



Heiligenfeld
Kliniken



**Ganzheitliches
Behandlungsangebot
für Lehrkräfte**

» NIMMT IHNEN DER GANG IN DAS DER EINTRITT IN DEN KLASSENRAUM

DANI

Wussten Sie?

Rund 12 Prozent der Lehrkräfte werden wegen Dienstunfähigkeit in den vorzeitigen Ruhestand versetzt. Das durchschnittliche Alter, in dem Lehrerinnen und Lehrer wegen Dienstunfähigkeit in Pension gehen, liegt bei 58,9 Jahren.

Destatis Presse v. 12/2016

Konflikte, Stress und Überforderung in der Schule und im Privatleben sorgen für ein immenses Spannungsfeld. Oft ist es auch der eigene sehr hohe Anspruch, der nicht mehr aufrechterhalten werden kann.

Mögliche Symptome oder Ursachen

- Gefühl der Ohnmacht
- Distanzierungswünsche von den Schülern
- Arbeitsunlust
- Kompetenzzweifel
- Andauerndes Grübeln
- Zynismus
- Emotionale Empfindlichkeit
- Körperliche Beschwerden
- Streit mit Vorgesetzten oder Kollegen
- Vernachlässigung der so wichtigen Sozialkontakte
- Keine Erholung mehr an Wochenenden oder in schulfreien Phasen
- Konflikte mit vernachlässigenden oder überbehütenden Eltern

SCHULGEBÄUDE ODER M BUCHSTÄBLICH DEN ATEM? «

N BENÖTIGEN SIE DRINGEND HILFE.

Behandlungsindikationen

- Angstzustände
- Depression
- Erschöpfungs- und Burnoutzustand
- Akute und chronische Belastungsreaktion
- Trauma
- Persönlichkeitsstörungen, Borderline-Störungen
- Psychosomatische Störungen, z. B. Kopfschmerzen, Herz-, Kreislauf-, Magen-Darm- oder Wirbelsäulenbeschwerden
- Essstörung, Adipositas
- Suchtverhalten
- Berufliche und persönliche Identitätskrisen
- Lebenskrisen, Sinnkrisen, Glaubenskrisen

Eine Psychotherapie unterstützt Sie dabei, mit bestehenden Belastungen umzugehen und wirksame Bewältigungsmöglichkeiten zu finden. In manchen Fällen jedoch reicht eine ambulante Begleitung nicht aus.

Die psychosomatische Behandlung in den Heiligenfeld Kliniken ermöglicht es Ihnen, sich ganz auf Ihren Genesungsprozess zu konzentrieren. Die Therapieverfahren sind individuell an Ihre Bedürfnisse und Themen anpassbar und berücksichtigen gleichzeitig berufsspezifische Problemfelder. Eine jahrzehntelange Erfahrung in der erfolgreichen Behandlung von Lehrerinnen und Lehrern bildet dabei die Grundlage unserer Kompetenz.

DAS ANGEBOT

In den Heiligenfeld Kliniken bieten wir Menschen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen einen besonderen Ort, an dem Selbstbesinnung, Neuorientierung und Heilung möglich werden.

Ganzheitliches integratives Konzept

Unser therapeutisches Handeln bezieht alle Ebenen der Person mit ein: die erkrankte Seele, den Körper, die geistig-spirituelle Ebene, die sozialen Beziehungen und die berufliche Situation. Indem wir unsere Patienten als ganze Personen wahrnehmen, ihr Erleben und ihre individuelle Lebenssituation sehen, können wir ihre Bedürfnisse erkennen und ernst nehmen.

Das Behandlungssystem fußt auf dem Zusammenspiel von Einzeltherapie, Gruppenpsychotherapie, spezifischen Therapien und Milieuthherapie. Dabei liegt eine Betonung auf den erlebnisorientierten Therapiemethoden. Übungen zum Sozialverhalten und zur Alltagsvorbereitung sind fester Bestandteil der Behandlung. Möglichkeiten der Besinnung und Meditation bestehen als freiwillige Angebote.

7-TAGE-THERAPIE

Das Konzept der „7-Tage-Therapie“ zielt auf einen kontinuierlichen therapeutischen Prozess, der neben den Werktagen auch das Wochenende umfasst.

Dabei plant jeder Patient seine Behandlung zusammen mit dem Bezugstherapeuten ganz individuell, um therapeutische Elemente während des gesamten Wochenablaufs genauso zu berücksichtigen wie Phasen der Regeneration und des „Nichtstuns“.



