

Aktuelle Mitteilungen aus den Heiligenfeld Kliniken



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

2016 neigt sich seinem Ende entgegen, in Bad Kissingen fallen die ersten zarten Schneeflocken. Den anstehenden Jahreswechsel möchten wir nutzen, um mit Ihnen zusammen sowohl zurück als auch nach vorne zu schauen: Auf aktuelle Entwicklungen in den Heiligenfeld Kliniken wie auch auf Zukünftiges in 2017. Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre, eine friedliche (Vor-)Weihnachtszeit und einen guten Start ins neue Jahr!

Herzliche Grüße, René Greiner | *Psychologe*



HOCHSENSIBILITÄT UND PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

Im letzten Heiligenfeld Newsletter lasen Sie ein Interview mit Dr. med. Mathias Kirchgäßner, leitender Arzt der Fachklinik Heiligenfeld, zum Thema „Hochsensibilität in der Psychotherapie“.

Die Beschäftigung mit dem Konzept der „Hochsensibilität“ hat insbesondere in den vergangenen 10 bis 15 Jahren deutlich zugenommen, sowohl hinsichtlich der Erforschung dieses Persönlichkeitsmerkmals als auch bezüglich des Umgangs hiermit. In der Parkklinik Heiligenfeld bieten wir seit 1. Oktober dieses Jahres ein erweitertes Therapiekonzept speziell für die Bedürfnisse hochsensibler Personen an.

Hochsensible Personen kennzeichnet u. a.

ein intensiveres Empfinden und Erleben, eine gründlichere Informationsverarbeitung sowie ein ausgeprägter Gerechtigkeitsinn. Sie neigen zu Perfektionismus und Gewissenhaftigkeit. Im zwischenmenschlichen Kontakt lassen sie ein hohes Maß an Empathie erkennen, sind überaus



feinfühlig für die Befindlichkeit anderer Menschen, lassen sich hierdurch jedoch auch – aufgrund einer geringeren Abgrenzungsfähigkeit – leichter in ihren eigenen Gefühlen beeinflussen. Man geht

heute davon aus, dass es sich um eine angeborene Besonderheit handelt, also als etwas in uns Liegendes, mit dem es umzugehen gilt, dass es kennenzulernen und in der Lebensgestaltung zu berücksichtigen gilt. Häufig zu beobachten sind deutliche Defizite im Selbstwerterleben, begleitet von dem Gefühl, „anders“ zu sein, nicht richtig dazuzugehören. Hiermit sind hochsensible Personen oftmals bereits seit ihrer Kindheit konfrontiert, bedingt durch Unverständnis der Bezugspersonen, ebenso wie durch die häufige „Nichterfüllung des gesellschaftlichen Ideals“ des extrovertierten, wettbewerbsorientierten und mitunter auch aggressiven Auftretens.

Insgesamt kann von einem erhöhten Risiko für die Entstehung psychischer und psychosomatischer Erkrankungen gesprochen werden. Depressionen und Burnout, Angsterkrankungen, Traumatisierungen oder auch somatoforme Störungen sind zu nennen.

... auf dem Weg zu einem guten Leben!

In den Heiligenfeld Kliniken werden diese Erkrankungen bereits seit mehr als 25 Jahren erfolgreich behandelt – durch die verstärkte Berücksichtigung der Hochsensibilität orientiert sich das Therapiekonzept jetzt noch deutlicher an den Bedürfnissen des einzelnen Patienten. In spezifischen Therapiegruppen wird neben generellen Informationen

zur Hochsensibilität der Fokus vor allem darauf gelegt, sich selbst mit der eigenen Empfindsamkeit besser kennen und auch schätzen zu lernen. Keinesfalls ist Hochsensibilität als etwas „Krankhaftes“ anzusehen! Eine erhöhte Vulnerabilität für psychische Belastungen und Erkrankungen ist jedoch gegeben. Im Rahmen der Behandlung geht es da-

rum, den Umgang mit der eigenen Hochsensibilität zu verbessern und auch die bisherige Lebensgeschichte unter dem Blickwinkel der Hochsensibilität anders einordnen zu können. ■

www.hsp.heiligenfeld.de

TOP-WERTE IN DER PATIENTENZUFRIEDENHEIT FÜR DIE ROSENGARTEN KLINIK HEILIGENFELD

Im aktuellen Bericht zur Reha-Qualitätssicherung der Deutschen Rentenversicherung Bund erzielte die Rosengarten Klinik Heiligenfeld ein hervorragendes Ergebnis. Befragt wurden 22.425 Rehabilitanden aus 271 Reha-Einrichtungen 8 bis 12 Wochen nach der stationären Rehabilitation.

