Psychische Gesundheit

Stand August 2026

Diese Liste bietet einen Überblick zu Anlaufstellen in München für junge Leute und deren Angehörigen bei psychischen Belastungen und Erkrankungen. Außerdem enthält sie eine Auswahl mit weiterführenden Informationsquellen.

▶ Notfälle

Rettungsdienst – Telefon: **112**
Krisendienst Psychiatrie – rund um die Uhr, kostenlos: **0800 655 3000**

kbo-Heckscher-Klinikum
Notfallambulanz für Kinder und Jugendliche bis zum Alter von 18 Jahren.
Rund um die Uhr. Bitte vorher anrufen: **(089) 99 99 0**
Deisenhofener Straße 28, 81539 München

kbo-Isar-Amper-Klinikum (Psychiatrie Haar)
Zentrale Patientenaufnahme täglich 0-24 Uhr, Telefon: **(089) 45 62 0**
Vockestraße 72, 85540 Haar bei München

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie (LMU Klinik)
Notaufnahme – Pforte der Klinik täglich 0-24 Uhr:
Telefon: **(089) 4400 -55511**
Nußbaumstraße 7, 80336 München

Psychiatrische Institutsambulanz (LMU Klinikum)
Montag - Freitag: 9-12 Uhr und 14-15 Uhr
Telefon: **(089) 4400 550 20**
Nußbaumstraße 7, 80336 München

▶ Beratungsstellen (kostenlos & normalerweise ohne Krankenkasse)

Eine **Erstberatung** ist besonders in Krisensituationen sinnvoll. Kontaktiere eine der unten genannten Stellen auch dann, wenn du nicht weißt, an wen du dich wenden sollst.

Sozialpsychiatrische Dienste (SPDIs)
Für Volljährige; Beratung, Informationen, Krisenintervention und Nachsorge nach stationärem Aufenthalt. Kostenlos und anonym.
In München gibt es 10 dieser SPDIs. Ihre Zuständigkeit hängt vom Wohnort des Ratsuchenden ab. Ermitteln des zuständigen SPDI auf www.muenchen.de (dort „SPDI" in die Suche eingeben)

Krisendienst Psychiatrie
Für **alle Altersgruppen**; telefonische Beratung, Hilfe bei psychischen Krisen und psychatrischen Notfällen, Vermittlung in ambulante und stationäre Behandlung, mobile Einsätze
Telefon rund um die Uhr, kostenlos: **0800 655 30 00**
www.krisendienst-psychiatrie.de

Münchner Insel
Für **alle Altersgruppen**, Krisen- und Lebensberatung
Marienplatz Untergeschoss
Telefon: **(089) 22 00 41**
Mo-Fr 9-18 Uhr und Do 11-18 Uhr
E-Mail: info@muenchner-insel.de
www.muenchner-insel.de

Die Arche
Für **Jugendliche und Erwachsene**
Suizidprävention und Beratung in Lebenskrisen
Saarstraße 5, 80797 München
Terminvereinbarung – Telefon: **(089) 33 40 41**
E-Mail-Beratung möglich nach Registrierung unter: www.die-arche.de

Beratungsstelle für seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
Für **Kinder und Jugendliche unter 18**, Eltern und Fachkräfte. Telefonische Beratung, Vermittlung, persönliche Beratung nach Terminvereinbarung
Schwanthalerstraße 69, 80336 München
Telefon: **(089) 233 669 33**
Mo, Di, Do: 9-12 Uhr und Mi: 14-16 Uhr
E-Mail: kinderpsyberatungsstelle.rgu@muenchen.de

FAQ Psychotherapie im Jugendinformationszentrum
Für **Jugendliche und junge Erwachsene (bis 26 Jahren)**
Beratung und Infos zu Psychotherapie sowie Tipps über die nötigen Schritte dorthin. Durchgeführt von Psychotherapeut*innen der Münchner Jugendberatungsstellen. Kostenlos und vertraulich.
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat 16-18 Uhr. Ohne Anmeldung
Sendlinger Straße 7 im Innehof, 80331 München

Mittwoch keine Zeit? Die nächstgelegene Beratungsstelle findest du auch unter: www.da-fuer-jugendliche.de

Jugendinformationszentrum
Sendlinger Str. 7 (Innenhof)
www.jiz-muenchen.de
info@jiz-muenchen.de
089 - 550 521 50
0160 - 99 41 23 94

Kinder- & Jugendtelefon (Nummergegenkummer)
Telefonische Beratung für **Kinder und Jugendliche**
Mo-Sa 14-20 Uhr
Telefon: **116 111** (anonym und kostenlos)
Onlineberatung/Chat: www.nummergegenkummer.de/onlineberatung
Mo-Do 14-20 Uhr
www.nummergegenkummer.de

Infofon
Informations- & Beratungsstelle von Jugendlichen für **Jugendliche**
Jeden Tag von 18-22 Uhr
Telefon: **(089) 121 50 00** (anonym)
https://1215000.de

IMMA e.V.
Pädagogische und psychosoziale Beratung für **Mädchen* und junge Frauen* bis zum 27. Geburtstag**. In begründeten Einzelfällen auch Psychotherapie und Traumatherapie
Jahnstraße 38, 80469 München
Telefon: **(089) 260 75 31**
E-Mail: beratungsstelle@imma.de
www.onlineberatung.imma.de

