



Psychosomatische
Privatklinik
Bad Grönenbach





Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

auf diesen Seiten darf ich Ihnen unsere Klinik vorstellen. Die Privatklinik Bad Grönenbach ist ein besonderer Ort, um Krisen zu bewältigen und Konflikte zu lösen. Die Klinik bietet Ihnen den Schutz und Respekt sowie den Raum und die Begleitung, die Sie brauchen, um gesund zu werden. Hier können Sie Belastungen, Verluste und Traumata verarbeiten und Ihr Herz wieder für das Leben öffnen.

Ihr
Dr. med. Jochen von Wahlert

DIE KLINIK

Die Psychosomatische Privatklinik Bad Grönenbach liegt am Schlossberg, eingebettet in eine Parklandschaft mit schönem Blick auf den Markt Bad Grönenbach und dem gegenüberliegenden Stiftsberg. In wenigen Schritten erreicht man die Gärten des Schlosses mit den angrenzenden Wiesen und Wäldern.

Die Zimmer und die Behandlungsräume verteilen sich auf insgesamt fünf Gebäude, von denen vier miteinander verbunden sind. Nur ein Kreativhaus liegt am anderen Ende des Geländes. Die Häuser sind von einem parkähnlichen Garten umgeben mit Baumbestand, Kräuter- und Blumengarten, freier Fläche und einer Kneipp-Tretanlage.

Ausstattung, Komfort und Service sind geprägt von unserem Wunsch, Ihnen eine Umgebung zur Verfügung zu stellen, in der Sie im höchsten Maße entspannen können, um sich der Lösung Ihrer psychischen und psychosomatischen Schwierigkeiten zu widmen.

Mitmenschlichkeit und Wärme, Respekt und Empathie stehen im Zentrum der Behandlung.