In der Vergleichsgruppe der Psychosomatisch-psychotherapeutischen Reha-Einrichtungen konnte die Rosengarten Klinik Heiligenfeld bei dem Item „Zufriedenheit mit der Rehabilitation“ den Spitzenwert 1,7 erzielen (Vergleichsgruppe: durchschnittlich 2,1), auf einer Skala von 1 (sehr gut) bis 5 (schlecht). Das sind 94 von maximal 100 möglichen Qualitätspunkten (adjustiert) in der Bewertung der Deutschen Rentenversicherung.



Ein noch besseres Ergebnis erreichte die Rosengarten Klinik Heiligenfeld bei der Frage nach dem „Behandlungserfolg aus Sicht der Rehabilitanden“. Hier wurde seitens der befragten Patienten der subjektive Behandlungserfolg mit einem hervorragenden Ergebnis von 89% bewertet (in der Vergleichsgruppe

wurden durchschnittlich 67% erzielt). Das sind 100 von maximal 100 möglichen Qualitätspunkten (adjustiert) nach dem Bewertungssystem der DRV!

Ein großer Erfolg des Teams um Chefarzt Dr. Heinz-Josef Beine, auf den alle Mitarbeiter der Rosengarten Klinik Heiligenfeld sehr stolz sein können.

Im Übrigen wurden die Qualitätsergebnisse der Deutschen Rentenversicherung Bund in gleicher Weise durch die aktuelle Auswertung des unabhängigen, wissenschaftlichen Instituts für Qualitätsentwicklung in der Psychotherapie und Psychosomatik (IQP) bestätigt.

www.rosengartenklinik.heiligenfeld.de

EINE EHEMALIGE PATIENTIN BERICHTET

Die „Geburt der Fulna“

Was ist Heiligenfeld? Es ist gut, dass ich euch das als „Ehemaligen“ nicht erklären muss. Abgesehen davon, dass es schwer in Worte zu fassen ist, was dort eigentlich „gemacht wird“, ist es wahrscheinlich, dass Heiligenfeld für jeden von uns etwas bedeutet - je nachdem, was wir dort erlebten. Ich würde sogar sagen, je nachdem, wie es danach für uns weiterging. Denn natürlich sind wir alle in die Klinik gegangen, damit es uns danach besser gehen sollte.

Ich war zweimal in Heiligenfeld. Während meines ersten Aufenthalts habe ich gelernt, Menschen wieder zu vertrauen und mich ihnen anzuvertrauen. In meinem zweiten Aufenthalt habe ich gelernt, dieses Vertrauen nicht wieder zu verlieren, auch wenn sich Therapeuten und Gruppenmitglieder nicht so verhalten haben, wie ich es mir gewünscht hätte. Ich lernte, dass es trotzdem noch einen Weg „dazwischen“ gibt und dass ich mich nicht „wegmachen“ muss, wenn andere mich und mein Verhalten kritisieren. Wenngleich dieser letzte Aufenthalt auch viel schwerer durchzustehen war, so kam danach noch ein viel härterer Kampf auf mich zu: Der in der Realität „draußen“. Es war so, als ob alle Konflikte, die ich hinter mir gelassen hatte, in einer Art Donnerwolke wieder über mich hereinbrachen. Ich wusste nicht, gegen wen oder

was ich mich zuerst wehren sollte und vor allen Dingen wie. Der Vermieter wollte eine enorme Mieterhöhung, der neue Chef wollte eine Überprüfung der Dienstfähigkeit und hatte mich schon als „Frühverrentung“ abgeschrieben und meine Stelle war bereits ausgeschrieben, meine beste Freundin war in Australien und die einzige Traumtherapeutin, die auf meine Anfrage reagierte, wollte mich nicht nehmen, weil ich ja schon eine Nachsorgegruppe und einen Psychiater hätte. Ich war verzweifelt und fühlte mich kraftlos. In diesem Moment erschien vor meinem inneren Auge die zähe, rote Drachin Fulna. Sie war während der Intensivwoche unter der fürsorglichen Betreuung meiner damaligen Therapeuten entstanden. Mit ihren saphirblauen Augen blickte sie mich wütend an und zischte: -Jetzt reicht es mir aber! Ich habe die Faxen dicke! Dabei entströmte Rauch aus ihren schuppigen Nüstern und eine Stichflamme schoss aus ihrem Maul hervor. Ich blickte sie erstaunt an, doch dann fiel mein Blick wieder auf die Vorladung zum Versorgungsamt, das Mieterhöhungsschreiben und einige Strafzettel wegen Falschparkens. -Und nun?, fragte ich mein Krafttier. -Diesmal weichen wir nicht aus. Du nimmst jetzt endlich deinen Platz ein. Der steht dir zu! -Aber ich habe keine Kraft mehr, weiterzukämpfen. Es hat doch eh keinen Sinn, erwiderte ich. -Doch hat es! Und ich komme mit!, fauchte die Drachin und ihre Augen blitzten kampfeslustig auf. Ich seufzte. Zu allem Überfluss wurde ich am Tag vor der Dienstuntersuchung auch noch krank. -Egall!, brummte meine Drachin mir ins Ohr, als ich

