



*u<sup>b</sup>*

---

<sup>b</sup>  
**UNIVERSITÄT  
BERN  
PSYCHOTHERAPEUTISCHE  
PRAXISSTELLE**

PROBLEME KLÄREN UND BEWÄLTIGEN  
RESSOURCEN ERKENNEN UND NUTZEN

# Psychologische Therapie

DEUTSCH FRANÇAIS ENGLISH

## Wer sind wir?

- Die Psychotherapeutische Praxisstelle ist eine ambulante Einrichtung des Instituts für Psychologie der Universität Bern.
- Sie ist als Therapie-, Forschungs- und Weiterbildungsinstitution international anerkannt.
- Leitung: Prof. Dr. Franz Caspar, Leiter der Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie der Universität Bern.

## Unser Profil

- Wir arbeiten nach der Konzeption der Psychologischen Therapie. Diese ist unabhängig von traditionellen Therapieschulen und orientiert sich am neuesten Stand der empirischen Forschung in Psychologie, Neurowissenschaft und Psychotherapie.
- Wir entwickeln für jede Patientin/jeden Patienten einen individuellen Therapieplan auf der Basis einer gründlichen diagnostischen Abklärung.
- Die Therapie ist nicht nur auf die Beseitigung von Störungen und die Überwindung von Schwierigkeiten und Problemen ausgerichtet, sondern auch darauf, die positiven Möglichkeiten der PatientInnen und des zwischenmenschlichen Umfelds zu nutzen und zu erweitern.
- Die Qualität der Therapien wird mittels regelmäßiger Supervision durch besonders erfahrene PsychotherapeutInnen überwacht und optimiert.
- Die Wirkung der Therapien wird systematisch mit Fragebögen überprüft.

## Für wen ist das Angebot geeignet?

- Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren, die ambulante psychotherapeutische Hilfe suchen.
- Menschen mit Depressionen, Ängsten, Zwangsstörungen, Posttraumatischen Störungen, Essstörungen, psychosomatischen Störungen, psychologischen Problemen bei chronischen Erkrankungen, Schlafstörungen, sexuellen Störungen, Störungen der Impulskontrolle oder anderen psychischen Problemen.
- Menschen in schwierigen Lebenssituationen.
- Menschen mit Belastungen im beruflichen, sozialen und privaten Umfeld.
- Menschen mit Paar- und Familienkonflikten.
- Menschen, die sich bessere Gesundheit, bessere Beziehungen und mehr Lebenszufriedenheit wünschen.

## Was erwartet mich zu Beginn?

- Ein unverbindliches Erstgespräch mit einem/einer unserer AbklärerInnen.
- Eine ausführliche diagnostische Abklärung vor der Therapie.
- Die Klärung der Frage, ob eine Psychotherapie angezeigt ist.
- Die Klärung der wichtigsten Problembereiche und Therapieziele.
- Die Erarbeitung eines individuell zugeschnittenen Therapieangebotes.

## Wer führt die Therapien durch?

- Es steht eine große Auswahl gut ausgebildeter PsychotherapeutInnen zur Verfügung. Im Anschluss an die Abklärung wird diejenige Person ausgewählt, die sich für die Durchführung der Therapie am besten eignet.
- Alle TherapeutInnen sind PsychologInnen mit Universitätsabschluss, die sich in ständiger Weiter- und Fortbildung mit den neuesten Erkenntnissen auf dem Gebiet der Psychotherapie auseinandersetzen.

## Unser Therapieangebot

- Die Form der Therapie richtet sich nach dem Wunsch der Patientin/des Patienten und nach den Empfehlungen der abklärenden Fachperson. Die häufigste Form ist die Einzeltherapie. Es werden aber auch Paar-, Familien und Gruppentherapien durchgeführt. Auch können nach Bedarf relevante Bezugspersonen in die Therapie einbezogen werden.
- Die meist 50-minütigen Sitzungen finden in der Regel wöchentlich statt. Je nach Problem- und Störungsbereich dauern die Therapien unterschiedlich lang. Durchschnittlich können die Therapien nach etwa 30 Sitzungen abgeschlossen werden.
- Die Kosten der Therapie für den Patienten/die Patientin hängen davon ab, inwieweit die Krankenkasse oder eine andere Versicherung diese übernimmt. Die Frage der Bezahlung wird im Erstgespräch besprochen und bis zum Beginn der Therapie geklärt.

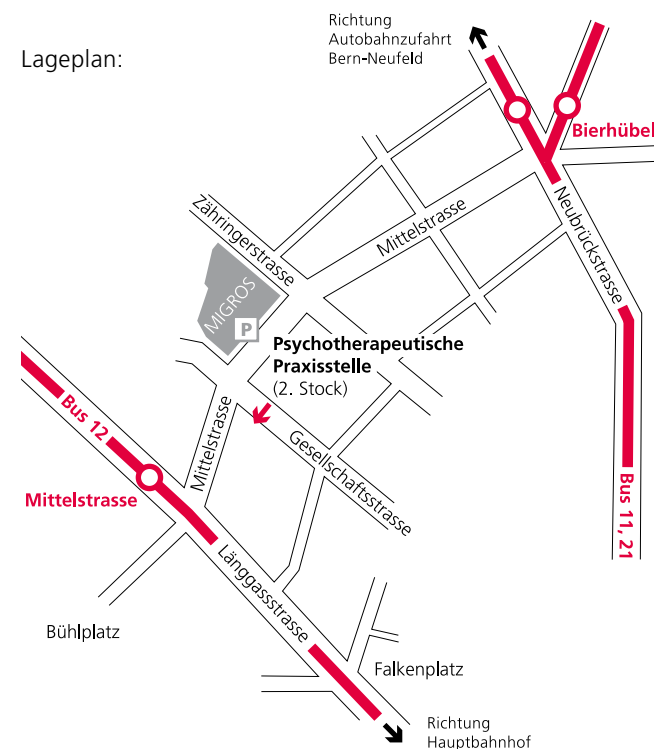
## Weitere Informationen und Anmeldung:

Sekretariat  
Psychotherapeutische Praxisstelle  
der Universität Bern  
Gesellschaftsstrasse 49  
3012 Bern

Telefon 8.30 – 11.30 Uhr: 031 631 45 81  
E-Mail: [ptp@ptp.unibe.ch](mailto:ptp@ptp.unibe.ch)  
[www.psychotherapie.unibe.ch](http://www.psychotherapie.unibe.ch)

Vor dem Erstgespräch erhalten InteressentInnen ausführlichere Informationen mit unserem Einladungsschreiben zugesandt.

Lageplan:



Informations en français/Information in English:  
031 631 45 81 / [www.psychotherapie.unibe.ch](http://www.psychotherapie.unibe.ch)