„In den Heiligenfeld Kliniken verwirklichen wir ein Konzept der Verbundenheit und der Ganzheitlichkeit. Jeder Mensch ist uns wichtig, jede einzelne Person mit ihren körperlichen und seelischen Leiden.“

LEITLINIEN UND BEHANDLUNGSPFADE

Die Behandlung von Lehrerinnen und Lehrern folgt zunächst den klinischen Behandlungspfaden und Leitlinien, die sich aus der allgemeinen Diagnosestellung von psychischen und psychosomatischen Erkrankungen nach ICD-10 ergeben. Die allgemeinen indikationsbezogenen und die berufsspezifischen Behandlungspfade werden zu einer Gesamtbehandlungsstruktur integriert. So ergibt sich ein individueller Behandlungsplan für jeden Patienten, der die persönlichen Risikomuster berücksichtigen kann.

Individuelle Behandlung

Zentrale und tragende Figur in Ihrer Behandlung ist ein spezifisch geschulter Arzt oder Psychologe, der die Aufnahme- und Entlassungsuntersuchung durchführt, den individuellen Behandlungsplan erstellt und Sie über die gesamte Behandlungsdauer betreut. Er führt die notwendigen einzeltherapeutischen Gespräche und leitet eine spezifische Gruppenpsychotherapie (Kerngruppe), an der in der Regel alle Patienten, für die er zuständig ist, teilnehmen. Im Rahmen intensiver Teamarbeit wird die gesamte Behandlung koordiniert.

Kerngruppentherapie

Der Bezugstherapeut (Arzt oder Psychologe) leitet die sogenannte Kerngruppentherapie. In der vertrauensvollen Atmosphäre dieser Kleingruppe (ca. 8 Patienten), die sich mehrmals wöchentlich für 100 Min. trifft, können viele persönliche Themen besprochen und therapeutisch bearbeitet werden. In diesem Kontext lassen sich die biografischen



Für Lehrer mit Kindern

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



Wurzeln mancher Schwierigkeiten in Ihrem Lehreraltag aufdecken und verändern, wie z. B. irrationale Einstellungen, Prägungen durch die Eltern oder eigene belastende Kindheits- und Schulerlebnisse.

Meditation

Erfahrene Meditationslehrer bieten Ihnen eine fundierte Einführung in die stille Meditation an und begleiten Sie einfühlsam in die Vertiefungen meditativer Praxis. Alternativ werden morgens über Bewegung und Stimme weitere Zugangsformen zum Erleben der Verinnerlichung angeboten. Im täglichen Wechsel werden am Nachmittag viele unterschiedliche Meditationswege zum Kennenlernen vorgestellt.



BRINGEN SIE DOCH IHREN HUND MIT!

Im Heiligenfelder Zentrum für Tierbegleitete Therapie in Bad Kissingen bieten wir

Ihnen die bundesweit bisher einmalige Möglichkeit der psychosomatischen Behandlung zusammen mit Ihrem Haustier. In unseren Kliniken in Bad Grönenbach und Berlin ist die Mitnahme Ihres Tieres ebenfalls gestattet.



KREATIVTHERAPEUTISCHE UND KÖRPERTHERAPEUTISCHE BEHANDLUNGSVERFAHREN

In den Heiligenfeld Kliniken bieten wir verschiedene kreativtherapeutische, körperorientierte und sinngebende Therapiegruppen, unter anderem:

- Reflexion von beruflicher Identität und Rollenverhalten
- Selbstmanagement
- Atem- und Körperarbeit
- Kreativer Umgang mit aggressiven Impulsen, Selbstsicherheitstraining
- Familien- und Systemaufstellungen
- Kunsttherapeutische Maltherapie, Ausdrucksmalen
- Arbeit mit Lebensvisionen
- Therapeutisches Reiten
- Rhythmustherapie, Arbeit mit der Stimme
- Sanfte Bewegung im körperwarmen Wasser
- Wiederentdeckung der Sinne
- Gymnastik und Laufgruppe
- Krankengymnastische Behandlung



THERAPEUTISCHE GEMEINSCHAFT

Die therapeutische Gemeinschaft stellt das System gegenseitiger Unterstützung in der Klinik dar, welches den heilsamen Rahmen für Ihre Behandlung bietet.

