Wie wir in Kontakt kommen?

Bei Interesse an unserem Therapieangebot haben Sie die Möglichkeit, einen Online-Fragebogen auf unserer Website www.ifs-ambulanz.de auszufüllen und/oder Sie nehmen telefonisch oder per Mail Kontakt zu uns auf!

Ambulanz für Systemische Therapie

Psychotherapeutische Ausbildungsambulanz des ifs
Institut für Systemische Familientherapie, Supervision & Organisationsentwicklung GmbH & Co KG

Adressen & Anfahrt

Ambulanz am Kulturforum
Dreiringstr. 11 • 45276 Essen (Steele)

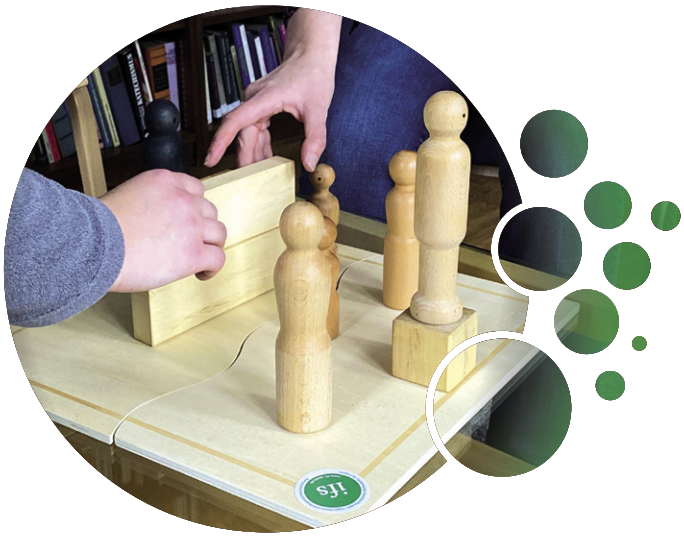
Ambulanz am Markt
Dreiringplatz 7-10 • 45276 Essen (Steele)

Telefon: 0201 • 61636833
E-Mail: info@ifs-ambulanz.de
www.ifs-ambulanz.de • www.ifs-essen.de

Ambulanz für Systemische Therapie

Psychologische Psychotherapie

(Erwachsene/alle Kassen)



Unsere Ambulanz

Bereits seit 2016 bieten wir in unserer Ausbildungsambulanz in Essen-Steele erfolgreich Systemische Psychotherapie für Erwachsene, aber auch für Kinder- und Jugendliche, an. Seit 2019 besteht für Erwachsene die Möglichkeit, „Systemische Psychotherapie“ über die Krankenkasse abzurechnen. Damit gehört die Systemische Therapie neben Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie Psychoanalyse zu den Richtlinienverfahren. Sie wird bereits weltweit erfolgreich angewandt und ihre Wirksamkeit bei unterschiedlichsten psychischen Störungen und Problemen ist inzahlreichen Studien nachgewiesen.

Was ist das Besondere an Systemischer Therapie?

In der Systemischen Therapie werden psychische Störungen im Zusammenhang mit menschlichen Beziehungen betrachtet. Dabei werden Probleme nicht als Eigenschaften einzelner Personen verstanden, sondern als Ausdruck der wechselseitigen Kommunikation und Beziehungsgestaltung. Symptome werden nicht nur als belastend betrachtet, sondern auch als nützlich, da sie auf Entwicklungsmöglichkeiten hinweisen. In der Therapie werden Fähigkeiten und Stärken der Patient:innen aufgegriffen, um hilfreich mit Belastungen umzugehen. Dabei stehen die Aufträge und Ziele der Patient:innen im Mittelpunkt.

Eine Besonderheit der Systemischen Therapie ist, dass auch das so genannte Mehrpersonensetting genutzt wird. Das bedeutet, es können Partner:innen, Angehörige oder weitere bedeutsame Personen zu den Sitzungen eingeladen und einbezogen werden. In der Systemischen Therapie werden Entwicklungen und Veränderungen angeregt und neue gesundheitsfördernde Lösungsansätze entwickelt.

Wobei können wir Ihnen helfen?

Bei uns finden Sie zum Beispiel Unterstützung, wenn

- Ihnen durch einen Hausarzt, eine Klinik oder eine andere, für Sie hilfreiche Person, eine Psychotherapie empfohlen wurde
- Sie sich selbst als Person beschreiben, die unter anstrengenden Belastungen, wie z.B. Ängsten, einem Burnout, einer Essstörung, einer Depression oder psychosomatischen Beschwerden leidet und Sie an einer Veränderung arbeiten möchten
- Sie den Eindruck haben, nur noch wenig Zugang zu sich selbst zu haben und zeitweise quasi „neben sich zu stehen“
- Sie Ihr Verhalten oder Ihre Gefühle gerne besser kontrollieren möchten, z.B. wenn Sie scheinbar ohne Grund traurig oder wütend werden
- Sie unter sexuellen Schwierigkeiten leiden
- Sie suizidale Gedanken oder Handlungsimpulse beschäftigen
- Sie sich in einer Krisensituation erleben, z.B. nach einer Trennung, dem Tod eines geliebten Menschen oder anderen für Sie schweren Erlebnissen
- oder wenn Sie aus einem anderen Grund das Gefühl haben, psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch nehmen zu wollen

Unser Therapeuten-Team

Unsere Ausbildungsambulanz agiert im Rahmen der staatlich anerkannten Ausbildung für Psychotherapeut:innen (PsychThG). Das bedeutet, unsere Psychotherapeut:innen verfügen bereits über langjährige Berufserfahrung im klinisch-psychosozialen Arbeitsfeld und befinden sich im fortgeschrittenen Stadium der auf das Psychologiestudium aufbauenden Ausbildung.