

## Ambulanzleitung

Prof. Dr. Georg W. Alpers, Dipl.-Psych.

- Lehrstuhl für Klinische und Biologische Psychologie und Psychotherapie
- Geschäftsführender Direktor Otto-Selz-Institut
- Psychologischer Psychotherapeut (VT)
- Supervisor

## Leitende Psychologinnen

Dipl.-Psych. Sabine Filbert

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie
- Hypnotherapie
- Gruppenpsychotherapie

Dipl.-Psych. Silvia Schad

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)
- Klinische Neuropsychologin (GNP, LPK-BW)
- Supervisorin

M.Sc.- Psych. Jonna Südhof

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)

Dipl.-Psych. Maria Zangl

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)
- Gruppenpsychotherapie

Dipl.-Psych. Josepha Zimmer

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)

## AmbulanztherapeutInnen

Prof. Dr. Dr. Robert Olbrich, Dipl.-Psych.

- Facharzt für Psychiatrie und Neurologie  
Zusatz Verhaltenstherapie

Dr. Simkje Sieswerda, Dipl.-Psych.

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)

Dipl.-Psych. Christoph Singer

- Psychologischer Psychotherapeut (VT)

Dr. Frauke Steiger-White, Dipl.-Psych.

- Psychologische Psychotherapeutin (VT)

Sowie TherapeutInnen in Ausbildung

## Sekretariat und Verwaltung

Kerstin Scopelliti

**Tel.:** (0621) 181 3480

Hier erreichen Sie den für PatientInnen eingerichteten Anrufbeantworter. Wenn Sie Name und Telefonnummer hinterlassen, melden wir uns zeitnah bei Ihnen.

## Telefonische Sprechzeit

Bitte entnehmen Sie die aktuellen Sprechzeiten unserer Homepage oder der Ansage auf dem o.g. Anrufbeantworter.

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

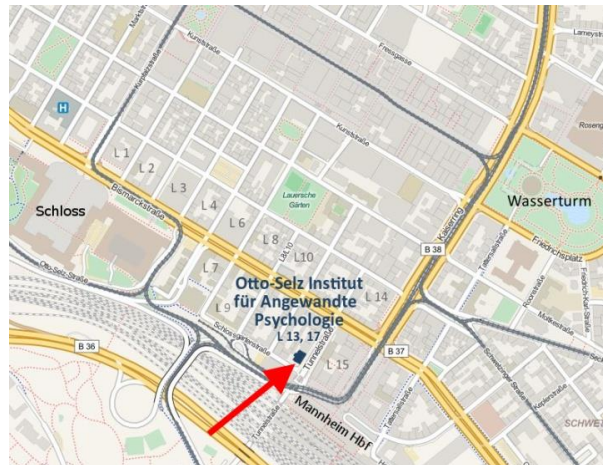
**Fax:** (0621) 181 3405



**Email:** [ambulanz@osi.uni-mannheim.de](mailto:ambulanz@osi.uni-mannheim.de)

**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 leicht erreichbar.



# Psychologische Ambulanz

Hochschulambulanz für Forschung und Lehre,  
Ausbildungsambulanz



## Psychologische Ambulanz

Die Psychologische Ambulanz am Otto-Selz-Institut der Universität Mannheim hat sich das Ziel gesetzt, Forschung, Lehre und Ausbildung eng miteinander zu verzahnen. Dies ermöglicht die Integration neuer wissenschaftlicher Erkenntnisse in die klinische Praxis sowie die Entwicklung neuer und die Verbesserung bestehender Behandlungsmöglichkeiten.

Wir bieten bei unterschiedlichen psychischen Problemen und Erkrankungen sorgfältige klinisch-psychologische Diagnostik und psychotherapeutische Behandlung auf Basis der Kognitiven Verhaltenstherapie an.

## Was kennzeichnet Verhaltenstherapie?

Bei der Verhaltenstherapie handelt es sich um einen Psychotherapieansatz, der unterschiedliche Behandlungsmaßnahmen umfasst. Konkrete Veränderungswünsche und Therapieziele werden gemeinsam zwischen PatientInnen und TherapeutInnen festgelegt. Spezifische Probleme bzw. problem-auslösende und aufrechterhaltende Verhaltensweisen oder Bedingungen werden ermittelt. Veränderungen, die sich auf Gedanken, Gefühle, körperliche Reaktionen und das konkrete Verhalten beziehen können, werden u.a. durch den Einsatz konkreter Übungen erreicht. Zwischen den Sitzungen werden die neu erworbenen Strategien regelmäßig geübt.

Ziel ist es, eine neue Sicht auf eigene Probleme zu erlangen, Bewältigungsstrategien zu verbessern und die Problemlösefähigkeit zu erhöhen. Dadurch können Beeinträchtigungen langfristig überwunden und neue Lebensperspektiven entdeckt und entwickelt werden.

## Behandlungsschwerpunkte

Unser Behandlungsangebot ist nicht eingeschränkt. Dennoch arbeiten in unserer Ambulanz Spezialisten für folgende psychische Probleme und Störungen:

- Angststörungen, insbesondere spezifische Phobien
- Depressionen und andere emotionale Störungen
- Chronische Schmerzen (z.B. Rücken-/ Kopfschmerzen, Fibromyalgie)
- Somatoforme Störungen
- Zwangsstörungen
- Essstörungen
- Posttraumatische Belastungs- und Anpassungsstörungen
- Persönlichkeitsstörungen
- Psychische Probleme aufgrund organischer Erkrankungen
- Therapie für Kinder und Jugendliche

## Therapeutische Methoden

Zur bestmöglichen Behandlung Ihrer Störungen setzen wir entsprechende wirksame Behandlungsmaßnahmen ein.

Neben der individuellen Psychotherapie bieten wir auch Gruppentherapien an. Hierzu gehören:

- Genusstraining
- Rauchfrei Schritt für Schritt
- Entspannungs-/Stressbewältigungstraining
  - Autogenes Training
  - Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson

## Wie fängt man eine Psychotherapie an?

Nach einem ersten Kennenlernen finden sogenannte probatorische Sitzungen statt. Diese dienen dazu, ein genaueres Verständnis der Probleme zu erlangen, sorgfältige Diagnostik durchzuführen und eine Beziehung zwischen PatientInnen und TherapeutInnen entstehen zu lassen. Entscheiden beide anschließend, eine psychotherapeutische Behandlung durchzuführen, kann ein Antrag auf ambulante Psychotherapie bei der Krankenkasse gestellt werden. Liegen zusätzlich medizinische Probleme vor, kooperieren wir mit den jeweils behandelnden Ärzten.

## Wie lange dauert eine Psychotherapie?

Psychotherapie ist eine zeitlich begrenzte Maßnahme. Eine Therapiesitzung dauert i.d.R. 50 Minuten. Die Therapie kann im Rahmen einer Akut- oder Kurzzeittherapie (bis 24 Sitzungen) oder im Rahmen einer Langzeittherapie (bis 60 Sitzungen) erfolgen. Sie kann unter bestimmten Voraussetzungen verlängert werden.

## Wer übernimmt die Kosten?

Gesetzliche Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten für eine psychologische Psychotherapie. PrivatpatientInnen sollten sich bei ihren Kostenträgern (z.B. Beihilfe, Private Versicherung) erkundigen, in welchem Umfang und unter welchen Bedingungen Therapiekosten übernommen werden. Bei der Klärung der Kostenerstattung unterstützen wir Sie gerne.