

Aufklärungsbogen „Psychotherapie“

Mit diesem Bogen möchte ich Ihnen wichtige Informationen zur Psychotherapie geben und Sie über den Ablauf einer psychotherapeutischen Behandlung aufklären:

Allgemeine Informationen zur Psychotherapie

1. **Was ist Psychotherapie?** Psychotherapie ist die Behandlung psychisch bedingter oder mitbedingter Krankheiten mit Hilfe psychologischer Methoden, die wissenschaftlich überprüft sind. Jede Psychotherapie beinhaltet das persönliche Gespräch und hat das Ziel die psychische Erkrankung zu lindern bzw. zu bessern. Psychologische bzw. ärztliche Psychotherapeut/innen haben die fachlich erforderlichen und gesetzlich definierten Voraussetzungen zur Durchführung von Psychotherapie.
2. **Welche Psychotherapeutischen Verfahren gibt es?**
Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen zurzeit nur die Kosten für drei Verfahren, die analytische Psychotherapie, die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie und die Verhaltenstherapie. Die Verfahren können im Einzel- und/oder Gruppensetting stattfinden.

Die **psychoanalytische Therapie** und die **tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie** sind beides Verfahren zur Untersuchung und Behandlung seelischer Vorgänge, welche sonst kaum zugänglich sind. Psychische Erkrankungen und Störungen, die sich im aktuellen Erleben, Verhalten und Beschwerden zeigen, werden als Folge von unzureichend verarbeiteten Konflikten und Traumatisierungen in der Kindheit angesehen. Durch die Analyse von Assoziationen, Träumen und Reaktionen des Patienten gegenüber dem Therapeuten und Anderen können Entwicklungsschritte nachgeholt und Konflikte aufgelöst werden.

- Die **psychoanalytische Therapie** bearbeitet die psychische Grundstruktur des Patienten. Es gibt 2-3 Sitzungen in der Woche. Die Behandlung erstreckt sich auf bis zu 300 Sitzungen und findet im Liegen oder modifiziert auch im Sitzen statt.
- Die **tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie** fokussiert auf einen oder mehrere aktuelle Konflikte. Die Höchstgrenze beträgt 100 Stunden. Es wird in der Regel eine Sitzung pro Woche angesetzt. Die Behandlung findet im Gegenübersitzen statt.
- Die **Verhaltenstherapie** wendet Erkenntnisse aus der experimentell begründeten Psychologie an. Der Fokus der Behandlung liegt auf klar umschriebenen, definierten Verhaltensweisen, Kognitionen, Emotionen und physiologischen Parametern. Aufbauend auf einer detaillierten Analyse der aktuellen Probleme werden konkrete Veränderungsziele und Umsetzungsmöglichkeiten erarbeitet, die darauf gerichtet sind, eine Besserung zu erreichen. Die persönliche Lebensgeschichte des Betroffenen und seine Erfahrungen und früheren Problemlösungsansätze werden mitberücksichtigt. Methoden schließen dabei auch praktische Übungen mit ein.

3. **Wie wirkt Psychotherapie?** Sie kann heilend, lindernd, gesundheitsfördernd, präventiv und persönlichkeitsentwickelnd wirken. Die Wirkung ergibt sich aus Erfahrungen in der therapeutischen Beziehung, spezifischer durch die Förderung des emotionalen Ausdrucks, der Selbstregulation, der kommunikativen Kompetenz, der Beziehungsfähigkeit u.v.m.
4. Alternativ zur ambulanten Psychotherapie kann in Einzelfällen auch eine stationäre oder teilstationäre Behandlung sinnvoll sein. Teilweise ist die begleitende Einnahme von Psychopharmaka notwendig bzw. sinnvoll. Eine medikamentöse Therapie kann nur von Ärzten/innen durchgeführt werden.
5. Der Erfolg einer psychotherapeutischen Behandlung ist wissenschaftlich gut belegt. Dennoch ist möglich, dass kurz- oder längerfristig eine Verschlechterung Ihres Zustandes eintritt. Auch kann einmal die gewünschte Wirkung überhaupt ausbleiben.

