

Patienteninformationen zur ambulanten Psychotherapie

Liebe Patientin, lieber Patient, liebe Eltern,
bevor eine Psychotherapie in meiner Praxis durchgeführt werden kann, erhalten Sie im Folgenden Informationen über Ablauf und wichtige Umstände einer psychotherapeutischen Behandlung. Dieses Aufklärungsblatt soll Ihnen dabei helfen, sich für oder gegen eine Psychotherapie entscheiden zu können.

WAS IST PSYCHOTHERAPIE?

Unter Psychotherapie versteht man die Behandlung von psychischen Erkrankungen mithilfe von wissenschaftlich anerkannten Methoden. Alle psychotherapeutischen Behandlungen finden in Form von Gesprächen statt, die durch spezielle Übungen und Techniken ergänzt werden (z.B. praktische Aufgaben zur Bewältigung von Ängsten). Wenn psychische Probleme nicht mehr selbstständig zu bewältigen sind, zu Krankheitserscheinungen, subjektivem Leidensgefühl und/oder zu Einschränkungen in der Funktionsfähigkeit bei alltäglichen Anforderungen (z.B. schulische/berufliche Verpflichtungen, soziale Beziehungen) führen, ist eine psychotherapeutische Behandlung ratsam.

WANN WIRD PSYCHOTHERAPIE DURCHGEFÜHRT?

- Bei psychischen Erkrankungen nach ICD-10 aller Altersgruppen.
- Bei psychischen Problemen infolge allgemeiner Lebens- bzw. Veränderungskrisen.
- Für die Begleitung von chronisch Kranken, Schwerstkranken und Sterbenden.
- Unterstützend bei einer medikamentösen Behandlung.

Vor Beginn einer Psychotherapie bedarf es einer Abklärung durch eine Ärztin/ einen Arzt hinsichtlich der Frage, ob körperliche Ursachen für die psychische Erkrankung (mit)verantwortlich sein können (sog. Konsiliarbericht).

WELCHE FORMEN DER PSYCHOTHERAPIE GIBT ES?

Es wird zwischen ambulanter Psychotherapie (Einzel- oder Gruppentherapie oder eine Kombination aus beidem, sowie Paar- und Familientherapie) und stationärer Psychotherapie in einer Klinik (teil- oder vollstationär) unterschieden.

Eine ambulante Psychotherapie ist in einigen Aspekten zu unterscheiden von einer stationären Psychotherapie, in der der/die PatientIn z.B. durch ein TherapeutInnenteam betreut wird.

Folgende psychotherapeutischen Behandlungsverfahren sind derzeit durch die gesetzliche Krankenversicherung anerkannt:

- Analytische Psychotherapie (Psychoanalyse)
- Tiefenpsychologisch Fundierte Psychotherapie
- Verhaltenstherapie
- Systemische Therapie bei Erwachsenen.

Bei Bedarf und wenn ärztlicherseits verordnet, steht Patientinnen und Patienten eine Psychopharmakotherapie zur Verfügung.

WIE UND WODURCH WIRKT PSYCHOTHERAPIE?

Psychotherapie kann heilend, lindernd und vorbeugend wirken und sich förderlich auf die Gesundheit und die Persönlichkeitsentwicklung auswirken. Eine wichtige Grundlage für das Gelingen der Therapie ist ein vertrauensvolles Arbeitsbündnis zwischen der Patientin bzw. dem Patienten und dem Behandler.

Psychotherapie wirkt durch die Förderung der emotionalen und kommunikativen Kompetenzen und der sozialen Fähigkeiten. Außerdem wird die Einsicht und das Sinneserleben gefördert, sowie Möglichkeiten für neue Lernerfahrungen und Lernprozesse und die Erarbeitung einer positiven Perspektive auf sich selbst und die eigene Zukunft. Die Gruppentherapie nutzt zusätzlich Beziehungserfahrungen und das wechselseitige Lernen zwischen den Patientinnen und/oder Patienten in der Gruppe für die Psychotherapie.

IN WELCHEN FÄLLEN REICHT PSYCHOTHERAPIE NICHT BZW. NUR UNTER VORBEHALT AUS?

