



Heiligenfeld
Kliniken



Hilfe in Zeiten der Corona-Krise

Stationäre psychosomatische
Therapie



EINE HERAUSFORDERUNG FÜR UNS ALLE

Die Situation, die wir aktuell erleben, ist in vielerlei Hinsicht beispiellos. Es herrscht Ausnahmezustand angesichts einer weltweiten Pandemie, die sich auf das Leben von uns allen in bisher ungekannter Form auswirkt – auf ganze Gesellschaften genauso wie auf jeden einzelnen Menschen.

Jetzt, etwa ein halbes Jahr nach dem Beginn der Corona-Krise, ist zwar so etwas wie eine „neue Normalität“ eingeleitet. Gleichzeitig befinden wir uns noch immer in einem Krisenmodus, dessen Ende nach wie vor nicht absehbar ist. Die Unsicherheit bleibt bestehen – vor allem auch mit Blick auf die beginnende „kalte Jahreszeit“ und die Gefahr einer zweiten Infektionswelle.

Bestmöglich wurde bisher versucht, den negativen Auswirkungen der Corona-Pandemie (bzw. der zu ihrer Eindämmung getroffenen Maßnahmen – Kontaktbeschränkungen, „Lock-down“ usw.) zu begegnen, von Seiten der Politik insbesondere in finanzieller Hinsicht. Doch wie steht es um die psychischen und psychosozialen Belastungen?



WIR LASSEN SIE NICHT ALLEIN!

Angesichts der Herausforderungen durch die Corona-Krise haben wir unser Therapieprogramm erweitert. **Drei verschiedene Angebote** berücksichtigen einerseits Ihre ganz persönliche Lebenssituation und greifen gleichzeitig genau die Belastungen auf, mit denen sich viele Menschen aktuell konfrontiert sehen:

- Meine soziale Isolation in der Krisenzeit
- Beziehung mit mir selbst, zu anderen, zur Gruppe
- Meine Krisenkompetenz – meine Stabilisierungsfähigkeit – meine Ressourcen
- Meine kreativen Fähigkeiten in der Krise
- Umgang mit Bedrohungsgefühlen und anderen krisenbedingten Gefühlslagen
- Die Sinnfrage im Spiegel der Krise
- Ein am eigenen Sinn orientiertes aktives Leben zwischen Über- und Unterforderung

Ziele der Behandlung

- Stabilisierung und Regeneration
- Angstbewältigung
- Erarbeitung funktionaler Lösungs- und Bewältigungsstrategien
- Ressourcenstärkung
- Förderung der Resilienz



KURZZEITTHERAPIE FÜR PRIVAT-VERSICHERTE UND SELBSTZAHLER

In der **Parkklinik Heiligenfeld** in **Bad Kissingen** sowie in der **Heiligenfeld Klinik Berlin** bieten wir Ihnen eine zwei- bis vierwöchige Kurzzeittherapie, die sich schwerpunktmäßig mit den Herausforderungen und Belastungen durch die Corona-Pandemie beschäftigt.

Rahmenbedingungen der Behandlung

- Dauer: zwei bis vier Wochen
- Intensive Einzel- und Gruppentherapie
- Therapieangebot: Montag bis Sonntag

Ziel ist das konstruktive Durchleben der Krisensituation. Mit dem Fokus auf den Teilbereichen „Soziales“, „Kompetenzen“ und „Sinnfindung“ sollen diejenigen Aspekte angesprochen werden, die wir aktuell als besonders relevant erachten – sowohl im Hinblick auf die Schwierigkeiten als auch hinsichtlich der Chancen, die sich möglicherweise durch die Krise ergeben.

Sollten Sie ein **Haustier** (Hund oder Katze) besitzen, so können Sie dieses problemlos zur stationär-psychosomatischen Behandlung mitbringen. Tiergerecht eingerichtete Zimmer stehen Ihnen in beiden Kliniken zur Verfügung.



KRISENGRUPPE FÜR GESETZLICH VERSICHERTE AUS BAYERN

In der **Fachklinik Heiligenfeld** in **Bad Kissingen** sowie in der **Heiligenfeld Klinik Uffenheim** haben Sie die Möglichkeit der Behandlung in unserer Krisengruppe. Konzipiert für eine kurzfristige Aufnahme zur Stabilisierung und Regeneration bei einer maximalen Behandlungsdauer von **14 Tagen**, legen wir auch hier den Fokus auf die spezielle Situation angesichts der Corona-Pandemie. Strukturierende und entlastende Therapieelemente finden genauso Anwendung wie eine behutsame Unterstützung in der Angstbewältigung, der emotionalen Stärkung und dem Aufbau wirksamer Stressbewältigungsmechanismen.

Die **Heiligenfeld Klinik Waldmünchen** ist spezialisiert auf die Behandlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Gerade durch die massiven Einschränkungen der Bewegungsfreiheit in den letzten Monaten ist von einer Zunahme häuslicher Belastungssituationen auszugehen. Hier bieten wir wirksame Hilfe und Unterstützung. Das Behandlungsprogramm richtet sich sowohl allgemein auf die Herausforderungen durch die Corona-Pandemie als auch insbesondere auf die sozialen und innerfamiliären Belastungen.