FrauenTherapieZentrum (FTZ)
Psychosoziale Beratungsstelle, Sozialpsychiatrischer Dienst für **Frauen und Selbsthilfe**
Güllstr. 3, 80336 München
Telefonische Sprechzeiten: Mo-Fr 10-13 Uhr + Mo-Do 13:30-16 Uhr
Telefon: **(089) 74 73 700**
E-Mail: psychosoziale.beratungsstelle@ftz-muenchen.de
www.ftz-muenchen.de

Verein Kontakt und Beratung KiD e.V – Beratungsangebot Prisma
Für Menschen in Lebenskrisen oder Überforderung in der aktuellen Lebenssituation; die von einer psychischen Erkrankung bedroht oder betroffen sind oder erkrankte Angehörige haben. Unterstützung und Begleitung, Entwicklung von Lösungsstrategien, Integration in die Gesellschaft, Tages- und Freizeitgestaltung & Gruppenagebote
Sprechzeiten: Mo-Fr 17-19 Uhr
Kirchenstr. 32, 81675 München
Telefon: **(089) 448 85 86** oder **(089) 200 351 25**
E-Mail: info@prisma-kid.de
www.kontakt-beratung-kid.de/hilfe-beratung/beratungsangebot-prisma

Online-Seelsorge
Beratung über Chat oder E-Mail:
https://online.telefonseelsorge.de

TelefonSeelsorge App – „KrisenKompass"
Ein Notfallkoffer für die Hosentasche
Zum Herunterladen im App Store oder bei GooglePlay

Hotline zur Lebenshilfe
Telefon: **116 123**
Rund um die Uhr, kostenlos

Telefonseelsorge (evangelisch)
Telefonische Beratung für **alle Altersgruppen**, rund um die Uhr, kostenlos
Telefon: **0800 111 0 111**
www.ebz-muenchen.de/telefonseelsorge

Telefonseelsorge (katholisch)
Telefonische Beratung für **alle Altersgruppen**, rund um die Uhr, kostenlos
Telefon: **0800 111 0 222**
www.erzbistum-muenchen.de/telefonseelsorge

▶ Hilfreiche Webseiten

help-4u.de
Hilfsangebote und Infos zu den Themen Suizid, Depression, Mobbing, Selbstverletzendes Verhalten, Missbrauch, Trauer uvm. für Jugendliche und junge Erwachsene. (Jugendseite von Die Arche e.V.)

www.ich-bin-alles.de
Infoportal zum Thema Depressionen und psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen

www.deutsche-depressionshilfe.de
Hilfe und Informationen zum Umgang mit Depressionen, auch für Angehörige

www.therapie.de
Informationen zu psychischen Erkrankungen, Therapien und Therapeutensuche

www.gesund-in-muenchen.de
Die Seite bietet Beratungs- und Gesundheitsangebote und Informationen über Angebote zur psychischen Gesundheit in München

hellobetter.de
Online-Therapieprogramme auf Rezept - kostenfrei und ohne Warteliste

Eine unverbindliche Zusammenstellung des Jugendinformationszentrums München (JIZ).

Städtische Einrichtung in Trägerschaft des Kreisjugendring München-Stadt.

▶ Wege zur Therapie

Erstkontakt und Ablauf
Du kannst dich jederzeit selbst direkt an Psychotherapeut*innen wenden. Wenn du **gesetzlich krankenversichert** bist, dann beachte, dass der/die Psychotherapeut*in eine **Kassenzulassung** hat. Eine Überweisung von einem Arzt* oder einer Ärztin* brauchst du nicht. Zum ersten Termin solltest du deine **Krankenversicherungskarte** mitbringen.

Du kannst dich sogar ohne das Wissen deiner Eltern an Psychotherapeut*innen wenden. Die Psychotherapie können gesetzlich versicherte Jugendliche in der Regel ab 15 Jahren selbstständig bei der Krankenkasse beantragen. Bei der Antragsstellung können dich die Therapeut*innen unterstützen.

Die ersten Gesprächstermine dienen dem Kennenlernen und der Abklärung, ob eine psychotherapeutische Behandlung sinnvoll ist. Diese Gespräche heißen **"probatorische Sitzungen"** und werden von der Krankenkasse ohne Antrag übernommen.

Bei einer Psychotherapie wird zwischen der **Kinder- und Jugendtherapie** (bis einschließlich 21. Lebensjahr) und der **Erwachsenentherapie** (ab 18. Lebensjahr) unterschieden. Wenn du 18 Jahre alt bist (aber noch nicht 22) kannst du wählen, ob du lieber eine Kinder- und Jugendtherapie oder eine Erwachsenentherapie machen möchtest.