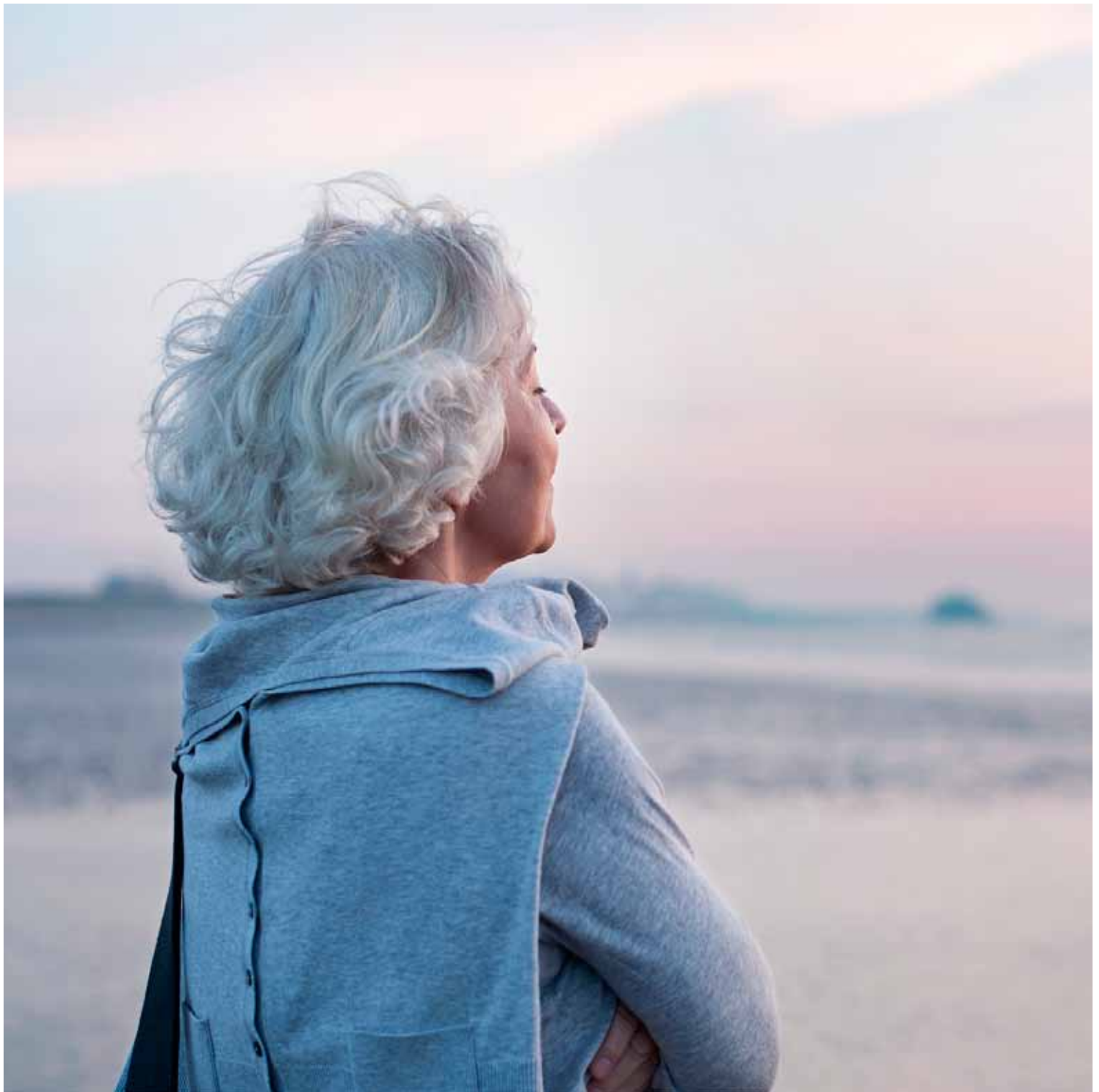
BEHANDLUNGSKONZEPT

Ein neues und innovatives therapeutisches Konzept erweitert den störungsorientierten Ansatz und orientiert sich an den Ressourcen und der Resilienz der Patienten. Dies geschieht vor dem Hintergrund der Erkenntnis, dass Menschen, die eine Quelle der inneren Kraft und des kreativen Ausdrucks gefunden haben, mit Schwierigkeiten und Leid deutlich besser umgehen können. Sie entwickeln Fähigkeiten, mit deren Hilfe sich ihre Symptomatik verbessert, sie ihre Widerstandskräfte stärken und zunehmend den Mut gewinnen, zu sich zu stehen und an sich zu glauben.

Die Behandlung erfolgt auf der Grundlage der tiefenpsychologischen Psychotherapie, ergänzt mit Methoden aus der humanistischen Psychotherapie, der Verhaltenstherapie, der Positiven Psychologie und Ansätzen, welche die Ressourcen und die Resilienz der Patienten fokussieren. Die Klinik bietet eine äußerst intensive psychische und medizinische Behandlung mit hoher Therapiedichte. Mit 60 Behandlungsplätzen ist die Klinik gut überschaubar.

Wir behandeln mit dem Verständnis, dass eine Krise oder Erkrankung Menschen auf den verschiedenen Ebenen trifft: körperlich, psychisch (oft ist im Kern das Selbstvertrauen beschädigt), seelisch, geistig und sozial oder beruflich. Wir verbinden medizinische und psychotherapeutische Behandlung mit körperbezogenen Therapien, kreativen Methoden, realitätsbezogener Soziotherapie, Entspannungsverfahren, Meditation und dem heilenden Feld der therapeutischen Gemeinschaft. Schulenübergreifend kommen neben der Tiefenpsychologie und der Verhaltenstherapie gestalttherapeutische, systemische und körperpsychotherapeutische Methoden zum Einsatz.





BEHANDLUNGSINDIKATIONEN UND QUALITÄTSSICHERUNG

Es werden Patienten mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen behandelt. Schwerpunkte stellen dar:

- Depressionen
- belastungs- und erschöpfungsbedingte psychische Erkrankungen, Burnout
- psychische Störungen bei Lebenskrisen
- somatoforme Störungen, Schmerzstörungen
- Traumafolgestörungen, (komplexe) Posttraumatische Belastungsstörungen
- akute Belastungsstörungen, Anpassungsstörungen
- Angst- und Zwangserkrankungen
- Essstörungen
- psychische Erkrankungen bei Beziehungs- und Sexualstörungen

Die Behandlungsstruktur folgt den klinischen Leitlinien und Behandlungspfaden, die sich aus der allgemeinen Diagnosestellung (nach ICD 10) ergeben. Diese Leitlinien wurden für alle wesentlichen psychischen und psychosomatischen Erkrankungen in Übereinstimmung mit den evidenzbasierten Leitlinien der wissenschaftlichen Fachgesellschaften klinikintern entwickelt und für eine stationäre Behandlung spezifiziert.

Es werden umfangreiche Qualitätssicherungsmaßnahmen durchgeführt. Die Ergebnisqualität wird mit wissenschaftlich validen psychometrischen Verfahren gemessen und regelmäßig veröffentlicht.



