

Ganzheitliches Konzept für Körper, Geist und Seele

Die Wollmarshöhe im Überblick

„Die Wollmarshöhe“, bei Bodnegg zwischen Ravensburg und Wangen gelegen, ist seit 1993 ein Zentrum, das sich an der Einheit von Körper, Geist und Seele orientiert und auf zwei Säulen ruht: Der Klinik Wollmarshöhe und dem Seminarzentrum Wollmarshöhe. Die Klinik Wollmarshöhe, ein privates Fachkrankenhaus für psychosomatische Medizin, arbeitet nach einem ganzheitlichen, integrativen Konzept. Das heißt, klassische Verfahren der Schulmedizin werden durch anerkannte Verfahren aus dem Bereich der Komplementärmedizin ergänzt. Hinzu kommt der Schwerpunkt "Neuropsychologie / Neurologie" (2008) sowie das Angebot der Kurzzeittherapie, bei Burn out und Stressfolgeerkrankungen (2011). Hiermit wird den enormen neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen über Zusammenhänge und Wechselwirkungen von Körper, Seele und Geist sowie den gesellschaftlichen Entwicklungen Rechnung getragen.

Die Klinik bietet sowohl ambulant als auch stationär ein spezifisches Programm zur Behandlung kognitiver, psychoemotionaler und körperlicher Defizite an. Das 1998 gegründete Seminarzentrum konzentriert sich auf Persönlichkeits-, Team- und Prozessentwicklung, das angegliederte Institut für Erfahrungslernen (**infer**: www.erfahrungslernen.info) konzentriert sich auf Forschung und Vermittlung gegenwartsbezogener, gesundheitspraeventiver Lernstrategien in allen gesellschaftlichen Bereichen. Das Seminarzentrum Wollmarshöhe als auch das Institut bieten hierzu eine Fülle von speziellen Aus- und Fortbildungen an, insbesondere für Ärzte, Therapeuten, Psychotherapeuten und Psychologen. Zusätzlich werden Konzepte zum Aufbau eines betrieblichen Gesundheitsmanagements individuell entwickelt und umgesetzt.

Ein wichtiges Verfahren hierbei ist die psychophysische Exposition (PPE) mit erfahrungsorientierten Elementen unter Einbeziehung von In- und Outdoor-Elementen. In diesem Sinne wurde der alte Hochseilgarten, einer der ersten Hochseilgärten in Deutschland, durch einen Hochseilgarten und Niederparcours der zweiten Generation ersetzt. Der neue Hochseilgarten ist viermal so groß und bietet über 40 speziell angeordnete Übungsmöglichkeiten. Hochseilgarten und Niederparcours dienen als Lehr- und Lernraum, mit den eigenen Stärken und Schwächen und daraus resultierenden Verhaltensmustern umzugehen und insbesondere gesundheitsfördernde (salutogenetische) Ressourcen zu entwickeln. Die Effizienz dieser Methode belegt eine in Kooperation mit der Universität Heidelberg entstandene Studie, die das erfahrungsorientierte Lernen in der Psychotherapie untersucht und 2008 veröffentlicht wurde. Eine Follow up-Studie wurde 2010 und 2011 veröffentlicht und bestätigte die positiven Ergebnisse.

Mit der kontinuierlichen Erweiterung des Leistungsspektrums der Wollmarshöhe seit 1993 ging die räumliche Erweiterung einher. 2008 wurde im Zusammenhang mit einem der neuen Schwerpunkte der Klinik "Neuropsychologie / Neurologie" ein stilvoller Anbau mit neuen Seminar- und Therapieräumen fertig gestellt. Ein weiterer fünfstöckiger Anbau mit zusätzlichen Therapieräumen und Patientenzimmern sowie Therapeutischem Schwimmbad wurde 2009 geplant und 2010 realisiert. Seit Beginn 2011 ist der Neubau in Betrieb, die feierliche Eröffnungswoche findet im Mai / Juni 2011 statt.

Neben dem Seminarzentrum gibt es – umgeben von einer großzügigen Gartenanlage mit Pool – ein eigenes Seminarhaus. Die Seminar- und Arbeitsräume sind mit modernster Technik ausgestattet, als Unterkunft für externe Seminarleiter oder Trainer stehen mehrere Zimmer zur Verfügung, ein offener Kamin unterstreicht das exklusive Ambiente. Darüber hinaus besitzt die Wollmarshöhe ein geräumiges, ländlich gestaltetes Gästehaus, das Marschallhaus.