Bin ich psychisch krank? Wie läuft eine psychotherapeutische Behandlung ab? Ausführliche Infos findest du auf www.wege-zur-psychotherapie.org

▶ Therapeut*innen-Suche

Der Patientenservice – Terminservicestelle (TSS)
Unterstützt dich dabei, einen zeitnahen Termin bei einem* /einer* Psychotherapeut*in zu vereinbaren.
Telefon: **116 117**
https://arztsuche.116117.de

Psychotherapeut*innen-Suchdienst der PTK Bayern
Auf der Website der Bayerischen Psychotherapeutenkammer gibt es eine Therapeutensuchfunktion – sowohl für Kinder- und Jugendtherapie als auch für Erwachsenentherapie:
www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa_psychotherapeuten-suche.html

Koordinationsstelle Psychotherapie der KVB
Die Koordinationsstelle der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB) vermittelt Adressen von Psychotherapeut*innen für Erwachsene und Kinder & Jugendliche, die der Koordinationsstelle freie Plätze meldeten.
Telefon: **0921 88 099 40 410**
hwww.kvb.de/patienten/psychotherapeutische-versorgung

Deutsche Psychotherapeutenvereinigung (DPtV)
Suche nach Therapieplätzen bei aprobierten psychologischen Psychotherapeut*innen und Kinder- und Jugendpsychotherapeut*innen
www.deutschepsychotherapeutenvereinigung.de/nc/patienten/psychotherapeutensuche/

Therapiesuche von Pro Psychotherapie e.V.
www.therapie.de

Wo behandeln?

www.wobehandeln.de – ist eine kostenlose **Datenbank** des vfkv e.V. Über **800 Adressen** aus dem psychosozialen Spektrum, alternative oder ergänzende Angebote für Patient*innen (Erwachsene, Kinder und Jugendliche) in und um München:
Kliniken, Tagkliniken, Ambulanzen, medizinische Versorgungszentren, Einrichtungen der Neuropsychologie, Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, Krisendienste, Hilfseinrichtungen (Notschlafstellen, Frauenhäuser, u.Ä.), ambulante Gruppen, Reha-Einrichtungen, Telefon-Angebote (telefonische Beratungsangebote, Seelsorge, u.Ä.), Online-Angebote (Foren, Chatrooms, u.Ä.), Projekte/Vereine und andere Datenbanken

Beachte: „Heilpraktiker*innen für Psychotherapie" sind keine Psychotherapeut*innen. Wer „Psychotherapeut*in" ist, muss ein entsprechendes mehrjähriges Hochschulstudium und eine therapeutische Ausbildung absolviert haben. Eine allgemeingültige Ausbildung als „Heilpraktiker*in für Psychotherapie" gibt es nicht. „Heilpraktier*innen für Psychotherapie" benötigen eine Heilerlaubnis – diese setzt aber keine standardisierte Therapieausbildung voraus. Die Behandlungskosten bei Heilpraktiker*innen für Psychotherapie werden von Krankenkassen nicht übernommen.

Jugendinformationszentrum
Sendlinger Str. 7 (Innenhof)
www.jiz-muenchen.de
info@jiz-muenchen.de
089 - 550 521 50
0160 - 99 41 23 94

▶ Therapeutische Ambulanzen + Beratungsstellen bei Ausbildungsinstituten

Psychotherapeutische Ambulanzen bei Ausbildungsinstituten sind oft ein schnellerer Weg, um einen ambulanten Therapieplatz zu bekommen. Dort arbeiten Psychotherapeut*innen in der Ausbildung, die von Expert*innen betreut und angeleitet werden. Die Therapiequalität unterscheidet sich also meistens nicht von einer Psychotherapiepraxis. Die Kosten werden in der Regel von Krankenkassen übernommen.

Akademie für Psychoanalyse und Psychotherapie München e.V.
Für **Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Familien**
Schwanthalerstraße 106/III, 80333 München
Telefon: **(089) 502 42 76**
www.psychoanalyse-muenchen.de

Alfred Adler Institut
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
Widenmayerstraße 17, 80538 München
Telefon: **(089) 176 091**
www.adlerinstitut.org

AVM Psychotherapeutische Ambulanz
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
Kaiserstraße 14, 80801 München (Erwachsene)
Nikolaistraße 15, 80802 München (Kinder und Jugendliche)
Telefon: **(089) 38 888 470**
www.psychotherapie-ambulanzen.de

Charlotte-Fresenius-Hochschule – Hochschulambulanz für Psychotherapie
Für **Kinder**, **Jugendliche**, **Erwachsene** und **Familien mit Babys**
Infanteriestraße 11a – 80797 München
Telefon: **(089) 20 00 37 304**
www.charlotte-fresenius-uni.de/hochschulambulanz-psychotherapie-muenchen

DGVT Psychotherapeutische Ambulanz München
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
(Gruppentherapien: **Kinder** (10-13 LJ) Behandlung AD(H)S; **Jugendliche** (15-17 LJ) depressive und sozial-ängstliche Symptomatik)
Grünwalder Straße 1, 3. OG, 81547 München,
Telefon: **(089) 444 889 555**
www.dgvt-muenchen.de

IFT-Ambulanz
Für **Erwachsene**
Leopoldstr. 175 Eingang WEST, 80804 München
Telefon: **(089) 32 19 773 16**
www.ift-ambulanz.de

Institut für Psychotherapie am kbo-Isar-Amper-Klinikum
Verhaltenstherapeutische Ambulanz
Für **Erwachsene** (ab 18 Jahren)
Alle Kassen (keine Privatversicherungen)
Ringstraße 52 Obergeschoss und Ringstraße 15, 85540 Haar
Telefon: **0152 22 69 34 80**
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-isar-amper-klinikum-haar/institut-fuer-psychotherapie

