Sprechstundenangebot

Sie sind unsicher, ob Ihnen eine Psychotherapie helfen kann? In unserer psychotherapeutischen Sprechstunde klären wir mit Ihnen persönlich und unverbindlich:

- Welche Probleme vorliegen,
- Ob eine ambulante Psychotherapie bei diesen Problemen hilfreich sein kann,
- Ob eine Behandlung in unserer Ambulanz möglich ist oder ob andere Angebote sinnvoll sind,
- Wie eine ambulante Psychotherapie im Allgemeinen abläuft.

Die Psychotherapeutische Sprechstunde findet nach Vereinbarung statt. Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter:

Telefon: 040-22 63063 60
Email: ambulanz@pta-hamburg.de

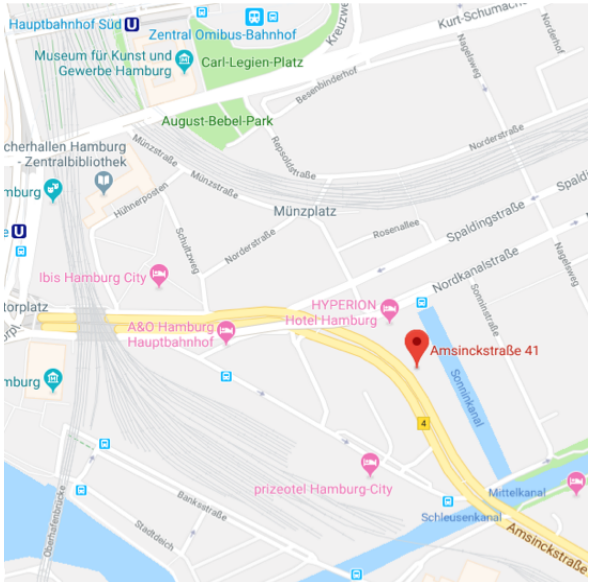
Kontakt und Anfahrt

PTA Hamburg
Amsinckstraße 41 (ADAC-Gebäude)
20097 Hamburg

Tel: 040-22 63063 60
Fax: 040-22 663063 69

Web: www.pta-hamburg.de
Mail: ambulanz@pta-hamburg.de

Lageplan:



Sie erreichen uns persönlich zu unseren telefonischen Sprechzeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 bis 12:00 Uhr

Psychotherapeutische Ambulanz

Verhaltenstherapie

PTA Hamburg
Psychotherapieausbildung
an der Universität Hamburg

Staatlich anerkanntes
Ausbildungsinstitut für Psychotherapie

Über uns

Die PTA Hamburg ist eine staatlich anerkannte Ausbildungsstätte für Psychologische Psychotherapie. In unserer Ambulanz behandeln Therapeuten mit einem Abschluss in Psychologie, die sich in Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten befinden. Alle Behandlungen werden von erfahrenen Psychotherapeuten im Rahmen einer regelmäßigen Supervision überwacht und begleitet.

Zur Sicherung der Behandlungsqualität finden zusätzlich wiederholte diagnostische Untersuchungen statt, um Veränderungen im Befinden objektiv zu dokumentieren und Ihnen eine optimale Behandlung anzubieten.

Unser Behandlungsangebot

Wir bieten Diagnostik und Therapie bei einer Vielzahl psychischer Störungen, bei denen kognitive Verhaltenstherapie wirksam ist, u.a.:

- Angststörungen, wie Panikstörung, Soziale Angststörung, Generalisierte Angststörung
- Zwangsstörungen
- Affektive Störungen, wie Depression oder Bipolare Störungen
- Essstörungen
- Belastungsbedingte und Posttraumatische Störungen
- Somatoforme Störungen und Schmerz
- Psychotische Störungen

Die Kosten für Diagnostik und Therapie werden in der Regel durch die Gesetzliche Krankenkasse übernommen.

Ablauf der Behandlung

Wenn Sie sich für eine Behandlung in unserer Ambulanz interessieren, wird zunächst in unserer Sprechstunde geklärt, ob eine Therapie bei uns sinnvoll und möglich ist.

Bei Aufnahme der Behandlung erfolgt zunächst eine ausführliche Diagnostik, um zu klären, wie Ihre Probleme entstanden sind und was diese aktuell aufrecht erhält. Dafür kommen neben Gesprächen auch Fragebögen und Interviews zum Einsatz. Zur Diagnostik gehört auch eine medizinische Untersuchung durch Ihren Arzt, um auszuschließen, dass körperliche Ursachen hinter Ihren Problemen stehen.

Nach Abschluss der Diagnostik erklärt Ihr Therapeut Ihnen zunächst den Behandlungsplan. Es ist uns dabei wichtig, dass Sie jeden Schritt der Behandlung nachvollziehen können und sinnvoll finden. Die Behandlung findet üblicherweise in 50-minütigen Terminen einmal pro Woche, zu Therapieende häufig in etwas größeren Abständen statt.

Kognitive Verhaltenstherapie

Die Behandlung beruht auf Methoden der Kognitiven Verhaltenstherapie (KVT). Die KVT ist eine wissenschaftlich anerkannte Form der Psychotherapie, die davon ausgeht, dass belastende Erlebens- und Verhaltensweisen im Laufe der Lebensgeschichte erworben (erlernt) und durch ungünstige Reaktionen aufrecht erhalten werden. Der Therapeut versucht, die Mechanismen, die hinter einem Problem stehen, zu verdeutlichen und gemeinsam mit dem Patienten Lösungsmöglichkeiten, z.B. alternative Reaktionsweisen, zu erarbeiten, die dann im Alltag umgesetzt werden. In diesem Sinne wird die KVT auch häufig als „Hilfe zur Selbsthilfe“ beschrieben.

Die KVT hat sich in empirischen Studien bei einer Vielzahl von Störungen als langfristig wirksam erwiesen und ist entsprechend häufig Teil von Behandlungsempfehlungen.