

## Psychologische Ambulanz

Wir verknüpfen **Therapie, Forschung und Ausbildung** miteinander. Das ermöglicht es uns, aktuellste wissenschaftliche Erkenntnisse in die Behandlung einzubinden und Behandlungsmöglichkeiten weiterzuentwickeln.

### Ambulanzleitung

Prof. Dr. Georg W. Alpers

### Wer behandelt am Otto-Selz-Institut?

Wir sind ein Team aus erfahrenen **Psychotherapeut\*innen** mit unterschiedlichen zusätzlichen Zertifizierungen und Kenntnissen:

- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie
- Psychologische Psychotherapie für Erwachsene
- Klinische Neuropsychologie
- Gruppenpsychotherapie
- Supervision
- Wissenschaftliche Qualifizierung

Durch regelmäßige Supervision, Intervention und der Teilnahme an Fort- und Weiterbildungen sichern wir den Qualitätsstandard der Arbeit unserer Psychotherapeut\*innen in Ausbildung.



**(0621) 181 3480**

Auf unserer Homepage stehen die Zeiten, zu denen unsere Ambulanz telefonisch erreichbar ist.



**[www.osi.uni-mannheim.de/ambulanz](http://www.osi.uni-mannheim.de/ambulanz)**

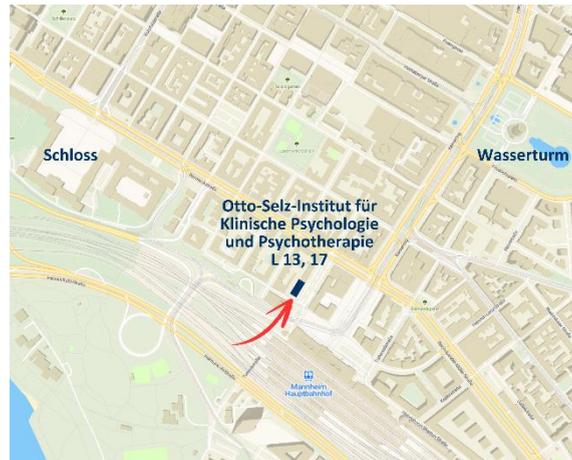
Auf unserer Homepage gibt es auch ein Kontaktformular.



**Otto-Selz-Institut**  
Psychologische Ambulanz  
Universität Mannheim  
L 13, 17  
68161 Mannheim



Das Otto-Selz-Institut liegt gegenüber dem Mannheimer Hauptbahnhof und ist zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln leicht erreichbar.



## Psychotherapie für Kinder und Jugendliche

**Otto-Selz-Institut für Klinische Psychologie und Psychotherapie**



Von der frühen Kindheit bis ins junge Erwachsenenalter erleben Menschen viele Entwicklungsschritte, Veränderungen und stetig neue Herausforderungen. Gerade weil in dieser Lebensphase viel „Bewegung“ herrscht, bietet sie jedoch auch Anlass für Krisen und Konflikte. Oftmals ist dabei die Abgrenzung ernsthafter psychischer Beschwerden von kurzfristigen, vorübergehenden Auffälligkeiten schwierig.

## Wir helfen ...

... bei allen **psychischen Problemen** und **Verhaltensauffälligkeiten**, die Anlass zur Sorge geben.

... wenn Kinder oder Jugendliche **Entwicklungsaufgaben** und Anforderungen nicht mehr bewältigen können.

... bei besonderen **Belastungssituationen**, andauernden oder wiederkehrenden **Konflikten** in der Familie, Kindergarten, Schule, Studium oder Ausbildung.

## Unser Angebot

Wir bieten sorgfältige **Diagnostik** und **psychotherapeutische Behandlung auf Basis der Kognitiven Verhaltenstherapie** an. Diese umfasst unterschiedliche Behandlungsmaßnahmen mit dem Ziel, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten und die Faktoren im Hier und Jetzt zu verändern, die psychische Beschwerden auslösen. Je nach Alter werden auch die Bezugspersonen miteinbezogen.

## Behandlungsschwerpunkte

Sowohl Erwachsene als auch Kinder und Jugendliche können sich mit fast allen psychischen Problemen und Erkrankungen an uns wenden:

- Andauernde Ängste und Phobien, Schulangst, Schulabsentismus
- Depressionen und andere emotionale Störungen
- ADHS und Störungen des Sozialverhaltens
- Einnässen, Einkoten
- Einschlaf- und Durchschlafschwierigkeiten
- Zwangsstörungen und Tics
- Essstörungen
- Selbstwertprobleme, soziale Unsicherheiten, emotionale Instabilität
- Selbstverletzendes Verhalten
- Posttraumatische Belastungs- und Anpassungsstörungen
- Psychische Probleme aufgrund organischer Erkrankungen

Um zu klären, ob wir die richtigen Ansprechpersonen im individuellen Fall sind, bieten wir ein erstes Gespräch und nehmen uns hierfür genügend Zeit.

## Spezifische Angebote

Für bestimmte Personengruppen oder Fragestellungen haben wir spezifische Angebote:

- Gruppenpsychotherapie (z.B. Entspannungstraining, Soziales Kompetenztraining, Elternt raining)
- Klinische Neuropsychologie (Diagnostik und Therapie)

## Wie fängt man eine Psychotherapie an?



In der **psychotherapeutischen Sprechstunde** werden die aktuellen Anliegen besprochen und es wird erkundet, ob Psychotherapie dafür das richtige Angebot sein könnte.



Danach dienen sogenannte **probatorische Sitzungen** dazu, die Probleme genauer zu verstehen, eine sorgfältige Diagnostik durchzuführen und die Patient\*innen haben die Möglichkeit nachzuspüren, ob sie sich bei uns gut aufgehoben fühlen.



Entscheiden Patient\*in, Sorgeberechtigte und Therapeut\*in anschließend eine psychotherapeutische Behandlung durchzuführen, stellen wir bei der Krankenkasse einen Antrag zur **Übernahme der Kosten**.

## Wie lange dauert eine Psychotherapie?

Wir begleiten unsere Patient\*innen und deren Familien ein Stück ihres Weges und unterstützen sie dabei danach ihre Ziele selbst weiter verfolgen zu können. Eine Therapiesitzung dauert i. d. R. **50 Minuten**. Die Therapie kann im Rahmen einer **Kurzzeittherapie** (bis 24 Sitzungen) oder im Rahmen einer **Langzeittherapie** (z. B. 60 Sitzungen) erfolgen. Im Kindesalter werden in der Regel die Bezugspersonen zu jeder vierten Sitzung eingeladen.