Sie ist gleichzeitig wesentliches Element unseres Konzepts milieu- und soziotherapeutischer Arbeit. Elemente dieses Beziehungsfeldes sind im Wesentlichen:

- Morgenrunden, die auf Klinik und Therapiealltag bezogen sind
- Gesamtplenum zum Abschied und zur Begrüßung neuer Patienten
- Patientenversammlungen
- Therapeutische Großgruppen (Forum) zur Verbesserung kommunikativer Fähigkeiten und gegenseitiger Unterstützung
- Verteilung gemeinschaftlicher Aufgaben
- Patensystem zur Orientierungshilfe
- Vorträge zu Grundfragen von Gesundheit und Krankheit



SOZIALBERATUNG UND NACHSORGE

Bereits während Ihres Aufenthalts und nach der stationären Behandlung bieten wir Ihnen eine Reihe unterstützender Angebote und nach-betreuender Hilfen, um Ihnen den Übergang in den häuslichen, familiären und beruflichen Alltag zu erleichtern. Dazu zählen:

- Sozialberatung zu Fragen der gestuften Wiedereingliederung, Beamtenrecht, berufliche Neuorientierung etc.
- Transfergruppe zur Entlassungsvorbereitung
- Therapeutisches Einzelgespräch (2 bis 4 Wochen) nach der Entlassung
- Zusammenarbeit mit weiterbehandelnden ambulanten Therapeuten
- Sozialarbeiterische Sprechstunde nach der Behandlung
- Treffen der ehemaligen Patienten – Selbsthilfeseminar „Gemeinsam wachsen“
- Wochenendseminare der Akademie Heiligenfeld zur Unterstützung im Alltag
- Regionale Vernetzung ehemaliger Patienten in Selbsthilfegruppen
- Vermittlung von Selbsthilfegruppen und Beratungsangeboten
- Internet-Nachsorge-Chat
- Therapeutisch geleitete Nachsorgegruppen
- Sommerfest

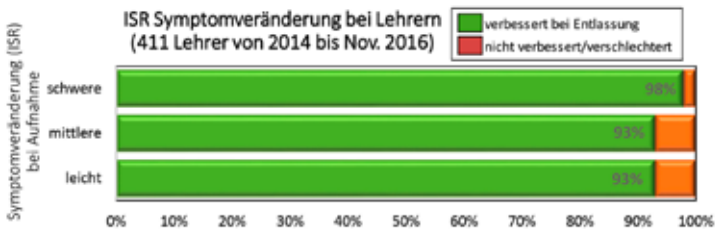
PATIENTENORIENTIERUNG

Wir möchten Sie optimal informieren und ermutigen, Ihre Behandlungsplanung aktiv mitzugestalten. Der Stärkung dieser eigenverantwortlichen Grundhaltung dienen verschiedene therapeutische Gruppen, die Themen wie Selbststeuerung und Lebensführung praxisnah vermitteln und den aktiven Transfer des Gelernten in die Lebenswirklichkeit zuhause vorbereiten.

Über den gesamten Therapieverlauf hinweg ermutigen wir Sie zu einer Mitgestaltung des Behandlungsplans – für eine „Therapie auf Augenhöhe“. Dies bezieht sich sowohl auf die Wahl verschiedener Therapieangebote als auch auf die Möglichkeit, den zuständigen Arzt oder Psychologen prinzipiell und nach eingehender gemeinsamer Erwägung wechseln zu können.

BEHANDLUNGSERGEBNISSE

Die Ergebnisse der therapeutischen Behandlung werden fortlaufend durch ein umfangreiches Evaluationsprogramm bewertet. Das ICD-10-Symptom-Rating (ISR) evaluiert Status und Schweregrad der psychischen Erkrankungen im Rahmen einer Selbstbeurteilung durch den Patienten.



Die im Verlauf der stationären Therapie erzielten Verbesserungen bleiben über den Nachuntersuchungszeitraum (Katamnese) hinweg weitgehend stabil.

DEN BERUF IM BLICK

Spezialgruppe »Lehrergesundheit« in der Parkklinik Heiligenfeld

Aufgrund des hohen Anteils an Lehrerinnen und Lehrern in der Parkklinik Heiligenfeld bieten wir Ihnen die Spezialgruppe „Lehrergesundheit“ als zentralen Bestandteil unseres berufsspezifischen Behandlungskonzepts. Kreativtherapeutische Methoden werden mit psychoedukativen Elementen verbunden, zentrale Aspekte der Lehrergesundheit durch Selbsterfahrung zugänglich und bewusst gemacht. Neue Wege und Handlungsalternativen können erprobt und eingeübt werden, damit sie als Werkzeuge im komplexen Schulalltag zur Verfügung stehen. Diese Gruppe dient der individuellen Persönlichkeitsentwicklung, dem Erfahrungsaustausch und der sozialen Vernetzung der Lehrer.