BEHANDLUNGSPROGRAMME

Je nach Schwere der Erkrankung, der entsprechenden Indikation, den terminlichen Möglichkeiten des Patienten und der angeratenen bzw. gewünschten Zeit variieren Dauer und Programm der Behandlung. Wir bieten in der Psychosomatischen Klinik Bad Grönenbach zwei Behandlungsprogramme:

Intensive Kurztherapie

Die intensive Kurztherapie dauert zwei bis drei Wochen. Sie ist geeignet bei beruflichen Identitätskrisen, Lebenskrisen, chronifizierten Überlastungsreaktionen, beispielsweise mit psychosomatischen Symptomen und beginnendem Missbrauchsverhalten. Neben Möglichkeiten zur raschen Regeneration steht die fokussierte Bearbeitung der Problemlage und eine Verbesserung des Selbstmanagements und der Lebensführung im Vordergrund.

Umfassende stationäre Psychotherapie

Eine umfassende stationäre Psychotherapie ist angezeigt bei allen wesentlichen psychischen und psychosomatischen Erkrankungen. Nach diversen wissenschaftlichen Studien sind mindestens sechs Wochen Behandlung erforderlich, um einen tiefer gehenden und nachhaltigen Therapieeffekt zu erzielen. Komplexe Krankheitsbilder erfordern z. T. auch längere Behandlungen oder eine Wiederholung der stationären Therapie.



DER THERAPEUTISCHE RAHMEN

Zentrale und tragende Figur der Behandlung ist der Arzt bzw. Psychologe (Bezugstherapeut), der die Behandlungen koordiniert und integriert. Er erstellt mit jedem Patienten einen individuellen Behandlungsplan, führt die Einzelpsychotherapie durch und sorgt für den roten Faden in der Therapie.

Die Patienten werden einer so genannten Kerngruppe zugeordnet, die aus acht Personen besteht. Die Therapie in der Kerngruppe findet dreimal wöchentlich in einem eigenen festen Gruppenraum statt und dauert jeweils 100 Minuten. Sie stellt für die Patienten während ihres Aufenthalts die engere Heimat dar.

Eine Behandlungsintensität von 20 bis 30 Stunden Patienten-Therapeuten-Kontakt pro Woche sowie klar strukturierte Therapieprogramme und Tagesabläufe ermöglichen eine hohe Behandlungseffektivität. Zusätzlich werden Zeiträume und Anleitung für eigenständiges kreatives, kontemplatives und therapeutisches Arbeiten angeboten.



DAS INTEGRATIVE BEHANDLUNGSANGEBOT

Einzeltherapie

In der Einzeltherapie werden Inhalte besprochen, die einen besonderen Schutz brauchen. Ihnen steht während der gesamten Behandlung ein spezifisch geschulter und erfahrener Arzt oder Psychologe zur Seite.

Gruppentherapie

Im Gruppengespräch und in gemeinsamen Übungen können individuelle Problemlagen aufgedeckt, frühere Erlebnisse durchgearbeitet und neue Schritte ausprobiert werden. Die therapeutische Arbeitsweise integriert erfahrungsbezogene Methoden: Aufstellungen, Psychodrama, Gestaltarbeit; es kommen Tanz- und Bewegungsübungen zum Einsatz, die helfen, die emotionale Seite durchzuarbeiten, Klarheit zu gewinnen und Neuorientierung zu erreichen.

Spezifische Körpertherapien

Die Körpertherapie umfasst körperorientierte Traumatherapie, körpertherapeutische Verfahren, psychosomatische Massagen, psychosomatische Physiotherapie, Wirbelsäulenarbeit, Tanz- und Bewegungstherapie. Die Sporttherapie bietet Ausdauer- und Koordinationstraining, Dehnungsarbeit und Gymnastik an.

Die verschiedenen körpertherapeutischen Angebote erhöhen das Körperbewusstsein. Belastungen können so körperlich verarbeitet werden und Inhalte des Körpergedächtnisses für die Behandlung zugänglich gemacht werden.

Kreativität und Ressourcentherapie

Sie können zusammen mit uns aus einem Angebot wählen, das Ihnen die Möglichkeit für eine „vertiefte Erfahrung“ bietet: entweder im künstlerisch-kreativen Bereich, mit Musik, Stimme, Körper und Bewegung, mit Naturerfahrungen oder mit Handwerk und Garten. Wir zeigen Wege auf zur eigenen Kreativität und den Quellen von Selbstwirksamkeit, Selbstvertrauen, Ausdruck und schöpferischer Kraft.

Meditation und Entspannung

Es besteht die Möglichkeit zu Besinnung, Gebet und Meditation in einem jederzeit zugänglichen Raum der Stille. Zur gezielten Entspannung werden Autogenes Training, Progressive Relaxation und gelenkte Entspannungsformen angeboten. Meditationsgruppen wie geführte Meditationen, stille Meditation u. Ä. finden im Wechsel statt. Achtsamkeitsübungen stellen einen weiteren Schwerpunkt dar.



