



Sie suchen einen Therapieplatz?

Der 1. Schritt.

In einem Telefonat erfahren wir etwas über Ihre Beschwerden und erklären den Rahmen einer Verhaltenstherapie.

Im 2. Schritt lernen wir uns kennen.

Nach unserem ersten Kontakt vereinbaren wir (unter Berücksichtigung evtl. Wartezeit) ein erstes persönliches Treffen in unserer Ambulanz. Hier tauschen wir uns in Ruhe über Ihr Befinden, Ihre Ziele und die Vorgehensweise der Behandlung aus.

Wir sind für Sie da.

Das psychotherapeutische Team der AVM arbeitet nach wissenschaftlichen Erkenntnissen aus Psychologie, Psychotherapie, Pädagogik und Medizin.

Die Therapeut*innen erhalten in der AVM-Ausbildungsambulanz eine intensive Qualifizierung mit Schwerpunkt Verhaltenstherapie.

Unter der Anleitung von besonders erfahrenen psychologischen und ärztlichen Lehrtherapeut*innen wird Psychotherapie nach hohen Behandlungsstandards durchgeführt.

Psychotherapie für Erwachsene

Wir helfen.



Telefon- sprechzeiten



Tel.-Nr.: 0221-272 299 642

Die aktuellen Sprechzeiten finden Sie auf unserer Website: www.psychotherapie-ambulanzen.de

Unsere Adresse:


Institutsambulanz der AVM Köln
im Disch-Haus · Brückenstraße 21 · 50667 Köln
www.psychotherapie-ambulanzen.de

Über uns.

Die AVM gGmbH unterhält in Deutschland mehrere psychotherapeutische Ambulanzen und arbeitet interdisziplinär mit Institutionen aus Wissenschaft und Forschung zusammen. Seit 1991 helfen unsere kompetenten Therapeut*innen Menschen mit psychischen Problemen.

Wir sind für Sie da und nehmen uns Zeit für Sie.





Sie sind nicht allein.

Nicht nur unser Körper kann krank werden, sondern auch unsere Psyche. Die Patientenzahlen zeigen, dass jeder zweite Mensch im Laufe seines Lebens an einer psychischen Störung erkrankt. Das können Depressionen und Angstzustände sein oder andere Probleme.

In vielen Fällen ist eine psychotherapeutische Behandlung hilfreich, um das psychische Gleichgewicht wieder herzustellen. Die Verhaltenstherapie ist ein Verfahren, das auch wissenschaftlich als sehr wirksam bewertet wird.

Unser zentraler Ansatz ist die Veränderung von Denken, Handeln und Fühlen. Wir nehmen uns Zeit und stimmen die Methoden individuell auf Sie ab, damit Sie eine deutliche gesundheitliche Verbesserung erfahren.

Wir behandeln Sie z.B. bei:

- Ängsten und Phobien (Panik-Attacken, Angst vor Menschen, Menschenansammlungen),
- Depressionen,
- Somatoforme Störungen, wie z.B. psychisch bedingte chronische Schmerzen,
- Essstörungen,
- Anpassungs- und posttraumatische Belastungsstörungen,
- Sucht (Einzelfallentscheidung),
- Schlafstörungen,
- Sexuelle Funktionsstörungen,
- Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen.

Probleme gemeinsam lösen.

Wesentliches Ziel der Therapie ist die Verbesserung des persönlichen Befindens. Wir helfen Ihnen dabei Kompetenzen zu entwickeln, um Ihre Probleme eigenständig zu lösen. Die Psychotherapie versetzt Sie in die Lage, nicht nur Ihr Verhalten, sondern auch belastende Gefühle, Gedanken oder Einstellungen ins Positive zu verändern und dadurch die Lebensqualität erheblich zu erhöhen.

Zwischen den Sitzungen sind konkrete eigene Übungen häufig Bestandteil Ihrer Therapie, um gewohntes Denken und Verhaltensmuster ins Positive zu verändern und zu stabilisieren.

Unsere Vorgehensweise.

Innerhalb der ersten fünf bis sieben persönlichen Kontakte erstellen wir die Diagnose, legen mit Ihnen gemeinsam die Behandlungsziele fest und besprechen den Behandlungsplan - bei Bedarf auch in enger Zusammenarbeit mit Ärzten, z.B. zur somatischen Abklärung.

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten für eine Psychotherapie.

Zeit

Für einen Termin bei uns planen Sie bitte 50 Minuten ein - und das ca. einmal pro Woche.

Qualität

Die Therapie unterliegt einer strengen Qualitätssicherung und wird nach den geltenden gesetzlichen und berufsrechtlichen Bestimmungen durchgeführt.

Vertrauen

Psychotherapeut*innen unterliegen der Schweigepflicht. Alles, was Sie uns anvertrauen, ist gesetzlich besonders geschützt und wird von uns sorgfältig behandelt.