(www.wollmarshoehe.de)

Die Klinik Wollmarshöhe

Häufig leiden Patienten unter Krankheitsbildern, für die eine rein symptomorientierte Medizin keine befriedigende Erklärung findet. „Die Ursachen vieler Erkrankungen lassen sich nur durch eine ganzheitliche Betrachtung verstehen, denn Körper, Seele und Geist bilden eine Einheit. Deshalb erfordert auch die Therapie die Einbeziehung des ganzen Menschen und nicht nur die Behandlung der Symptome“, so Prof. Dr. med. Kilian Mehl, Leiter und Ärztlicher Direktor der Klinik Wollmarshöhe. Auf dieser Erkenntnis ist das ganzheitliche, integrative Therapiekonzept der Klinik als Fachkrankenhaus für psychosomatische und internistische Medizin, Neuropsychologie/Neurologie und Psychiatrie ausgerichtet. Das bedeutet, dass bei der Behandlung der Patienten traditionelle schulmedizinische Standards mit wissenschaftlich gesicherten Verfahren der Naturheilkunde, der Homöopathie sowie mit Methoden der Psychotherapie und der Neuropsychologie verbunden werden.

Das Behandlungsangebot richtet sich schwerpunktmäßig an Patienten mit multifaktoriell begründeten Symptombildern, funktionellen Störungen, akuten psychophysischen Dekompensationen, psychischen Krisen, Anpassungsstörungen, Erschöpfungszuständen, Depressionen, Essstörungen, Burn out, Parkinson, Multipler Sklerose und neuropsychologischen Störungen. Nach umfassender medizinischer, psychologischer und neuropsychologischer Diagnostik wird ein Therapiekonzept erstellt. Derzeit acht Ärzte, drei Psychologen, ein Neuropsychologe und das interdisziplinäre, erfahrene, hoch qualifizierte Team der Klinik erstellen danach ein individuelles Programm. Dabei wird der Art der Erkrankung ebenso entsprochen wie der Persönlichkeit des Patienten.

Voraussetzung für den bestmöglichen Behandlungserfolg ist die therapeutische Partnerschaft mit dem Patienten.

Das Therapiespektrum umfasst, neben der klassischen somatischen Behandlung, Naturheilverfahren, komplementärmedizinische Verfahren sowie aufdeckende und übende psychotherapeutische und neuropsychologische Methoden. Dabei handelt es sich ausschließlich um anerkannte und seriöse Verfahren, welche die Schulmedizin sinnvoll ergänzen. Außenseitermethoden und so genannte Alternativtherapien werden nicht angewandt. (www.klinik-wollmarshoehe.de)

Neuropsychologie / Neurologie an der Klinik Wollmarshöhe

Essentieller Bestandteil einer erfolgreichen, ganzheitlichen psychosomatischen Behandlung ist die Einbeziehung neuester Forschungsergebnisse. Hier seien aktuell die Erkenntnisse der Hirnforschung und die Bereiche Neuropsychologie und Neurologie erwähnt, die sich mit den Zusammenhängen zwischen Erleben / Verhalten und den zu Grunde liegenden biologischen Prozessen befassen.

Mit der Integration der Neuropsychologie übernahm die Klinik Wollmarshöhe 2008 deutschlandweit wiederum eine Vorreiterfunktion, indem sie aktuelle Erkenntnisse der Neurowissenschaft konsequent in ein integriertes Behandlungskonzept umsetzt. Dieses bietet auch neurologisch und kardiologisch vorerkrankten Patienten ein individuell zugeschnittenes Diagnostik- und Therapieprogramm. Ziel ist es, neuropsychologische Defizite auszugleichen oder zu kompensieren. Das Trainingsprogramm umfasst PC-gestützte kognitive Trainingsverfahren, mentales Training mit Imaginationsverfahren, Gedächtnistraining, Entspannungsverfahren, körperliches Aufbautraining und psychoemotionales Kompetenztraining, zum Beispiel Erfahrungslernen auf dem Hochseil. Unter anderem können in diesem Rahmen auch die medizinisch-psychologischen Aspekte der Fahreignung begutachtet und in einem Fahrsimulator unverbindlich untersucht und trainiert werden.

Die Leistungen der Neuropsychologie / Neurologie stehen sowohl stationär als auch ambulant zur Verfügung.

Für genauere Informationen klicken Sie bitte:

<http://www.wollmarshoehe.de/neu/klinik/050abtneurologie.php>

Stationäre Kurzzeittherapie bei Burn out und Stressfolgeerkrankungen an der Klinik Wollmarshöhe – Neues Behandlungsmodul: „Kurzzeittherapie“ für Menschen nach akutem Zusammenbruch infolge Dauerüberlastung, v. a. im Beruf

Unter dem wachsenden Druck in unserer Gesellschaft dekompensieren auch immer mehr Menschen mit weitgehend intakten psychischen Grundfunktionen. Sie entwickeln ein Burn out-Syndrom bis hin zu Symptomen einer schweren Depression: Inneres Getriebensein, negativistisches Grübeln, Erschöpfung, Frustration, Antriebslosigkeit, Apathie. Es können sich Angst- und Paniksymptome zeigen, vielfältige funktionelle Störungen (Schlaflosigkeit, Kopf- oder Rückenschmerzen, Verdauungsstörungen etc.) bis hin zu manifesten Stressfolgeerkrankungen (z. B. Bluthochdruck). Und irgendwann kommt der Punkt, wo gar nichts mehr geht.

