeld Kliniken erfolgt ganzheitlich und integrativ. **Ganzheitlich** aufgrund der Berücksichtigung von Körper, Geist und Seele, **integrativ** durch einen tiefenpsychologischen Schwerpunkt bei gleichzeitiger Anwendung verhaltenstherapeutischer, systemischer, kreativ- und körperorientierter Verfahren.

### Beziehung statt Sucht

Eine langfristig wirksame Therapie von Abhängigkeitserkrankungen erfordert ein multimodales Vorgehen. Einerseits ermöglicht die Teilhabe an der therapeutischen Gemeinschaft unseren Patienten, emotional korrigierende Beziehungserfahrungen zu erleben; andererseits wird in spezifischen Therapiegruppen – sowohl psychoedukativ als auch erlebnisorientiert – die konkrete Rolle des Suchtmittels besprochen und gemeinsam Alternativen erarbeitet. Die Kombination aus unterschiedlichen Angeboten und therapeutischen Methoden hilft dabei, die bisherige Funktion des abhängigen Verhaltens zu hinterfragen und langfristig funktionalere Problemlösestrategien aufzubauen.



## DER ERFOLG DER BEHANDLUNG: FÜHL- UND MESSBAR

Psychotherapie ist eine Arbeit an inneren Prozessen. Damit Veränderung geschehen kann, braucht es manchmal viel Geduld. Gleichzeitig beobachten wir immer wieder, wie aus Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit erst eine vorsichtige Zuversicht und schließlich neue Lebensfreude entstehen. Wir sind von der Wirksamkeit unserer Therapieangebote überzeugt, möchten aber natürlich auch sicherstellen, dass dieser Überzeugung objektive Ergebnisse zugrunde liegen. Deshalb überprüfen wir die Resultate unserer therapeutischen Arbeit fortlaufend, u. a. in Kooperation mit dem Universitätsklinikum Regensburg.

Ebenso bitten wir auch unsere Patienten selbst, eine Einschätzung des Behandlungserfolgs vorzunehmen.

Dabei zeigen sich neben einer deutlichen Besserung des Krankheitsverständnisses und einer spürbaren Linderung der psychischen und körperlichen Symptomatik vor allem positive Auswirkungen auf das Selbstwahrnehmen, auf die Zukunftseinstellung sowie insgesamt auf das seelische Wohlbefinden.

Die einweisenden Ärzte und Psychotherapeuten bestätigen dieses Ergebnis: **89 Prozent** erleben bei ihren Patienten eine Besserung der psychischen Symptomatik durch die Behandlung in unseren Kliniken.

# KURZZEITTHERAPIE

Wenn aus beruflichen, privaten oder sonstigen Gründen kein längerer Klinikaufenthalt in Anspruch genommen werden kann, bieten wir die Möglichkeit zu einer stationären psychosomatischen Kurzzeittherapie. Innerhalb von zwei bis vier Wochen soll es zu einer Stabilisierung und Regeneration kommen sowie individuelle Lösungs- und Bewältigungsstrategien entwickelt werden.

## Rahmenbedingungen der Behandlung

- Dauer: zwei bis vier Wochen, vollstationär
- Therapiedichte: mindestens 20 - 30 Std./Woche
- Therapieangebot: Montag bis Sonntag

## Ziele der psychosomatischen Kurzzeittherapie

- Stabilisierung und Regeneration durch den Rückzug aus dem Alltag
- Entwicklung von Lösungs- und Bewältigungsstrategien
- Erlernen von Methoden, um im Alltag mit Belastungen besser umzugehen
- die eigene Resilienz stärken
- Lebensziele definieren und stärken

Die Klinikgruppe Heiligenfeld bietet für Privatversicherte und Selbstzahler an drei verschiedenen Standorten eine stationäre Kurzzeittherapie an:

### **Parkklinik Heiligenfeld**

Privatkrankenhaus für psychische und psychosomatische Erkrankungen für Privatversicherte und Selbstzahler in Bad Kissingen

### **Psychosomatische Privatklinik Bad Grönenbach**

Privatkrankenhaus für psychische und psychosomatische Erkrankungen

### **Heiligenfeld Klinik Berlin**

Fachklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie für Privatversicherte und Selbstzahler