Begrenzungen in der psychotherapeutischen Behandlung sind dann gegeben, wenn die Symptome zuerst bzw. begleitend eine medizinische Maßnahme erfordern oder eine klinische Behandlungsindikation besteht (bspw. bei akut Selbst- oder fremdgefährdendem Verhalten, Schulabsentismus, Suchtverhalten).

WIE IST DIE AMBULANTE PSYCHOTHERAPIE AUFGEBAUT?

Psychotherapeutische Sprechstunde: Das erste Gespräch dient dem gegenseitigen Kennenlernen und dem Austausch über die vorliegende Symptomatik.

Zunächst stehen bei Minderjährigen bis zu 5 Termine zur Diagnose- und Indikationsstellung zur Verfügung. In der Phase der Sprechstunden findet zudem ein biographisches Anamnesegespräch statt, um die Symptomatik im Gefüge des familiären Bezugssystems verstehen zu können. Bei Volljährigen finden dazu 3 Termine statt. Im Rahmen der Sprechstunde soll gemeinsam entschieden werden, ob eine Psychotherapie indiziert ist und eine Akutbehandlung, eine Kurzzeittherapie, eine Langzeittherapie oder ggf. zunächst eine klinische Behandlung erfolgen soll.

Akutbehandlung: Die Akutbehandlung soll eine schnelle Behandlungsoption bieten und zur Besserung psychischer Krisen beitragen. Die Leistung der Akutbehandlung beträgt 12 Sitzungen und ist anzeigepflichtig gegenüber der Krankenkasse. Erbrachte Stunden der Akutbehandlung werden mit einer gegebenenfalls anschließenden genehmigungspflichtigen Therapie verrechnet.

Probatorische Sitzungen: Vor einer Kurz- oder Langzeittherapie bei Kindern und Jugendlichen müssen 2 - 6 probatorische Sitzungen stattfinden. Dies gilt auch, wenn vorher eine Akutbehandlung durchgeführt wurde.

Kurzzeittherapie: Kurzzeittherapien können 12- 24 Stunden umfassen, dies erfolgt in zwei Schritten von jeweils 12 Stunden. Kurzzeittherapien sind antragsaber nicht gutachterpflichtig, sofern seit zwei Jahren keine Therapie erfolgt ist.

Langzeittherapie: Die Langzeittherapie beinhaltet insgesamt bis zu 80 Sitzungen und ist antrags- und gutachterpflichtig.

Bei Kindern und Jugendlichen: Die Therapiestunden finden mit dem Kind/ dem Jugendlichen statt. Darüber hinaus werden in regelmäßigen Abständen bzw. je nach Bedarf die Bezugspersonen (z.B. Eltern, andere Vertrauenspersonen) mit in die Therapie eingebunden. Dies sind die sogenannten Bezugspersonenstunden. Bei älteren Jugendlichen finden diese nur nach Absprache mit der/dem Jugendlichen statt. Die

Therapiesitzungen dauern jeweils 50 Minuten und finden in der Regel einmal wöchentlich statt.

WIE BEANTRAGE ICH EINE PSYCHOTHERAPIE UND WER ÜBERNIMMT DIE KOSTEN?

Für gesetzlich versicherte Patienten biete ich in meiner Praxis eine Behandlung im Rahmen der Kostenerstattung an. Ich unterstütze Sie gerne bei den notwendigen Schritten und Anträgen.

Bei privaten Krankenversicherungen gelten die individuellen Bestimmungen Ihres Versicherungsvertrages. Um diese abzuklären, nehmen Sie bitte zeitnah Kontakt zu Ihrer Versicherung auf. Ihre private Krankenversicherung sendet Ihnen in der Regel die erforderlichen Unterlagen für die Kostenübernahme zu.

Bitte leiten Sie diese an mich weiter. Die Abrechnung erfolgt nach der Gebührenordnung für Psychotherapeuten (GOP).

Selbstverständlich können Sie die Kosten der psychotherapeutischen Behandlung auch selbst tragen. Die Abrechnung erfolgt nach der Gebührenordnung für Psychotherapeuten (GOP).