Hier reicht eine ambulante Psychotherapie meist nicht mehr aus, u. a. weil unbedingt ein Abstand zum Spannungsfeld hergestellt werden muss. Auf der anderen Seite gibt es oft Zwänge, die eine baldige Wiederaufnahme der Arbeit wünschenswert machen (Führungsposition, Selbstständigkeit).

Genau für diese immer häufigere Zwangslage haben wir unsere Kurzzeittherapie konzipiert.

In einem vierwöchigen stationären Aufenthalt konzentrieren wir uns darauf, neben einer körperlichen Intensiv-Reenergetisierung Kompetenzen zur Selbsthilfe maximal aufzubauen (Stressmanagement, Selbstmanagement, Entspannungsverfahren).

Basierend auf den Prinzipien der achtsamkeitsbasierten und kognitiven Verhaltenstherapie arbeiten wir schwerpunktmäßig mit Einzelgesprächen, Gruppentherapie und Multimedia-basierter Wissensvermittlung.

Die stationäre Kernzeit ist eingebunden in eine vor- und nachstationäre Betreuung, die sofortige Unterstützung bietet und eine nachhaltige Wirkung sicherstellt.

Für genauere Informationen klicken Sie bitte:

<http://www.wollmarshoehe.de/neu/klinik/035kurzeittherapie.php>

Hochseilgarten und Niederparcours (Highrope Wollmarshöhe)

Eine besondere Einrichtung, welche die Klinik Wollmarshöhe weit über die Region hinaus bekannt machte, ist das „Highrope Wollmarshöhe“. Die Wollmarshöhe entwickelte mit den jetzt führenden deutschen Hochseilgartenkonstrukteuren (faszinatour GmbH) Mitte der 90er Jahre die ersten Hochseilgärten in Deutschland. Zwei Hochseilgärten und ein Niederparcours (1997 und 2004 errichtet) wurden auch für Verfahren der psychophysischen Exposition zu therapeutischen Zwecken genutzt. Im Frühjahr 2009 wurde ein Hochseilgarten der zweiten Generation errichtet. Auch er besteht aus zwei Ebenen und ist viermal so groß wie das Urmodell. Auch Statik und Konstruktion sind verändert und entsprechen der EU-Norm. Ebenfalls entspricht die Erneuerung des Niederparcours den langjährigen Erfahrungen sinnvollen Vorgehens in Erfahrungstherapie und erfahrungsorientiertem Lernen. Die Anlagen bieten Klienten die Chance, sich in einem klar begrenzten Raum und mit Begleitung geschulter Trainer und Therapeuten erfahrungsorientierten Methoden zu stellen, mit daraus resultierenden Verhaltensmustern umzugehen und neue Ressourcen in sich zu entdecken.

Die in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Psychosoziale Medizin der Uniklinik Heidelberg durchgeführte kontrollierte Evaluationsstudie „Erfahrungsorientiertes Lernen in der Psychotherapie“* zeigte deutlich die positive Wirkung dieser erfahrungs- und handlungsorientierten Maßnahme. Die Patienten, die in das psychotherapeutische Expositionsverfahren auf dem Hochseil einbezogen waren, erzielten insgesamt positivere Veränderungen von Gesamtbeeinträchtigungen, Depressivität, Ängsten und Selbstwirksamkeit als Patienten, die nicht daran teilnahmen.

Die Besichtigung des nach neuesten Erkenntnissen und methodischen Erfordernissen konstruierten Lehr- und Lernhochseilgartens der Wollmarshöhe ist nach Voranmeldung möglich. Terminvereinbarungen bitte per eMail, s. unten.

*„Erfahrungsorientiertes Lernen in der Psychotherapie“, Dr. med. Kilian Mehl, Dipl. Psych. Markus Wolf, Springer, 2008.

Für genauere Informationen klicken Sie bitte:

<http://www.wollmarshoehe.de/neu/klinik/095studien.php>

Klinik Wollmarshöhe

Fachkrankenhaus für
psychosomatische Medizin

Psychotherapie – Psychiatrie
Neuropsychologie – Neurologie
Innere Medizin – Psychokardiologie

Kontakt

Verwaltung

Ansprechpartnerinnen:
Christa Drews / Alexandra Lacerti

Tel.: 0049 (0)7520 927-0

Fax: 0049 (0)7520 2875

Bürozeiten: 8.00 – 17.00 Uhr

www.klinik-wollmarshoehe.de

info@klinik-wollmarshoehe.de

Pressekontakt

Ansprechpartnerin:

Marei Bittner

m.bittner@wollmarshoehe.de