KIRINUS CIP-Ambulanz
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
Nymphenburger Str. 148, 2.OG, 80634 München
Telefon: **(089) 1307 9330**
www.kirinus.de/ausbildungsambulanz/willkommen

Münchner Arbeitsgemeinschaft für Psychoanalyse e.V. (MAP)
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
Rosenheimerstraße 1, 81667 München, Telefon: **(089) 4019 202 0**
www.psychoanalyse-map.de

Münchner Lehr- und Forschungsinstitut der
Deutschen Akademie für Psychoanalyse e.V. (DAP)
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
Metzstraße 12, 2.OG, 81667 München
Telefon: **(089) 53 96 -74 oder -75**
www.psychoanalysebayern.de

MUNIK Psychotherapeutische Ambulanz an der LMU München
Für **Babys, Kinder und Jugendliche mit ihren Eltern**
Leopoldstraße 44, 80802 München
Telefon **(089) 2180 72 570**
www.lmu.de/psy/de/munik

VFKV - Ambulanz
Verein zur Förderung der klinischen Verhaltenstherapie
Für **Kinder, Jugendliche und Erwachsene**
Lindwurmstraße 117, 80337 München
Telefon: **(089) 452 41 66 50**
www.vfkv.de/therapie/

Eine unverbindliche Zusammenstellung des Jugendinformationszentrums München (JIZ).

Städtische Einrichtung in Trägerschaft des Kreisjugendring München-Stadt.

VFT – Systemisches Institut München gGmbH
Verein zur Förderung der Familientherapie und -beratung e.V.
Für **Erwachsene**
Kochelseestraße 10, 81371 München
Telefon: **(089) 720 15 15 8**
www.vft-familientherapie.de/anmeldung-zur-psychotherapie

▶ Psychiatrische, Psychotherapeutische und Psychosomatische Ambulanzen

kbo-Heckscher Klinikum Institutsambulanz
Deisenhofener Straße 28, 81539 München
Diagnose und Behandlung von **Kindern und Jugendlichen 3 – 18 Jahren, in Ausnahmefällen bis zum 21. Lebensjahr**.
Schwerpunkte: Depressionen, Ängste, Zwangsstörungen, Essstörungen, ADHS, Psychosen, Trauma-Folgestörungen, Krisen, soziale Integrationsprobleme, stoffgebundene Süchte, Mediensucht etc.
Patientenservice – Telefon: **(089) 9999 -0**
E-Mail: anmeldung.hek-mdh@kbo.de
https://kbo-heckscher-klinikum.de/standorte/muenchen/institutsambulanz

kbo-Isar-Amper-Klinikum – Institutsambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie Nord, München-Schwabing
Leopoldstraße 175, 80804 München
Allgemeine Ambulanz für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie für **Erwachsene ab 18 Jahren**.
Telefon: **(089) 206 022 500**
E-Mail: ambulanz.iak-kmn@kbo.de
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-tagesklinik-und-institutsambulanz-nord-muenchen-schwabing-leopoldstrasse-175

kbo-Ambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie am kbo-Kinderzentrum
Fürstenrieder Str. 267, 81377 München
Für Erwachsene (auch für Eltern von Kindern im kbo-Kinderzentrum)
Akute Krisenversorgung und Versorgung von Langzeitpatient*innen;
Telefon **(089) 340 77 06-12**
E-Mail: ambulanz-kiz.iak-pp@kbo.de
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-tagesklinik-und-institutsambulanz-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie-am-kbo-kinderzentrum

kbo-Isar-Amper-Klinikum - Haus 24
Ambulanz der Klinik für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie
Ringstraße 24, 85540 Haar
Für **junge Erwachsene ab dem 18 Lebensjahr** (ADHS, Borderline/DBT, Depression, Trauma)
Telefon: **(089) 4562-3610**
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-isar-amper-klinikum-haar/kbo-klinik-fuer-psychosomatik-psychiatrie-und-psychotherapie/ambulanz

Psychiatrische Institutsambulanz
LMU Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Nußbaumstraße 7, 80336 München
Für Menschen mit schweren und chronischen psychiatrischen Erkrankung
Telefon: **(089) 44 00 55 020**
www.lmu-klinikum.de/psychiatrie-und-psychotherapie/patientenportal/ambulanzen/psychiatrische-institutsambulanz/ebc05e981e453cf1

München Klinik Harlaching
Psychosomatische Institutsambulanz (PsIA)
Sanatoriumsplatz 2, Haus L,81545 München
Für **Erwachsene** mit komplexen psychischen Störungsbildern (z.B. chronische Depressionen, Angststörungen, Essstörungen, Traumata) und/oder somatischen Symptomen mit psychischer Komponente.
Aufnahmemanagement – Telefon: **(089) 6210-4422**
E-Mail: psychosomatik.kh@muenchen-klinik.de
www.muenchen-klinik.de/krankenhaus/harlaching/psychosomatik-psychotherapie/institutsambulanz

▶ Trauma-Ambulanzen

Trauma-Ambulanzen bieten Opfer von **Gewalttaten** sowie deren Angehörigen, Hinterbliebenen und Nahestehenden schnelle psychotherapeutische Unterstützung an.