AMBIENTE UND SERVICE

Die Bauweise und die ästhetische Gestaltung unserer Gebäude schaffen einen angenehmen Lebensraum, in dem es den Patienten leicht fällt, sich auf die Therapie zu konzentrieren. Die Atmosphäre der Räume und die hochwertige, geschmackvolle Ausstattung vermitteln ein Gefühl von Wärme und Geborgenheit. Die Patientenzimmer, Gemeinschafts- und Therapieräume laden ein zum Wohlfühlen und bieten Gelegenheit zu Stille und Besinnung.

Mit unserem persönlichen Service begleiten wir unsere Patienten von der ersten Kontaktaufnahme bis zum Ende ihres Aufenthalts. Es besteht ein breites Spektrum für selbstorganisierte Freizeitaktivitäten: Wanderungen in den ausgedehnten Naturschutzgebieten, Bergtouren, Langlauf, Beachvolleyball, Kanufahren auf der Iller, Heißluftballon, Golf. In der Umgebung gibt es zahlreiche attraktive Ausflugsziele und die lebendigen Städte Memmingen und Kempten mit vielerlei kulturellen Angeboten.



ERNÄHRUNG

Bewusstheit für das Essen und eine gesunde Ernährung gehören nach unserem Verständnis zu einem ganzheitlichen Klinikkonzept.

Wir passen unser Ernährungskonzept laufend den aktuellen Erkenntnissen und Erfordernissen an und bieten unseren Patienten geschmackvolle, gesunde und vollwertige Mahlzeiten. Unser Ernährungsangebot orientiert sich an den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.

Wir bevorzugen regionale Produkte aus biologischem Anbau und artgerechter Tierhaltung und bieten eine Menüwahl mit Vollwertkost an. Produkte aus „gerechtem Handel“ sind für uns selbstverständlich. Rein vegetarische Ernährung und medizinisch angezeigte Diätformen sind möglich.





DER WEG IN DIE KLINIK

Wir sind für Sie da unter ☎ 08334 394-0

Kontaktieren Sie uns für ein Beratungsgespräch oder vereinbaren Sie ein Vorgespräch mit einem unserer Fachärzte. Auch eine Hausführung in der Klinik ist auf Ihren Wunsch im Vorfeld möglich.

Aufnahme und Kostenübernahme

Wir benötigen folgende Unterlagen:

- den Selbstdarstellungsbogen
- den Aufnahmeantrag
Erhältlich über das Aufnahmemanagement oder als Download unter www.psychosomatische-privatklinik.eu.
- einen aktuellen Befundbericht des behandelnden Arztes oder Therapeuten
- ggf. Entlassberichte von früheren stationären psychosomatischen oder psychiatrischen Klinikaufenthalten

- ggf. Kostenzusage der privaten Krankenversicherung
- eine Bestätigung der Beihilfestelle (nur für Beihilfeberechtigte)

Wir führen für Privatversicherte und/oder Beihilfeberechtigte stationäre Krankenhausbehandlungen entsprechend der Beihilfeverordnung und der Mustervertragsbedingungen der privaten Krankenversicherung durch. Für Selbstzahler wird vor Aufnahme eine Vorauszahlung für den Zeitraum von zwei Wochen fällig.



HERRLICHES BAD GRÖNENBACH

Bad Grönenbach ist ein kleiner lebendiger Ort in der Voralpenlandschaft des bayerischen Allgäus, südlich von Ulm (ca. 70 km) und ca. 80 km vom Bodensee entfernt gelegen. Der Markt Bad Grönenbach ist ein anerkanntes Kneippheilbad und bietet ein attraktives Angebot von guten Einkaufsmöglichkeiten, einen Wochenmarkt und gemütliche Cafés und Restaurants.

Die Klinik ist in der Nähe des Ortskerns am Hang des Schlossbergs gelegen, der mit historischen Gebäuden und dem Kreislehrgarten, einem Park und Spazierwegen eine attraktive Umgebung bietet.

Anreise

Mit der Bahn: Regionalexpress von Ulm, Bahnhof Bad Grönenbach

Mit dem Auto: A7 von Ulm Richtung Füssen, Ausfahrt Bad Grönenbach

Mit dem Flugzeug: Allgäu Airport Memmingen

Für unsere Patienten steht ein kostenloser Transportservice zur Klinik zur Verfügung.



Psychosomatische
Privatlinik
Bad Grönenbach

Am Schlossberg 6
87730 Bad Grönenbach
Telefon: +49 (0)8334 394-0
Fax: + 49 (0)8334 394-8000
E-Mail: info@psychosomatische-privatlinik.eu
www.psychosomatische-privatlinik.eu