Inhalte »Lehrergesundheit«

➤ Identität

Nicht nur Lehrer, sondern auch Mensch sein

➤ Leistungsmotive

Eigene Leistungskonzepte überprüfen und hinterfragen

➤ Achtsamkeit

Achtsamkeit im Umgang mit sich selbst und anderen fördern, achtsames Wahren eigener Grenzen

➤ Stressbewältigung

Prioritäten setzen, Lern- und Fehlerkultur leben

➤ Werte

Werte definieren und leben, Umgang mit Werten und Konflikten

➤ Kommunikation

Auf unterschiedlichen Ebenen richtig kommunizieren, Abgrenzung und Konfliktmanagement lernen

➤ Führen

Von der Selbstführung zum führenden Begleiter



► Entspannung und Ausgleich

Abstand vom beruflichen Alltag finden, anderen Lebensinhalten Raum geben, sich mit berufsfremden Interessen beschäftigen, Ressourcen und Beziehungen pflegen

Lehrer-Sprechstunde

Wöchentlich wird eine Sprechstunde angeboten, in der Sie sich für Ihre ganz persönliche Belastungssituation im Schulalltag Rat holen können. So lassen sich die Themen der Spezialgruppe "Lehrergesundheit" im Einzelfall vertiefen und individuelle Lösungsansätze suchen. Auch können hier Fragen angesprochen werden, die über das Themenspektrum der Spezialgruppe hinausgehen. Außerdem dient die Lehrer-Sprechstunde der Weitergabe von Informationen und Anregungen für die Zeit nach der Klinik.

UNSERE KLINIKEN

mit speziellem Behandlungskonzept für Lehrer

Parklinik Heiligenfeld, Bad Kissingen

Fachklinik Heiligenfeld, Bad Kissingen

Rosengarten Klinik Heiligenfeld, Bad Kissingen

Psychosomatische Privatklinik Bad Grönenbach

Heiligenfeld Klinik Berlin

MACHEN SIE NEUE ERFAHRUNGEN!

Begeben Sie sich mit uns in den Prozess Ihrer heilenden Veränderung.

1. Sie rufen uns an, denn immer komplexer werdende Tarif- und Leistungsumfänge erfordern eine individuelle Beratung. Das Team des Aufnahmemanagements ist Ihnen gerne behilflich – kostenlos und unverbindlich.
2. Sie gehen zu Ihrem behandelnden Arzt. Er schreibt Ihnen aufgrund seiner gestellten Diagnose eine Einweisung für einen stationären Aufenthalt.

Kontakt | Zentrales Aufnahmemanagement

Heiligenfeld GmbH
Aufnahmemanagement
Altenbergweg 6
97688 Bad Kissingen

Tel. 0971 84-4444
info@heiligenfeld.de

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



ANKE STOLLBERGER

Leitung

Aufnahmemanagement

INFORMATION

Zentrales Aufnahmemanagement
der Heiligenfeld Kliniken
Telefon 0971 84-4444

lehrergesundheit.heiligenfeld.de



PRÄVENTION

Holen Sie sich unsere Kompetenz an Ihre Schule.

Wir bieten Ihnen deutschlandweit Präventionsvorträge und Workshops im Rahmen der schulischen Gesundheitsförderung. Dazu werden bewährte berufsbezogene Interventionen, Resilienzfaktoren sowie Entspannungstechniken anschaulich dargestellt.

Gesundheitsbildung und Prävention

Die Akademie Heiligenfeld bietet Vorträge, Seminare und Veranstaltungen zu ausgewählten Themen der Lehrer-gesundheit und stellt Fachreferenten für Veranstaltungen in Schulen und Verbänden.

Beratungsangebot | Ansprechpartner

Sabine Nasner steht Ihnen, neben dem Aufnahmemanagement, für Fragen zum Klinikaufenthalt zur Verfügung.



Rufen Sie mich an oder schreiben Sie mir eine Mail.

SABINE NASNER

Gesundheitsreferentin für Pädagogen

Tel. 0971 84-4304

sabine.nasner@heiligenfeld.de



Alle Auszeichnungen: ausgezeichnet.heiligenfeld.de



Heiligenfeld
Kliniken

www.heiligenfeld.de