Traumaambulanz am Atriumhaus
kbo-Isar-Amper-Klinikum Region München
Bavariastraße 11, 80336 München
Für Menschen, die **Opfer von Gewalttaten** wurden und für ihre Angehörigen. Betroffene müssen den ersten Termin in der Ambulanz innerhalb von 12 Monaten wahrnehmen.
Telefon: **(089) 767 8 0**
www.kbo-iak.de/standorte/atriumhaus

Jugendinformationszentrum
Sendlinger Str. 7 (Innenhof)
www.jiz-muenchen.de
info@jiz-muenchen.de
089 - 550 521 50
0160 - 99 41 23 94

Psychotherapeutische Hochschulambulanz & Traumaambulanz
am Department Psychologie der LMU
Leopoldstraße 44, 1. Stock, 80802 München
Termine nur mit telefonischer Vereinbarung
Telefonische Sprechzeiten (auch Anmeldung zur Therapie)
Telefon: **(089) 2180 725 65**
www.psy.lmu.de/traumaambulanz/index.html

Münchner Institut für Traumatherapie (MIT)
Rosenheimer Str. 120, 81669 München
Psychologische Beratung zur Traumafolgen für Unternehmens-mitarbeiter*innen und deren Familienangehörigen. U.a. können folgende Themen behandelt werden: Krisenintervention, Mobbing, Stress-prävention, Stress- und Stressfolgen (Burnout), Konflikte mit Kolleg*innen und Vorgesetzten, Ängste und Depression.
Telefon: **(089) 36 10 90 70**
www.therapie-institut.de

▶ Voll-Stationäre Therapieangebote

Eine **stationäre Therapie** findet (im Gegensatz zur ambulanten) in einer **Klinik** oder **Psychiatrie** statt. Eine stationäre Therapie bietet sich besonders in schwierigen Lebenslagen und Krisen an. Die Aufenthalts-dauer ist unterschiedlich, meistens jedoch mehrere Wochen. Eine Anmeldung ist nötig und aufgrund der (meist) langen Wartezeiten sollte sie möglichst früh erfolgen. In der Regel wird eine Überweisung durch den/die Hausärzt*in oder den/die Psychotherapeut*in benötigt.

Krisenstation – Atriumhaus | kbo-Isar-Amper Klinikum
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Süd.West
Bavariastraße 11, 80336 München
Kurzzeit-stationäre Behandlung für Menschen in akuten Krisen und mit unterschiedlichen psychiatrischen Erkrankungen, deren Kräfte nicht mehr ausreichen, die Krise zuhause durchzustehen bzw. wenn die Alltagssituation selbst krisenauslösend oder -verstärkend wirkt.
Der Aufenthalt ist in der Regel auf **10 Tage** begrenzt.
Aufnahme über die Krisenambulanz des Hauses – Telefon: **(089) 7678 0**
www.kbo-iak.de/standorte/atriumhaus

kbo-Isar-Amper-Klinikum
kbo-Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie (Haar)
Vockestraße 72, 85540 Haar bei München
Vielfältige Unterstützungsangebote. Versorgung für Menschen der Landeshauptstadt München und der umliegenden Landkreise.
Zentrale stationäre Patientenanmeldung (täglich 0-24 Uhr) telefonisch unter: **(089) 4562 0**
E-Mail: klinik-pp.iak-kmo@kbo.de
www.kbo-iak.de

kbo-Isar-Amper-Klinikum
kbo-Klinik für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie
Haus 6, Ringstraße 6, 85540 Haar
Psychotherapie-Angebote für Patient*innen in Lebenskrisen (störungsübergreifend), mit Ängsten und somatoformen Störungen. Die bisherigen Schwerpunkte sind v.a. affektive Störungen, Borderline- und andere Persönlichkeitsstörungen, Posttraumatische Belastungsstörungen. Für junge Erwachsene und AD(H)S im Erwachsenenalter bestehen kurze Wartezeiten.
Telefonische Anmeldung: **(089) 45 62 24 24**
E-Mail: anmeldung-psychosomatik.iak-kmo@kbo.de
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-isar-amper-klinikum-haar/kbo-klinik-fuer-psychosomatik-psychiatrie-und-psychotherapie/anmeldung-und-kontakt

Isar-Amper-Klinikum
kbo-Psychiatrie und Psychotherapie Nord
Haus 7 auf dem Gelände des München-Klinikum Schwabing
Kölner Platz 1, 80804 München
Die Anmeldung für alle Stationen von Haus 7 erfolgt über die Leitstelle/Koordinationsstelle des kbo-Isar-Amper-Klinikums in Haar – Telefon: **(089) 45 62 0**
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-klinik-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie-nord-muenchen-schwabing

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie LMU Klinikum
Nußbaumstraße 7, 80336 München
Verschiedene Schwerpunktstationen. Anmeldung über die LMU-Ambulanz, den Konsiliardienst oder niedergelassene Psychiater*innen. Für Patient*innen bei Erstkontakt, die noch keine*n Psychiater*in oder Psychotherapeut*in haben – Telefonische Anmeldung für Erstgespräch über die Psychiatrische Ambulanz (Mo-Fr: 9-12 und 14-15 Uhr) unter: **(089) 44 00 55 020**. Im Erstgespräch wird geklärt, ob eine stationäre Behandlung erforderlich ist.
www.lmu-klinikum.de/psychiatrie-und-psychotherapie

Eine unverbindliche Zusammenstellung des Jugendinformationszentrums München (JIZ).
Städtische Einrichtung in Trägerschaft des Kreisjugendring München-Stadt.