Allgemeines zum Beginn der Psychotherapie und weitere Rahmenbedingungen

1. In den ersten Therapiestunden (Probatorik) wird nach Klärung der Diagnose die Indikation für eine Psychotherapiebeantragung überprüft, zudem wird der Behandlungsumfang und die Frequenz der einzelnen Sitzungen festgelegt.
2. Zur Diagnostik und Erfassung des Symptomverlaufs werde ich Sie zu Beginn und in regelmäßigen Abständen klinische Tests durchführen lassen. Ein Teil der Tests kann online bearbeitet werden. Das dafür konzipierte Testsystem erfüllt die EU-Datenschutzgrundverordnung. Für die personenbezogenen Angaben im Testsystem benötige ich ihr Einverständnis über eine separate Einwilligungserklärung.
3. Ich werde in der probatorischen Phase, spätestens an ihrem Ende gemeinsam mit ihnen entscheiden, ob wir therapeutisch zusammenarbeiten wollen und ob die Psychotherapie regulär aufgenommen und ggf. eine Kostenübernahme bei dem zuständigen Kostenträger beantragt werden soll.
4. Die therapeutischen Sitzungen dauern in der Regel 50 Minuten, können aber aus inhaltlichen Erfordernissen / bei bestimmten psychotherapeutischen Interventionen geteilt (2 x 25 Minuten) oder verlängert (Doppel- oder ggf. mehrstündige Sitzungen) werden.
5. Die Sitzungskontingente liegen bei 12, 24 und 60 Sitzungen. Maximal sind 100 Sitzungen möglich. Anteilig können Sitzung zur Rückfallprophylaxe genutzt werden.
6. Bei der Behandlung kann es im Einzelfall angezeigt und hilfreich für Sie sein, wenn Bezugspersonen zeitweise in die therapeutischen Sitzungen mit einbezogen werden. Allerdings werden Familien- und Paartherapien nicht von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt, so dass diese Option nur begrenzt möglich ist.
7. Alle von Ihnen beigebrachten oder ausgefüllten Unterlagen gehen in die Patientenakte ein, die von mir mindestens zehn Jahre nach Abschluss der Behandlung aufbewahrt wird.

Beantragung von Psychotherapie und vorherige somatische Abklärung

1. Die Durchführung und ggf. Verlängerung einer ambulanten Langzeit-Psychotherapie mit 60 Sitzungen ist antrags- und genehmigungspflichtig. Antragsteller sind in jedem Fall Sie als Patient/in. Ich unterstütze Sie, insbesondere durch die fachliche Begründung des Therapieantrages.
2. Zur Beantragung der Therapie ist eine somatische Abklärung nötig. Zur Beantragung müssen Sie auf dem dafür vorgeschriebenen Formular den Konsiliarbericht eines berechtigten Arztes einholen und mir diesen spätestens bis zur Antragstellung (ca. 5. Sitzung) übergeben. Das nötige Formular händige ich ihnen aus.
3. Ihre persönlichen Daten und medizinischen Befunde werden bei der Beantragung der Psychotherapie gegenüber der gesetzlichen Krankenkasse und dem zuständigen Gutachter durch eine Patienten-Chiffre anonymisiert. Damit soll der Schutz Ihrer Daten und meine Schweigepflicht gewährleistet werden.

Therapiegenehmigung

1. Ihr Versicherungsträger übernimmt die Kosten für eine ambulante Psychotherapie ab dem Datum der ausdrücklichen, schriftlichen Genehmigung im angegebenen Umfang. Sie erhalten darüber eine Mitteilung direkt von Ihrer Krankenkasse.
2. Die psychotherapeutische Behandlung kann beginnen, wenn Ihnen und mir die Kostenübernahmezusage schriftlich vorliegt. Eine Genehmigung ist fünf Wochen nach Eingang des Antrags bei ihrer Krankenkasse automatisch erteilt.

