



Wir geben Ihnen  
die gesuchte Orientierung



Wir unterstützen Sie  
auf Ihrem Weg



Lübecker Str. 126, 22087 Hamburg  
Tel. 040 22 63 06 755 (zum Ortstarif)  
[www.ivpnetworks.de](http://www.ivpnetworks.de)

## **KOMPASS**

Finden Sie individuelle  
und schnelle Hilfe  
bei psychischen Problemen



„Wer kann mich beraten?“

„Welche Therapie ist die beste für mich?“

„Wo gibt es Hilfe?“

„Wie bekomme ich zeitnah einen Termin?“

Diese und weitere Fragen haben Sie sich vielleicht in den letzten Wochen gestellt. Ihre BKK unterstützt Sie im Rahmen des Versorgungsangebotes *KOMPASS* dabei, Antworten zu finden. Gemeinsam mit unserem Kooperationspartner, der IVPNetworks GmbH, bieten wir Ihnen individuelle und flexible Hilfestellung während und nach schwierigen Lebensphasen.

Das speziell geschulte Therapeuten-Team von IVP ermittelt mit Ihnen gemeinsam Ihren individuellen Versorgungsbedarf und ermöglicht Ihnen einen schnellen Zugang zu der für Sie bestmöglichen Unterstützung. Ohne lange Wartezeiten und zugeschnitten auf Ihre persönliche Situation. Denn Sie und Ihre Gesundheit stehen im Zentrum der Versorgung.

## Gemeinsam stark

IVP ist als Partner von Krankenkassen seit mehr als zehn Jahren darauf spezialisiert, Menschen in belastenden und krisenhaften Situationen zu unterstützen.

Ein Netzwerk aus Fachärzten, Psychologen und Psychotherapeuten ist sehr erfahren darin, Ihnen auf Ihrem Weg zu körperlichem und seelischem Gleichgewicht individuelle Orientierung und Hilfestellung zu geben.

## Ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt

Die Hilfsangebote im psychiatrischen Bereich sind sehr vielfältig. Sie hingegen sind einzigartig. Daher beginnt das Programm mit einem ausführlichen Vorgespräch. Ein speziell geschulter Therapeut erfasst gemeinsam mit Ihnen und unter Einbezug der Berichte Ihres Arztes Ihre aktuelle Situation. Dies kann je nach Bedarf telefonisch oder persönlich erfolgen.

Anschließend erhalten Sie die Empfehlung für eine auf Sie zugeschnittene Versorgung.

Die Hilfe ist auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Das bedeutet, sie berücksichtigt Ihre derzeitige seelische, soziale und körperliche Situation ebenso wie Ihre Mobilität.

Die Behandlung ist flexibel und kann neben Psychotherapie z.B. auch telefonische Begleitung oder die Teilnahme an einem Online-Selbsthilfeprogramm beinhalten.

Im nächsten Schritt sorgen wir dafür, dass Sie zeitnah einen Termin für den Behandlungsstart erhalten. Wir unterstützen Sie bei der Organisation und Koordination Ihrer Behandlung. Die Teilnahme an *KOMPASS* ist für Sie kostenfrei und kann jederzeit von Ihnen widerrufen werden.

*Sie möchten teilnehmen oder haben weitere Fragen?*

*Wir sind für Sie da:*

*040 / 22 63 06 755 (zum Ortstarif)*

*kompass@ivpnetworks.de*

## Die richtige Unterstützung für Sie

Bei der Vielfalt angebotener Unterstützungsmaßnahmen fällt eine Orientierung nicht immer leicht. Wir entwickeln mit Ihnen aus den folgenden Bausteinen Ihr optimales Unterstützungsprogramm:

- **Vorgespräch**  
Individuelle Klärung Ihrer persönlichen Situation und Ihres Unterstützungsbedarfs
- **Psychosoziale Beratung**  
Unterstützung bei sozialen Problemen (z.B. Eheprobleme, Schulden, etc.)
- **Krisenhotline**  
In schwierigen Phasen rund um die Uhr Hilfe finden
- **Online-Selbsthilfeprogramm**  
Lösungsansätze und Auseinandersetzung mit Ihrer Erkrankung in einem webbasierten Programm
- **Telefoncoaching**  
Wöchentliche Telefongespräche mit erfahrenen Psychologen
- **Psychoedukation**  
Erklärung zu Ursachen und Hintergründen Ihrer Erkrankung und Entwicklung von Bewältigungsstrategien
- **Psychotherapie**  
Problembewältigung in Einzel- oder Gruppensitzungen