am nächsten Tag wie benommen in die S-Bahn stieg. Es war schwer für mich auszuhalten, dass die Ärztin, die mir nun gegenüber saß, mit einem Federstrich über mein 36-jähriges Leben entscheiden konnte. Immer wieder drückte ich meine Füße fest auf den Boden und stellte mir vor, dass Fulna hinter mir wacht und mich verteidigt, so dass ich mich nicht mehr verteidigen musste und ganz ruhig und knapp Antwort gab. Die Ärztin las mir meine Fehlzeiten aus den letzten drei Jahren vor. Ich erkannte, dass es fatal ausgehen könnte, wenn ich jetzt etwas Rechtfertigendes über die Therapie sagte, so sehr mir diese auch geholfen hatte. Doch die Zahlen und die mehrmaligen Wiedereingliederungsversuche sprachen gegen mich. -Ich bin auf einem guten Weg, sagte ich mit fester Stimme. -Und ich brauche diese Wiedereingliederung, um anzuwenden, was ich gelernt habe. Ich bekam die Wiedereingliederung, kämpfte mit Fulnas Hilfe gegen den Argwohn des neuen Chefs und die aggressiven Schuldvorwürfe einer Abteilungsleiterin an. Und dann tat ich etwas, das mich unabhängiger gegenüber allen geringschätzenden Blicken und Widerständen machte: Ich schrieb ein Heilungsmärchen über Fulna. Damit wollte ich zugleich mir und anderen Mut machen, dass es sich nämlich lohnt, weiter zu kämpfen. Ich hoffe, dass ich Euch auch mit meiner „Geschichte“ Mut machen konnte. ■

Liebe Grüße und alles Gute auf Eurem Weg!
Renate

NEUER CHEFARZT IN DER PARKKLINIK HEILIGENFELD:

MATTHIAS GASCHE



Anfang Oktober 2016 hat Matthias Gasche, Facharzt für Psychotherapeutische Medizin mit dem Zusatztitel Sozialmedizin, seine Tätigkeit als Ärztlicher Direktor aller Heiligenfeld Kliniken aufgenommen und wird nach einer intensiven Einarbeitung in der Parkklinik die Geschäftsleitung in allen medizinischen Belangen unterstützen.

Bereits während seines Studiums kam Gasche in Kontakt mit humanistischen Behandlungskonzepten – die Erfahrungen, die er hierzu während eines Praktikums in der Psychosomatischen Klinik Bad Grönenbach sammelte, ließen ihn seitdem nicht mehr los. Nach einigen Jahren als Oberarzt hat er vor elf Jahren bei der Allgemeinen Hospitalgesellschaft (AHG) mit seinen Kolleginnen und Kollegen zwei Kliniken für ganztägige ambulante psychosomatische Rehabilitation aufgebaut. In diesem Zusammenhang entwickelte er verschiedene neue wohnortnahe Konzepte mit den Kostenträgern und Unternehmen der Regionen Düsseldorf und Essen. Seit rund zehn Jahren gehört Matthias Gasche dem Chefärztekreis für humanistisch integrativ arbeitende Kliniken (CHIPs) an.

Matthias Gasche ist verheiratet und Vater einer Tochter. In seiner Freizeit beschäftigt er sich gerne – neben seiner Familie – mit Sport und Musik, Achtsamkeit und Büchern.

Er freut sich sehr auf die neuen und anspruchsvollen Aufgaben, die ihn in den Heiligenfeld Kliniken erwarten.

CHRONISCHE RÜCKENSCHMERZEN - Orthopädische Rehabilitation in der Luitpoldklinik Heiligenfeld

Rückenschmerzen, die länger als 12 Wochen bestehen, werden als chronisch bezeichnet. Immer mehr Menschen, insbesondere Frauen leiden darunter. In vielen Fällen haben radiologisch sichtbare Veränderungen an der Wirbelsäule keine oder nur eine untergeordnete Bedeutung für die Beschwerden. Es wird häufig verkannt, dass für die Entstehung und Aufrechterhaltung von chronischen Rückenschmerzen psychosoziale Faktoren wie Hilflosigkeit, Depressivität, Angst, Rückzug und Krankheitsgewinn eine wichtige Rolle spielen, wenn nicht sogar den Prozess der Schmerzchronifizierung ursächlich triggern.