Schweigepflicht der Therapeuten / Verschwiegenheit des Patienten / Datenschutz

1. Ich bin gegenüber Dritten schweigepflichtig und werde nur mit Ihrem ausdrücklichen Einverständnis Auskunft über Sie gegenüber Dritten erteilen bzw. einholen. Sollten bei Ihnen wichtige Gründe einem Austausch entgegenstehen, werde ich diese nach Klärung respektieren.
2. Sie als Patient/in entbinden mich und ärztliche/psychotherapeutische Vorbehandler und Mitbehandler untereinander in gesonderter Erklärung von der Schweigepflicht und stimmen der Einholung von Auskünften ausdrücklich zu.
3. Informationen zum Datenschutz erhalten Sie in einer gesonderten Erklärung.
4. Falls ich Aufzeichnung von Therapiesitzungen mit Tonband oder Video machen möchte, stimmen Sie diesen ausdrücklich (schriftlich) zu und gestatten mir damit die Verwendung dieser Aufzeichnungen zum Zwecke meiner Fort- und Weiterbildung bzw. zur qualitätssichernden Therapiekontrolle.
5. Um die Qualität meiner therapeutischen Behandlung zu gewährleisten, nehme ich an regelmäßiger Supervision und Intervision teil. Hier erfolgt eine Besprechung stets in anonymisierter Form. Sollten ihrerseits dem wichtige Gründe entgegenstehen, bitte ich Sie mir diese zu nennen, damit wir zu einer einvernehmlichen Klärung kommen können.
6. Sie als Patient/in verpflichten sich ihrerseits zur Verschwiegenheit über andere Patienten/innen, von denen Sie zufällig - z.B. über Wartezimmerkontakt - Kenntnis erhalten haben.

Feste Terminvereinbarung / Terminversäumnis / Ausfallhonorar

1. Die psychotherapeutischen Sitzungen finden in der Regel, wenn nicht begründet anders vereinbart, einmal wöchentlich zu einem jeweils fest und verbindlich vereinbarten Termin statt.
2. Sie verpflichten sich, die fest vereinbarten Behandlungstermine pünktlich wahrzunehmen. Ihre Verspätung führt zu einer entsprechenden Verkürzung der Sitzungsdauer.
3. Sie verpflichten sich im Verhinderungsfalle rechtzeitig, d.h. **mindestens 48 Stunden** vor dem vereinbarten Termin abzusagen bzw. absagen zu lassen. Dazu genügt eine schriftliche Mitteilung (Brief, Fax, E-Mail) oder eine telefonische Absage, auch auf Anrufbeantworter.
4. Bei nicht rechtzeitiger Absage wird ein Ausfallhonorar gestellt, dessen Höhe in den Behandlungsvereinbarungen festgelegt wird.

Psychotherapiekostenregelung

1. Bei gesetzlich krankenversicherten Patienten/innen erfolgt die Abrechnung der ambulanten Psychotherapie zu Lasten der gesetzlichen Krankenkasse ausschließlich über die Kassenärztliche Vereinigung. Psychotherapie als Krankenbehandlung ist in der gesetzlichen Krankenversicherung eine Regelleistung.
2. Sie verpflichten sich, Ihre Krankenkassenkarte jeweils zur ersten Sitzung im Quartal zur Registrierung mitzubringen. Erfolgt die Registrierung im selben Quartal nicht, werde ich ihnen die durchgeführten Sitzungen privat in Rechnung stellen.

Kündigung

1. Der Therapievertrag kann von ihnen jederzeit durch eine mündliche oder schriftliche Erklärung fristlos gekündigt werden, da ein Vertrauensverhältnis zwischen uns eine grundlegende Voraussetzung für Psychotherapie ist. Die vorzeitige Beendigung ist im Behandlungsvertrag geregelt. Ich bin verpflichtet, Ihre Krankenkasse über das Therapieende oder einen Therapieabbruch zu informieren.