Wenn eine Langzeittherapie geplant ist, schreibt die Therapeutin zusätzlich einen Bericht zur Begründung der Notwendigkeit der Langzeittherapie. Dieser wird ohne Nennung des Patientennamens in einem verschlossenen Umschlag an eine externe Gutachterin oder an einen externen Gutachter zur Prüfung übermittelt. Nach Eingang des Antrags prüft die Krankenkasse, auch unter Berücksichtigung der gutachterlichen Stellungnahme, ob eine Kostenzusage

erfolgen kann und teilt dies der Versicherten oder dem Versicherten mit.

Ambulante Psychotherapie ist eine zuzahlungsfreie Leistung. Eine Überweisung oder Verordnung ist nicht erforderlich. Einen Wechsel der Krankenversicherung muss die Patientin oder der Patient der Therapeutin umgehend mitteilen.

RISIKEN UND NEBENWIRKUNGEN VON PSYCHOTHERAPIE

Wie bei allen Behandlungen kann es auch bei Psychotherapien zum Ausbleiben erwünschter Wirkungen oder zum Auftreten unerwünschter (Neben-)Wirkungen kommen. Diese können sein:

- Phasen von Selbstüberschätzung und/oder Selbstzweifel
- Veränderungen von sozialen Beziehungen
- Phasen der Symptomverschlechterung, in einzelnen Fällen bis hin zu suizidalen Gedanken
- Stigmatisierung, bzw. Angst davor
- Aufkommen unliebsamer Erinnerungen
- Sensitivierung
- Psychotherapie kann als zeitliche und/oder finanzielle Belastung empfunden werden
- Eine regelmäßige Medikamenteneinnahme sollte dem Therapeuten mitgeteilt werden: Medikamente können auf die Psychotherapie Einfluss nehmen
- Ebenso können mehrere Psychotherapien oder psychosoziale Beratungen gleichzeitig Einfluss auf die Therapie nehmen. Auch dies sollten Sie mit der Therapeutin besprechen.
- Das Unterlassen der Behandlung kann unter Umständen eine Verschlechterung und/oder Chronifizierung der Symptome zur Folge haben.

Bei unerwünschten Wirkungen und Nebenwirkungen oder keiner ausreichenden Veränderungen in Richtung der gestellten Therapieziele sollte dies mit der Psychotherapeutin besprochen werden. Wenn keine zufriedenstellende Reaktion von Seiten der Therapeutin erfolgt, können Sie sich jederzeit an Beratungsstellen wenden oder einen PsychotherapeutInnenwechsel in Betracht ziehen.

RECHTE UND PFLICHTEN BEI EINER PSYCHOTHERAPEUTISCHEN BEHANDLUNG UND BESONDERE HINWEISE

Rechtliche Grundlage für die Psychotherapie ist ein Therapievertrag/Aufnahmevereinbarung, der wie jeder Dienstleistungsvertrag eine Leistung beinhaltet, nicht aber einen Erfolg verspricht.

Der/die PatientIn hat ein Recht darauf, dass die Psychotherapeutin Fragen zum therapeutischen Vorgehen beantwortet.

Wenn ein Patient/ eine Patientin den geordneten Rahmen der Therapie nicht halten kann oder gegen den Therapievertrag verstößt, kann die Behandlung durch die Therapeutin beendet werden.

Der Beginn einer Psychotherapie hängt von der beidseitigen Entscheidung des Patienten/der Patientin und der Therapeutin ab diese Arbeitsbeziehung einzugehen. Wichtig für die Entscheidung ist das Gefühl, dem/der TherapeutIn vertrauen zu können.

Die TherapeutIn hat laut dem Psychotherapiegesetz Berufspflichten wie z.B. Aufklärung, Dokumentation, Fortbildung und Verschwiegenheit.

Psychotherapeutische Behandlungen dürfen im Rahmen der gesetzlichen Krankenversicherung nur von Psychologischen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -psychotherapeuten sowie von psychotherapeutisch tätigen Ärztinnen und Ärzten durchgeführt werden, wenn diese über eine Kassenzulassung verfügen.

Notizen:

Eine Kopie der Patienteninformation wurde mir ausgehändigt. Ich hatte ausreichend Gelegenheit für Rückfragen und habe die Inhalte der Aufklärung verstanden.

Ort, Datum

Unterschrift Patient*in ggf. Sorgeberechtigte*r