Ein ganzheitliches Therapiekonzept bei chronischen Rückenschmerzen basiert auf einem biopsychosozialen Modell, das Gesundheit und Krankheit als Ergebnis des Ineinandergreifens physischer, psychischer und sozialer Vorgänge beschreibt und dabei den gesamten Lebenshintergrund des Betroffenen in die Behandlung einbindet.

In der Luitpoldklinik Heiligenfeld werden Patienten mit chronischen Rückenschmerzen in einem komplexen Therapiefeld rehabilitiert. Zum einen werden körperorientierte Behandlungsformen wie Bewegungstherapie, Rückenschule und Entspannungstraining



durchgeführt, zum anderen werden Therapieelemente aus der Psychotherapie wie Psychoedukation, Psychohygiene und Achtsamkeitstraining angeboten.

„Chronischer Schmerz zeigt, dass sich ein Mensch im Schmerz verloren hat und aus diesem Schmerz nicht mehr herauskommt. Der chronische Schmerz drückt aus, dass der Betroffene nicht mehr nur Schmerzen hat, die z. B. von einer körperlichen Verletzung oder einer körperlichen Dysbalance herrühren, sondern sich insgesamt in einer Dysbalance befindet. Er findet nicht mehr ins innere und äußere Gleichgewicht“ (Prof. Johannes Wiedemann, zkm 2013; 6: 55-57) ■

www.orthopaedie.heiligenfeld.de

TIERBEGLEITETE THERAPIE: FAMILIENAUFSTELLUNG MIT HUND

Das Prinzip der Familienaufstellung ist nicht neu. Inzwischen hat es sich zu einem gängigen Verfahren in der Psychotherapie entwickelt. Weitestgehend neu hingegen ist, dass daran auch Hunde teilnehmen (können) – wie etwa in dem Modul „Familienaufstellung mit Hund“ in der Parkklinik Heiligenfeld.

Das Verfahren der systemischen Aufstellung mit Hund unterscheidet sich kaum von der herkömmlichen Familienaufstellung. Mit Hilfe von Stellvertretern, die in einer bestimmten räumlichen Zuordnung jeweils einen Part der Familie repräsentieren, versuchen Patient und Therapeut Rückschlüsse auf mögliche Spannungen und Konflikte zu ziehen.

Ziel ist es, Verständnis zu entwickeln und Erkenntnisse zu gewinnen, die in den weiteren Therapieverlauf integriert werden können.

Zentrale Fragestellungen dieses Moduls sind dabei: Welche Rolle spielt der Hund in unserem Familiensystem? Wie fühlt er sich dabei? Was braucht er? Wie ist es um die Würde des Tieres bestellt? Auf diese Weise sollen mögliche Verstrickungen aufgedeckt werden, in die der Hund involviert oder gar der Auslöser ist.

Dabei geht es ausschließlich um die gegenwärtige familiäre Situation und nicht um die detaillierte Analyse der Familienhistorie.



Im weiteren Verlauf der systemischen Aufstellung werden Lösungsszenarien entwickelt und diskutiert, die eine angenehme Atmosphäre für alle Beteiligten – so auch für den Hund – schaffen können. Die Reaktion des Hundes wird dabei permanent im Auge behalten.

In der Abschlussrunde reflektiert der Patient dann unter therapeutischer Anleitung die Erkenntnisse der Aufstellungsarbeit.

Dass sich dabei auch Änderungen im Umgang mit dem Hund ergeben, bleibt nicht selten aus. Von der Familienaufstellung mit Hund profitieren also alle Beteiligten gleichermaßen: Tierhalter und Hund. ■

INTENSIVWOCHE FÜR EHEMALIGE 2017

Auch in 2017 bieten wir unseren ehemaligen Patientinnen und Patienten die Möglichkeit, eine Intensivwoche in der Parkklinik Heiligenfeld zu erleben, und zwar an insgesamt vier Terminen:

20. bis 23. März 2017

26. bis 29. Juni 2017

4. bis 7. September 2017

4. bis 7. Dezember 2017

Die Intensivwoche beinhaltet insgesamt rund 26 Therapiestunden sowie zwei Einzelgespräche.

Die Anreise erfolgt jeweils am Sonntag und die Abreise am Freitag.

Der Preis beträgt 1.300 Euro; im Preis enthalten

sind fünf Übernachtungen und die volle Verpflegung in der Parkklinik Heiligenfeld.