## SOZIALBERATUNG UND NACHSORGE

### Alles Wichtige für die Zeit danach

Für viele Menschen ist ein Klinikaufenthalt eine intensive Zeit der Veränderung und Neuorientierung. Häufig entsteht der deutliche Wunsch, einiges ab sofort anders zu machen – sei es beruflich oder privat. Doch wie genau kann das gelingen? Und welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Bereits in den letzten Wochen des Klinikaufenthalts sprechen Sie mit Ihrem Bezugstherapeuten, 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 weiterbehandelnden ambulanten Therapeuten
- Treffen ehemaliger 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



## UNSERE KLINIKEN

### **Parkklinik Heiligenfeld**

Privatkrankenhaus für psychische und psychosomatische Erkrankungen

### **Fachklinik Heiligenfeld**

Fachkrankenhaus für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

### **Rosengarten Klinik Heiligenfeld**

Fachklinik für Psychosomatische Rehabilitation

### **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 Berlin**

Fachklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie für Privatversicherte und Selbstzahler

### **Psychosomatische Privatklinik Bad Grönenbach**

Privatkrankenhaus für psychische und psychosomatische Erkrankungen

# 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 kompetenten Ansprechpartner klären sollten.

In vielen Fällen kann Ihnen bereits Ihr behandelnder Arzt oder Psychotherapeut weiterhelfen, etwa hinsichtlich der Frage, ob eine Rehabilitationsmaßnahme oder eine Krankenhausbehandlung für Sie in Frage kommt.

Darüber hinaus hilft Ihnen unser Team des Zentralen Aufnahmemanagements gerne weiter. Professionell, persönlich, unverbindlich!

## Kontakt | Zentrales Aufnahmemanagement

Heiligenfeld GmbH  
Zentr. Aufnahmemanagement  
Altenbergweg 6  
97688 Bad Kissinger

---

Mo. - Do. 7:30 - 18:00 Uhr  
Fr. 7:30 - 15:00 Uhr

Privatversicherte:  
Tel. 0971 84-4444  
info@heiligenfeld.de

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



**ANKE STOLLBERGER**  
*Leitung Zentrales  
Aufnahmemanagement*

# DIE KLINIKGRUPPE HEILIGENFELD

Unter dem Dach „Heiligenfeld“ vereinen wir sieben Fachkliniken mit dem Schwerpunkt Psychosomatische Medizin. Zugehörig ist auch eine Klinik für orthopädisch-unfallchirurgische, internistische, onkologische und uroonkologische Rehabilitation sowie für multimodale Schmerztherapie. Unser Hauptsitz befindet sich in Bad Kissingen.

Wir verfügen über eine Gesamtkapazität von 860 Betten und sind an fünf Standorten präsent: Bad Kissingen, Waldmünchen in der Oberpfalz, Uffenheim, Bad Grönenbach im Allgäu und Berlin. Für das Unternehmen Heiligenfeld arbeiten rund 950 Mitarbeiter.

Wir behandeln Erwachsene, Kinder, Jugendliche und Familien. Privat- wie auch gesetzlich Versicherte finden bei uns einen Platz .

Großen Wert legen wir auf ein respektvolles und achtsames Miteinander, im Kontakt mit unseren Patienten und Mitarbeitern. Dafür wurden wir bereits vielfach ausgezeichnet.

Federführende Kostenträger unserer Kliniken sind die gesetzlichen und privaten Krankenversicherungen, die Beihilfestellen sowie die Heilfürsorge, die Deutsche Rentenversicherung und Sozialhilfeträger.

Zu unseren wichtigsten Kooperationspartnern gehören niedergelassene Allgemein- und Fachärzte, Psychotherapeuten sowie zuweisende und nachsorgende Beratungs- und Fachstellen.

# 92 %

**unserer 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](mailto:info@heiligenfeld.de)

[www.heiligenfeld.de](http://www.heiligenfeld.de)



Alle Auszeichnungen: [ausgezeichnet.heiligenfeld.de](http://ausgezeichnet.heiligenfeld.de)