▶ Teilstationäre Therapieangebote (Aufenthalt nur tagsüber)

Teilstationäre Therapien finden in sog. **Tageskliniken** statt. Das heißt, der Klinikaufenthalt und die Therapiesitzungen finden tagsüber statt und die Patient*innen sind abends wieder zu Hause. Die Behandlungskosten werden in der Regel von den Krankenkassen übernommen.

Tagesklinik kbo-Heckscher-Klinikum
Deisenhofener Straße 28, 81539 München
Für **Kinder** und **Jugendliche im Alter von 6 bis 17 Jahren**, die noch zur Schule gehen, montags bis freitags 8-16.30 Uhr. Für alle psychiatrischen Diagnosen außer akute psychotische Syndrome, Suchterkrankungen und akute Selbst- oder Fremdgefährdung.
Telefon: **(089) 99 99 -0**
E-Mail: info.hek-mdh@kbo.de
https://kbo-heckscher-klinikum.de/standorte/muenchen/tagesklinik

kbo-Isar-Amper-Klinikum – Tagesklinik und Institutsambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie, München Berg am Laim
Neumarkterstraße 18, 81673 München
Für **Erwachsene** im Alter **18-65 Jahre**. Die tagesklinische Behandlung werktags 8-16 Uhr. Anmeldung durch eine Überweisung des Hausarztes* oder der Hausärztin* oder direkt telefonisch bei der Klinik
Telefon: **(089) 212 622 100** oder **-175**
E-Mail: tagesklinik-ost.iak-bal(at)kbo.de
www.kbo-iak.de

kbo-Isar-Amper-Klinikum – Tagesklinik und Institutsambulanz für Psychiatrie und Psychotherapie Nord, München-Schwabing
Leopoldstraße 175, 80804 München
Für **Erwachsene** im Alter **18-50 Jahre**. Zwei Bereiche:
- Psychische Erkrankungen im jüngeren Lebensalter
- Psychische Erkrankungen ab der Lebensmitte
Die tagesklinische Behandlung Montag bis Freitag von 9-16 Uhr
Telefon Sekretariat: **(089) 206 022 -600** und **-660**
E-Mail: tagklinik-1.iak-kmn@kbo.de (jüngeres Lebensalter)
E-Mail: tagesklinik-2.iak-kmn@kbo.de (ab der Lebensmittel)
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-tagesklinik-und-institutsambulanz-nord-muenchen-schwabing-leopoldstrasse-175

kbo-Isar-Amper Klinikum – Tagesklinik im Atriumhaus
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Süd.West
Bavariastraße 11, 80336 München
Für **Erwachsene** mit unterschiedlichen psychiatrischen Erkrankungen und in Lebenskrisen. Aufentahlt tagsüber von Montag bis Freitag.
Aufnahme/Anmeldung -Telefon: **(089) 7678-9112** oder **-9113**
www.kbo-iak.de/standorte/atriumhaus

Tagesklinik am kbo-Kinderzentrum
Heiglhofstr. 69, 81377 München
Für **Erwachsene** im Alter **18-65 Jahren**
Behandlungsschwerpunkte sind: affektive Störungen, Angststörungen, somatoforme Störungen, Traumafolgestörungen, Persönlichkeitsstörungen; bereits anbehandelte psychotische Krankheitsbilder. Ausschlussdiagnosen sind akute Suchterkrankungen.
Telefon **(089) 71009-4000**
E-Mail: tagesklinik-kiz.iak-pp@kbo.de
https://kbo-iak.de/standorte/kbo-tagesklinik-und-institutsambulanz-fuer-psychiatrie-und-psychotherapie-am-kbo-kinderzentrum

Tagesklinik Schön Klinik
Einsteinstraße 130, 81675 München
Für **Volljährige;** Teilstationär (Aufenthalt nur tagsüber)
Behandlungsschwerpunkte sind: Depressionen, Burn-Out, Essstörungen
Anfragen per Telefon: +49 8051 695 20 60
www.schoen-klinik.de/tagesklinik-muenchen

Psychosomatische Tagesklinik Harlaching (München Klinik)
Sanatoriumsplatz 2, Haus B1, 81545 München
Für **Volljährige**; Teilstationär (Aufenthalt nur tagsüber)
Behandlungsschwerpunkte sind: Depressionen, Burn-Out, Angststörungen, Persönlichkeitsstörungen
Aufnahmemanagement - Telefon: **(089) 6210-4422**
oder Online: www.muenchen-klinik.de/krankenhaus/harlaching/psychosomatik-psychotherapie/tagesklinik-psychosomatik/

