



# Therapiematerial

## Herzlich willkommen!

In dieser kleinen Akte heften wir Ihren ganzen Papierkram bezüglich der Therapie ab, damit er für Sie immer übersichtlich und verständlich zur Hand ist. Im Folgenden finden Sie eine Reihe von Dokumenten, die nacheinander ein paar wichtige Aspekte unserer therapeutischen Arbeit abdecken sollen.



Bevor eine Therapie stattfinden kann, müssen wir zuerst einen Rahmen herstellen, in dem das auch sinnvoll funktioniert. Dafür müssen wir einander erreichen können und Regeln für die Kommunikation aufstellen. Das ist unser erstes Dokument. Danach geht es darum, dass Sie verstehen, was mit Ihren Daten geschieht, wie ich diese verarbeite, und wie diese geschützt werden. Und welche Rechte Sie diesbezüglich haben. Das ist auch sehr wichtig, denn Sie müssen mir ja auch vertrauen können, bevor Sie mir private Dinge erzählen.

Danach kümmern wir uns mehr um fachliche: ich erkläre Ihnen welche Rahmenbedingungen, Chancen und Risiken Psychotherapie hat, welche Fachrichtungen es gibt, und wo Sie mich da einordnen können. Ich erkläre Ihnen auch, welche Rechte Sie als Patient\*in haben, denn wir arbeiten in einer fairen Beziehung auf Augenhöhe. Schließlich kümmern wir uns um die Rahmenbedingungen einer Behandlung bei mir. Wie lange ist jede Sitzung, was passiert, wenn Sie mal krank werden, usw. Und dann kommt auch schon der Therapievertrag. Hier schließen wir eine gemeinsame Vereinbarung, dass wir unter den gegebenen Bedingungen auch wirklich zusammenarbeiten wollen.

Ganz zuletzt geht es noch in einem Dokument darum, ob und wohin ich meine jährlichen Fortschrittsberichte schicken soll. Sollten Sie Vorbehandler haben, werde ich Sie evtl. bitten, uns gegenseitig von der Schweigepflicht zu befreien, damit ich dort Vorberichte anfordern kann. Und dann sind wir auch schon fertig mit dem Papierkram.



# Therapiematerial

Wie geht es dann weiter? Hier ist ein beispielhafter Ablauf einer Therapie:

Sitzung 1+2: **Sprechstunde**. Die Sprechstunde müssen wir Therapeuten verpflichtend anbieten – selbst wenn wir gerade gar keine freien Plätze haben. Sie soll dazu dienen, Ihren Bedarf festzustellen, damit niemand auf Wartelisten steht, der gar keine Therapie braucht, und auch niemand auf einer Warteliste „versauert“, obwohl er oder sie dringenden Bedarf hätte. In der Sprechstunde lernen wir uns kennen. Es kann bis zu drei Termine à 50 Minuten geben. Während der Sprechstunde können Sie jederzeit beschließen, dass es keine Behandlung geben soll.

Sitzung 3,4+5: **Probatorik**. An die Sprechstunde schließt sich, wenn beide Seiten der Meinung sind dass es weitergehen soll, die Probatorik an. In dieser Zeit mache ich mit Ihnen Diagnostik, das heißt ich versuche mit maximaler Sicherheit zu bestimmen, was Ihnen fehlt. Hier arbeiten wir viel mit Fragebögen, Interviews, Zeichnen Ihre Familiengeschichte auf, und vieles mehr. Am Ende der Probatorik teile ich Ihnen mit, welche Diagnosen ich vergeben würde, und erkläre diese ganz genau. Es kann maximal vier probatorische Sitzungen geben.

**Therapieantrag**: Jetzt wo wir wissen was los ist, und wie lange wir vermutlich brauchen würden, stellen wir zusammen einen Antrag bei Ihrer Krankenkasse. Hier kann es zu einer mehrwöchigen Pause kommen, bis die Kasse antwortet.

Sitzungen 6-17: **Kurzzeittherapie I**. Bewilligt die Kasse die Behandlung, was meistens geschieht, haben wir dann 12 (Kurzzeittherapie I), 24 (Kurzzeittherapie II) oder bis zu 60 (Langzeittherapie) Behandlungsstunden offen. Ich werde meistens eine KZT I beantragen, bei Bedarf kann man jederzeit einen Antrag auf Verlängerung stellen.

Keine Sorge, falls es heute ein bisschen zu schnell geht oder zu viel ist – Sie erhalten Kopien von allen Materialien, und können in Ruhe daheim nachlesen. Sollten Sie mit etwas nicht einverstanden sein, melden Sie sich bitte sofort, und wir schauen, wie wir das Problem gemeinsam lösen können.