



Therapeutische Sprechstunde

Herzlich willkommen!

Sie sind heute in der therapeutischen Sprechstunde bei mir. Ich möchte Sie gerne im Vorfeld genau informieren, was das für Sie heißt, und wie es von hieraus weitergehen kann.



Die therapeutische Sprechstunde soll dazu dienen, Ihren Therapiebedarf festzustellen. Das heißt, ich als Therapeut gebe einen „ersten Eindruck“ was ihre mögliche(n) Diagnose(n) sein könnten, und schätze ein, ob Sie entweder: gar keine Therapie brauchen, sondern vielleicht etwas ganz anderes. Oder: viel zu sehr belastet für eine ambulante Therapie sind, und viel eher in eine Akutklinik oder Tagesklinik müssten. Oder: eine ambulante Therapie für Sie richtig ist. In jedem Fall stelle ich Ihnen dazu ein Dokument aus, eine sogenannte PTV11. Das ist ein weißer Vordruck mit dem Titel „Ihre individuelle Information zur Psychotherapeutischen Sprechstunde“, das Sie am Ende der Sprechstunde erhalten. Dieses Dokument ist sehr wichtig! Heben Sie es bitte gut auf, es kann unter Umständen helfen, Sie schneller in Therapie zu bekommen. Hier vermerke ich meinen Eindruck und meine Einschätzung wie es für Sie weitergehen sollte. Manchmal dauert „die Sprechstunde“ auch 2 oder 3 Termine lang, wenn ich mir mehr Zeit nehmen möchte, um Ihr Problem zu verstehen, oder eine ambulante Therapie bei mir wahrscheinlich erscheint, und ich Ihnen die Chance geben möchte, mich vorher besser kennenzulernen.

Häufig lautet das Ergebnis: ja, ambulante Therapie wäre richtig. Leider kann ich Ihnen aber häufig genau diese gar nicht anbieten. Ich erkläre geschwind warum. Wir Therapeut*innen sind verpflichtet, eine gewisse Anzahl an Sprechstunden pro Quartal durchzuführen. Diese ist aber viel größer als die Menge von neuen Patient*innen, die wir aufnehmen können. Selbst eine Kurzzeittherapie dauert etwa um die 15 Sitzungen. Mit Urlaub, Krankheit und anderen Problemen dauert es ungefähr 5-6 Monate, also grob ein halbes Jahr, diese zu Ende zu führen. Daraus,



Therapeutische Sprechstunde

und mit dem Gedanken, dass nicht alle Patient*innen wirklich nur 15 Sitzungen brauchen, sondern auch mal 40, 60 oder 80, folgt das ich 1-2 neue Patient*innen pro Monat aufnehmen kann. Ich muss aber schon zwei Sprechstunden pro Woche anbieten.

Hier wird schnell klar: wir machen mehr Sprechstunden als wir Plätze haben. Das führt dazu, dass Sie sehr schnelle eine fundierte und hilfreiche Einschätzung bekommen, heißt aber leider auch, dass nicht immer direkt eine Therapie im Anschluss folgen kann. Im Gegenteil: oft betragen die Wartezeiten 3,6 oder gar 12 Monate. Nicht falsch verstehen: das System ist sehr hilfreich, es sorgt dafür, dass wirklich schwere Fälle schneller die Hilfe bekommen, die benötigt wird. Aber es macht leider auch oft falsche Hoffnungen, weil nicht genau erklärt wird, was „Sprechstunde“ heißt, und die Patient*innen oft glauben, schon „in Therapie“ zu sein. Die Enttäuschung, wenn man dann von der Warteliste hört, ist oft groß. Und das zurecht.

Das ist kein toller Zustand. Bitte haben Sie Nachsicht, dass wir das systembedingt nicht besser für Sie lösen können. Bitte sprechen Sie mich deshalb auch gerne auf alternative Lösungen zur Warteliste, wie z.B. tagesklinische Aufenthalte, Akutbehandlungen oder das Kostenübernahmeverfahren an, ich berate Sie sehr gerne, wie Sie es doch kurzfristiger in eine Behandlung schaffen können.

In jedem Fall hoffe ich, dass die Sprechstunde Ihnen weiterhilft, und noch mehr, dass Sie ohne große Wartezeiten unterstützt werden können.