Psychosomatische Tagesklinik Westend in München
Westendstraße 185, 80686 München
Für **Volljährige**; Teilstationär (Aufenthalt nur tagsüber)
Behandlungsschwerpunkte sind: Angststörungen, Depressionen, somatoforme Störungen, Persönlichkeitsstörungen, Zwangsstörungen
Anmeldung - Telefon **(089) 202 44 480**
E-Mail: anmeldung@tagesklinik-westend.de
https://tagesklinik-westend.de/unsere-klinik/

Jugendinformationszentrum
Sendlinger Str. 7 (Innenhof)
www.jiz-muenchen.de
info@jiz-muenchen.de
089 - 550 521 50
0160 - 99 41 23 94

BRK Tagesklinik Süd für Psychiatrie und Psychotherapie
Perchtinger Straße 5, 81379 München
Für **Erwachsene ab 18 Jahren**; Teilstationär (Aufenthalt nur tagsüber)
Behandlungsschwerpunkte sind: Vielzahl psychischer Krankheitsbilder z.B. Depression, Anpassungs- und bipolaren Störung, Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis.
Anfragen - Telefon: **(089) 2373 580**
E-Mail: tagesklinik@brk-muenchen.de
www.brk-muenchen.de/tagesklinik.html

KIRINUS Tagesklinik Kinder und Jugendliche
Romanstraße 107, 80639 München
Für **Kinder** und **Jugendliche** im Alter von **13 bis 21 Jahren**
Teilsationär (Aufenthalt nur tagsüber)
Behandlungsschwerpunkte sind: ADHS, Angstörungen, Depression, Essstörunen und Zwangstürungen.
Patientenservice & Therapieplanung – Frau Sandra Dürr
Telefon: **(089) 17 11 93 500**
E-Mail: tagesklinik.nymphenburg@kirinus.de
www.kirinus.de/tagesklinik-kinder-und-jugendliche

KIRINUS Tagesklinik für **Erwachsene**
Teilsationär (Aufenthalt nur tagsüber)

Standort Nymphenburg
Romanstraße 107, 80639 München
Behandlungsschwerpunkte sind: Depression, Burnout, Essstörung
Telefon: **(089) 17 11 93 500**
E-Mail: tagesklinik.nymphenburg@kirinus.de
www.kirinus.de/tagesklinik-nymphenburg

Standort Schwabing
Maria-Josepha-Straße 4, 80802 München
Behandlungsschwerpunkte sind: Depression, Burnout, Borderline-Persönlichkeitsstörung, Posttraumatische Belastungsstörung
Telefon: **(089) 55 066 77 -0**
E-Mail: tagesklinik.schwabing@kirinus.de
www.kirinus.de/tagesklinik-nymphenburg

IMPULS-Tagklinik
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie (LMU Klinik)
Nußbaumstraße 7, 80336 München
Für **junge Menschen (18-26 Jahren)** mit einer Depression, bei denen Vorbehandlungen bislang nicht ausreichend geholfen haben. Achtwöchige Programm verbindet modulare Psychotherapie mit nicht-invasiver Hirnstimulation.
Telefon: **(089) 4400 55890**
E-Mail: psy.impuls@med.uni-muenchen.de
www.lmu-klinikum.de/psychiatrie-und-psychotherapie/behandlung/tagklinischer-bereich/impuls-tagklinik-fur-junge-erwachsene/2558ff942ee1fa7f

▶ Nach einem Klinikaufenthalt

Yes!-Projekt (ARTISTS FOR KIDS gGMBH)
Das Projekt richtet sich an Kinder und Jugendliche, die aus einem stationären oder teilstationären Aufenthalt aus der Kinder- und Jugendpsychiatrie entlassen wurden und sich im besonderen Maße wieder in familiäre, schulische und sonstige Bezüge integrieren müssen.
Kontakt: Frau Cordula Gruber
Telefon: **0176 768 977 72**
E-Mail: gruber@artists-for-kids.de
https://artists-for-kids.de/hilfsangebot/yesprojekt/

▶ Für Angehörige psychisch erkrankter Menschen

ApK München
Due Initiative vertritt die Anliegen und Interessen von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in München und im Landkreis. In Selbsthilfegruppen und Angeboten unterstützen sich Angehörige gegenseitig. Sie finden Verständnis, Orientierung und Zuversicht.
Landsberger Str. 139 RGB, 80339 München
Telefon: **(089) 502 46 73**
E-Mail: info@apk-muenchen.de
https://apk-muenchen.de/

▶ Wenn deine Eltern psychisch erkrankt sind

LebensRäume
Für Kinder und Jugendliche (und ihre psychisch kranken Eltern).
- Das **Gruppenangebot „Die Chilis“** richtet sich an Kinder und Jugendliche (13-18 Jahre), die mit psychisch belasteten oder erkrankten Elternteilen aufwachsen. Es bietet einen sicheren Raum für Austuasch und Unterstützung in allen Lebenslagen und Krisenfällen.
- Beim **„Coach-To-Go“** wird individuell auf Bedürfnisse (Schule, Beziehungsgestaltung, Umgang mit Krisen etc.) eingegangen.
- Beratungsangebot „Coach-To-Go“: Freitag ab 14:30 Uhr
- Gruppenangebot „Die Chilis“: Freitag 16:00-18:00 Uhr
Fritz-Reuter-Straße 6, 81245 München
Telefon: **(089) 82 07 52 390**
E-Mail: lebensraeume@diakonie-muc-obb.de
https://jugendhilfe-muc-obb.de/kinder-jugend-familie-top/jugend-familie/lebensraeume

Eine unverbindliche Zusammenstellung des Jugendinformationszentrums München (JIZ).
Städtische Einrichtung in Trägerschaft des Kreisjugendring München-Stadt.