Es können maximal 18 Personen an der Intensivwoche für ehemalige Patienten teilnehmen. Die Teilnahme erfolgt nach Eingang der Anmeldung.

Wir schicken Ihnen gerne das ausführliche Programm zu und freuen uns auf Ihre Anmeldung unter der Telefonnummer 0971 84-4444. ■

NEUE THERAPEUTEN-GELEITETE NACHSORGEGRUPPEN

10823 Berlin und 97072 Würzburg:
Werner Beutler, Mobil: 0177 6535872
E-Mail: wernerbeutler@gmx.de

37075 Göttingen
Amina Wotsch, Mobil: 0176 47797885
E-Mail: aminawotsch@gmx.de

48147 Münster
Karolin Kuhlmann, Tel.: 0251 39485730
E-Mail: kontakt@integralis-muenster.de

50999 Köln
Pascale Bonus, Mobil: 0157 52114782
E-Mail: pascalebonus@aol.com

L-1338 Luxembourg/ Bonnevoie
Claudia Hagersheimer, Tel.: +35 226649887
E-Mail: kontakt@integralis.lu



BILDUNG INMITTEN VON LEBEN - DIE AKADEMIE HEILIGENFELD STELLT SICH VOR

Die Akademie Heiligenfeld ist eine Bildungseinrichtung, die fachliche, persönliche und spirituelle Weiterentwicklung von Einzelpersonen, Institutionen und Unternehmen fördert. Sie bietet Bildungsangebote in dem Themenfeld „Lebenskunst“ mit den Schwerpunkten Kunst und Ausdruck, Tanz und Musik, Spiritualität und Selbstfindung sowie im Themenfeld „Wir“ der Partnerschaft und Beziehung an. Die Medizinische Akademie qualifiziert auf ganzheitliche Weise in der Psychotherapie, Psychosomatik, Medizin, Pflege und Gesundheitswirtschaft.

Aktuelle Seminarempfehlungen:

„Hochsensible Persönlichkeit - Bin ich Hochbegabt oder zu empfindlich? Vielleicht einfach Hochsensibel“

vom 14.07. - 16.07.2017 - Informationen, Übungen und Austausch.

„Leadership in Gesundheitseinrichtungen“ – 3-moduliges Intensivtraining

von März - September 2017 für Führungskräfte im Gesundheitswesen.

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.akademie-heiligenfeld.de

Tel: 0971 84-4600

info@akademie-heiligenfeld.de



TERMINE

Sommerfeste / Ehemaligentreffen in den Heiligenfeld Kliniken:

24.06.2017 Parkklinik

08.07.2017 Fachklinik, Rosengarten Klinik, Luitpoldklinik, Uffenheim, Waldmünchen

Selbsthilfegruppen Seminar „Gemeinsam Wachsen“

07. - 09.04.2017 und 22. - 24.09.2017

Anmeld.: Reiner Berthold, Tel.: 0157 58315115

E-Mail: Gemeinsam-wachsen@resilio.net

Weitere Termine in Bad Kissingen:

18. - 21.05.2017 Kongress „Liebe“

18.03.2017 Symposium „Hochsensibilität in der Psychotherapie“

20.09.2017 Symposium „10 Jahre Luitpoldklinik Heiligenfeld“

22.11.2017 Lehrersymposium „Integration - wie kann sie gelingen?“

Weitere Informationen und Anmeldung unter:
www.akademie-heiligenfeld.de, info@akademie-heiligenfeld.de oder 0971 84-4600



DIE HEILIGENFELD APP

Die Heiligenfeld Kliniken haben ihre App für das mobile Internet und für Smartphones weiterentwickelt. Diese App steht zum kostenlosen Download für Android und iOS zur Verfügung. In der App finden Sie aktuelle Informationen zu den Heiligenfeld Kliniken, alle Blogbeiträge, Videos rund um die Kliniken und vieles mehr.



Blieben Sie mit uns in Kontakt - folgen Sie uns!

www.heiligenfeld.de



Impressum

Herausgeber:

Heiligenfeld GmbH • Altenbergweg 6 • 97688 Bad Kissingen

Tel: 0971 84-0 • info@heiligenfeld.de • www.heiligenfeld.de

Redaktion: R. Greiner

Konzept/Realisierung: Heiligenfeld GmbH, C. Lang

Fotos: Heiligenfeld GmbH, www.fotolia.de

Hinweis: Wir weisen darauf hin, dass namentlich gekennzeichnete Beiträge nicht unbedingt die Meinung der Heiligenfeld GmbH wiedergeben. Alle Angaben sind ohne Gewähr, es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Version: 162