UMFASSENDE STATIONÄRE PSYCHOTHERAPIE

Eine Krisensituation wie die gegenwärtige globale Corona-Pandemie ist bisher beispiellos. Neben der Verschlechterung bereits bestehender psychischer Erkrankungen können auch Menschen, die bisher keine Beschwerden hatten, an eine Grenze kommen. Zwar wird bestmöglich versucht, durch eine Anpassung der professionellen Unterstützungsangebote – Telefonsprechstunden oder Begleitung via Videotelefonie – Hilfesuchenden eine Plattform zu bieten, doch in manchen Fällen reichen diese Maßnahmen nicht aus.

Für Menschen, die von einer psychischen Erkrankung betroffen sind, braucht es trotz der gegenwärtigen Einschränkungen adäquate und wirksame Therapieangebote. In der aktuellen Krisensituation versagen psychische Anpassungs- und Kompensationsmechanismen, bisherige Bewältigungsstrategien werden ganz oder teilweise unwirksam.

In den **Heiligenfeld Kliniken** bieten wir Ihnen neben den bereits beschriebenen Möglichkeiten zur kurzzeitigen psychosomatischen Therapie selbstverständlich auch eine **längerfristige Behandlung**. Eine bedarfsangepasste aufdeckende und strukturfördernde tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie wird hierbei mit verhaltenstherapeutischen, systemischen und körperorientierten Verfahren kombiniert.

*„Selbst der längste Weg
beginnt mit dem ersten Schritt.“*

Lao Tse







ACHTSAMKEIT UND MEDITATION

Die Rolle der Spiritualität war für uns schon immer zentral – lange bevor diese Denkweise im generellen Psychotherapieverständnis Einzug hielt.

Gerade jetzt – in Zeiten der Corona-Krise – werden viele Gewohnheiten, Überzeugungen und vielleicht sogar Lebenseinstellungen einer harten Prüfung unterzogen. In manchen Fällen stehen Existenzen auf dem Spiel, familiäre Beziehungen werden massiv strapaziert und die allgemeine Unsicherheit bezüglich der weiteren Entwicklung erzeugt anhaltenden Stress. In einer solchen Situation können Angebote der Achtsamkeit und Entspannung helfen, sich zu fokussieren, zur Ruhe zu kommen und vielleicht sogar eine hilfreiche Distanz zu aktuell nicht veränderbaren Umständen zu gewinnen.

Achtsamkeit und Meditation kann Ihnen bei der Angstbewältigung helfen und gleichzeitig dazu beitragen, das eigene Problemlösungspotenzial zu fördern. Werden Sie sich Ihrer Ressourcen wieder bewusster und stärken Sie Ihre Selbstwirksamkeit. Manchmal kann eine Krise auch dazu beitragen, einen Wandel einzuleiten, Veränderungen anzustoßen und das eigene Leben stärker an den persönlichen Bedürfnissen auszurichten. Auch hierbei können Elemente der Achtsamkeitspraxis und Meditation einen wertvollen Beitrag leisten.

WIR SIND FÜR SIE DA!

Klinikstatus / Kostenerklärung / Antragstellung

Unsere Krankenhäuser unterscheiden sich unter anderem über die jeweils zuständigen Kostenträger.

Einen ersten Überblick, welche Klinik gemäß Ihrem Versicherungsstatus passend wäre, finden Sie nachfolgend:

Kostenträger Private Krankenversicherung (im Volltarif), **Beihilfe** (in Verbindung mit einer Privaten Krankenversicherung) und **Selbstzahler*innen**:

- Parkklinik Heiligenfeld Bad Kissingen
- Heiligenfeld Klinik Berlin
- Heiligenfeld Klinik Waldmünchen

Kostenträger Gesetzliche Krankenkasse:

- Fachklinik Heiligenfeld Bad Kissingen
- Heiligenfeld Klinik Uffenheim
- Heiligenfeld Klinik Waldmünchen

Bei allen Fragen rund um das Aufnahmeverfahren beraten Sie unsere Teams im Aufnahmemanagement (Kontakt s. u.). Wir sind für Sie da und unterstützen Sie individuell auf Grundlage Ihres Versicherungsverhältnisses bei der Wahl der geeigneten Klinik.

Kontakt | Zentrales Aufnahmemanagement Bad Kissingen, Berlin und Uffenheim

Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen
Mo. - Do. 07:30 - 18:00 Uhr
Fr. 07:30 - 15:00 Uhr

Privatversicherte:
Tel. 0971 84-4444
info@heiligenfeld.de
Gesetzlich Versicherte:
Tel. 0971 84-0
info@heiligenfeld.de

Kontakt | Zentrales Aufnahmemanagement Heiligenfeld Klinik Waldmünchen

Krankenhausstraße 3
93449 Waldmünchen
Mo. - Do. 08:00 - 16:30 Uhr
Fr. 08:00 - 14:00 Uhr

Tel. 09972 308-0
waldmuenchen@
heiligenfeld.de

DIE KLINIKGRUPPE HEILIGENFELD

Leben lieben

„Letztlich ist wohl die Liebe am wichtigsten in unserem Leben.

Letztlich ist die Liebe die tiefste Botschaft der Religionen.

Letztlich besitzt die Liebe die größte Kraft zum Glück, zur Erfüllung, zur Heilung, zum Frieden, zur Kreativität.“

heiligenfeld-hilft.de

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