Kidkit - www.kidkit.de
Problemeltern? Deine Eltern sind psychisch erkankt, haben ein Suchtproblem, du erlebst Gewalt in der Familie? Bei Kidkit findest du eine kostenlose Online-Beratung (E-Mail, Einzeltermin oder Live-Chat).

Goldkind - https://goldkind-stiftung.de
Hilfe für Kinder und Jugendliche in dysfunktionalen Familien:
Zum Beispiel narzisstische Eltern oder Depression in der Familie

Münchner Hilfenetzwerke für Kinder psychisch / sucht erkrankten Eltern
hilfenetzwerke.de
Informationen und diverese, fachübergreifende Münchner Kontaktstellen für Kinder und Jugendliche, wenn Eltern von einer Sucht- oder psychischen Erkrankung betroffen sind.

Patenschaften für Kinder psychisch erkrankter Eltern (SkF)
Kinderpatenschaften richten sich an Familien mit einem psychisch erkrankten Elternteil – für Familien, die im Münchner Stadtgebiet wohnen.
Kostenloses Angebot von Sozialdienst katholischer Frauen München e.V.
Dachauer Straße 48, 80335 München
Telefon: **(089) 559 81 -171**
E-Mail: patenschaften@skf-muenchen.de
www.skf-muenchen.de

▶ Psychische Gesundheit in Schule & Studium

PIBS
Kostenlose Beratung für Kinder und Jugendliche zu folgenden Themen: Mobbing und Konflikte, Angst vor der Schule, Prüfungsangst und Notenstress, Motivationsprobleme, Druck von den Eltern, Stress mit Lehrkräften oder wegen der Ausbildung sowie allgemeine Belastungen.
Echardinger Str. 63, 81671 München
Telefon: **(089) 590 48 270**
Telefonische Kurzberatung bei unaufschiebbaren Fragen:
Jeden Mittwoch 13.00-14.00 Uhr (außerhalb der Ferien)
E-Mail: pibs@ebz-muenchen.de
www.ebz-muenchen.de

PIBS-Sprechstunden im Jugendinformationszentrum jeweils am **2.** und **4. Mittwoch** im Monat von **14.30 bis 17.00 Uhr** (nicht in den Ferien).
Anmeldung eine Woche **vor** dem Termin unter: **(089) 550 521 50**
Weitere Infos: https://jugendinfo-muenchen.de/de/veranstaltungen/mobbing-schulstress-beratung/

Ich bin alles @Schule
„ich bin alles @Schule" baut auf die Webseite www.ich-bin-alles.de auf und wurde von der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des LMU Klinikums München gemeinsam mit der Beisheim Stiftung entwickelt. Das digitale Infoportal **bietet Lehrkräften** evidenzbasierte Informationen zur Depression und psychischen Gesundheit bei Schüler*innen und stellt dabei einen konkreten Praxisbezug zum Umgang mit Schülerinnen und Schülern im Unterricht und Schulkontext her. Ziel ist es, Lehrkräften umfassende Informationen zu depressiven Erkrankungen sowie zum Erhalt psychischer Gesundheit bei Schüler*innen an die Hand zu geben.
https://schule.ich-bin-alles.de/

Psychotherapeutische und Psychosoziale Beratung des Studierendenwerks München
Für Studierende, die über ihre Probleme mit erfahrenen Psycholog*innen sprechen möchten. Beratung nur nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung währdend der Anmeldungszeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr
Telefon: **(089) 38 196 -1202**
www.studierendenwerk-muenchen-oberbayern.de/beratungsnetzwerk/

▶ Münchner Woche für Seelische Gesundheit (WSG)

Die **Münchner Woche für Seelische Gesundheit (WSG)** ist ein 10-tägiges Veranstaltungsformat und findet alle zwei Jahre rund um den Internationalen Tag der Seelischen Gesundheit am 10. Oktober statt.
Die WSG bietet unter anderem:
- Informationen & Austausch über psychische Erkrankungen
- Übersicht der Hilfsangebote von verschiedenen Anlaufstellen
- Programm mit Veranstaltungen
- Digitale Messe (abrufbar auch nach der WSG)

Das Angebot ist offen für Betroffene, Interessierte und Fachkräfte.
www.woche-seelische-gesundheit.de

Disclaimer: Alle Angaben ohne Gewähr. Wir haben nach bestem Wissen die Informationen recherchiert und zusammengestellt. Wir erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Verlinkten Seiten stellen keine Empfehlung dar.

Jugendinformationszentrum
Sendlinger Str. 7 (Innenhof)
www.jiz-muenchen.de
info@jiz-muenchen.de
089 - 550 521 50
0160 - 99 41 23 94